

2025

隣保館だより

6月号



NO. 377

発行・編集

鹿沼市隣保館

鹿沼市万町 931-1

Tel.0289-64-4776



ご挨拶

令和7年度の事業が始まりました。隣保館では、今年度もいろいろな事業を企画しています。多くの皆様が楽しくご参加頂けるよう、新館長をはじめ、生活相談員、指導員3名で行います。本年度もよろしくお願いいたします。

隣保館とは

隣保館は、社会福祉法に基づき、地域社会全体の中で福祉の向上や人権啓発、住民交流の拠点となる開かれたコミュニティーセンターとして、生活上の各種相談事業、人権に関する相談や人権課題のための各種事業を総合的に行っている鹿沼市の施設です。

◆ 新年度の「**高齢者ふれあい事業**」がスタートしました。
運動・音楽・小物作り・料理教室など、盛り沢山の講座内容となっています。
どなたでも参加できます。お申込みお待ちしております。【 ☎ 64-4776 】

6月1日は「人権擁護委員の日」です

人権擁護委員法が昭和24年6月1日施行されたことを記念して、毎年6月1日を「人権擁護委員の日」として定めています。この制度は、日頃から地域に根ざした活動を行っている方が、人権の思想を広め、人権侵害が起きないように見守り、人権を擁護していくことが望ましいという考え方から設けられました。人権擁護委員は、地域の皆さんからの人権相談を受け、問題解決のお手伝いをしたり、法務局の職員と協力して人権侵害から被害者を救済したり、地域の皆さんに人権について関心を持って頂けるよう啓発活動も行っています。現在、14,000人の委員が全国の市町村に設置され、鹿沼市においても16名の委員さんが積極的に活動をしています。

＊鹿沼市の人権相談窓口・人権なんも相談

相談日：毎月第2木曜日（午前10時～午後3時）

窓口：人権・男女共同参画課 ☎ 63-8351（行政棟2階9番窓口）

期 日	内 容	講師等
6月26日	クラフトバンドで作る小物入れ	藤沼 清美
7月10日	輪投げ	館職員
7月24日	健康づくり からだ編	健康課
8月28日	人権の話	戸田 真
9月11日	パドル健康体操	福田 美枝
9月26日	日帰りバス研修	館職員
10月 9日	大正琴を聴いて歌おう	ふみの会
11月13日	料理教室	川田 容子
12月11日	認知症サポーター養成講座	高齢福祉課
1月22日	kanuma7筋力アップ運動	高齢福祉課
3月19日	春の花の寄せ植え	館職員

ふれあい事業開催される

3月13日(木)今年度最終となる、第13回高齢者ふれあい事業
春の寄せ植えを参加者25名で行いました。

今回の花は、ジュリアン・ノースポール・パンジーの3種類を用意しました。
初めに、職員から植え付け作業の説明後、参加者の皆さんに花を選ぶクジ
を引いていただき、袋に分けた花を順番に選びました。次に、一人ひとりに
用意した土と鉢に植え付けをし、隣の人と話し合いながら楽しそうに作業
を行い春の訪れを楽しんでいました。参加者の方々からは、毎年楽しみに
している、花と接すると心が穏やかになるなど、感想が寄せられ、好評のう
ちに今年度の事業を締めくくりました。



2025年度ふれあい事業始まる

5月28日(水)午前10時より、第1回ふれあい事業を参加者19名で行い
ました。初回は、KANUMA7筋力アップ運動で講師に水島律子さんをお
招きしました。イスに座ったストレッチ体操で、まず初めに転倒防止のため
の手首のストレッチ・肩のトレーニングです。上半身を無理なく動かし手の
筋力をつけることによりペットボトルの蓋を無理なくあけるなどの効果があ
ります。次に、下半身を鍛え筋力アップで肩こり・腰痛予防など基本的な運
動を行いました。ストレッチ体操や筋力アップ運動ではケガの予防・老化予
防・柔軟性の向上など効果があり、先生のユーモラスあふれる説明に楽し
く笑いながら筋力アップ体操行うことができました。参加者の皆さんは、楽
しく運動が出来て良かった、と感想を述べ、会を終了しました。

