

# おしどり ふれあいだより

第 146 号  
(2023 年 1 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!



【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)

## 2023 年 本年もよろしくお祝い致します!

“一年の計は元旦にあり”と言いますが、今年も初詣でしっかりと一年の健康をお願いし、お正月カルタで初笑いのスタートとなりました。今年もウィズコロナの生活が続くかもしれませんが、みなさんと笑いが絶えず心がピョンピョン飛び跳ねる一年にして行きたいです。今年もどうぞよろしくお祝い致します。

野洲の御上神社と守山の勝部神社へお参りしました!



孫が結婚してくれますように (Aさん)



今年はどうな年に!?

今年も皆勤で来られますように! (Sさん)

これからもふれあいの家に来てみんなの元気をもらいたい (Nさん)



今年はどうな年に!?

菜の花を見に出かけました。きれいな菜の花畑の奥で、琵琶湖をミシガン汽船が行きました。

「今年みんなでミシガンに乗りに行きたいなあ!」  
と、みなさん。今年こそは自由にお出かけができますように!



守山なぎさ公園にて

【総合事業】ふれあいの家おしどり

ご利用について

- 開所日 毎週火曜・金曜日 (\*月 8 回)
- 場 所 湖南市サイドタウン 3-15-18  
「ふれあい楽舎」

○ご利用の対象者

- (1) 要支援 1 または 2 の方
- (2) 総合事業対象者に該当する方

(1)の方は介護認定を受けた方です。(2)の方は「チェックリスト」による聞き取りを受けた方です。  
ご利用につきましては、**担当のケアマネジャーさん**又は  
**湖南市地域包括支援センター**へご相談下さい。

## 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。

## 健康ウォークニュース



### 2023年の歩き初めです！

新年は6日からのスタートでした。寒い朝でしたが、お正月で休めていた体をゆっくりと動かし希望が丘の中を歩きました。これからの季節、梅林の梅の開花がまた楽しみとなります。



## フレイル予防教室

### サイドタウン自治会館で開催！

12月から自治会館をお借りして活動しています。

自治会館へは通い慣れた方も多く、新たに3名の方が参加され広々とした部屋でみなさんと大きく体を動かしました。



### おしどりふれあい活動のご案内

#### ✦ 健康ウォーク

毎週金曜日 朝7時30分～

ふれあい楽舎集合・参加自由

希望が丘の中をゆっくりペースで1時間ほど歩きます。

#### ✦ ほだいじフレイル予防教室

第3月曜日 13時～14時

サイドタウン自治会館にて・参加費200円

#### ✦ 子ども100円ごはん

第4土曜日（\*変更になる場合もあります）

ふれあい楽舎にて・子どもさん100円

どの活動も参加申し込みは不要です。

お気軽にご参加ください。

お問い合わせ

(0748) 74-0005

ふれあいの家おしどり

## おしどり 4コマ劇場 第117話 ことわざカルタ



◎「えびでタイを釣る」  
エサで釣るのはそのまんま・・・

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