

Ogura times



小倉タイムズ

〒611-0042宇治市小倉町西畑1-4(小倉小学校内)
tel 0774-21-6294 fax 0774-21-6195
http://www.myoujou.or.jp E-mail oguraday@helen.ocn.ne.jp
https://www.facebook.com/oguramyoujoen

平成28年 冬号

発行 社会福祉法人
宇治明星園/小倉明星園
小倉タイムズ委員会

小倉デイサービス 運動会



「優勝、おめでとうございます!!」
「やった〜」



〔紅白各キャプテンの選手宣誓〕



〔白い玉がかごに向かってきれい飛んでいます〕



〔竹竿にかかった長く切った紙を団扇であおいで落としています〕



全種目、座って行なわれました。個人、団体競技がありました。1時間ほどの運動会でしたが、抱腹絶倒の盛り上がりになりました。

デイサービス 合同運動会

10/21(金) 行なわれました 🏆🏆🏆🏆

宇治市内から4つのデイサービスが西宇治運動公園体育館に集結。「我こそが一番」と白熱した競技がとり行われました。小倉デイサービスは惜しくも準優勝。参加されたご利用者の皆様は「来年こそは優勝するぞ」と話しておられました。



左：写真
玉転がし(8m四方の枠の中にめがけて、皆で投げ込んでいます)



右：写真 筒送り(15mの紐に筒を通して横に送っています)

デイホーム委員会

一部：認知症あんしんサポーター養成講座
二部：秋のお茶会（コーヒー、菓子）

10月19日（水）行なわれました（18名参加）

今回のイベントは、地域の住民の方に認知症を正しく理解して頂くための普及啓発活動として行われました。カフェの雰囲気の中でゆったりと過ごして頂きながら、実際に住んでおられる地域の課題を皆で話し合いました。



2025年には高齢者の5人に一人が認知症になると言われています。認知症は脳の病気で日常生活に支障が出てきます。家族も地域に住んでいる身近な人達も支える事で、安心して住み慣れた地域で、自分らしく暮らし続ける事ができます。



参加された皆さまは、資料を手に熱心に聞いておられました。「理解が深まった」「認知症の予防方法は？」等、活発な言葉が多く寄せられました。皆さま、関心をもって参加をされていた事が印象的でした。

小倉明星園とともに 地域の福祉をよくする会



9月13日（水）行われました

『終活について & エンディングノートの使い方』

講演がありました



今では昔と比べて医療が進歩し、寿命が延びてきました。医療・介護・葬儀の多様化が見られています。また、高齢者の独り暮らし世帯が多くなり、みんなで支え合って行きましようという社会に変化しています。人生のエンディング（最期）を迎えるにあたって、今をより良く自分らしく生きる為の準備や人生の総括を『終活』といいます。

ひとくちメモ



- ・東日本大震災後に流行したのが始まりと言われています。
- ・持っていても書いておられない方が多いです。



書き方のコツ！

- ・書きやすい項目から書く。
- ・年に1回見直す。



（左写真）

公益財団法人京都SKYセンター
高齢者情報相談センター
内山 貴美子次長の講演の様子

講演後にはノートの追加注文があり、後日再注文がでるほど参加された皆さまに好評でした。