

由木かわら版

令和6年度 夏号



発行：
八王子市高齢者あんしん相談センター 由木
八王子市下柚木 2-10-6 由木事務所内
042-679-1114 (FAX 042-670-2212)

暑い日が続いていますが、皆さま お変わりなくお過ごしでしょうか。
当センターは新しい事務所へ移転し、3カ月余りが過ぎました。交通の便がより良くなり、足を運んで下さる方も増えています。事務所は『はちおうじ まちなか避暑地』になっておりますので、暑さしのぎを兼ねてお気軽に立ち寄っていただけますように、職員一同お待ちしております。

センター長 池田 幸子



サロン紹介

こぶしの会

場所：トミンハイム上柚木集会所
日時：毎月第1金曜 10時～12時

メンバーは70～90代の20名程。トミンハイム上柚木集会所をベースに、季節の作品づくりや茶話会を開催。過ごしやすい春や秋には、お花見や公園でのバーベキューも楽しんでいます。

【会費：1回100円+実費】

ここに来ると、ふだんは意識していなかった季節を感じられ、自分では思いつかないようなステキな作品作りが楽しめます。手先を使う作業も多く、使っていない脳が活性化されている感じです。代表の岡本さんはじめ、あたたかな雰囲気です。本当に魅力のある会だと思います。遠方に引っ越しても、2時間かけて会に来られている方も！おしゃべりをして元気に参加されている方が多く、自分もあんな風に歳を重ねられたら…と、いつも刺激を受けています。(参加者より)



ペットボトルで風鈴づくり



余り布でリースづくり

公園でバーベキュー♪

143番カフェ

場所：萌樹の丘団地集会所
日時：毎週水曜午後1時半～3時半

2019年に発足した『ふれあいいきいきサロン』です。萌樹の丘団地集会所にて活動しています。第1・2・3週は、パラリンピックの正式種目でもある『ボッチャ』を開催。座ったままでもできる競技ですので、どうぞお気軽にご参加下さい♪ 第4週は、講習会、演奏会、朗読会、茶話会やウォーキングなど様々なイベントを開催しています。【会費：1回100円 ボッチャは無料】



こころ和む演奏会♪



お汁粉を作ろう♪

みんなフレンドリーだよ！



ボッチャカップ優勝を目指して！

近隣のサロンをご紹介します。お問合せは、高齢者あんしん相談センター由木 (042-679-1114) まで♪



オレンジの花

身近な場所に咲かせてみませんか？

9月は、認知症月間です。



9月へ向けて日本の認知症支援のシンボルカラー『オレンジ色』に因んで、オレンジ色の花を咲かせる「オレンジガーデニングプロジェクト」が日本各地で様々な形で行われます。認知症について、少し気に留めてもらうよい機会になればと思います。

実は、当センターも今年は事務所裏(大栗川側)にプランターを設置し、マリーゴールドを植えています。この暑さで夏を乗り越えられるかちょっと心配ですが…

「認知症について何かやってみたいが、何から始めて良いか分からない。」「何かアピールできることはないか。」その様な思いのある方、ぜひ先ずは身近な場所をオレンジの花で彩ってみませんか？
 当センターでも、マリーゴールドの花の種をお分けしていますので、お気軽にお立ち寄り下さい。



様々な消費者被害に、高齢のご家族があってしまうケースが増えています。夏休みなどの長期休みの際に、お子さんが帰省される機会が多くあるかと思えます。

ご自宅へ立ち寄った際に、一度チェックしてみませんか？

<家の様子について>

- 家に見慣れない人が出入りしていないか
- 不審な電話のやりとりがないか
- 家に見慣れないもの、未使用のものが増えていないか
- 見積書、契約書などの不審な書類や名刺などがないか
- 家の屋根や外壁、電話機周辺などに不審な工事の形跡はないか
- カレンダーに見慣れない事業者名などの書き込みがないか

ご家族ができるコト



<ご本人の様子について>

- 定期的にお金をどこかに支払っている形跡はないか
- 生活費が不足したり、お金に困っていたりする様子はないか
- 何かを買ったことを覚えていないなど、判断能力に不安を感じることはないか

気になることがあれば、消費者ホットライン「188 (いやや!)」ご相談下さい。

さいふをまもる

誘い文句にのせられないで
 家の戸、財布にしっかり鍵かけて
 不審な人には注意して
 お断り上手になりましょう
 まずは、家族や消費生活センターに相談
 もしもの時に備えて、成年後見制度を利用
 留守番、一人暮らしもこれで安心

ご自身ができるコト

