

# おしどり ふれあいだより

第 140 号

(2022 年 7 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

動くからだ、躍るこころ!



さあ始めよう! '筋活' せいかわ

**【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)

## あじさいドライブで梅雨を満喫!

守山市にある芦刈園と鹿嶋神社へ!

今年の梅雨はあっという間に終わってしまいました。梅雨の曇天がよく似合うイメージの花ですが、“空梅雨”のおかげで今年は晴天の中あじさいを見に行くことができました!(ちょっと暑かった・・・!)



芦刈園のあじさい、品種も多くて色とりどりで咲いていて大変きれいで目の保養になった。  
(Yさん)



あじさい綺麗でした! 今年は咲きはじめが遅く、6 月末にやっと見に行くことができました。30℃を超える暑さの中、鹿嶋神社で日陰にパッと映えるようなブルーのあじさい! 白やピンク、気品のある紫など、色とりどりのあじさいが咲いていました。木陰で椅子に腰掛けお茶で水分補給もしっかりと☺️ 「暑いけれど来てよかったね!」「連れてきてくれてありがとう!」と言って喜ばれていました。“1 人 2 本までお持ち帰り OK”の張り紙に、お気に入りのお花をもらって帰られる方もいらっしゃいました。帰って挿し芽をしてお家でも綺麗なあじさいを咲かせてくださいね!



この紙を使って・・・

## みんなの手形で七夕飾り!



短冊に願いを込めて・・・



完成!



みんなの手形を順番に付けていきます



貼り合わせ・・・

イスの上に乗って押さえてくださいました



願いが叶う一年でありますように!

## 地域のふれあい活動より

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。

# フレイル予防教室 開催のお知らせ

8月22日(月) 13時～

場所：ふれあい楽舎  
湖南市サイドタウン 3-15-18

講師 ぼだいじ訪問看護ステーション の  
作業療法士 と 理学療法士

参加をご希望される方はお電話でお知らせください。  
定員は20名です。参加費無料です。  
送迎はございません。  
9月から参加費200円で定期的開催を予定しています。



### フレイルとは・・・

加齢による心身機能の低下によって、要介護状態になる可能性が高い状態のことを言います。フレイル状態は、早期に対策を行うことで、元の健康な生活に戻る可能性があります。普段から適切な運動を心がけ、健康寿命を延ばしましょう！

参加ご希望の方は  
はこちらまで！

社会福祉法人 近江ちいろば会  
ふれあいの家おしどり  
☎ (0748) 74-0005

地域の、フレイル  
サポーターさん  
のご参加もお待ち  
しています！



## おしどり 4コマ劇場 第111話 おまえもかあ



☺ 「おおりモコン、おまえもかあ・・・」

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