



いきいき介護フェア

千代田西地区・千代田東地区では、3月13日（日）、介護や医療に関する知識と意識を高め、健康寿命の延伸につながるよう介護フェアが開催されました。

まず、社会福祉協議会 CSW の野崎浩司氏より講演があり、CSWは小学校区ごとに配置されている地域パートナーと共に、個別支援や住民活動の支援を行っており「宝物は地域住民の笑顔」だと話していました。

次に東部・西部包括支援センター職員より、フレイル（健康寿命が終わりの近づいている状態）予防についての講演でした。筋肉量の減少を防ぐために動くことやしっかり食えること、しっかり噛むことなどフレイルの予防方法について説明を受け、椅子に座ったままでもできるモックル介護予防体操を実施しました。

最後に歯科医師生地孝至氏より「口が弱れば身体も弱る」と題し、講演がありました。80歳で自分の歯が20本残っている割合は50%で、「まずは最低3分歯を磨くことから始めることが大切」だと話していました。

別室では脳元気度測定が行われました。



5月～6月の予定

日程	曜日	時間など	行事名	開催場所
令和4年5月9日	月	9:30~	会長副会長会議	社会福祉協議会会議室
令和4年5月10日	火	13:30~	会長連絡会・総会	大阪府社会福祉会館5階 501
令和4年5月11日	水	10:00~12:00	心配ごと相談	社会福祉協議会相談室C
令和4年5月11日	水	13:30~	地区委員長会議	イズミヤゆいテラス 大多目的スペース
令和4年5月17日	火	13:00~16:00	くらしの総合相談	フォレスト三日市
令和4年5月25日	水	10:00~	心配ごと相談（みじかサロン）美加の台	美加の台老人第一会所
令和4年5月26日	木	9:30~	広報委員会	社会福祉協議会会議室
令和4年5月31日	火	13:30~	民生委員大会・民児協大会	河内長野市立文化会館ラブリールホール小ホール
令和4年6月6日	月	9:30~	会長副会長会議	社会福祉協議会会議室
令和4年6月7日	火		会長連絡会	
令和4年6月8日	水	10:00~12:00	心配ごと相談	社会福祉協議会相談室C
令和4年6月9日	木	13:30~	地区委員長会議	イズミヤゆいテラス 大多目的スペース
令和4年6月13日	月	10:00~	高齢者部会幹事会	社会福祉協議会会議室
令和4年6月22日	水	10:00~12:00	心配ごと相談（みじかサロン）千代田東	千代田公民館