

# 金山ふくしだより 第27号



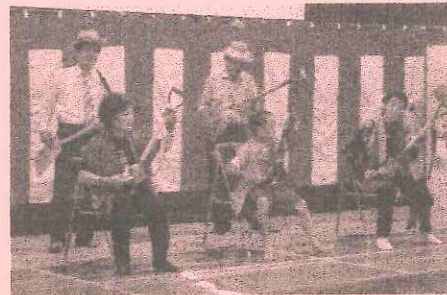
平成29年11月 金山地区福祉推進協議会

## 金山公民館敬老祝賀会

9月24日、北陵コミセンにて、多くの方々の出席のもと盛大に行われました。長寿のお祝いの記念品贈呈の後、小中学生代表のみなさんから温かいお祝いの言葉が贈られました。自分が、今頑張っていることや家族のこと、地域の方とのこと、自分たちを温かく支えてくれているおじいさんやおばあさんへの感謝の気持ちなどが伝えられました。



余興では、与謝野町から来ていただいたハワイアングループによる歌や演奏を楽しみました。その後は全て地元の皆さんによる発表で、相変わらぬ「地元力」の多才な層の厚さを心強く思います。区長さんなど有志によるスーダラ節。予定とは違った曲も流れたようですがそんなハプニングも何のその、ユーモラスな踊り(?)で大いに笑わせてもらいました。最後の「福知山踊り」には観客席からもたくさんの参加があり、花を添えていただきました。



## 平成29年度第1回 高齢者教室

### 「笑ってくらそう会」のご案内

～毎日の暮らしに笑顔・笑い声・笑い心を～

**11月28日(火)午後1時～3時 北陵コミセン研修室**

1時から2時までは**貯筋体操**をします。年とともに筋力が低下し転びやすくなったり、立てない、歩けないなどの運動機能障害が起こってきますが、それを予防するための筋力アップ体操です。講師さんに指導していただきます。後半は**安心安全な生活のための講和**を予定しています。

お申し込みは11月19日(日)中に推進協幹事(民生委員)まで  
老人会会長様、サロンリーダーの皆様、ご協力よろしくお願いたします。

### 「互近助力」の発揮を!

高齢化、少子化の進む当地域。日頃からお互いに声を掛け合う関係を築くことがとりあえずの一番の安心です。「してあげる」ことはできるけれども、「してもらう」ことは何となく気がえらいと感じる人もいるようですが、そこはまさに「お互いさま」。困ったときは、家族にもご近所にも「甘え上手」になりましょう。地域のサロンや催し事に積極的に参加することはそういう関係を築く第一歩です。役員や民生委員にもお気軽に声をおかけください。

### 研修会のお知らせ

金山地区福祉推進協議会では福祉施設の見学など見聞を広め、また交流・親睦を深めるために下記のように研修会を実施します。役員だけではなく、老人会やサロンのリーダーの方々にも是非ご参加いただきたいと思います。ご希望の方は地域の民生委員までお申し込みください。なお今回はマイクロバスを利用するためお申し込み多数の場合は人数調整させていただきます。

日 時	12月4日(月)9時15分長尾出発 3時半帰着予定
訪問先	リフレかやの里(障害のある方々の就労施設です。)
見学地	一字観公園 「やまいち」にも立ち寄る予定です。
参加費	千円(昼食代 リフレのバイキング料理)

