

健康ひろば



えたいまんのしどい通信

〜四つ葉の会〜 (個人宅・是長 毎週木曜日 午後1時30分)

岡 高齢介護課(地域包括支援センター) ☎0823(43)1640

私たち「四つ葉の会」は昨年6月に近所の仲良し4人組で結成されたグループです。毎週木曜日に活動し、都合のつかない日は曜日をずらして皆が集まれるようにしたことで、1年間誰も休むことなく体操を続けることができました。
足腰に筋力がついたおかげで日々の生活でも、椅子からの立ち上がりができる

よくなりました。腰痛が和らいだり、体の動きがよくなりました。病院の待ち時間や家にいる時も足を動かすことが習慣になり、体操が身近なものになりました。
これからも体操を頑張つて、お話しもたくさんして、笑顔いっぱい「四つ葉の会」を4人で続けていきたいです。

Vol.74

地域のカフェ (認知症カフェ) ※各参加費 100 円 (お茶菓子代)

岡 高齢介護課 (地域包括支援センター) ☎0823-43-1640

認知症カフェは、認知症の方だけが参加するところではなく、その家族、地域住民、介護や福祉の専門家など誰でも、気軽に集える場所です。お茶を飲みながらお話をし、悩みごとの相談や認知症、認知症予防について学び、考えることができます。新たな出会いや地域とのつながりの場として、ぜひご利用ください。

名称	日にち	時間	場所	問合せ連絡先
いやしカフェ	8月7日(水) 9月4日(水)	10:00~11:30	江南交流プラザ	江能福祉会 ☎0823-27-8885
よりみちカフェ	8月27日(水)	10:00~11:30	江田島保健センター	誠心福祉会(誠心園) ☎0823-42-5252
虹カフェ	8月16日(金)	10:00~11:00	鹿川交流プラザ	訪問看護ステーションゆずり葉 ☎080-1289-5033
おきがるカフェ	8月21日(水)	10:00~11:30	三高会館	江田島訪問看護ステーションえん ☎0823-27-6035
ビックリかふえ	8月28日(水)	10:00~11:30	明慶寺同朋会館	明慶寺 ☎0823-57-2022

三島雅司行政相談委員が受賞！ 中国四国管区行政評価局長表彰

本市の行政相談委員として活動されている三島雅司委員が、「中国四国管区行政評価局長表彰」を受賞されました。三島委員は、平成21年4月に総務大臣の委嘱を受けてから15年にわたり、国の行政に関する市民からの苦情や問い合わせなどの相談を受け付け、その解決や実現の促進に尽力されました。

三島委員の行政相談委員としての委嘱期間は、県内132人の行政相談委員の中でも7番目に長く、多大な功績が認められ、この度の受賞となりました。



▲受賞された三島委員

6/13(木) リーダー研修を実施 江田島市女性連合会

江田島市女性会連合会(片山恵美子会長)は、リーダー研修として東広島市の広島中央エコパークを視察しました。この施設は、東広島市・竹原市・大崎上島町の燃やせるごみを高効率で処理する施設と、し尿・浄化槽汚泥を再処理する施設で構成されています。視察では、ごみを高温で溶かし再資源化するリサイクルシステムにより「最終処分量ゼロ」を実現し、ごみ燃焼の熱を利用した発電についての説明を受け、参加者からは「環境にやさしい施設であることが分かった」「ごみの分別やごみ出しの工夫をしていきたい」などの感想が寄せられました。



▲広島中央エコパークにて、熱心に説明を聞く女性会の会員

6/14(金) 新たな自衛官の採用に向けて 江田島地区自衛官募集相談員委嘱式

市役所本庁で、江田島地区自衛官募集相談員委嘱式が行われ、明岳市長から小跡奈緒さんに委嘱状が交付されました。「自衛官募集相談員」は、自衛隊と地元との架け橋として、自衛官志願者に関する情報提供、自衛隊地方協力本部の行う募集のための広報に関する援助などを行うボランティアです。任期は令和6年5月1日から令和8年4月30日までの2年間です。現在、江田島市では小跡さんを含め、2名の方が自衛官募集相談員として活動されています。自衛官募集相談員に興味や関心がある方は政策推進課までお問い合わせください。



▲明岳市長(左)、小跡相談員(中)、広島地方協力本部 宮地本部長(右)

7/11(木) 夏バテ予防の食事をつくる 男性料理教室を開催！

健康づくりを目的に「男性料理教室」を飛渡瀬交流プラザで開催しました。今回は、13名の参加者が「夏バテ予防の食事(献立:麻婆豆腐、もやしナムル、きゅうりのしょうが和え、コーヒーゼリー)」を食生活改善推進員に教わりながら、作りました。参加者は「簡単なので家でも作ってみたい」「料理の味付けを薄く感じたが、家の味付けが濃いとわかった」「楽しかったので、次も参加したい」と感想を話してくれました。

※献立が必要な方は、保健医療課までお問い合わせください。



▲みんなで楽しく料理を作りました！