

# おしどり ふれあいだより

第 160 号

(2024 年 3 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)

春は卒業と出会いの季節です。新たな出会いは人の心を豊かにしてくれます。出かけて行って出会う喜び、楽舎へ来てもらって得られる楽しさ。普段と違った人との交流が生活のメリハリとなり、頭も活性化されます。

### 保育園の子どもたちとの交流

近くのモンチ保育園の園児のみなさんが楽舎にられました。子どもたちの元気な歌声とスキンシップでいっぱいのエネルギーをもらい楽しい交流となりました!



ゆめとまの家へのお出かけ



デイケアの家とのポッチャ対戦もかつてない大きな交流となっています。

### 畑の野菜を使って



ふれあいの家おしどりでは、畑で季節のお野菜を育てています。

今年の冬は、かぶやほうれん草が良く育ち、利用者さんと一緒にほうれん草のごま和えやかぶの浅漬け、ゆず風味の酢の物などを作りおいしくいただいています。とれたてのお野菜はとともみずみずしく格別です。



### ふれあいの家の、 ここがいい! | さんにちょっと インタビュー



家の中にいたらわからない世間のことの話ができていい経験ができています。家族ではなかなか行けないお出かけ、あれが本当に楽しい。家族も応援してくれるから私は幸せだなあ。

# 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。

## 健康ウォークニュース



3月のある金曜日の朝、集合時間にいつもより一人多く集まりました。なんと5年ぶりに参加の1さんです！「やっぱ歩かんとあと思って・・・」と思い立って参加されました！いつでも参加いただけるのがこのウォークです。いつでもお待ちしております  
＼(^o^)/



### 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。

#### ほだいじふれいれ予防教室

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

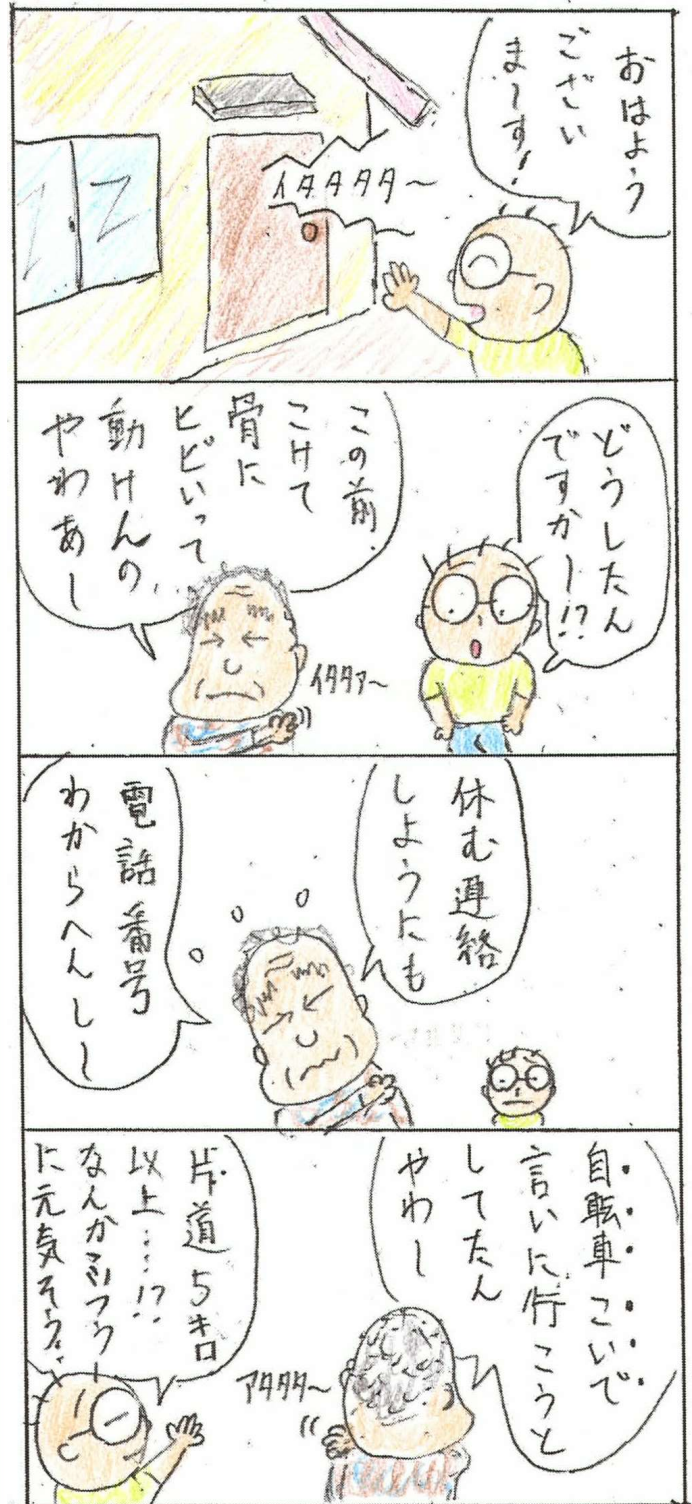
第4土曜日（\*変更になる場合もあります）

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131話 休みの連絡



◎けがが大丈夫そうでよかったあ

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。

[ふれあいの家おしどり](#)

[検索](#)