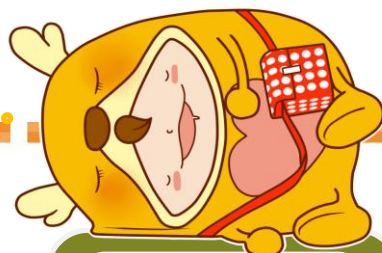


# 中部地域包括支援センターだより

秋晴れが続き、過ごしやすい日が続いていますが、  
お身体には十分気を付けて、お過ごしください！

ZZZZ…



定員 500名  
参加費 無料

## ■□■ 鈴鹿ふくし大学のご案内 ■□■

日時 平成 31 年 1 月 11 日 (金) 13:30~15:30 受付 12:30

場所 鈴鹿市文化会館けやきホール (鈴鹿市飯野寺家町 810 番地)

テーマ 自分らしい生き方=逝き方~在宅医療での自然な看取り~

講師 永井 康徳 氏 医療法人 ゆうの森 理事長

主催 鈴鹿市/鈴鹿市社会福祉協議会

申込み 059-382-5971 鈴鹿市社会福祉協議会までよろしくお願い致します。

## インフルエンザ

## は予防が大切です！！

高齢者がインフルエンザにかかると、重症になりやすく死亡例も多いと言われています。  
インフルエンザが流行する前に予防接種を受けることは発病防止、特に重症化に有効です。

対象 市内に住民登録をしている満 65 歳以上の方、または満 60 歳以上 65 歳未満の方で  
心臓、腎臓または呼吸器の機能に自己の身の日常生活が極度に制限される程度の  
障がいがある方、および比と免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活が  
ほとんど不可能な程度の障害を有する方

期間・回数 10 月 15 日 (月) ~1 月 31 日 (木) までに 1 回

持ち物 ①予診票 (健康づくり課/長寿社会課/各地区市民センター/実施医療機関 にて交付)  
②健康保険証

費用 1,500 円 (対象の方で生活保護受給者は無料)



インフルエンザは例年 12 月から 3 月にかけて流行します。

ワクチンは重症化の予防効果が認められています。

# 鈴鹿の福祉人



## 中川 久子 さん

若松地区民生委員さん！子どもから高齢者まで幅広い世代の方の支援に積極的に活動されています！

私は若松地区の民生委員・児童委員です。  
若松公民館にて、乳幼児教室「まつっこ」、高齢者教室「いきいき教室」を開いています。

最近の子どもたちは2～3才になると保育園に行くことが多いので、「まつっこ」に来てくれる子どもたちは、0～2才児と低年齢化しているだけではなく、子ども自体が少なくなってきたので、少人数ではありますが、細々と活動をしています。

幼児は1か月の間にとっても成長するので、その姿をみるのがとても幸せです。人見知りをする子がにっこり笑ったり、だっこできた時は至福の喜びにひたります。このように将来を担っている子どもたちに「しあわせあり！」と心から願っています。

また「いきいき教室」に参加される高齢者の方々が、お元気な方ばかりで、その方々を見ていると私たちも励みになります。  
参加される方は徒歩、自転車、バイク、自動車で毎回楽しみに来て下さいます。年齢も様々で、90歳近い方もみえますが、いつまでもこの「いきいき教室」に参加していただけるように、毎回工夫をこらしています。

皆様に愛される、乳幼児教室「まつっこ」、高齢者教室「いきいき教室」を今後もずっと続けていきたいと思っています。



中川さんありがとうございました！！

お問い合わせは中部包括（059-382-5233）まで♪♪