

[編集・発行] 三箇校区福祉委員会 〒574-0077 大東市三箇4丁目1番5号 (電話) 072-873-8878

**9月の行事予定**

**芸能鑑賞会**  
**三箇いきいき寄席**

高齢者福祉月間の行事として、60歳以上の方を対象に開催します。

お誘い合わせ、お気軽にお越しください。

[開演] 9月14日(水) 午後1時30分

(開場) 午後1時

[場所] 三箇自治会館

[演目] よしもと寄席

[対象] 60歳以上の方

[木戸銭] 無料

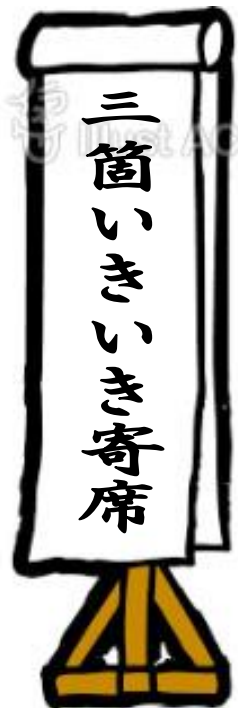
[進行] シャーヤん  
<吉本興業>



シャーヤん



林家そめすけ



[その他] 車イス等をご使用の方で介護タクシーが必要な場合は、当委員会で手配しますので、下記の連絡先又は担当の民生委員へ申し出てください。

<お断り>  
混雑事故防止のため、入場を制限することがあります。

[連絡先] 072-873-8878 (三箇自治会館) 校区福祉委員会事務局

# 第6回(9月)まちかど喫茶

《日時》 9月 29日 (木) 午前11時～午後3時

《場所》 三箇自治会館

ご来店をお待ちしています

《サロンの内容》

★お茶、コーヒーなどを飲みながらの「語らいや交流」

★お楽しみコーナー (午後1時～2時)

「ゲーム大会」



## 《お知らせ》

★お弁当は用意していませんので、必要な方は各々持参してください。  
(おにぎり程度の軽食は用意しています。)

★お茶、コーヒー、茶菓子は、福祉委員会で準備しています。

★車いすをご利用されている方など、介護タクシーが必要な場合は、  
当委員会で手配しますので、下記の連絡先又は担当の民生委員に連絡してください。

多くの方の参加をお待ちしています！ お誘い合せご参加ください！

[連絡先] 873-8878 (三箇自治会館) 三箇校区福祉委員会事務局

## 元気でまっせ体操

《開催日》 9月 7日 (水)

9月21日 (水)

9月28日 (水)

[三箇自治会館]  
午前10時～11時30分

[新和町自治会館]  
午後1時～2時30分  
(※ 都合で中止になる場合があります。)

## 第2回子育てサロン

### 子育てサロンに参加して お友達の輪を広げませんか！

【日時】 平成28年9月28日(水)  
 午前10時～11時30分  
 【場所】 三箇自治会館2階  
 【対象】 0歳児から就学前の子どもと保護者

【内容】 ミニ運動会  
 【費用】 無料  
 【問い合わせ】 大東市社会福祉協議会  
 (電話 072-874-1082)



## 地域SOSカードの登録訪問

民生委員と校区福祉委員が訪問します。

地域SOSカード登録事業は、持病やかかりつけ医、緊急連絡先などの情報を記入した専用の紙を筒に入れて自宅の冷蔵庫に保管しておくことで、災害や急病など、緊急時の救助活動に役立つものです。また、関係機関が情報を共有し、日常生活の見守りにも役立てます。

この事業の登録推進を目的として、次のとおり、訪問活動を行います。

■ 訪問期間……………9月～10月末

■ 対象者

(1) 平成28年5月1日において、次に該当する人

① 65歳以上の単身世帯の人で未登録の人

② 75歳以上の人のみで構成される世帯の人

■ 訪問者……………登録推進員

(民生委員、校区福祉委員)

■ 費用……………無料

■ その他

・対象者に該当しないときでも、SOSカードの登録が可能な場合もありますので、希望される方は、社会福祉協議会にお問い合わせください。



(電話) 072-874-1082

こんにちは

**中部包括です！！**

「暑さ寒さも彼岸まで」と言いますが、まだまだ暑さが厳しく涼しくなる日が待ち遠しいですね。1年で気候が良いのは、暖くなる旧暦の3月頃と涼しくなる9月頃だと言われています。また、9月は夏の疲労が蓄積されて体調を崩しやすい時期でもあります。気温の変化に身体がついていけず風邪をひいたり、食欲不振から免疫力が低下したりと、実は体調管理要注意の時期です。しっかりと睡眠・栄養をとり、心も身体もリラックスできる時間を設ける事で、夏バテならぬ残暑バテを撃退しましょう！



(寄稿 大東市中部地域包括支援センター社会福祉士 小ハケ代 朝子)

## ＜夏バテ解消にストレッチをしましょう＞

朝起きたときにゆっくりと体を動かしましょう。



水分不足・睡眠不足・暑さによる疲労で体は疲れています。  
残暑厳しいですが運動を日常に取り入れて快適に過ごしましょう。

お困りのことがあれば ご相談ください。

安心・いきいき相談支援センター

和光苑住道 CSW 齊藤めぐみ ☎072-806-2880