

# けあぶら通信

2019年10月号(累計95号)  
発行 ~ここに笑顔がある~  
東山田地域ケアプラザ  
住所 224-0024 東山田町270  
電話 045-592-5975  
FAX 045-592-5913  
発行責任者 所長 堂前裕子

今年も残すところ3か月となってしまいました。日本の魅力である四季ですが、残念な事に夏と冬が長い気がしてなりません。秋の楽しみである紅葉、読書の秋、運動の秋、食欲の秋を少しでも長く味わいたいですよね！秋といえば、焼きさんまや栗ご飯、運動会や紅葉を見ながらお弁当持ってピクニック！いかがでしょうか？適度に運動もしてくださいね。悔いなく今年中にやりたい事を是非やってみてください。11月はDIY講座もありますので、お掃除も後回しにせず行ってください。 (小後摩)



## ボランティア友の会企画



## DIY講座



★年末に向けて、家庭での掃除の仕方（汚れ・場所別・洗剤の基礎知識）をこの機会に学び、綺麗な気持ちで新年を迎えましょう～！綺麗になると気持ちもすっきりし、掃除が苦手な方もこの講座に来ればきっとやる気が出てくるはずですよ（笑）

日時：11月10日（日）

10時～12時

場所：東山田地域ケアプラザ多目的ルーム

対象者：学びたい方はどなたでも歓迎です。

定員：20名（人気の講座です。）

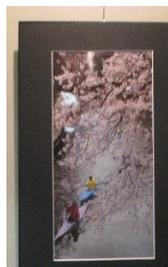
参加費：無料（先着順で要予約）

申し込みはお電話か窓口までお越しください。



# ギャラリー募集中～！

当ケアプラザは、様々な方々に絵や写真、作品等飾って頂いているおかげで、彩り豊かな雰囲気あるケアプラザになっています。ケアプラザにお越し頂く数多くの方からお褒めの言葉を頂くことが多く、大変嬉しく思っております。ご協力いただいている皆様、ほんとうにありがとうございます。来年度もこのギャラリーを継続させていただくために、作品募集をさせていただきたいと思っております。我こそは！という方の立候補、このサークルこそ！という推薦等、ご協力頂ける方のご連絡をお待ちしております。是非皆様のたくさんの作品をケアプラザで活かして頂きたく思います。よろしくお願致します。（下記の作品は今まで飾らせて頂いた一部の作品です。）



# 山田地区地域懇談会

今年も山田地区の地域懇談会が開催されました。27名の地域のみなさんが参加されました。テーマは「誰もが健康的な生活を送ることができるような健康づくりの取り組みPart-4」について3グループに分かれて（北山田グループ、南山田グループ、すみれが丘グループ）行いました。北山田グループでは、「北山田ウォーキングフェスタ開催in12月14日(土)」と日付まで決まってしまう程、意見がどんどん出て来て盛り上がりました。ウォーキングマップが3か所できたことを活かして、山田富士公園を起点終点としたイベントを地域で交流しながら掃除、散策、ウォッチングなどをしながら歩き、ゴールすると公園でスープレの提供がある等盛りだくさんの企画が出来上がりました。南山田グループでは、サロンが出来たこと、町会の行事にたくさんのボランティアが集まってくれること、伝統行事の継承に課題があること、離職してしまうと健康診断が個人の判断になってしまうこと、子ども会の人数が減っている等、地域の良い部分と課題について話し合われていました。すみれが丘グループでは、今まで行っていること、今後やれたらいいことの話合いが行われ、高齢化率が高い地域のため、高齢者についての課題と赤ちゃん会が第一子だけであるため、第二子以降の支援が大事である、障害児についての啓発方法の必要性について話し合われていました。地域によって課題は違うと思いますが、皆さまが行っている活動について日頃から感じている事、これから必要だと思う事意見交換が出来て良い機会となったと思います。参加された皆様、お疲れさまでした。

## 👋ララヒルス夕涼み参加のお礼👋

📅📅📅📅 8月25日 🎵

今年初めて、ララヒルス内で行われている夕涼み会に伺わせて頂きました。ロコモ診断、やまびこ体操、相談会をさせて頂きました。ロコモ診断では、血圧、ツーステップ、足指力、立てる君を持参させて頂きましたが、皆さんお元気な方が多かったです。お世話になった皆さま、ありがとうございました。ぜひご相談もお待ちしております。来年もよろしくお願ひ致します。

## 🎵東山田連合町内会納涼盆踊り出店のお礼🎵

🎵🎵🎵🎵

毎年恒例の山田小学校での夏まつり（8月2日～3日）ですが、今年も出店させて頂き、駄菓子、お面等の販売をさせて頂きました。今年は雨が降る事もなく、適度な風が吹く感じでお祭りには良い2日間となりました。来年もよろしくお願ひ致します。

## 都筑警察署のおまわりさんに聞きました！

不審な人物や車両を見かけたら警察へご連絡をお願い致します。  
都筑警察署 生活安全課 045-949-0110

## 生活安全ニュース

### 特殊詐欺の被害に遭わないために！！

電話やメールでのお金はサギ！！サギは息子や孫だけじゃない！！  
★最近デパート、警察、銀行（銀行協会）を名乗り、「キャッシュカードを確認します」「キャッシュカードを再発行します。」「この後お宅に伺います。」「家族はいつ帰っていきますか？」等の電話が増えています。しかしこれは全てサギの仕業です。犯人は様々な仮面を被ってだましに来ます。息子・孫・息子の会社の上司・同僚・役所・税務課・金融機関等 お金に関する電話がかかってきたら、まず一人で判断せず、誰かに相談！警察へ電話してみてください。

