

おしどり ふれあいだより

第 155 号

(2023 年 10 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、躍るころろ!



【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)

ようやく季節が移り変わり、秋を感じられるようになりました。食欲の秋、運動の秋など、いろいろな秋があります。ふれあいの家では、コーラスグループの綺麗な合唱を聴くことができ、ひと足早い音楽の秋が訪れました!

音楽の秋♪ 楽舎に響き渡るコールレインボーさんの歌声!

間近で聴く生のコーラスは迫力満点でした! この日聴いた方の何名かがノートにも感想をたくさん書かれていました。



部屋には美しい大きな花が咲き、コールレインボーさんの美しい歌声は外の暑さも飲み込むようなすばらしいコーラス。私は元気と幸せを感じました。またの日を楽しみに。

(S さん)

コールレインボーさんのハーモニーと綺麗な唄声を、あんなに近くで聴かせてもらいぜいたくですね。また、きていただきたいです。(M さん)



掲示板の飾り ~「中秋の名月」~



みんなでアイデアを出し合いひとつの作品に仕上げるのは、会話も弾み楽しいものです。季節を感じる月替わりの作品、どうぞ楽舎の掲示板をご覧ください!



出来上がりをスマホで記念撮影



新メンバーさんご紹介

9月から金曜日に来られている K さんです。習字などの特技をたくさん持っておられ、また少しずつ披露してもらえることを期待しています!

ここはほんまにいい人ばかりで、最初からなじんでます。みんなから前からいやはる人みたいに思われてるんです。



ふれあい活動のニュース

おしどりでは、「ふれあい活動」と称し地域の方がいつまでも元気に暮らせることを願い様々な活動や催しを、デイサービスの運営と並行しておこなっています。介護保険を利用する前段階から老若男女問わずご自由に参加いただけます。

ほだいじフレイル予防教室 2年目始まりました！

昨年9月の開始から早1年です！月一回の軽い運動と学び、そしておしゃべり。どなたでも参加いただけます！



ほだいじフレイル予防教室年間予定

(*変更になる場合もあります)

- 11/20 体験版！インターバル速歩
- 12/18 実践編！インターバル速歩
- 2024年
- 1/15 認知機能チェックとフレイル予防かるた
- 2/19 口腔体操と室内での運動
- 3/18 フレイルチェック、半年前と比較して
- 4/15 レクリエーション体操！
- 5/20 痛み、尿漏れ、転倒予防体操
- 6/17 室内での運動、1年の振り返り

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。

おしどり 4コマ劇場 第126話 めり絵



◎ボーリングするときはズボンはいてください(^_^)

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。

ふれあいの家おしどり

検索