

さくら*サロン

支えあい ともに咲かそう えがおのまち へさか



戸坂桜西町8番4-101号



さくらサロンでは、毎週火曜日に楽しいイベントをやっています！

だれもが気軽に立ち寄れて、交流や情報交換のできる場です。

外に出かける事や、人と話をする事は脳の活性化になります。

どなたでも、無料で、利用できます。ぜひ、のぞいて下さい！！

★10月のイベント情報

4 (火)	★桜が丘愛育園の園児さんと遊ぼう ～芸術の秋☆万華鏡を作ろう！！～
11 (火)	★遺言状の書き方 行政書士 上村 梨加 氏 ～想いを形にして遺しましょう～
18 (火)	★総合個別相談 ～戸坂地域包括支援センター～ 長寿のためのプラン提案☆血圧測定・健康相談
25 (火)	★おしゃべりカフェタイム ～聞いてみよう！おばあちゃんの子育て知恵袋

★時間は、いずれも 10時から 12時

★参加費無料、どなたでもご参加ください。

★さくらサロンの開所時間は、月曜～金曜日の 10時から 15時です。

(ボランティアスタッフが常駐しています。)

主 催：戸坂学区社会福祉協議会

共 催：戸坂地域包括支援センター、桜が丘愛育園、東保健センター

問合せ：東区戸坂地区福祉推進委員 山中 電話 229-0625





さくら＊サロンだより④

朝晩すっかり涼しくなり、秋の訪れを感じます。夏の疲れの残るこの時期は、体調を崩しやすいので体調管理に気をつけてくださいね。

さくらサロンは、「気晴らしができる」「認知症の予防になる」「子育ての悩みを人生の先輩に聞いてもらえる」そんな心休まる温かな居場所づくりを目指しています。

サロンの様子を少し紹介します。遊びに来て下さい！

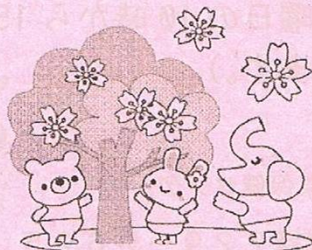
● 9月のイベントの様子 ●

6日の★桜が丘愛育園の年長さんとの楽しい工作では、割りばしを使ってゴム鉄砲を作りました。昔を思い出し、工作に熱中しました。

13日の★脳いきいき元気体操では、健康長寿課の保健師さんに来てもらい、長寿の秘訣の話や新聞紙を使ったゲームで盛り上がりしました。たくさん笑って、脳が活性化しました。

戸坂地域包括支援センター職員の出張出前個別相談や小さい子どもとのふれあいなどのイベントも毎月実施しています。サロンに来て元気をもらいましょう！

さくらサロンは、イベントのない日も開所しています。開所時間は、月曜日～金曜日の10時から15時です。ボランティアさんが、皆さんをお待ちしています。



● 季節の健康お役立ちメモ ● 東保健センター

結核は過去の病気ではありません

9月24日～9月30日は、
結核予防週間です。

ご存じですか？

結核は、約50年前までは年間死亡者数が10万人に及び、死亡原因の第1位でした。その後、医療や生活水準の向上により、薬を飲めば完治出来る時代となりました。しかし、今でも1日に64人の新しい患者さんが発生し、6人が命を落としている日本の重大な感染症なのです。

もしかして結核？！
こんな時は病院へ！

- 長引くせき（2週間以上）
- たんが出る
- 身体のだるさが長引く
- 微熱がつづく（2週間以上）

結核は風邪のようで風邪じゃない。
人から人へうつる感染症です。