社会福祉法人 近江ちいろば会　　ふれあいの家 おしどり

OMI CHIIROBAKAI

おしどり ふれあいだより

第 117 号（2020 年 8 月号）

〒520-3244 湖南市サイドタウン 3 丁目 15－18
TEL（0748）74-0005 /FAX 74-0403
E-mail　oshidori@chiiroba.jp

【総合事業】ふれあいの家おしどりニュース （毎週火･金曜日 ふれあい楽舎にて活動中）

季節を感じる大切さ

今年の夏は淡々とあっという間に過ぎ去って、気がつけばもう秋の気配‥。そんな風に感じているのは私だけでしょうか･？今までの夏と違うのは、新型コロナの影響で夏の風物詩やお祭り・行事に接する機会がないということです。京都の祇園祭、琵琶湖を彩る各地の花火大会、甲子園野球・・、夏ならではの行事の話題をテレビや新聞で見聴きしては､「今日は花火大会か～」「甲子園、今日は滋賀勝つかなあ」などと順に季節を感じ、話題に共感し合えることができました。これらの“目安”が今年はないために淡々と夏が過ぎ去って行くように思います。やはり季節を感じることは大事ですね。ふれあいの家では、今できる範囲で季節が感じられる活動で「夏」を楽しんでいます。

野洲市の池へ満開のハスの花を見に。

七夕かざりと冷麺づくりの様子。

体も頭も活き活き！ ミュージックケア♪

7 月は､ボランティアの M さんに来ていただき｢ミュージックケア」で体を動かしました。音楽、リズムに合わせて体を動かすことがこんなに楽しいなんて！ロック･民謡･懐メロと次々に曲が変わる中、先生のリードで楽器を使ったりしながらリズムに乗っていっぱい体を楽しく動かし、あっという間の 1 時間でした。また次回も楽しみにしています！

今!!をずっと続けるために。

みなさんが今の生活をこれからもずっと続けて行くために！それにはご本人が何をすればいいか？　ふれあいの家で何ができるのか？

自宅でもふれあいの家でもちょっとずつ取り組める筋力体操をこれから少しずつ紹介して実行して行ければと思います。どんなプログラムが良いのか、みなさんのお話を詳しくお聞きし、みなさんに合った体操をおこなって行こうと思っています。

地域のふれあい活動

おしどりでは、地域の方が安心して集える場を目指し、地域で元気に過ごせるように様々な催しをおこなっています。どうぞお気軽にお越しください。

“おしどり健康教室”改め、

“CHAO”チャオ

“CHAO（チャオ）サークル”です！

おしどり健康教室の名称を改め、“CHAO（チャオ）サークル”として新しく始動することとなりました。“CHAO”には、地域の方の健康増進を願い共に考えて過ごすと言う意味が込められています。これからもよろしくお願いします。

第１回目の CHAO サークルは、ボッチャ競技を体験しました。頭を働かせ体全体をしっかり動かすこの球技は、長い自粛生活で温存されていた体を動かす良い機会となりました。参加された方からは「また今度もやりたい！」と笑顔あふれた意欲的な声が聞かれました。

CHAO（チャオ）サークル

第４水曜日　10：30～11：30　ふれあい楽舎にて

健康ウォークニュース

菩提寺まちづくりセンターから、地域支えあい推進員さんが取材に来られました。この日は総勢７名！小雨のぱらつく朝でしたが約１時間歩いていい汗を流しました。

健康ウォーク

毎週金曜日あさ７：３０　ふれあい楽舎出発です

おしどり　４コマ劇場
その８８．体温計

☺水銀計、なつかしいですね。
昔はよく振りました。

おしどりふれあいだよりは、法人のホームページにも掲載しています。また、ふれあいの家の日々の活動もブログに掲載しています。ぜひご覧ください。

近江ちいろば会　検索