

おしどり ふれあいだより

第 169 号

(2024 年 12 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)

ふれあいの家 看板いよいよ完成間近!

この一年、みんなで板一枚一枚に丁寧に字を書き入れて、少しずつ進めてきたふれあいの家の看板作りが、いよいよ仕上げの段階となりました。火曜日と金曜日で担当の板を分担して取り組んで来たのですが、ご利用の曜日の関係で、お互いに直接出会ったことがない人同士でも、ふれあいの家というグループの中でお互いのことを思いながら共同で一つの物を製作できたのは、素晴らしいことだと感じています。



季節を感じる 🎄

12 月といえば・・・クリスマス! ということで、クリスマスリースを好きな色の折り紙と、ウォーキングで拾って来たつると毛糸で作りました☆
お互いに教え合いながら、「折り方がなかなか覚えられない」「〇〇さんのリースきれいだな」「この飾りどうやってしたの?」と話しながら個性豊かな作品を作って下さっていました。完成すると嬉しさと満足さで皆さんの笑顔が輝いていました。



【総合事業】ふれあいの家おしどりの 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」

○ご利用の対象者は、

A. 要支援 1 または 2 の方

B. 総合事業対象者に該当する方

A は介護認定を受けた方です。B 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、AB どちらの方もまずは、**湖南市地域包括支援センター**へご相談下さい。



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 “食”についてのお話

フレイル予防には適度な運動、社会参加、栄養摂取の3つがとても大切です。今回は、法人の管理栄養士を講師に迎え、食事・栄養についてのお話を聴きました。フレイルを予防するために、身近な食材で何をどれだけ食べたらいい？などのお話を楽しく聴くことができました。最後には、フレイル予防に効果が期待できるおまんじゅうの試食もありました！



ほだいじフレイル予防教室

毎月第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・事前申し込みは不要です

木曜ミニコンサート♪ 1月の予定

30日
尺八・三味線、民謡
「楽笑会」さん



木曜日 14時～15時
場所：デイケアの家おしどり
お気軽にお越しください♪

おしどり 4コマ劇場 第140話 それ、押して



◎よく聞こえるチャイムだということはわかりました (^_^)

まんが Yoshio

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