

時に、
運転指
が9日、J
周辺など
実施され
係団体、
手分けし
福祉設
た「ほと
を配った

と緊急
障害者
9日、J
周辺など
実施され
係団体、
手分けし
福祉設
た「ほと
を配った



メッセージ展に込めた思いを話した鈴木さん

障害者団体連合会、福
知山障害児(者)親の
に手渡した。

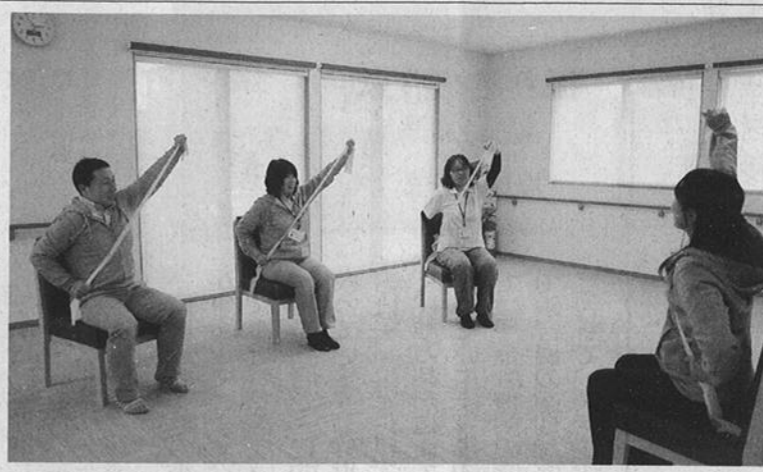
福知山駅前では、ロ
ーの運転手や駅前交番
に並ぶタクシー
閉鎖は今冬初めて。

市内での学級・学年
閉鎖は今冬初めて。

運動通じて機能維持改善

リハビリ「たけのこ」開設

介護保険の要支援・
要介護の認定を受け、
自力で歩ける人(支え
付き可)を対象に、運
動などを通じた機能訓
練をするリハビリデー
サービスの施設「たけ
のこ福知山店」がこの
ほど、福知山市篠尾新
町に開所した。機械を
使わないリハビリ施設
は福知山市内で初めて
で、見学者が多数訪れ
るなど注目されている。



伸縮性のバンドを使った運動などをする

運動によって、心身
の衰えを予防し失われ
つつある身体機能の維
持改善を目指す施設。
医療機器・福祉機器の
石坪(本社福知山市篠
尾新町、竹中悠社長)
が、リハビリデイサー
ビス施設を全国に15
4カ所展開するnag
omi(なごみ)グルー
プとライセンス契約を
結び、初めて開設した。
主な流れは、利用者
は自宅から送迎車両で
施設へ行き、看護師に
よる血圧、脈拍などの
チェックを受けたあ

と、腹式呼吸を取り入
れたヨガ風のストレッチ
体操で、全身の筋肉
などをほぐす。
休憩を挟んで、いす
に座ってできるエクサ
サイズ。伸縮性のバン
ド、ゴムボール、ステッ
プ台などを使って、各
自の身体状況や体調に
合わせて無理のない運
動をする。終了後は送
迎車で帰宅する。

セルフトラにもカ
自宅でも簡単・安全
にできる健康増進体操
を教わり、運動の習慣
化などを目指す月替わ
りのセルフケアも組み
込む。また定期的に第
三者機関で利用者の身
体機能などを分析し、
改善点などを把握し取
り入れるシステムもあ
るといふ。

施設には運動をする
ための床暖房を敷設し
た約60平方メートルのスタジ
オ(機能訓練室)、静
養スペース、左半身、
右半身まひの人に対応
したそれぞれのトイレ
がある。また、運動した
際に増える血中の活性
化酸素を中和するとき
れる弱アルカリイオン
水を全体で使ってい
る。

午前と午後の部があ
り、それぞれ3時間余
り。定員は各15人。利
用回数は相談のうえ選
ぶ。送迎はおおむね福
知山市街地。祝日も含
めて月曜から金曜の午
前9時から午後5時ま
で開設している(大型
連休、年末年始、夏季
休暇を除く)。
小林弘明施設長は
「まず見学して検討し
て頂いています。気軽
に問い合わせください
」と話す。申し込み
は担当のケアマネー
ジャー、または同施設、電
話(22)8900、フ
ァクス(22)8008
へ。

CHILDFOOT mixism
BABY & KIDS
冬アイテム入荷中!!
イオン福知山店1F
TEL0773-22-5880



テナーサックスの演奏を楽しむ参拝者

成道会の法要営み 大根炊き振る舞う

多保市の善光寺

福知山市多保市の曹
洞宗・善光寺(大山義
道住職)は7日、釈迦
が悟りを開いた日とき
くスの演奏もあった。

れる成道会の法要を
営んだ。大根炊きも振
る舞った。
毎年恒例の催し。無
病息災や交通安全など
を祈って同寺仏教婦人
会が作った大根炊きや
混ぜご飯が振る舞わ
れ、多くの参拝者が味
わった。
保健師の岡部久代さ
んによる「高齢期の健
康づくり」と題した講
演や、地元の平野博志
さんによるテナーサッ
クス演奏もあった。

きょうの市況 (福知山御市場) 一価格は円-

品名	産地	単位	高値	安値
白菜	福知山	1kg	48	8
キャベツ	"	1kg	116	-
法蓮草	"	0.2kg	136	81
☆小松菜	"	0.2kg	70	-
☆水菜	"	1kg	1026	51
青葱	"	1kg	621	108
菜菔	"	0.2kg	124	14
甘藷	"	1kg	378	335
大根	各地	1kg	97	43
力ア	福知山	1kg	210	27
☆サンフジ	各地	10kg	-	-
☆みかん	"	10kg	1944	810
☆果物	"	0.3kg	432	-
☆美濃柿	"	10kg	-	-
☆富柿	"	10kg	-	-

高級果物 山安
福知山市駅前町217
(西田工業様前) ☎22-4033



開設した「たけのこ福知山店」

父森田大介氏(12月10日午前三時三十分九十二歳の天寿を全うし永眠いたしました)ここに生前のご厚誼を深謝し謹んでご通知申し上げます
追って通夜葬儀告別式は左記の通り相営みます
記
一、通夜 十二月十一日(木)午後七時から
一、葬儀 十二月十二日(金)午後一時から告別式
一、式場 いずれもルミネナホール水上(丹波市水上町下新庄四〇二ノ二)
平成二十六年十二月十一日
福知山市昭和新町二二
喪主 森田 恭介
親戚 一同
株式会社日匠設計

森田 大介氏(もり) 水上町下新庄402-1のルミネナホール水上で営まれる。喪主は長男で株式会社日匠設計代表取締役の恭介(きょうすけ)氏。
西丹日新聞は、月決め1130円(消費税含む)の購読料で、日刊紙として月曜日と土曜日まで毎日発行していただきます。(日祝日は休刊)

福知山警察
国道9号 国道175号 市道 市道
交通事故発生概要
発生傾向と対策
高齢者の交通事故

スーパーセール開催中!! 遠・近両用メガネ

12/12(金)・13(土)の2日間
★コーヒードリンク200g以上お買い上げで

ちーたび

9日)の街頭啓発活動が9日、JR福知山駅周辺など市内3カ所で行われ、指図が実施された。市内の関係団体、行政関係者が手分けして、障害者福祉施設の利用者が作った「ほっとはあと製品」を配った。

と緊急 障害者問題に対する



メッセージ展に込めた思いを話した鈴木さん

「この人権の侵害の最たるも「死」の理不尽に命を断ち切られることなく、人生を全うできる安全安心な社会に近付けた」と訴えた。

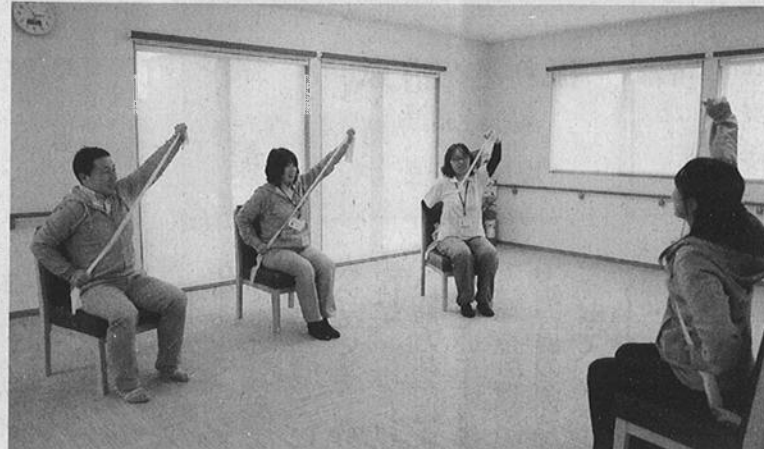
障害者団体連合会、福知山障害児(者)親の会が、あつた製品を道行く人らに手渡した。

運動通じて機能維持改善

リハビリ「たけのこ」開設

介護保険の要支援・要介護の認定を受け、自力で歩ける人(支え付き可)を対象に、運動などを通じた機能訓練をするリハビリデイサービス「たけのこ」が福知山店に開設された。

運動によって、心身の衰えを予防し失われつつある身体機能の維持・改善を目指す施設。医療機器・福祉機器の石坪(本社・福知山市篠尾新町、竹中悠社長)が、リハビリデイサービス施設を全国に154カ所展開するnagomi(なごみ)グループ



伸縮性のバンドを使った運動などをする

と、腹式呼吸を取り入ったヨガ風のストレッチ体操で、全身の筋肉などをほぐす。休憩を挟んで、いすに座ってできるエクササイズ。伸縮性のバンド、ゴムボール、ステップ台などを使って、各自の身体状況や体調に合わせて無理のない運動をする。終了後は送迎車で帰宅する。

福知山駅前では、ロータリーに並ぶタクシーにも配って周知した。

セルフケアにも力

自宅でも簡単・安全にできる健康増進体操を教わり、運動の習慣化などを目指す月替わりのセルフケアも組み込む。また、定期的に第三者機関で利用者の身体機能などを分析し、改善点などを把握し取り入れるシステムもあるという。施設には運動をするための床暖房を敷設した約60平方メートルのスタジオ(機能訓練室)、静養スペース、左半身、右半身まひの人に対応したそれぞれのトイレがある。また、運動した際に増える血中の活性酸素を中和するときさる弱アルカリイオン水を全体で使っている。

午前と午後の部があり、それぞれ3時間あり。定員は各15人。利用回数は相談のうえ選ぶ。送迎はおおむね福知山市街地。祝日も含めて月曜から金曜の午前9時から午後5時まで開設している(大型連休を除く)。小林弘明施設長は「まず見学して検討して頂いています。気軽に問い合わせてください」と話す。申し込みは担当のケアマネージャー、または同施設電話(22)8900、ファクス(22)8008へ。



開設した「たけのこ 福知山店」

福知山警察	
交通事故発生概要	国道9号 国道175号 市道 市道
発生傾向と対策	11日から31日 も高齢者の歩 きスマホ等 問帯の交通事 ることから、
高齢者の交通事	

森田 大介氏(もりた・だいすけ)株式会社森田工務店創業者、同社元取締役(会長)10日午前3時34分、兵庫県丹波市青垣町佐治276-4の自宅で死去、91歳。通夜は11日午後7時から、葬儀・告別式は12日午後1時から、いずれも丹波市

父森田大介儀十二月十日午前三時三十四分九十二歳の天寿を全うし永眠いたしましたここに生前のご厚誼を深謝し謹んでご通知申し上げます

追って通夜葬儀告別式は左記の通り相営みます

記

一、通夜 十二月十一日(木)午後七時から
一、葬儀 十二月十二日(金)午後一時から
一、式場 いずれもルミーナホール氷上(丹波市氷上町下新庄四〇二二)

平成二十六年十二月十一日
福知山市昭和新町二二
喪主 森田 恭介
親戚 一同
株式会社日匠設計

近両用メガネ

12/12(金)・13(土)の2日間
★クーポン200円以上お買い上げで

オム

ちーたび 大源の

みう

れる成道会の法要を営んだ。大根炊きも振

値 8 81 51 108 14 335 43 27 810

3