



たみお

民生君のつぶやき



新年あけましておめでとうございます。

今年も、橋北地区民生委員児童委員18名は、地区の皆さんが元気に過ごせるお手伝いができるように、隣人愛をもって活動しますのでよろしくお願いします。

昨年末開催した第5回ニコニコ縁日は、たくさんの参加者で開催できたことを改めてお礼申し上げます。また今年も毎月第4土曜日開催のニコニコ食堂では、子どもから高齢者まで参加して触れ合える場所を提供していきます。

ニコニコ食堂
開催します

1月24日(第4土曜日)
11:00~13:00

場 所 橋北ニコニコ学童
メニュー あつあつ笑顔のカレーうどん
参加費 小・中学生は無料
大人はコーヒー付き300円
持ち物 飲み物



注意事項

- ①駐車場はありませんので、徒歩でお願いします。
- ②参加者名簿に記入、手指消毒お願いいたします。

※「ニコニコ食堂」は子ども食堂の愛称です。橋北地区の皆様は誰でも参加できます。

問合せ先

NPO法人 ニコニコ共和国
理事長 高井俊夫 ☎080-3640-7978
協賛: 橋北地区民生委員児童委員協議会

民生委員制度の歴史

民生委員制度は、1917(大正6)年に岡山県で誕生した「済世顧問制度」を始まりとします。翌1918(大正7)年には大阪府で「方面委員制度」が発足し、1928(昭和3)年には方面委員制度が全国に普及しました。1946(昭和21)年、民生委員令の公布により名称が現在の「民生委員」に改められました。この間、一貫して生活困窮者の支援に取り組むとともに、とくに戦後は、時代の変化に応じて新たな活動に取り組むなど、地域の福祉増進のために常に重要な役割を果たしています。



防犯対策

マイナンバー更新のメールや
電話による特殊詐欺に注意!

警察や総務省、消費者庁など組織の名前を称して、個人情報聞き出し、マイナンバーカード情報やクレジットカード情報を盗み悪用される詐欺が多発しています。

マイナポイントの申請についてという、問いかけもありますがマイナポイントは2023年9月で終了していますので明らかに詐欺になります。

個人情報を盗む手口です。くれぐれも注意してください。



在介走ってます!!



橋北楽々館は 在宅介護支援センターです



在宅介護支援センターは四日市市の各地区に1か所以上設置されている地域の福祉相談窓口です。介護保険のことや介護予防、認知症のことなど高齢者の生活の困りごとに関する相談を受けています。

センターへの来所、自宅への訪問、電話などで担当の相談員がお話を伺います。「介護保険のことを教えてほしい」などでも大丈夫です。お気軽にご相談ください。



楽々! 元気の会を開催します。

1月9日(金) 10:00~11:00 橋北楽々館
運動して介護予防

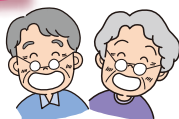
1月23日(金) 13:30~14:30 市民センター
運動して介護予防

※各自 お茶などの水分をお持ちください。

問合せ先 橋北楽々館 在宅介護支援センター
(岩崎) ☎059-334-8588

ニコニコ茶屋&カフェ

歳を重ねても笑顔は青春!!

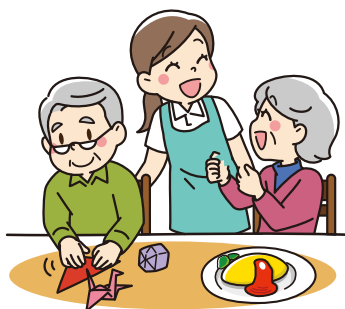


| 日曜日 | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 |
|-----|------------|-------------|-------------|------------|-------------|-----|
| 休日 | ニコニコ 茶屋 | ニコニコ カフェ | ニコニコ カフェ | ニコニコ 茶屋 | ニコニコ カフェ | 休日 |

場所 川原町33-7

ニコニコ茶屋 手料理あり 利用料:600円

ニコニコカフェ モーニングカフェ
利用料:会員カード(入会随時)



問合せ先
NPO法人 ニコニコ共和国
理事長 高井俊夫
☎080-3640-7978

認知症のあれこれ



できることはやっておこう!

認知症状の一つ「記憶障害」により覚えることが苦手になることで、「これまでできていたことができなくなる」ことがあります。

しかし、「覚えていたらできる」状態かもしれません。覚えられないことで「何もできなくなった」と感じてしまうこともあるかもしれませんが、覚えていてもらう工夫を考え、できることは自分でやってもらうことで認知症の進行を緩やかにする効果があると言われています。



お魚ごよみ

1月の魚.. 金目鯛(キンメダイ)



鯛という名前ではあるが真鯛とは違った種類に属する深海魚です。

刺身や煮つけにすると美味しい高級魚。主に太平洋沿岸で漁獲され、下田港で水揚げされることが多いが、近年漁獲量が減少していることもあり希少価値のある魚になっている。

キンメダイの目は光が反射すると金色に光ってみえるので、呼び名になったとされる。泳いでいるときは水深200mから800mに生息し、背中がピンクで、腹側になると銀色である。金目鯛とキンキは見た目が似ていますが、分類学上は全く異なる魚です。キンキはカサゴ科、金目鯛はキンメダイ科に属します。

