

令和4年3月31日

No.18

発行

浦和北部第二地区
社会福祉協議会広報部

さいたま市浦和区領家4-21-21
領家公民館2階
電話 (FAX) 048-831-2991

春、手を取り合って咲き
たくましく生長する花
れんげそうと名付けました



浦和北部第二地区社会福祉協議会です

誰もが、福祉に関心を持ち、
お互いを理解し、支え合うことを目的とした
自治会や民生委員などの各団体で構成された住民主体の協議会です。
(木崎・大東・瀬ヶ崎・領家・駒場地域)



より良い福祉のまちづくり



浦和北部第二地区
社会福祉協議会
会長 佐藤 定雄

地域のみな様には、当地区社会福祉協議会の
事業推進にご支援ご協力をいただき、誠に
ありがとうございます。

新型コロナウイルスの感染がなかなか収束に向かう
ことがない中、各自治会においても、お祭り
等の自治会活動が思うように出来なかったの
ではないかと推察致します。そのような状況
下において、今年も感染予防に努めながら、
みな様が生き生きと過ごしていけるよう、地
区社協活動も工夫してまいりたいと考えてお
ります。

つきましては、引き続きご指導ご協力の
程、よろしくお願い致します。

はなはだ簡単ではございますが、「れんげ
そう18号」の発行によせるご挨拶とさせて頂
きます。

ひとりでも悩んでいませんか？

子どもをいっしょに

民生委員児童委員、主任児童委員がいます！

主任児童委員は、0歳～8歳までの子ども達の福祉を担当している民生委員児童委員です。

【お問合せ】さいたま市役所 健康福祉部 支援課
☎〇四八・八二九・六二三九



第十六回 福祉講座

今回の福祉講座は、講師に株式会社明治管理栄養士・健康運動指導士の深川史麻氏をお招きして「認知機能とカマンベールチーズの可能性」と題してお話しをしていただきました。



講師の深川史麻氏

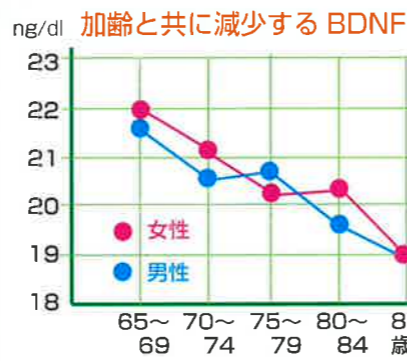


生活や社会生活を営めない状態になることです。その種類としては血管性が39%、アルツハイマー型が54%になるとのことでした。そして認知症にはBDNFがとて大きな鍵を握っているそうです。

カマンベールチーズの有用な成分



このBDNFとは「脳由来神経栄養因子」といいます。



養因子」といいます。脳にある神経細胞が作り出すタンパク質です。これは神経細胞の活性にとって重要な役割を果たしている神経細胞の成長・維持・再生を促進するものです。BDNFの濃度が低いと加齢に伴う認知機能の低下が起こりやすくなります。そしてこれは加齢とともに減少していくものなのです。

ところが、驚くことにカマンベールチーズを食べることによってこのBDNFが高まるという報告がされているそうです。カマンベールチーズ2ピース(約33g)にはタンパク質が約6g、エネルギー95キロカロリー、カルシウム145mgが含まれています。タンパク質とエネルギーは1日に必要な量の約半分、カルシウムは全量だそうです。チーズの消費量は欧米と比較すると非常に少ない日本ですので、今後は増やすと良いかもしれません。



右・山田あずさ氏(ピッコ) 左・唐崎 史氏(フルート)

ノは山田あずさ氏、フルートは唐崎史氏が担当し、浜辺の歌、旅愁など5曲を演奏して頂き、楽しい時間を過ごしました。なお、お二人は介護支援専門員の資格もお持ちで、多方面で活躍されています。



第2部の様子

地域活動ニュース

健康ウォーキング 歩こう会

大東自治協力会

十一月二十一日、大東地区の歩こう会が二年ぶりに行われ、半日かけて木崎・大東の史跡をめぐりました。



した。コロナ禍の中で多くの行事が中止になり心配されましたが、タイミングよく落ち着いたところで、ソーシャルディスタンスを守りながら出発しました。天気が良く暖かな日で、参加された会員の皆さまにも喜んでいただけました。(横田アケミ)

自治会館 → 正樹院 → 正福寺 → 足立神社 → 見沼代用水 (カンゾウと斜面林) → 御室社 → 大東の富士塚 → 自治会館 (12時30分頃帰着) ※途中2~3カ所で休憩 全行程約6km

防犯活動

駒場自治会

会長 長瀬清重



当自治会は、月に一回自治会内の防犯パトロールを行っています。パトロールは、防犯に限らず、道路等の安全の確認・消火器の点検・空き缶、タバコの吸殻などの処理も行っています。 昨年は、当自治会に新規に入入る世帯も増えていることから、その状況確認も行っています。

木崎 初詣



新春奉納木崎雑子
日時: 令和4年元日 午前10時~午後12時半まで
場所: 御室神社境内
~初詣は地元氏神様から~
最も自治会御室の神様に、一年の幸福と健康をお祈りしましょう。
餅・お菓子・御作水餃子や、お漬物に♡

皆様の声

最近、「社協のひとつの事業である福祉講座を年一度ではなく、もう1度開けないだろうか?」とお声を頂くことが多くなりました。 このような皆様のお声を頂きながら地域に根差すよう取り組んでいきたいと思えます。

これまでの

地域のわ

これからも



領家6丁目ゴミゼロ運動



瀬ヶ崎ゴミゼロ運動



木崎育成会たこ作り



領家6丁目敬老会



瀬ヶ崎自治会の行事



瀬ヶ崎歳末助け合い

ちよつと良い話

2020年末、メディカルセンターへ行くために、皇山道のバス停で待っていたところ転倒。その場に居合わせた女性三人に助けをもらい、その内の一名の方が、一緒にタクシーに乗ってメディカルセンターへ連れて行ってくれたそうです。感謝を伝えたいと言っていました。ありがとうございました。

民生委員・畔上昭子

編集後記

当初、1年くらいで収束するのかと思われたコロナウイルスの蔓延、かなり長引いて参りました。そのため多くのイベントが引き続き中止に追い込まれています。厳しい状況が続いておりますが、皆様にはお変わりなくお過ごしのことと存じます。

これからも益々のご活躍をよろしくお願い致します。
(池ノ内文枝)

事務局

本紙をお読みになりました感想や、ご投稿を歓迎いたします。何か心に感じたことなどありましたら、お気軽にご投稿ください。原稿は400字詰め原稿用紙1枚くらいにまとめていただけたら幸いです。
お問い合わせは左記までご連絡ください。

領家公民館内2階

048(8331)2991

浦和北部第二地区
社会福祉協議会 広報部