

# 北茨城のふくし

高齢者の  
生きがいと  
健康づくり推進事業  
特集号

編集・発行



社会福祉法人  
北茨城市社会福祉協議会

〒319-1542 北茨城市磯原町本町2-4-16  
(北茨城市地域福祉交流センター内)

TEL 42-0782-30-1810  
FAX 42-7666

<http://www.kitaiba-shakyo.jp/>



## 平成27年度 高齢者の生きがいと健康づくり推進事業計画

### (1) 三世代の集い事業

事業名	実施予定月	募集予定人員	内容
三世代の集い社会探訪	8月8日	160名	三世代が一堂に集い、神社や仏閣、工場やテーマパークを見学し、世代間交流を図る。
三世代の集い園芸教室 (さつまいも掘り)	10月	100名	三世代による、さつまいも掘りを実施することにより世代間交流を図るとともに、土に親しみをもち、自然の恵みを堪能する。
高齢者地域福祉交流事業	11月	100名×7地区	各地において、社協支部や各種団体などと協力し、世代間交流の実施。

### (2) 健康づくりスポーツ大会

事業名	実施予定月	募集予定人員	内容
高齢者 グラウンド・ゴルフ大会	5月22日	120名	高齢者に適したスポーツである、グラウンド・ゴルフ大会の実施。いばらきねりんスポーツ大会の予選会を兼ねる。 ●実施場所：雨情の里スポーツ広場
高齢者 健康づくりスポーツ大会	6月4日 雨天時：5日	250名	高齢者に適したスポーツ大会（ゲートボール・クロッケー・ペタンク・輪投げ）の実施。 いばらきねりんスポーツ大会の予選会を兼ねる。 ●実施場所：雨情の里スポーツ広場
高齢者 グラウンド・ゴルフ交流会	9月	200名	高齢者に適したスポーツである、グラウンド・ゴルフの普及、並びに高齢者同士の交流と体力維持、健康増進を目指し実施する。
シルバーリハビリ体操 普及講習会	12月2日	200名	高齢者の介護予防や要介護状態の改善に効果が認められる「シルバーリハビリ体操」の普及を図る。

### (3) 趣味・教養・社会奉仕活動

事業名	実施予定月	募集予定人員	内容
環境美化（花いっぱい）運動	7月9日	100名	プランターに花を植え、市内公共施設に設置し、環境美化に努める。
環境美化（清掃）活動	9月	100名	除草、清掃を通じて、ボランティア活動の推進を図る。
高齢者芸能発表会	10月	400名	高齢者に芸能発表の場を提供するとともに、趣味の向上、地域間交流を図る。
文化講演会	8月 H28年2月	各200名	さまざまな分野で活躍されている方を講師に招き、高齢者の趣味や教養に関する講演を実施する。
高齢者創作活動	H28年3月	100名	高齢者の創作に対する意欲を高め、生きがいのある生活環境をつくるとともに、地域の高齢者間交流を図ることを目的に実施する。

### (4) 健康・生きがい講座

事業名	実施予定月	募集予定人員	内容
介護予防講演会	11月	200名	介護予防の観点から講演会を実施し、高齢者の健康増進に努める。
生きがい寺子屋講演会	H28年1月	100名	高齢者一人ひとりが豊かで生きがいのある生活を送るために必要な知識、教養を身につけるとともに、生涯学習の重要性を認識し、社会の一員としての役割を果たせるよう努めることを目的に講演会を実施。

※その他にも、多数事業を予定しております。なお、上記の予定は変更になる場合がございますので、市報や社協だよりにおいてご確認ください。

## ■ ■ 生きがい講座募集について ■ ■

手芸講座  
ペーパーフラワー

- 日 時 平成27年7月3日(金)・6日(月)  
午後1時30分から午後3時30分まで
- 場 所 北茨城市老人福祉センター「ライト」休養室
- 講 師 清水 七重氏
- 内 容 折り紙を組み合わせ人形を作成  
(各日とも同じ内容です)
- 募集人数 各日15名(重複申し込み不可)
- 材 料 費 500円
- 持 参 品 はさみ、木綿糸(白)、縫い針、手芸用ボンド
- 対 象 者 市内居住の60歳以上
- 申 込 方 法 平成27年6月10日(水)より電話で受付開始  
※各日定員になり次第締め切らせていただきます



### エンジョイ俳句教室

- 日 時 平成27年8月3日(月)・24日(月)  
31日(月) ※計3回講座になります  
午後1時30分から午後3時30分まで
- 場 所 北茨城市老人福祉センター「ライト」  
集会室
- 講 師 岡野 明氏
- 内 容 ・北茨城俳句ポスト大賞にむけて  
の勉強会  
・当季雑詠でいくつか作ってきて  
ください
- 募集人数 30名
- 持 参 品 筆記用具
- 参 加 費 無 料
- 対 象 者 市内居住の60歳以上の方
- 申 込 方 法 7月31日(金)までに電話で申し込み  
ください  
※定員になり次第締め切らせていた  
だきます



### カラオケ発表会

- 日 時 平成27年7月17日(金)  
午前10時から午後3時
- 場 所 北茨城市老人福祉センター「ライト」集会室
- 講 師 志摩 幸子氏
- 内 容 カラオケ発表のアドバイスをいただく  
(1人1曲2コーラス)
- 募集人数 40名
- 参 加 費 無 料
- 対 象 者 市内居住の60歳以上の方
- 申 込 方 法  
(1)往復はがきの往面に氏名(ふりがな)・住所・  
生年月日・電話番号、発表曲(ふりがな)歌手  
名を記入の上お申し込み下さい  
(見学者は申込不要)※応募者多数時は抽選となります。  
(2)発表者は、通信カラオケを利用させていただきます。  
(3)発表者には返信はがき到着後、7月15日(水)までに  
譜面(A4サイズ)を老人福祉センター「ライト」ま  
で提出していただきます。
- 締 切 日 平成27年6月30日(火)必着



老人福祉 センター 利用料	市内	60歳以上	無 料
		60歳未満	200円
	市外	500円	

お問い  
合わせ

北茨城市社会福祉協議会  
北茨城市老人福祉センター「ライト」  
〒319-1535 北茨城市華川町臼場187-74  
Tel. 43-5361 担当/篠原



# 平成27年度(第21回)北茨城市小学生ワークキャンプ参加募集について

- **目的** 児童が、いろいろなボランティア活動体験学習を通して、社会福祉やボランティアについて理解を深め、奉仕の心や社会性を培うことを目的とする。
- **主催** 社会福祉法人 北茨城市社会福祉協議会
- **協力** 北茨城市ボランティアグループ連絡会
- **期日** 平成27年7月30日(木)～7月31日(金)1泊2日
- **会場** 北茨城市老人福祉センター「ライト」、マウントあかね(宿泊)
- **参加者** 市内小学5・6年生 40名  
※参加希望多数の場合は抽選とする。
- **活動内容** ボランティア等についての学習並びに体験
- **参加費** 1,000円
- **携行品** 筆記用具、洗面用具、作業や運動のできる服装(ジャージ上下、半袖、短パン等)、帽子、その他(服薬等必要なもの)

- **交通機関** マウントあかねバス(送迎)
- **参加申込み** 各小学校の担任までお申し込みください。  
学校申込締切 **6月19日(金)**
- **事前学習会** 平成27年7月29日(水)  
午前9時30分～正午まで  
場所:老人福祉センター「ライト」TEL 43-5361  
※事前学習会、当日の児童の送り迎えは、保護者が責任をもって行う。
- **事務局** 〒319-1542  
北茨城市磯原町本町2-4-16  
北茨城市社会福祉協議会  
TEL 42-0782  
FAX 42-7666  
担当/地域福祉係  
根本・丹



# 平成27年度 三世代の集い社会探訪参加者募集について

- **実施日** 平成27年8月8日(土)
- **集合場所** 午前6時30分 大津港駅出発  
午前7時00分 老人福祉センター「ライト」出発
- **見学場所** 東京都・靖国神社遊就館・東京タワー
- **交通** 大型観光バス4台
- **参加資格** 市内に居住する方、及び市内事業所に勤務する方とその家族
- **定員** 160名(但し、幼児は参加できません)
- **費用** お一人様 大人:3,500円 子ども:2,000円(中学生まで)  
靖国神社・遊就館、東京タワー大展望台入場料込
- **申込方法** 往復はがき1枚に参加希望者の氏名、住所、年齢、電話番号、乗車場所(大津港駅・老人福祉センター「ライト」)を記入のうえ、お申込み下さい。  
※なお、1枚のハガキで申し込める人数は、家族単位もしくは最大5名の友人単位となります。但し、**申込み多数の場合は、抽選となります。**

- **申込み先** 〒319-1542 北茨城市磯原町本町2-4-16  
**北茨城市社会福祉協議会**  
Tel.42-0782 ■担当/丹、根本
- **申込締切** 平成27年7月17日(金)必着
- **日程**

時間	日 程
6:30	大津港駅出発
7:00	「ライト」出発
8:45	守谷SA(休憩20分)
10:00	靖国神社・遊就館見学 自由行動
11:30	出発
12:00	東京タワー大展望台(自由見学・昼食)
14:30	出発
15:15	守谷SA(休憩20分)
17:30	北茨城着(予定)



## ありがとうございます

4月27日(月)、関東西濃運輸(株)北茨城営業所長 敷地和人様が来所され、地域福祉の推進に役立ててほしいと同社労働組合北茨城支部からのご寄附をお持ちいただきました。ご趣旨に沿うよう有効に活用させていただきます。



5月11日(月)、常陽銀行磯原支店 福地高徳支店長から、「折り畳み式リアカー」1台が寄贈されました。寄贈は、常陽銀行の行員とグループ会社でつくる常陽ボランティア倶楽部様からで、倶楽部創立20周年と常陽銀行設立80周年を記念して行われたものであります。社協のイベントや、災害時の救援物資の運搬にも活用したいと考えております。

