

令和5年度 砺波市福祉健康大会

8月26日(土)に「令和5年度砺波市福祉健康大会」が砺波市文化会館で開催され、社会福祉や保健衛生の向上に尽力された方や、砺波善意銀行に善意の預託をされた方など、41個人、18団体へ表彰状や感謝状が贈られました。

続いて、金沢市立病院循環器内科科長の村井久純氏にご講演いただきました。



砺波善意銀行頭取(市長)より感謝状を受領する砺波南部小学校あいさつやポカポカ言葉を心がけようボランティア委員会代表 田邊輝さん

「健康寿命の延伸は 高血圧管理から」



講演をされた村井久純氏

高血圧は過剰な圧力が血管や臓器に負荷として加わり、徐々に悪化していく病気です。動脈硬化や脳卒中、心筋梗塞、心不全といった病気にもつながり、これらの病気にならないためにも、高血圧の予防と治療は重要になります。

高血圧予防に欠かせないのは、食塩摂取量の制限であり、1日の食塩摂取量は、成人男性では7.5グラム未満、成人女性では6.5グラム未満、高血圧患者では6グラム未満がよいとされています。

- ①高血圧は症状がなく臓器障害を起こす怖い病気である
- ②血圧を安定にしておくことで、臓器合併症を予防できる
- ③食事に対する知識を習得しておくことは健康寿命を延ばすうえで重要である

この3つのことをぜひ覚えておいていただければと思います。

受賞された方は次の方です。おめでとうございます。(敬称略)

■砺波市社会福祉協議会長表彰

《民生委員児童委員功労者の部》

| | | | |
|-------|-------|-------|-------|
| 石原 進 | 井筒 耕二 | 河森 和代 | 京部 昭一 |
| 源田美和子 | 高桑 時夫 | 平岡 隆 | 福田 保英 |
| 松井 義行 | 松澤 哲也 | 水木 護 | 水牧 京子 |
| 藪 道子 | 吉田 繁 | 吉田 弘 | 渡邊 千明 |

《個人の部》

田嶋 信久 宮脇 節子 山上 正之

《優良団体の部》

神島思ひ出の会

《ボランティア活動の部》

| | | |
|-------|-------|-------|
| 橋 美基代 | 飛田 祥子 | 鍋澤 五月 |
| 水木 順子 | 吉田 和美 | |

パソコンボランティア・タッチ

■砺波市環境保健衛生協議会長表彰

《個人の部》

| | | | |
|-------|-------|-------|-------|
| 石黒ひとみ | 小倉 和子 | 加門由美子 | 齊藤由紀子 |
| 榊 登志子 | 佐野真知子 | 千保美乃里 | 高原 優子 |
| 中島まさ子 | 長森 恵子 | 平木 純子 | 芳里 榮子 |
| 松島由美子 | 南本 純子 | 明嵐よしい | 横川喜美子 |

■砺波善意銀行頭取感謝

《個人の部》

吉田 一衛

《団体の部》

砺波市立砺波南部小学校
あいさつやポカポカ言葉を心がけようボランティア委員会
砺波市立砺波北部小学校児童会
富山県立砺波工業高等学校生徒会
富山県立砺波高等学校生徒会
社会福祉法人となみ中央福祉会あぶらでん認定こども園
認定こども園出町青葉幼稚園
南部っ子児童会
スカイフェスとなみ2022実行委員会
砺波市飲食店組合
となみセントラルライオンズクラブ
砺波ライオンズクラブ・南砺ロータリークラブ
砺波ロータリークラブ・となみセントラルライオンズクラブ
日本民謡研究会富山県支部豊皓会
北陸コカ・コーラボトリング株式会社
株式会社丸圓商店
株式会社宮木建設

社会福祉協議会会費・その他募金へのご協力をお願い

本年も市社会福祉協議会会費、赤い羽根共同募金、日本赤十字社活動資金、社会を明るくする運動会費について、自治会等を通じてご協力のお願いをさせていただきます。

皆様からの会費・募金は地域福祉活動の推進や在宅福祉サービスの充実を図るうえで貴重な財源となっています。ご理解、ご協力をよろしくお願いいたします。

令和5年度 じぶんの町を良くするしくみ。



赤い羽根共同募金



運動期間 10月1日～12月31日

皆様からお寄せいただいた募金は、高齢者、障がいのある方、子どもたちなどを支援する、砺波市内の様々な福祉活動に役立てられます。また、災害時には被災地支援活動にも役立てられます。

令和5年度は、市内11団体の活動を支援しています。

今年度の目標額は6,428,000円となっており、戸別募金、職域募金、学校募金、街頭募金などの活動を予定しています。

皆様のご協力をよろしくお願いいたします。



昨年の募金箱設置の様子。
今年も市内の企業や施設等に募金箱やポスターを設置する予定にしています。

集まった募金は市内の福祉活動に活用されています！



砺波市社会福祉協議会 〈ふれあい電話〉

毎月2回、水曜日の午前中に一人暮らしの方を対象にボランティアの皆さんによる電話訪問をさせていただきます。お誕生日に贈るカードも、とても喜ばれています。

スマートフォンからも募金ができます！



赤い羽根データベース
はねっと

問合せ先
砺波市共同募金委員会 ☎ 32-0294

生活訓練事業 ～書道教室・陶芸体験レポート～



○書道教室

4年ぶりの開催となった「書道教室」。真剣な表情で納得がいくまで何枚も書き、それぞれ思いを込めた1枚を書き上げました。

○陶芸体験



昨年に引き続き、せんだんのHILLで開催した「陶芸体験」。

2回目の参加の方も多く、オリジナル作品に挑戦する姿も見られました。体験後は、せんだんのHILLのこもれびカフェにてコーヒーやホットサンドを楽しみました。





福祉センター



子育て支援イベントのお知らせ



秋も楽しいイベントが盛りだくさん！福祉センターで楽しく遊ぼう♪

こどものあそびば (麦秋苑)

ぜひ来てね！

10月7日(土) 10時～15時

「竹の子グループ」の皆さんと折り紙や工作をしてあそぼう！



北部苑DEあそぼう！ (北部苑)

申込受付中！

10月28日(土) 9時30分～11時30分

チューリップ球根植え、大きな絵本のお話をします！球根のプレゼントもあるよ！

対象：主に未就園児・園児・低学年児童

定員：先着20名(子ども人数)

参加費：子ども1名につき100円(おやつ代)

申込締切：10月22日(日) 北部苑まで！



苗加苑DEあそぼう！ (苗加苑)

申込受付中！

11月5日(日) 10時～11時50分

親子でチューリップの球根植え付け体験をしよう！参加者にはチューリップ植込み鉢をプレゼント♪

対象：未就学児童・低学年児童

定員：先着20名(子ども人数)

参加費：子ども1名につき100円(おやつ代)(当日集金)



申込締切：10月29日(日) 苗加苑まで！

わんぱく広場 (庄東センター)

申込受付中！

11月12日(日) 9時～11時30分

親子でリンゴ狩り&アップルパイ作りを体験しよう！

定員：先着親子10組(1組2～4名)

参加費：1名につき200円

申込締切：10月20日(金) 庄東センターまで！



福祉センターは、子どもから高齢者までどなたでも利用できる施設です！ぜひ、福祉センターをご利用ください！



善意の窓口 8月15日～9月13日

砺波善意銀行



8月30日、コマツNTCユニオン様より、地域貢献活動の一環として、会社内で実施した「愛のかがり火募金」の一部240,000円をご寄付いただきました。市内の高齢者施設で役立てられます。

社会福祉事業振興基金

匿名 父母の供養のため 200,000円

砺波善意銀行

井上 房子様 タオル74枚、バスタオル12枚
タオルケット9枚

吉田一衛様 15,000円

コマツNTCユニオン様 240,000円

匿名 12,114円

匿名 15,933円

匿名 3,000円

福祉総合相談日程

相談は無料で秘密は厳守します。お気軽に相談ください。

| 相談内容 | 市社会福祉会館 | 庄川支所 |
|---------------------------|---------------------------------|--------------------------------|
| 法律相談 [弁護士] *市内在住者のみ | 10月4日(水) 11月1日(水) 13時～16時 | 10月18日(水) 13時30分 ～15時30分 |
| | ※前日までに予約(☎33-5511)が必要 | |
| 行政相談 | 10月6日・20日(金) 13時30分～16時 | — |
| 人権相談 | 10月6日・20日(金) 13時30分～16時 | 10月13日(金) 13時30分～16時 |

〈ほっとなみ相談支援センター〉

生活困窮者自立支援事業(自立相談支援事業・家計改善支援事業・こどもの学習支援事業)・生活福祉資金・日常生活自立支援事業などに関する相談

お困りごとがあればご相談ください ☎32-0294

毎週月～金曜 8時30分～17時15分

〈ケアネットセンター〉

ケアネットに関する相談

〈ボランティアセンター〉

ボランティアに関する相談

(土、日曜、祝日、年末年始を除く)

福祉センターイベント予定 10月

苗加苑 苗加 824-1 ☎ 32-7294
休館日：月曜、10日、15日



北部苑 林 1202 ☎ 33-6633
休館日：水曜、10日、15日



麦秋苑 三郎丸 183-2 ☎ 33-2846
休館日：月曜、10日、15日



庄東センター 安川 297 ☎ 37-1550
休館日：水曜、9日、15日



①については下の詳細をご覧ください。お楽しみ会は各施設で13時30分から開催します。

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|--------------------------|----------------------------------|--------------------------|--|--|--|
| 1 (苗加苑) ① 苗加苑秋祭り バックドロップズ 水田たけし&仲間たち | 2 (北部苑) 太陽一座 歌謡・舞踊 | 3 | 4 | 5 (苗加苑) 劇団つくし 歌謡・舞踊 | 6 (庄東センター) 劇団輝 歌謡・舞踊 | 7 (麦秋苑) ★こどものあそびば |
| 8 | 9 | 10 | 11 (苗加苑) 福美会 民謡・舞踊 | 12 (北部苑) 喜楽会 民謡・舞踊 (麦秋苑) ザ・あんぼんたん 歌謡・舞踊 | 13 (庄東センター) すずらんの会 歌謡・舞踊 | 14 (北部苑) 竹炭湯 |
| 15 全館休館日 | 16 | 17 (庄東センター) ザ・あんぼんたん 歌謡・舞踊 | 18 | 19 (苗加苑) 新蔵富美男一座 &鼓部の会 舞踊 | 20 (北部苑) 劇団絆 歌謡・舞踊 (庄東センター) カ・ナル・ナニ& オハナ 舞踊 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 (苗加苑) 劇団輝 歌謡・舞踊 | 26 (北部苑) 劇団ゆうしん 歌謡・舞踊 | 27 (庄東センター) 懐メロミュージック クフレンド 歌謡・生演奏 | 28 (北部苑) ★北部苑 DE あそぼう よもぎ湯 (麦秋苑) いいとも一座 歌謡・舞踊・太鼓 |
| 29 | 30 | 31 | 1 | 2 | 3 | 4 |

★の子育て支援のイベントは26ページを見てね!

① 苗加苑秋祭り (苗加苑) ぜひ来てね!
10月1日(日) 1日楽しいイベント盛りだくさん!!
 10時～ バックドロップズ(管楽器演奏)
 13時30分～ 水田たけし&仲間たち 歌謡ショー
 月の市スペシャル、じゃんけん大会も開催!

いきいき百歳体操の日 (北部苑) ぜひ来てね!
 DVDを見ながら、手首・足首に重りをつけてする筋力アップ運動です。10月からスタートします!
基本金曜日または木曜日 13時30分～ ※申込不要

はじめての民謡講座 (短期講座) (北部苑)
 三味線の伴奏でご当地富山県の民謡や懐かしい民謡をみんなで一緒に唄います。
 開催日時：10月24日(火)、31日(火)
 11月14日(火)、28日(火)
 全4回 10時～11時30分
申込受付中!
 講師：江村 桂子さん 定員：12名
 参加費：2,800円 (コピー代等あれば別途実費)
 申込締切：10月17日(火) 北部苑まで!

| その他の行事・イベント | |
|--|---------------------------------|
| 苗加苑 | ◇月の市スペシャル 1日(日) |
| | ◇みんなで歌おう!カラオケタイム 4日(水)13時30分 |
| | ◇歌のONステージ! 21日(土)10時～15時 |
| ◆ロビー展示コーナー アート水引の展示(西部やす子さん) 25日(水)まで | |
| 北部苑 | ◇健康マージャンの日 8日・22日(日)9時 |
| | ◇いきいき百歳体操の日 6日・13日・27日(金)13時30分 |
| | ◇ふれあい市 12日(木)10時 |
| | ◇ほっとなみカフェ (臨床美術) 19日(木)13時30分 |

| | 歌の日・カラオケ | 脳トレ学級 (クイズ・歌・体操) | いっづく体操・ 健康体操(相談)教室 |
|--------|-----------------------|---------------------|-----------------------|
| 苗加苑 | 土曜・日曜 10時 | 3日(火) 13時30分 | 水曜 10時 |
| 北部苑 | 火曜 13時30分 ※10日はお休み | 16日(月) 10時 | 木曜 10時 |
| 麦秋苑 | 5日・19日(木) 10時 | 21日(土) 10時 | 4日・18日(水) 10時30分 |
| 庄東センター | 2日・23日(月) 13時30分 | 20日(金) 10時 | 火曜 10時 |

出町生きがいセンター
 表町 3-1 ☎ 33-3358
 休館日：土・日曜、9日

- ◇交通安全教室 12日(木)14時
- ◇音楽療法研究会 13日(金)14時
- ◇脳トレ教室 23日(月)14時
- ◇ザ・あんぼんたん公演
26日(木)13時30分
- ◇百歳体操 水曜・木曜14時
- ◇カラオケタイム 金曜13時