

会報 ふれあい

平成26年11月1日

第178号

発行 せきがやふれあいの会

※電話相談・簡単修理は、月曜～土曜(午前)自治会館にお電話下さい(Tel.784-4447)。主に高齢者向けです。
※ふれあいの会の催しに、車椅子で参加される方のお手伝いをいたします。事前に自治会館にお電話下さい。

簡単修理事例



26年度上期 簡単修理の実績(4月～9月) (合計34件) (お断りしたものの3件を含みます。)			
電気関係	日曜大工	ゴミ出し	その他
16件	11件	0件	7件

昨年度上期の実績(35件)とほぼ同程度です。専門家に頼むべきかどうかの判断、依頼先などお調べすることもできます、実質の作業が伴わない時は無料です。
ご高齢または一人暮らしの方が増えていることから、今後相談も増える予想していますので、ボランティアとして参加して下さる仲間も是非増やしていきたいと思っています。ご協力いただける方は自治会館に連絡ください。(坂口)

報告 第15回紅花会の集い H26. 10. 11

紅花会

今回は14名の参加があり、話す人にも、聞く人にも大変参考になる集いでした。手厚い介護をしていらした方が、看取りへと続く過程でのお気持ちなどを話され、いずれ皆さんが向き合ねばならない事なので、心にズシンと来るお話でした。本当によくお世話をなされました。又頻尿で困っている方には、精神性の場合が多く、薬では直らない、進行していく途中での通過点であり、見守るしかないという事や、家を出てしまう徘徊への対応策など、良い助言がありました。
脳卒中などで、退院後リハビリが必要な方、新戸塚病院(麻痺した上肢、手指の回復に新療法で効果あり)、横浜なみきリハビリテーション病院など、普段から知っておくと急性期病院から移る時相談しやすいと思います。(中山)



円海山歩く会

11月の計画 集合場所:奥座公園 出発時間:午後1時半(雨天中止)

☆11月3日(月) 比較的近いコースを歩きます。約1時間半

奥座～関谷奥見晴台～自然観察センター◎～アキアカネの丘～市境広場～関ヶ谷

☆11月21日(金) 緑地内のハイキングコースを楽しみます。約2時間半

奥座～市境広場～天園～明王院～バス～関ヶ谷 オプション:紅谷(菓子屋)

☆12月1日(月) 奥座～市境広場～天園～獅子舞(紅葉谷) 往復 紅葉を見に行きます。

※履物、飲み物、雨具など自己責任でご準備下さい。経路は変更になる場合があります。(野呂)



ふれあいの会の催しはどなたでも参加できます。興味がある催しに是非ご参加ください。
また、ふれあいの会では一緒にボランティアをして下さる方を常時募集しております。(自治会館に連絡して下さい)



第5回「喫茶ふれあい」へのお誘い

喫茶ふれあいはお一人でも、お友達、ご近所の方を誘ってでも自由に参加出来、お茶を飲みながら談話を楽しんでいただくふれあいの場です。前回は25地区のご近所の集いの後、集いに参加された方とお茶を飲みに来られた方が一緒になってストレッチ体操をしておられましたように本当に自由にご利用いただける場です。ミニご近所の集いも大歓迎です。皆様のご来店をお待ちいたしております。

日時:11月19日(水)

午後1時30分～4時(お好きな時間にご利用ください。)

場所:自治会館1階会議室。

料金:無料(コーヒー、紅茶、お茶、お菓子を用意しております。)

問い合わせ:入野、池本



包丁研ぎます

ご自宅の包丁の切れ味はいかがですか? 包丁が切れると調理が一層楽しくなります。半年に一度は研いだ方がよいでしょう。ご要望が多そうなので、今回から「刈込ばさみ」も対象にすることにしました。ただし先着10本までとします。事前の申込みは不要です。下記の要領で自治会館にお持ちください。

日時:12月5日(金) 午後1時～2時の間にお持ちください。

場所:自治会館1階 会議室

お渡し:午後4時～4時30分

料金:包丁:1本200円(一人3本まで) 刈込ばさみ:1本400円(一人1本)

※ ご自分の包丁・刈込ばさみに記名してお持ちください。

※ 問合せ先:荒木



ご近所の集い

【9地区】17回目の9地区「ご近所の集い」を9月28日に開催しました。参加者は7名と少人数でしたが、最近多発している災害時のご近所の助け合いについて、ユニーの閉店、大相撲の思い出話などいろいろな話題で盛り上がり楽しいひとときでした。
帰り道はいつものようにみんな揃って、会話の余韻を楽しみながら家路につきました。(池本)



ちびっ子的みなさん、お元気ですか? これからの天候は冬型に変わり、落ち着くまで、変わり易い気候が続きます。特に気温の変化が激しく、急に寒くなったりしますので、風邪を引き易くなります。着衣には十分注意されて、お出かけの多い秋の行楽シーズンを楽しく過ごしてください。このイベントは今年最後の開催日になります。そのお出かけの半日を是非、このイベントに参加なさってみてください。きっと良き出会いが皆さんをお待ちしていると思います。スタッフ一同お待ちしております。(深見)

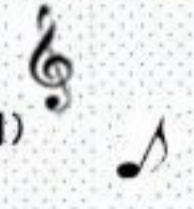
日時:11月28日(金) 10:00～11:30 場所:自治会館 1階 (Tel.784-4447)

歌声喫茶「ともしび」今後の日程

ご好評頂いている歌声喫茶の今後の予定をお知らせします。

H26年12月27日(土)、H27年3月15日(日)、H27年6月29日(月)

問合せ先:荒木



【75歳以上運転免許更新】

75歳以上で免許の更新を希望する方は、高齢者講習(70歳以上、講義・討議、運転適性検査、実車(180分))の前に講習予備検査(認知機能検査)を受けなければならないことになっています。検査の内容は、病院で行われている認知症検査によく似た内容ですが、医療検査に代わるものではありません。

*講習予備検査(認知機能検査)

1. 今年、月、日、曜日、時間 2. 絵を見てどんな絵があったか 3. 示された時間の時計の絵を描く、などです。
なお検査結果が悪くても免許の更新は出来ますが、認知機能の衰えの為に起こったと思われる特定の違反行為(信号無視、一時停止違反等)が更新時期前後にあった場合、警察からの連絡があり、医師の診断を受ける事になります。認知症と診

断された場合は免許証が取り消されます。

【運転免許の自主返納制度】運転する必要がなくなった、身体機能の低下を自覚した方などが運転免許証を自主返納することができます。希望により過去5年間の運転経歴を証明する運転経歴証明書が交付されます。(申請料1000円、免許証サイズの写真1枚)更新はありません。すでに失効した免許証は使えません。銀行等の証明に有効ですが銀行によって発行年からの有効期間が決まっています。なお申請は本人に限ります。加盟団体での特典があります。(例:イオンの電子マネー「WAON」のWAONカードを無料進呈1回限り、京急百貨店5%off お買い物優待券等) 【住民基本台帳】運転免許証に代わる銀行への証明書には住民基本台帳カードも有効です。住民基本台帳カードは写真付きも選べます。交付申請書と写真(パスポートサイズ1枚)、証明書2枚とえば(健康保険証+年金手帳等)申請料500円 (文責 野々山)

歩く会第100回

紅葉の高尾山 11月27日(木) 金沢文庫駅集合

ミシュランの旅行ガイドで三ツ星に選定され、一段と人気が高まっている高尾山。紅葉の時期を狙って、手軽なハイキングを実施します。

登りはケーブルカーを利用したあと、高尾山頂(599m)まで観光ルートを歩きます。山頂周辺は平日でも混雑が予想されるので、その先まで足を延ばし、一丁平で昼食を予定しています。その後、コース最高点の小仏城山(670m)から小仏峠を経て、小仏バス停でゴールとなります。

(土橋)



<コース概要>

金沢文庫駅(7:20 集合) → (7:32 発急行乗車) → 横浜

(8:11 発横浜線) → 八王子(9:12 着) → 高尾→京王高尾山口◎

ケーブルカー(10:00 頃発乗車) → 高尾山駅下車◎

歩行開始・薬王院山門・高尾山頂◎・一丁平(昼食)◎・小仏城山◎・小仏峠・小仏バス停◎ → (バス) → 高尾駅◎ (以下往路を戻る 金沢文庫駅着 17:30 前後の予定)

※ ◎印はトイレのある場所

※ 歩行時間は昼食、休憩を含めて4時間半ほど

※ 「スニーカー」等底が厚く凹凸の有る靴をご用意ください。



日時:11月27日(木)、雨天中止 ※中止の場合、前日に電話でご連絡します。

集合:金沢文庫駅 7時20分

参加費用:参加費100円及び各自負担の交通費3,240円(ケーブルカー料金を含む)

各自持参:弁当・飲み物・数物・雨具・スィカ、パスモなど

注意事項:参加当日の健康状態は自己責任で判断してください。

参加申し込みは下記用紙に氏名・電話番号・ブロック番号を記入して切り取り自治会館郵便受けに投函するか、下記用紙の記載事項を入れてメールしてください。

参加申込締切は11月20日(木)とします。

尚、問い合わせは ①土橋 ②野呂 までお願いします。

歩く会第100回(高尾山)に参加します。 申込日 月 日

氏名 _____ ブロック _____ 電話番号 _____

歩く会第101回

鎌倉紅葉 12月3日(水)、雨天時12月10日(水) はらっぱ集合

今年も愈々年の瀬を迎える季節になりましたが、鎌倉地方の秋は12月が紅葉の季節です。今回は趣を変えて今までの逆コースを考えました。目線を変えると違った紅葉の景色が楽しめます。あまり話題になりませんが秋の円覚寺も紅葉の美しい寺院です。これもあれもと組み込みました。それぞれの史跡の簡単な説明レジメは当日配布します。(小西)

<コース概要>

相武隧道(10:48) → (バス) → 杉本寺◎・永福寺跡・獅子舞(紅葉谷)を登る・天園広場(昼食)◎・明月谷(めいげつがやつ)・円覚寺◎・浄智寺跡を登る・葛原ヶ丘公園・源氏山公園◎・化粧坂(けわいざか)切通しを下る・鎌倉駅前解散 ※希望者は懇親会

※ ◎印はトイレのある場所

※ コースのうち獅子舞谷→明月谷→化粧坂への道は、足場が非常に悪いところがありますので履物は歩き専用の「スニーカー」等底が厚く凹凸の有るものをご用意ください。

歩行距離:約8km(うち山道は6kmくらい、町中を歩く時は車が多いのでご注意ください)

日時:12月3日(水)、雨天の場合は12月10日(水) ※予報が雨の場合、前日に電話でご連絡します。

集合:関ヶ谷はらっぱ 10時30分

参加費用:参加費100円及び各自負担のバス代(460円)と拝観料(500円)。※他に懇親会参加の方は2,000円位各自持参:弁当・飲み物・数物・雨具など。

注意事項:参加当日の健康状態は自己責任で判断してください。

参加申し込みは下記用紙に氏名・電話番号・ブロック番号を記入して切り取り自治会館郵便受けに投函するか、下記用紙の記載事項を入れてメールしてください。

参加申込締切は11月28日(金)とします。

尚、問い合わせは ①小西 ②野呂までお願いします。

歩く会第101回(鎌倉紅葉)に参加します。 申込日 月 日

①12月3日(水)参加 ②12月10日(水)参加 ③何れの場合でも参加

氏名 _____ ブロック _____ 電話番号 _____