

あなたの生きがいと元気を応援する情報誌

# 南部シルバーエリア

ふれあいタウン

平成16年6月25日発行

vol.42



スマイルボウリングを楽しむ  
地域の皆さん

もくじ CONTENTS

- 管理者あいさつ「親しまれるエリアへ」……………②
- エリアの元気レポート……………③
- 生き活き学園開講式……………④
- チャレンジ・ザ・夏……………⑤
- エリアPR……………⑥
- エリア情報……………⑦
- 入居施設情報ほか……………⑧





管理者あいさつ

## 親しまれるエリアへ

管理者 児玉 俊二

出羽丘陵の地、霜月神楽で有名な大森町にあります秋田県南部老人福祉総合エリアにこの四月より赴任いたしました。いろいろお世話になることと思しますのでよろしくお願い致します。

大森町の福祉の拠点「健康の丘おおもり」に南部エリアが設置されてから早や十六年の歳月が過ぎました。その間、地域の皆さんより親しく愛され、地域社会の大事な一部としてなくてはならない存在であることが町長さんのお話や地域の方々の話の端々からかい間見ることができ心より感謝する次第であります。永きにわたり福祉の先駆的役割をはたしてまいりましたが、この間に近隣市町村に類似のミニエリアができましたのを機に南部エリアの在宅老人介護センター及び診療リハビリセンターを三月で終了しました。これも時の移り変わりかと実感しております。四月からは、これまで在宅老人介護センターを利用されていた方や、新たにエリアの

教室の受講、大浴場や温水プール、屋内運動広場などの利用される方たちの利便を図るため、休館日と木曜日を除き団体送迎バスの運行を実施しております。毎週木曜日の定期バスの運行は、バス送迎の利用を望む多くの声に応えたものです。近隣町村四コースを運行したところ、どのバスも乗車率が良く感謝しております。

また、先日は活き活き学園の開講式を行いました。学園には二十コースと特別講座を設け、この中から自分にあつた講座を受けられ充実した人生を享受するために積極的に参加されることを望みます。さらに講座のマンネリ化防止のため活き活き学園推進委員会を開催し、広く意見を拝聴しながら運営に役立てておるところです。高齢者の皆様への保健、福祉サービスの提供や健康と生きがい作り、世代間交流の促進など皆様に親しまれるエリアを目指したいと思しますので今後ともよろしくご支援願います。



# エリアの 元気レポート

## 県南5施設養護運動会

5月20日(木) 角館町

角館広域交流センターを会場に県南養護老人ホーム5施設合同運動会が開催されました。今年で27回目を迎えたこの大会には各施設から多くの皆さんが参加しました。各種の競技やゲームの合間には趣向を凝らした応援が繰り広げられました。

昼食をはさんでの交流会のステージには、角館保育園の皆さんがお遊戯を披露され、目を細め楽しい一時を過ごしていました。



## 花見ドライブ 軽費老人ホーム

4月21日(水)



たらい漕ぎ選手権で有名な増田町の真人公園に出掛けました。花見だんごに舌鼓を打ちながら桜の下の散策を楽しみました。



## 万一来備え! 総合防災訓練

6月2日(水)

春の総合防災訓練を広域市町村圏組合消防本部、大森大雄分署員の指導を受けて実施しました。

訓練は、①早い通報 ②適切な判断 ③迅速かつ安全な避難を目的とし、職員の消防技術向上と、利用者と入居者の安全確保を目的に真剣な取り組みとなりました。





# 今年も頑張る!! 生き生き学園開講式



五月十九日、受講者の皆さん、講師の方々、来賓として大森町助役田口一成氏を迎え学園の開講式を開催しました。児玉学園長より趣味活動や健康活動を通じ、元気な毎日を過ごしてほしいとの挨拶がありました。

開講式に続いての「語りを聞く会」では「生き生きコンサート」と題し、秋田市からお招きした「メロディー・キューート」の皆さんによるハーモニカコンサートを開催しました。

身近な楽器ハーモニカから昔なつかしいメロディーが流れると、それに合わせ口ずさむ参加者も。演奏の合間の触れ合いタイムには、参加者がハーモニカを手にし、交流していました。

すてきな演奏ありがとうございました。



あなたの生きがいくつくりと  
健康づくり応援します。

## 生き生き学園教室

創作活動コース		健康づくりコース		趣味活動コース		講座・講演コース	
陶芸	芸	ゲートボール	踊り	踊り	なつメロと踊りの会	語り	語りを聞く会
木工	工	レクリエーションスポーツ	お茶	華道	健康の話	健康	健康の話
民芸	芸	水中運動	華道	書道			
切り絵	絵	太極拳	書道	囲碁			
アートフラワー	卓	卓球	コーラス	コーラス			
料理	理						

各コースとも随時募集しております。  
新しく参加される方は南部シルバーエリア受付までお越しください。

平成16年度

毎年、夏・冬開催

# チャレンジ・ザ・夏!

●時間● 午前の部 9:30～ 午後の部 1:30～

## 南 菜

全部自分で仕上げる  
コースがあるよ!

### 1 形作りと 色づけコース 日程

7/3㊥午前→7/31㊥午前  
7/3㊥午後→7/31㊥午後  
7/4㊥午前→8/1㊥午前  
7/4㊥午後→8/1㊥午後

- 内容 好きな物の形を作って4週間後色付けする
- 持ち物 エプロン、絵の具用筆 小、中(色つけ時)
- 対象 幼児以上誰でも、2回来られる人
- 所要時間 1時間～1時間半

### 2 形作りコース 日程

7/10㊥、7/11㊥、7/17㊥、  
7/18㊥、7/19㊥ 午前・午後

- 内容 好きな物の形を作り、色はおまかせください。
- 持ち物 エプロン ●対象 幼児以上誰でも
- 所要時間 30分～1時間

### 1・2コースとも

- 講師 齋藤正雄(創作館館長)
- 引取り日 8/22～8/25 午前9:00～午後5:00
- 参加費 幼児400円・小学生700円(休憩料含む)  
中学生以上大人1,000円(休憩料含む)
- 申込締切 6/23㊥到着分まで

## 藤

かわいいハートの  
かごにチャレンジ!



- 日程 7/25㊥ 午前・午後
- 対象 小学4年生以上  
以下は父兄の手伝い必要
- 内容 ハートのかご(手付き)
- 所要時間 2時間くらい
- 講師 高橋ひさ子さん(大森町)
- 参加費 小学生1,300円(休憩料含む)  
中学生以上大人1,600円(休憩料含む)
- 申込締切 7/12㊥到着分まで

## アートフラワー

楽しく作ろう  
サマーリース



- 日程 8/1㊥、8/3㊥ 午前・午後
- 対象 小学3年生以上  
以下は父兄の手伝い必要
- 内容 リース
- 持ち物 良く切れるはさみ
- 所要時間 2時間くらい
- 講師 黒沢今日子さん(大森町)
- 参加費 小学生1,300円(休憩料含む)  
中学生以上大人1,600円(休憩料含む)
- 申込締切 7/12㊥到着分まで

## 手作りいす

組み立てたいすに  
座を編んでみよう



- 日程 7/18㊥、7/19㊥ 午前・午後
- 対象 小学4年生以上  
以下は父兄の手伝い必要
- 内容 組み立てたいすの座を編む
- 持ち物 せんたくばさみ 1ヶ
- 所要時間 2時間くらい
- 講師 高橋正二さん  
(ココニー木工科職員)
- 参加費 小学生1,000円(休憩料含む)  
中学生以上大人1,300円(休憩料含む)
- 申込締切 7/3㊥到着分まで

## ステンシル



- 日程 8/8㊥、8/21㊥ 午前・午後
- 対象 小学3年生以上  
以下は父兄の手伝い必要
- 内容 トートバック
- 持ち物 使い古しの乾いたおしぼり  
筆洗い入れ物、カッター(小)
- 所要時間 2時間くらい
- 講師 企画職員
- 参加費 小学生800円(休憩料含む)  
中学生以上大人1,100円(休憩料含む)
- 申込締切 7/24㊥到着分まで

## せっけん&入浴剤



- 日程 8/22㊥ 午前・午後
- 対象 小学生の親子ペア
- 内容 入浴剤と廃油を使った  
せっけん
- 持ち物 エプロン、ゴム手袋
- 所要時間 1時間半くらい
- 講師 せつエコ倶楽部(大曲市)
- 参加費 小学生600円(休憩料含む)  
中学生以上大人900円(休憩料含む)
- 申込締切 8/7㊥到着分まで

お問い合わせは企画指導課へ ☎0182-26-3880

老人クラブ・親子会・子供会など  
団体のお客様大歓迎!

エリアPR



## 団体送迎バスのご案内

老人クラブ、親子会、子ども会などで休憩・入浴またはプールを利用される団体。  
月・木曜日を除く毎日運行。  
1団体10名以上28名様まで。  
運行範囲はエリアからおよそ片道40分の範囲ですが、ご相談に応じます。

## 福祉車両の無料貸し出し

「介助を必要とする方」に「車いす用リフト付ワゴン車」の貸し出しを行っております。

- ◆対象者 泉南地域の方で、寝たきりの方・車椅子の方・外出に介助を必要とする方。
- ◆運転者 普通自動車免許を所持し、ワゴン車を運転できる方。
- ◆用途 通院・入退院送迎、行事参加、買い物など利用できます。

## ラジウム泉に入浴しませんか?

エリア風呂  
紹介

エリアにはラジウム鉱砂を浴槽内に投入しているラジウム風呂がございます。

日頃の疲れをお風呂に入って取っていきませんか? 効能も様々ございますので、ぜひご入浴ください。また大風呂には、ジェットバス・パイプラブローア・打たせ湯がございます。



## さつき展

6月5日~6日

大森町園芸クラブの皆さんが手塩をかけて育てた見事なさつきがエリア玄関ホールに咲き誇りました。地域の皆さんや利用者の皆さん一鉢一鉢鑑賞していました。

## クリーンナップ

5月12日



今年も勤務終了後、職員とテナントの皆さんでワインロードを主としてクリーンナップを行いました。一時間ほどでトラック一杯のゴミが集まりました。  
皆さんホイ捨てはやめましょう!



## 目黒ニギヤラリ

地域の皆さんの作品の展示場所として広く活用されています。

5月からは、淑国会（代表：雄物川町淑国会 嶋田淑さん）の会員の皆さんの「かなもじ展」を開催しました。

ギャラリーでは、写真、絵画、書道、手芸作品などの展示をしています。



## 健康のすすめ

### 生活習慣病は改善できる！って知っていますか。 生活習慣病は怖い病気です

生活習慣病は、食生活の乱れや運動不足、過度の喫煙や飲酒、ストレスなど、広い意味での生活習慣が原因になって起こる病気です。

様々な生活習慣病の中でも、「肥満」が原因の一つとされている代表例として、高血圧、糖尿病、高脂血症などがあります。

高血圧、糖尿病、高脂血症の場合、遺伝的な原因もありますが、多くの場合は慢性的な食べ過ぎや飲み過ぎ、運動不足など生活習慣の乱れによって体脂肪が増え肥満状態になります。

肥満状態になると、血管や心臓など様々な器官に悪影響を及ぼし、血液の流れが悪くなって血管に負担がかかったり、心臓を圧迫したりもします。

また、肥満と高血圧、糖尿病、高脂血症は「死の四重奏」とも呼ばれ、病気が互いに合併しやすく、しかも合併することでより加速的に動脈硬化や心筋梗塞などを引き起こしかねないのです。

しかし、生活習慣病は正しい知識と適切な対応策で、しっかり実践することにより症状を改善することができるはずです。

まずは、生活習慣病の改善には、改善方法の正しい知識が大切になります。



### ふれあいセンターからのお知らせ

7～9月の行事予定

- 7月** 10日⊕ 夏のバンパービリヤード大会  
キッズ・クラブ「バスに乗って…探検」  
28日⊗ 親子創作教室
- 8月** 4日⊗ オセロ大会  
7日⊕ おばけ屋敷・三世代交流フェスタ2004  
10日⊗～11日⊗ 夜空のイベント①  
17日⊗～18日⊗ 夜空のイベント②
- 9月** 11日⊕ キッズ・クラブ  
スポーツの秋「チャンピオンは？」  
18日⊕ 3ねんこの日

●参加したい方、お問い合わせは●  
子どもと老人のふれあいセンターへ ☎0182(26)3520

### エリア行事予定

- 7月上旬～8月下旬  
チャレンジ・ザ・夏  
親子創作教室開催  
(6コース)
- 7月下旬  
高校生福祉セミナー
- 8月7日  
夏祭り
- 9月下旬  
シルバーエリア杯  
ゲートボール大会



# 入居施設情報

## 軽費老人ホーム入居のご案内

■施設の概要…自然豊かな景勝の地にあつて、世代間交流・地域交流の場コミュニティセンターと棟続きというのが特徴。町立病院や老健施設・特別養護老人ホームなど福祉施設が隣接した福祉ゾーンの一角に位置しています。居室は単身三十八室、二人用室六室で、プライバシーに配慮しています。



■利用できる方…六十歳以上（夫婦の場合は、どちらかが六十歳以上）で、日常生活が自分ででき、利用料を納入できる方。

問い合わせ先…軽費老人ホーム  
☎0182-2633886

## 老人専用マンション入居のご案内

■施設の概要…奥羽山脈と鳥海山を彼方に望み、豊かな老後を健やかに過ごせるハードとソフトを取りそろえてあります。趣味活動や生涯学習への参加も含め、多様なスタイルの生活が可能です。居室は単身十室、夫婦室七室で、プライバシーに配慮した造りになっています。



■利用できる方…六十歳以上（夫婦の場合は、どちらかが六十歳以上・他方が五十歳以上）で、入居一時金及び月々の生活費の支払いが可能な方、身の回りのことが一人でできる方。

問い合わせ先…老人専用マンション

☎0182-2633887

### 空室情報

- 軽費老人ホーム 一人用 1室空室有り
- 老人専用マンション 一人用 2室空室有り H16.6.25現在

## コミュニティセンター 料金のご案内

### 宿泊料

- チェックイン…午後4時
- チェックアウト…午前10時

	宿泊のみ	1泊2食付
大人	3,000円	5,520円
小学生	2,200円	4,720円
幼児(3歳以上)	1,100円	3,620円

※料金には大浴場での入浴が含まれます。

### 休憩料

- 午前9時～午後5時

1人につき		6回券	
1回券	大人 600円	回数券	大人 3,000円
	小学生 300円		小学生 1,500円

※料金には大広間での休憩と大浴場での入浴が含まれます。

### 屋内温水プール

- 1回目…午前10時～午後1時
- 2回目…午後1時30分～午後5時(5月～10月)  
午後4時30分(11月～4月)

1人1回につき		
1回券	大人	500円
	高校生	350円
	3歳児から中学生まで	200円
6回券		
回数券	大人	2,500円
	高校生	1,750円
	3歳児から中学生まで	1,000円

### 施設利用料

- 午前9時～午後5時

	利用の単位	料金
会議室		
研修室	1時間	1,300円
視聴覚室		
屋内運動広場(グートホールコート)	1時間	430円

### 編集後記

梅雨空に紫陽花が一段と映える季節になりました。エリアの情報発信誌として第42号を発行することが出来ました。エリアの情報を皆様へ提供し、皆さんの活動のお手伝いできればと考えております。



### 南部シルバーエリア

〒013-0525 秋田県平鹿郡大森町字菅生田245-34  
 【ホームページアドレス】<http://www.netoomori.gr.jp/~area/>  
 【メールアドレス】[area@netoomori.gr.jp](mailto:area@netoomori.gr.jp)