

社会福祉協議会（社協）は地域福祉の推進を使命とする民間の団体です



福祉だより ひらつか

所在地 〒254-0047 平塚市追分1番43号（福祉会館内）
TEL 0463(33)1377
FAX 0463(33)6588



タウンニュース社イベントサイトレリアにて情報発信中
<https://rarea.events/feature/hiratsukasyakyo/>

発行/社会福祉法人
平塚市社会福祉協議会

公式URL

<http://www.hiratsukasyakyo.jp/>

平塚市社協

検索



回覧

令和4年1月
(2022年)
141号

あけましておめでとうございます

2022

本年もよろしく願いいたします

社会福祉法人 平塚市社会福祉協議会 会長 木川 康雄

「フレイル」ってなんだろう？

年をとって心身の活力（筋力、認知機能、社会とのつながりなど）が低下した状態を「フレイル」と言います。フレイルは「虚弱」を意味する英語「frailty」を語源として作られた言葉です。多くの方が健康な状態からこのフレイルの段階を経て、要介護状態に陥ると考えられています。

コロナ禍でフレイルが進行！

実は長引く新型コロナウイルス感染症の影響で、フレイルが悪化し、要介護や寝たきりになるリスクが高まっています。要因は、外出や運動時間の減少、人との交流が少なくなったことが考えられます。フレイルを予防するための大切な3つのポイントとして「栄養（食・口腔機能）」「運動」「社会参加」があげられます。この3つは、相互に影響し合っており、特に社会参加の機能が低下すると、フレイルになりやすいことが分かってきました。

地域でもフレイル予防の一環で、コグニサイズ等の教室が開催されております。コロナ禍でも感染予防に気をつけながら、ぜひ参加してみましょう。

【レッツ！コグニサイズ】

～身体を動かし認知症を予防しましょう～



コグニサイズ教室の様子

最近、身体を動かしていますか？適度な運動は認知症予防になります。できなくなっても大丈夫！笑って、楽しく身体を動かしましょう。

日時：2月2日（水）10時30分～12時00分

会場：平塚市福祉会館

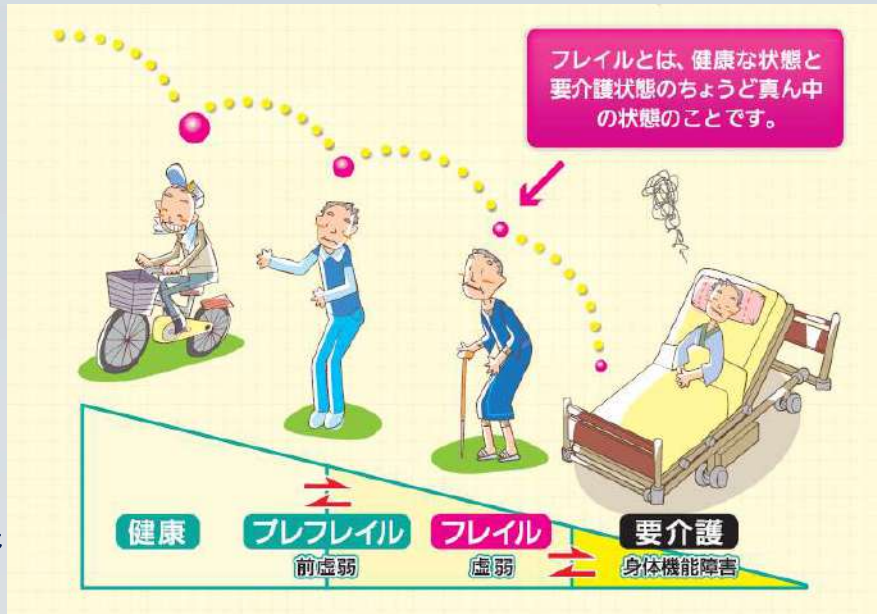
対象：市内在住の65歳以上の人

定員：先着30名（予約制）

申込み：平塚市高齢者よろず相談センターゆりのき

電話33-2334

※「コグニサイズ」は国立研究開発法人国立長寿医療研究センターが開発した運動と認知トレーニングを組み合わせる認知症予防を目的とした取り組みの総称です。



※ IOG 東京大学 高齢社会総合研究機構 やってみようフレイルチェック より

平塚市社会福祉展

平塚市社会福祉協議会の会員である福祉施設（高齢者施設、障がい者施設、保育園）の利用者や園児の作品を通して、福祉施設の活動紹介と関心を高めることを目的とし、WEB開催しております。

平塚市社会福祉協議会の
ホームページからご覧ください。



昨年度 湘南きらら保育園の出品作品「ふくろう」

第44回 神奈川県福祉作文コンクール

毎年行われている（令和2年は中止）福祉作文コンクールについて、県共同募金会平塚市支会より選出した中学生の部3作品がすべて入賞いたしました。おめでとうございます。

- 最優秀賞：神奈川県知事賞 …………… 人間らしさを尊重することの大切さ
神奈川県立平塚中等教育学校 2年 會田紫乃さん
- 最優秀賞：日本放送協会横浜放送局長賞 …… 小さな一言
平塚市立土沢中学校 3年 井上南奏さん
- 優秀賞 …………… 普通ってなんだろう
平塚市立土沢中学校 2年 清水麻帆さん

平塚市社会福祉協議会顕彰

平塚市社会福祉協議会では、毎年永年にわたり、ボランティアや地域福祉の場で様々な社会福祉に関する活動をされている社会福祉功労者に対し、表彰を行っております。

今年度も45名の方々の受賞が決定いたしました。受賞された皆様、おめでとうございます。

- 地区社会福祉協議会関係 表彰2名、感謝13名
- 民生委員児童委員 表彰24名 ○保護司 表彰2名
- 当事者団体 表彰1名 ○ボランティア 感謝3名

ひらつか☆スターライトポイントご寄附ありがとうございます

140号で周知しましたスターライトポイント、スターライトマネーからの寄附について27人、7,381円のご寄附がありました。皆様からの「あたたかい善意、誠にありがとうございました。引続きよろしく願いいたします。（11月末日現在）

明治安田生命保険より タオルの寄贈がありました

令和3年11月8日（月）、明治安田生命保険相互会社平塚支社から福祉のために役立ててほしいと従業員の方々から集めた未使用のタオル729枚のご寄附がありました。ご意向に従い、市内福祉施設などへ配分し有効に使用させていただきます。ありがとうございました。



あたたかい善意をありがとうございました 令和3年10月～11月 ※敬称略・順不同

寄附金は地域福祉事業を行う上で大きな支えとなっています。下記種類のほか、事業指定のご寄附も可能です。今後とも皆様のご寄附をお待ちしております。

【社会福祉基金へ 合計17件 277,385円】 平塚市では昭和56年度から、社会福祉の事業に充てるべく社会福祉基金を創設し、ボランティアの育成や地区社協活動の充実、低所得世帯援護事業等に活用されています。

- 磯崎輝夫 2件 (一社)神奈川県公営競技弘済会 (株)伊達建設 (株)根布工業
- 神田交通(株) 慶愛苑平塚 (宗)松岩寺 根本特殊化学(株) 平塚化成(株)
- マルハン平塚店 神奈川土建 平塚支部 金目分会 神奈川土建 平塚支部 金旭分会
- ひらつか☆スターライトポイント運営事務局 2件(2ヶ月分) 匿名2件

【交通遺児へ 合計1件 85,000円】 神奈川県自転車商協同組合

【児童福祉へ 合計2件 2,000円】 匿名2件

あたたかい善意に関するお問合せは、☎33-1377まで



「福祉だよりひらつか」は皆様からの賛助会費と赤い羽根共同募金により発行しています。