

# きずな通信

石部南学区まちづくり協議会  
福祉部会

令和8年度3号

石部南学区まちづくり協議会では湖南省より委託を受けて、地域の支え合いの仕組みやネットワーク作りを推進してまいります。  
石部南学区の皆様の声を聞かせて頂きながら進めます。

どうぞよろしくお願いいたします。



## 1. サロン「きずな」( 9月12日に開催しました )

今年度第2回目の「サロンきずな」を開催しました。

- 第1部は、まち協 事務局長の土居さんより、『がんにならない50の習慣』というテーマでお話をして頂きました。

がんの前兆に気を付けること、

- ① 体重の減少 ② 便の変化 ③ 出血する ④ 咳が長引く など。  
② 湖南省のガン検診は無料のものもあるので、受診しましょう。

- 第2部として、『フレイル予防』を湖南省のフレイルサポーターさんの協力で実施しました。

- ① フレイル予防のお話 ② フレイル予防体操 ③ 握力測定  
④ パタカ測定チェック

- ・ パタカ測定によるチェックは、飲み込み難さに繋がる口の機能低下の手がかりを知るために行われました。



裏面にも記事があります。

## 2. 「きずな」カフェ

開店日 : 毎週月曜日、水曜日、金曜日  
開店時間 : 9時00分～14時00分  
場 所 : 石部南まちづくりセンター内  
参加費 : 無 料



毎回、12～15名の方が、来られています。  
**水曜日はマージャンの日です。**  
気軽に参加して下さい。  
女性の参加大歓迎です。



## 3. 『 石部南学区 お役立ち情報誌 PART② 』の作成

現在、『石部南学区 お役立ち情報誌PART②』 の発行に向けてデータ収集と資料の作成に取り組んでいます。

【内容は】 ⇒ 下記以外にも検討しています。

- ① みんなの居場所 ( センターで実施中の事業の紹介 )
- ② みんなの居場所 ( 5区で実施されている事業の紹介 )
- ③ こんな時には ( 生活全般で困った時の情報各種 )
- ④ 健康について ( 健康に生活するための情報各種 )

現在、内容を検討中です。

【発行予定】 令和9年3月ごろ

皆様方のご意見を『地域支え合い推進活動』に生かしていきたいと考えておりますので、皆様方のご協力をお願いします。

「きずな通信」へのご意見は、

部会長 : 土居憲昭 ( 090-5463-9536 )

副部会長 : 山元照代 ( 090-8571-0879 ) までご連絡ください。