

ふれあいねもとたより

平成27年
11月1日
第111号

編集 発行 根本校区地域福祉協議会

多治見市北丘町 1-73(根本 22 区民館構内) Tel& fax 0572-27-6605



ふれあいねもとでは

10月の「相談窓口」 民生児童委員相談窓口 相談窓口事業部会

10月1日～31日(土・日・祝祭日を除く) 21日間延べ 47人で対応。 対応件数: 13件
(支援相談 2件 地域内団体との連絡調整 6件 市・社協・区関係 4件 地域力関係 2件)

ふれあいねもと相談窓口 毎週月～金 13時～16時まで 電話 0572-27-6605

子育て支援活動

10月14日 根本交流センターにて読み聞かせを行いました。「ジャッキーの運動会」「おばけだじょ」「あわてんぼううさちゃん」「むしたちのうんどうかい」。最後におりがみで犬を作って遊びました。みんな良い子で楽しんでくれました。 子供 12人 親 11人 スタッフ 4人

ふれあいねもと健康講座 10月15日 根本 22 区民館 参加者 38人

NIG・ねもと・生き生き・元気！健康講座の第3回は、爽ヶアデイサービスグループの池田尚樹先生による「防ごうロコモティブシンドローム(～みんなで体操 寝たきり予防)」を開催しました。先生の巧みな話術で「ストレッチ」「筋カトレーニング」で約2時間快い汗をかき体操をしました。翌日、体のあちこちが痛く日頃使わない筋肉を伸ばし効果が出たなと感じました。早速思い出しながらのストレッチを続けたいものです。次回も多数の参加をお待ちします。



寝たきり予防のロコモ運動



明和ボランティア隊

ふれあいねもと家事支援活動 10月17日 参加者 6人

秋晴れの中、明和第二町内では、独居高齢者宅の家事支援活動が行われました。作業したのは明和ボランティア隊のみなさん。ふれあいねもとへ相談のあった4件(明和町地内)のうち3件目が終了。11月にもう1件草刈をして、今年度の支援活動を終了します。作業が終わった後、依頼者のうれしそうな顔を見る時が楽しみです。

NIG・ねもと・生き生き・元気！ ふれあいねもと健康講座開催のお知らせ

日 時: 11月19日(木) 10時～11時30分 場所: 根本22区民館大ホール

内 容: 頭の体操～笑顔で楽しく脳力アップ～

講 師: 北栄高齢者支援センター 可児 きよみ先生

申込不要です。講習終了後、健康・介護相談も行います。



31区では

「靴下で作るぬいぐるみ」 旭ヶ丘第8町内ひまわりサロン

講師の方が下準備をして来て下さったので、後は綿入れと両手、両耳目を縫い付けるだけでしたが、愛らしいぬいぐるみが出来上がりました。靴下の柄でそれぞれ完成品が異なり楽しかったです。(10月2日)



「ミニグランドゴルフ大会」 サロンあさひ会

今月は野外活動で、悠光クラブあさひ会と合同で旭ヶ丘6丁目の公園の草刈りや藤棚の剪定をしました。休憩後、小さな公園なので4ホールしか設定できませんがミニグランドゴルフ大会をしました。草刈りの時は寒いくらいでしたが、4ホールを4回まわるころには勝負のせいか結構みんな熱くなっていました。(10月8日 北公園)



22区では

「おいしい! 松茸御飯ですよ!」 わいわいモーニング

今月のモーニングは、和食のモーニング。季節料理の松茸ごはん、みそ汁、漬物、それに、ご希望の方には、いつものようにコーヒーのサービスもありました。大盛りのお代りもできて、みんな満腹になりました。最後にハッピーバースデーを歌って、今月誕生日を迎える方に花鉢をプレゼントしました。(10月10日 ステーションパーク中央集会所)



「脳トレ体操と茶話会」 ひまわりサロン松風台

今月は茶話会中心のひまわりサロンでした。最初に仲会長さんの指導で、軽い脳トレ体操と血圧測定をして健康チェック。

お茶とお菓子で茶話会をしたあといつものようにみんなで歌を何曲も歌いました。(10月10日 松風台第二集会所)



「昔なつかしいお手玉づくり」 ひまわりサロンひばりの会

子供の頃、お手玉で遊んだ思い出が懐かしいですね。みんなで持ち寄った布切れをハサミできれいに切り取り、針と糸で縫います。

最後に材料を入れて、表から縫い上げます。簡単なようでも手間がかかり、よい脳トレになりました。お手玉の歴史は、紀元前5世紀にリディア人によって発明され、ギリシャからヨーロッパ、中国、そして日本にも伝わったとか……。 (10月16日 ステーションパーク中央集会所)



昭和町第二町内では

悠光クラブ新明会「秋の旅」 参加者 40人

10月24日 秋晴れの中、新明会では、恒例の親睦旅行を行いました。今年は静岡県内の「竜ヶ岩洞(りゅうがしどう)」と再来年のNHK大河ドラマ「女城主直虎」の主人公 井伊直虎ゆかりの寺「龍潭寺」などを見物してきました。

紅葉はまだまだでしたが、暑くもなく寒くもない1日を、飲んで食べて満喫して帰路につきました。



竜ヶ岩洞にて