



## ご挨拶

理事長 小澤 静枝

新年、明けましておめでとうございます。

皆様には良き新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

去年は、八王子市政 100 周年イベント『緑化フェア』のスポット会場としてセンティ富士森の入り口に素敵な花壇スペースが設けられ、皆様も楽しく参加されたことと思います。このように地域の関わりが増えることは、大変喜ばしいことと考えております。

また、去年のさくらんぼ食事サービスお弁当代の値上げ、及びまごころ届け隊料金改定の実施に対し、ご利用者の皆様、会員の皆様より、ご理解をいただきましたこと、改めて厚く御礼申し上げます。

八王子においては次期 5 カ年の『第 3 期地域福祉計画』策定に向け、ちょうどパブリックコメントが公示されているところです。成年後見制度利用促進法の施行を受けて、近隣行政より、いち早く、施策が盛り込まれており、期待を寄せています。地域のことは地域で、住民同士が自分のできる範囲でお互い支え合うシステム構築が求められており、当会もその一翼を担うべく、努力を続けたいと考えております。去年に引き続き、当会がひとつの良い社会資源として地域の中に存続できますように、皆様にご協力を頂きたく、何卒お願い申し上げます。

## ◆◆◆◆◆ 活動報告 ◆◆◆◆◆

### 【まごころケア八王子地域支援講座】

#### ① 体力維持体操と認知症予防レクリエーション

日時：平成 29 年 12 月 13 日 (水)

会場：センティ富士森 多目的ホール

今回はレクリエーション協会より、高齢者も楽しめる『魚釣り』『ボーリング』『ダーツ』等、多種多様なゲームをお借りして、参加者全員で盛り上がりました。

70 代、80 代、童心に帰りながらライバル意識を燃やして、ゲームに挑戦しました。



#### ② 体力維持体操と認知症予防レクリエーション

日時：平成 30 年 1 月 10 日 (水)

会場：センティ富士森 多目的ホール

使用しているホールの都合で午前中の開催となり、参加人数は少なめでしたが、参加者の方より戦前のエコな生活や暮らし方の貴重なお話を聞くことができ、有意義な時間を過ごすことができました。



## 参加者募集！お気軽にご参加ください！

### 【まごころケア八王子地域支援講座】

#### ①体力維持体操と認知症予防レクリエーション

日時：(1)平成30年2月14日(水) 14:00～15:30

(2)平成30年3月14日(水) 10:30～12:00

会場：センティ富士森 多目的ホール

#### ②わくわく音楽会♪ ～介護予防のための音楽療法～

日時：平成30年3月8日(木) 10:00～11:00

会場：センティ富士森 多目的ホール

講師：音楽療法士 小原 信子氏

後援：八王子市高齢者あんしん相談センターめじろ

定員：30名(先着順)

申込み：参加ご希望の方は、お電話にてお申込みください。



音楽療法には体や心への働きかけ、脳への刺激、社会性の向上効果があると  
言われています。みんな一緒に楽しく歌ったり、だれにでも簡単にできる楽器演  
奏を楽しんで、心も体も元気になりましょう!!

## 大募集！ 有償ボランティアさん

### まごころ届け隊

んの人数が足りておりません。自分の出来る事・空いている時間で、困っている人を  
助けることができます。皆で少しずつ助け合って、地域を明るくしましょう！

『都合のつく時間にお手伝い出来ますよ』とのご連絡、心よりお待ちいたしております！

【活動例】 話し相手、病院の付添い、室内清掃、雪かき、  
草取り、犬の散歩、買物代行、窓ふき などなど

\*「お便り」の第1号から最新号までを、ホームページでご覧いただけます。

特定非営利活動法人

長寿社会を考える会

ホームページ <http://npo-chouju.sakura.ne.jp/>

〒193-0933 八王子市山田町 1606-12 センティ富士森内

Tel(042)665-2334 Fax(042)665-2345