



光学区の福祉を高める会
福祉だより編集委員会
事務局 草戸町1526 ☎951-5262
2023年6月24日 第97号
題字 野毛 青陽

社会奉仕活動のご紹介

福祉を高める会では社会奉仕活動として毎月第2日曜日(都合により変更あり)に光小学校の花壇等の草刈りを行っております。

お手伝いいただける方を随時募集中！朝の活動が終わった後は清々しい気持ちになりますよ。



いきいき運動教室

～転ばない体力づくりと
毎日いきいき楽しく生活していくために～

運動普及推進員により指導



開催日：毎月第4火曜日10:00～
（都合により変更あり）

持参物：室内用運動靴・タオル
飲み物（水分補給用）

対象者：中高年齢者

テーマ：ストレッチ体操
リズム体操等

ご参加をお待ちしております。

物々交換会を開催いたします。

SDGs つくる責任・つかう責任

開催日時 2023年10月28日(土)

開催時間 後日ご案内します

場 所 光小学校グラウンド

持 参 物 ご家庭で眠っている未使用品



- ①ご自宅で眠っている不用品を出す。
- ②交換カードを受け取る。
- ③交換したい商品を選んでカードと交換する。

ひとりが何個出されても構いません。

注意:不用品は未使用品のみ受付
食品は受付不可

シニア食生活改善教室及び子ども向け料理教室を開催いたします。

作る楽しみ・食べる楽しみ

コロナの影響で長い間料理教室もデモンストレーションでの開催でしたが、今年度から以前のように自分で作って、食べる。

本来の料理教室が開催されます。

お料理上手な方には「こんな献立もあるのか」

料理の苦手な方には「これなら簡単で私でもできる」

子どもさんには「みんなで作って楽しい」など参加される方を

笑顔にできるように食生活改善推進員さんのご協力で開催いたします。

まだ感染等の心配がゼロではありませんが、使用する調理器具及び食器等はすべて熱湯消毒を行い実施致します。

密にならないように人数を少し制限して開催いたします。

一度も参加したことが無い方、この機会に是非参加されませんか？

長年参加して、作る楽しみや新しいレシピを心待ちにされている方のご参加も大歓迎です。



シニア食生活改善教室 参加費は無料です

日 時	内 容
7/10(月) 10:00	「ちょい増し習慣」で低栄養予防！
9/1(月) 10:00	「はじめよう！減塩」
対象者：おおむね65才以上の方およびそのご家族	

子ども向け料理教室 参加費は300円です

日 時	内 容
9/30(土) 10:00	子ども食育教室「簡単クッキング」
12/9(土) 10:00	簡単にできるお菓子アラカルト
対象者：子どもと保護者およびおとな	

2023年度役員のご紹介

福祉を高める会 理事		福祉を高める会 役員	ボランティアの会 役員	福祉を高める会及びボランティアの会 幹事	
上・中ノ丁 渡邊 賢司	淀川親和 佐藤 孝次郎	顧問 藤井 茂	代表 中原 幸子	代表幹事 高田 元継	岩本 敏秀
下ノ丁 大土井 昭夫	淀川睦 松村 孝司	相談役 延谷 一善	副代表 藤井 茂	石井 幸江	鈴木 俊宏
半坂 志田原 久人	栄 梅田 敏臣	会長 中原 幸子	副代表 能島 順子	中川 栄治	代表幹事 小林 智恵子
芦田 花谷 忠厚	親和会 畑 信次	副会長 谷屋 幸子	コーディネータ 杉原 政宏	志田原 真理子	三谷 美貴
東鷹取 小林 祥二	親栄会 岡村 功嗣	事務局・会計 高田 元継	コーディネータ 小林 智恵子	代表幹事 杉原 進	近藤 勇
西鷹取 小林 正直	光 菜原 龍三	会計監査 鈴木 俊宏	会計 三谷 美貴	志田原 兼作	石川 吉之助
南鷹取 牧野 耕三	双葉 川上 澄雄		会計監査 谷屋 幸子	三藤 三記子	杉原 政宏
淀川 高橋 俊博	朝日 小坂 章則		会計監査 宮野 加代子	中川 三四子	代表幹事 八木 桂子
				山口 ひとみ	伊藤 真弓

『恐恐謹言』

「無徳而服者衆 必自傷也」

●徳なくして服する者衆（おお）ければ、必ず自ら傷（やぶ）る。

肩書や権力ばかりで人徳のないひとが、大勢の人を使う立場になると、いつか破綻することになる。

人徳のない人は衆望がないから、みんなに支えてもらうことができない。

自分ひとりでは大きな事業はできない。

肩書や権力は仮の姿だと理解して、偉そうに振る舞ってはならない。

【民生委員（概略）】

1948年に制定された（民生委員法）（昭和23年法律198号）にもとづいて設けられた名誉職の民間篤志家の制度です。一定の地区を担当して、常に担当地区の調査をおこない生活状態を知り、また社会福祉全般のわたる協力機関として活動すると同時に低所得階層の人たちが被保護者にまでおちこまないうちに自立できるよう援助することを目的とする世帯更生運動などを展開している。1946年に民生委員と名称をかえたものである。民生委員は同時に（児童福祉法）（昭和22年法律第164号）にもとづく児童委員を兼ねている。民生委員法によれば、民生委員は社会奉仕の精神をもって保護指導のことにあたり社会福祉の増進につとめるものとなっている。