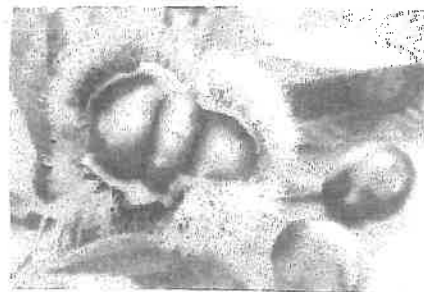


## 五葉会だより



会員数 10月 70名

令和6年10月1日

### ◇10月(神無月・October)と言えば

秋の気配が深まる季節ですが、9月は残暑があり10月はどうなのでしょう。

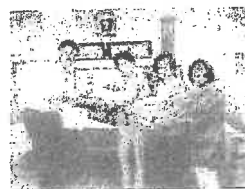
10月は、芸術の秋、読書の秋、スポーツの秋、食欲の秋等と言われ、高齢者にとっては、外出や趣味活動にピッタリの季節を迎えます。

### ◇手作り雑巾寄贈について、「向陽台小学校の学校だより」に掲載

手作り雑巾を今年も皆様のご協力により、103枚の雑巾を8月27日向陽台小学校に寄贈しました。大変感謝とお礼の言葉を頂きました。また、向陽台小学校の「学校だより」にも掲載されました。(友愛部)

### 「手作り雑巾」のご寄付をいただきました!

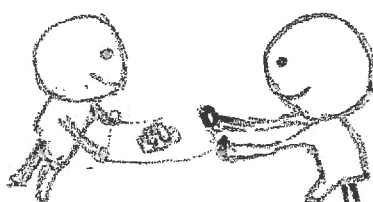
山の寺二丁目の五葉会の皆様から、今年度もたくさんの「手作り雑巾」を学校へご寄付いただきました。ありがとうございました。大切に使用させていただきます。



### ◇老人クラブスポーツ大会(7競技種目)に参加しました。

9月27日(金)第24回泉区老人クラブスポーツ大会が泉総合体育館で開催され、東二地区者連チームとして、五葉会員14名が色々な競技に元気に参加しました。

老人クラブスポーツ大会は、泉区内の単位老人クラブ会員の日頃の健康づくりの一環と、会員相互の親睦を図ることを目的としているので、参加者は共に健康づくりへの関心と親睦が深められたのではないのでしょうか。(健康部)



### ◇「健幸づくり講座」を開催しました。地区社協、山の寺三老人クラブ共催

9月12日(木)山の寺集会所において、多くの会員の参加の下、「脳とカラダの健康づくり」について、仙台市健康増進センターの講師の方に教えていただきました。

①脳の元気度セルフチェックを始め、②認知機能の低下を防ぐには、「生活習慣」や「持病のコントロール」、③脳の健康づくりには、「休養」が大きく関係する等、更には④リラックスとして「ゆるりら体操」を少し汗ばむ程度の講座でした。(総務部)

### ◇健康麻雀大会(東二地区老連)

9月8日(日)向陽台老人憩の家において、本年度2回目の認知症予防に効果があると言われる健康麻雀大会に、5名の会員が参加しました。当日は6卓24人の参加者で、五葉会参加者は4位が最高でした。(健康部)

### ◇健康予防、介護予防セミナー 9月20日(金)午前10時から

「地域で暮らし続けたい。認知症と共に生きる。」をテーマで「認知症への備え」について、向陽台包括支援センターの鹿嶋様から講話を頂きました。(友愛部・福祉部)

#### 資格情報提供 (保健福祉ハンドブック 令和6年度版より) 仙台市

##### ひとり暮らし高齢者等への支援

##### 緊急通報システム機器貸与

緊急通報用の機器を無償で貸与し、突発的な病気・事故などの緊急時、ボタンひとつで仙台市が委託する警備会社に通報されます。警備員が駆け付けるほか、状況により救急車や消防車が出動します。

対象 次のいずれかに該当する方

- ① 65歳以上で日常生活上注意を要する一人暮らしの方
- ② 同居する方が長時間外出するまたは重度の要介護者と同居しているなど緊急時に対応できる方がおらず、65歳以上実質一人暮らしの方

費用 ①緊急通報用の機器の貸与及び設置に関する費用 無料(原則)

② 電話回線の利用に関する費用 利用者の負担

③ 月額利用料 535円

詳細は、区役所障害高齢課、地域包括支援センターにお問い合わせください。

9月21日(土)から30日(月)秋の全国交通安全運動

9月29日(日)向陽台学区連合町内会防災訓練

10月予定

10月2日(水)泉区老連福祉大会(2名会長表彰受賞)及び芸能まつり(かたくり会出演)

10月5日(土)東二地区老連役員会

10月6日(日)五葉会役員会

10月11日(金)区老連創立60周年記念式典

10月17日(木)スマホ研修会

10月22日(火)東二地区老連パークゴルフ大会

10月23日(水)地区社協移動研修会

10月23日(水)仙老連・区老連主催 体力測定



※「五葉会だより」は、毎月仙台市老人クラブ連合会ホームページ「泉区の広報誌」掲載されておりますので、アクセスして見てください。