

きたろー通信

第27号（12月・1月合併号）

令和2年12月1日発行

発行：社会福祉法人彦根市社会福祉協議会
彦根市北老人福祉センター
（馬場一丁目5-5）
27-6701

さわやかな秋晴れに健康ウォーク！

～滋賀大学のヴォーリス建築などを探訪～



健康ウォークと歴史探訪を掛け合わせた企画“歴史探訪ウォーク 第1弾”を10月30日（金）に行いました。少し風はありましたがお天気に恵まれ、彦根ボランティアガイドの宮嶋典人さんに詳しく説明していただき、滋賀大学周辺の歴史を楽しく学びました。気持ちよく歩きながら、彦根の良さを再確認できた一日でした。訪れたコースは下記のとおりです。

北老人福祉センター出発



滋賀大学



講堂 経済学部の前身である彦根高等商業学校の講堂として建てられ、昨年从今年にかけて耐震改修工事が行われました。



陵水会館（同窓会館） 昭和13年に同窓会館として建設されたヴォーリス建築で、全体がスペイン風にまとめられています。

・ 資料館、日下部鳴鶴（くさかべめいかく：彦根出身の書家）屋敷跡なども訪れました。

滋賀大教員旧官舎



滋賀大教員旧官舎 外国人教員専用の宿舎で、1階には暖炉が、2階には小さな部屋が複数あります。



スミス記念堂 彦根高等商業で英語の教師をしながら布教活動や文化活動に従事されたスミス先生が建設された和風礼拝堂です。

スミス記念堂

北老福帰着

アレンジフラワー教室 開催



11月20日（金）、アレンジフラワー教室が行われました。今回は、第2回目の“クリスマスバージョン”です。先生にアドバイスをいただき、バランス良く花を生け、玄関やリビングを華やかに彩る作品が出来上がりました。最後はみんなで作品を並べて写真撮影を行いました。

アレンジフラワー教室の様子は、ケーブルテレビのZTVでも紹介されました。



長距離移動することで知られるチョウの“アサギマダラ”が今年も北老人福祉センターにやって来ました。日本列島を南下する途中に立ち寄ったとみられます。



アサギマダラは、羽根の内側が半透明な淡い水色で、ひらひらと飛んでいる姿はとても美しく、見ていると引き込まれます。

ボランティアで当センターの庭を管理して下さっている林田さんが、アサギマダラが蜜を吸いにやって来るようにとヒヨドリバナを植えてくださいました。アサギマダラが訪れるようになって今年で3年目です。10月22日（木）の中日新聞にも掲載されました。来年もアサギマダラに会えることを願っています。

アサギマダラ 来訪

あなたにとって 今年の“流行語”は？ 2020

テイクアウト 新型コロナウイルス 三密 リモート

オンライン診療 コロナ 自粛 テレワーク

鬼滅の刃 エール ソーシャルディスタンス

アベノマスク Go To ~ クラスタ

あつ森 コロナ禍 ステイホーム

☆みなさんに

健康第一 みんなと楽しく集まれる生活 平和な日常
 バイデンさんと仲良くして クラブ活動で施設を訪問
 外出・外食できる生活 オリンピック開催
 自由に海外旅行 コロナ終息 穏やかな生活
 ワクチンができますように 災害の無い一年

2021

来年は どんない年に
なっしてほしいですか？



二胡 と ピアノ の演奏会

演奏曲

- 1 いい日旅立ち
- 2 小さい秋みつけた～赤とんぼ
- 3 川の流れるように
- 4 エトピリカ
- 5 パリの空の下
- 6 剣舞
- 7 烟花易冷
- 8 賽馬



“二胡”は こんな楽器です。
聞きました☆

11月9日（月）、音楽サークル“すみれ”による、二胡とピアノの演奏会が行われました。とても美しい音色に、優雅な時間を過ごすことができました。「生演奏はやっぱりいいですね。次回も楽しみにしています。」と帰り話してくださる方もおられました。

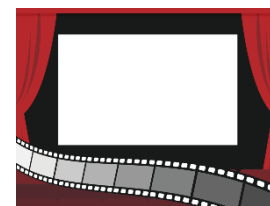
演奏会は月1回開催される予定です。詳しい日程は、北老人福祉センターまでお問い合わせ下さい。



コロナウイルス感染拡大防止のため中止していた ふれあいシネマ を、来年（令和3年）1月から再開します。

1月の上映作品は『 小さいお家 』です。

上映日 1月22日（金）
 上映時間 10時～、13時～ の2回
 会場 北老人福祉センター



申し込みは不要ですが、先着12名の人数制限をさせていただきます。マスクを着用して映画をお楽しみください。（椅子席です）

※今後の感染状況等により、「中止」または「延期」する場合がありますので、予めご承知おきください。

ふれあいシネマ 再開

地域包括支援センター ハピネス伝言板⑤

先の見えない
自粛生活・・・
フレイルの進行を
予防するために

寒い季節となり、コロナウイルス感染者が増え、
第3波 と言われています。



毎年のインフルエンザ流行の季節と
重なり、**同時流行の恐れ** があります。

インフルエンザウイルス と コロナウイルス は共にウイルスであるため、予防策は同じです。
ウイルスは自分で移動することはできません。人が運んでいるのです。

また、コロナウイルスは遺伝子の変異したことで人への細胞の感染力が3～8倍と高く、飛沫感染
しやすいと東京大学のグループが発表しています。

基本の感染予防策として、3つの「新しい生活様式」を守りましょう

- ① 密を避ける・・・飛沫感染を防ぐ
- ② マスクを上手に使いましょう・・・2メートル以内に人がいるときは
マスクを着用しましょう
- ③ 水と石けんで手を洗いましょう・・・手指消毒用アルコールでも消毒できます

感染を防ぐため外出をしないで家にこもるなど、生活が不活発になっている人が増えています。
生活が不活発になると、心身の衰弱状態である**フレイル(衰弱)**を招き、要介護状態や寝たきりにつな
がる恐れがあります。フレイルにならないために、しっかり体を動かしましょう。

包括ハピネスでは、筋力維持のため、金亀体操することをすすめています。あなたも・・・

出前講座あり

『金亀体操を始めませんか?』



1月&2月の講座・行事案内



新春しゃれかるた大会 は

“密”になる可能性が高いので

中止

とさせていただきます。



生活習慣病予防講座



2月5日(金) 13時30分～15時 定員12名

場所：北老人福祉センター 受講料：無料

運動や食生活、疲労、喫煙、飲酒など、日々の
生活習慣を見直す大切なポイントを学びます。

※今後の感染状況等により、「中止」または「延期」する場合がありますので、予めご承知おきください。

北老人福祉センターの情報は、

彦根市社協

検索

してください。