

# 第91回 いきいきサロン

中井町内会いきいきサロン担当／大森 武生

日 時 平成26年12月10日（水）12:00～14:30

場 所 中井公会堂

## 1. 大森 勝 町内会長の報告

- ・住居表示が平成27年1月31日より実施されます。お友達への新住居表示のPRは来年になってからで十分と思われます。
- ・中井町内会の新築工事が続々完成しています。警察官舎南側に約15軒が新築される予定です。新しく「出屋敷組・西班」とする予定です。また大森純一氏宅の南に8軒分譲されますが、それぞれ東班4軒、南班4軒に編入する予定です。
- ・町内の街路灯の増設の件。警察官舎南の西班は2灯新設済み。来年予算で下東組B班へは2灯予定しております。防犯上不安な場所があれば、町内会長まで連絡下さい。

## 2. 見守り新鮮情報／情報収集・門脇正彦

\*205号 無料点検に高額な排水管工事の勧誘

「排水管の点検を無料です」と言ってきて、「排水管の一部が壊れている」と言われた。修理をしてもらうと70万円の工事費を請求をされて払ったが、高額でビックリした。  
・アドバイス／特別に値引きするなどと言われても、すぐに契約せず家族と相談しましょう。

\*206号 古い灯油を使ったら石油ストーブが故障／これからストーブの必要な季節です。

不良灯油を石油暖房機に使用すると少量でも異常燃焼や機器の故障につながる危険あり、シーズン中に使い切れなかった場合や、長期保管し変質の可能性がある灯油は使用しない事。

・アドバイス／灯油は光の当たらない、涼しい場所で保存する。  
灯油保存容器は出来るだけ金属缶を使用するのが安全です。

\*207号 原野商法の二次被害が増え続けている

「昔の土地を高く買い取る」、条件として新しい土地を契約してくれ「その土地は近い将来太陽光発電基地となる予定」との話。  
・アドバイス／そんなうまい話は無い。自治体等に土地の状況を問い合わせる事。

### 3. 寒い冬を元気に過ごそう／なかなか通信の紹介！高島包括支援センター・西山社会福祉士

#### ●インフルエンザ対策／危険情報が発令されています。

感染経路を断つ、予防接種を受ける、免疫力を高める。

#### ●毎月介護予防教室／勉強しましょう。

高島公民館：毎月第二金曜日 13：15～15：15、

#### ●認知症対策

1. バランスの取れた美味しい食事。
2. すこやかな安眠・早寝早起き。
3. 適当な運動／ウォーク 5000歩、転倒予防ストレッチ、脳トレ。

### 4. 楽しい食事会

参加会員は、食事の時ほとんど人が一人、二人での食事。

今日は皆さんと「わいわい、がやがや」と、おしゃべりお食事、楽しい時を過ごしました

### 5. 脳トレ・頭の体操／大森武生

\*漢字テスト・2題／漢字は読めるけど書けない。

\*間違いさがし2題／間違いさがしも10か所以上の問題では頭を使いました。

### 6. いきいきサロン27年度年間予定の検討

今までのイベントを検討、皆さん希望を出し最終1月のサロンで決めるにしました。

### 7. 歌声喫茶・なかい／食事後、声を出すことはストレス発散で良いですね。

### 8. お楽しみ抽選会／何が当たるかな、今年最後のお楽しみでした。

### 9. 出席者

大森武生、勝、茂子、貞子、裕子、光子、満寿子、松田千津子、山中国之、門脇正彦、  
山崎清子、中西啓次、西山由紀、実盛泰子、梶田恵美子、樋口正恵、岩坪正幸、郁子、  
田中節子、青井幸子、本間英子、中村弘子 22名