

作野地区社協だより

あったか地域 さく の

第243号

作野地区社会福祉協議会（作野福祉センター内）
安城市篠目町二タ又27番地1

2024. 7月号

でんわ 72-7570 ファックス 72-7571

お知らせ



ふくふくサロン



～介護者と介護に関心のある方のつどい～

市内在住で介護に関心のある方、介護中の方、どなたでも自由に
参加できます。申し込みは不要ですので、気軽にご参加ください。

■日 時：令和6年7月12日（金）

午後1時30分～午後3時

■会 場：作野福祉センター 1階デイルーム

■内 容：①午後1時30分～午後2時30分

「運動と健康のお話～理学療法士からのアドバイス～」

講師：瀬瀬 良 氏（八千代リハビリデイサービス彩）

②午後2時30分～午後3時

参加者同士のおしゃべり

■参加費：無料

介護予防や
転倒予防の
お話を予定



（問い合わせ 作野福祉センター 電話 72-7570）

町内サロンで防災講習会

が行なわれました！ ～篠目町～

5月21日（火）に篠目町の「ふれあいカフェささめ」で「防災講習会～今日からできる防災～」が行われました。講習会では、NPO法人コミュニティサポーターほっぷにより、家の耐震性や家具の転倒防止など自宅の安全性に係わる話や、災害時に水が使えないと大きなトラブルになるトイレについて学びました。

参加者のみなさんには、地震が起きた時に自分や家族の身の安全を守るための対応について改めて考える良い機会になりました。



防災講習会の様子

「いつものトイレ」を「水無し」で使うマイトイレの実演には、みなさん興味津々で「へえ～」「なるほど～」と熱心に見入っていました。「マイトイレの使い方の紙を家に貼っておくといいね」という声も聞かれました。

耐熱性ポリ袋に食材を入れ、袋のまま鍋で湯せんする「パッククッキング」にサロンのスタッフが挑戦し、みんなで試食会もしました。



防パッククッキングの説明



湯せんが終わった米とご飯の具材とホットケーキミックス

【試食の感想】

「ご飯は少し硬いけど意外と食べられるね」
「ホットケーキミックスはおいしいね」



【試食メニュー】

- ① 研いでない白米
- ② 無洗米
- ③ ホットケーキミックス

ふれあいウォーキング

町内公民館と史跡巡り ～二本木連合～

5月26日（日）に二本木連合町内会でふれあいウォーキングが開催されました。配布された地図を頼りに町内5カ所の公民館と11カ所の史跡を歩きました。回ったチェックポイントの数に応じて、「参加賞」「努力賞」「完歩賞」があり、参加者は自分たちの体力に応じたペースで楽しんでいました。



二本木地区コミュニティセンター

▲各町内公民館からスタート



▲本堂を開けていただきお参りができました。



▲各町内公民館ではお茶とお菓子で一息



▲チェックポイントは水色の旗が目印

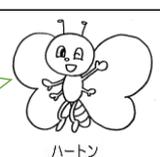


お寺や神社や記念碑などを巡りました。みなさん行き合う人とあいさつをしたり、道を聞いたりしながら歩いていました。



参加者のみなさんは、道中「暑い」「疲れた」と言いながらも、ゴールにたどり着いたときは、達成感で嬉しそうでした。歩くことで良い運動になり、町内の史跡を知る良い機会にもなり町民同士の交流が図られました。

8月分 作野福祉センターサロン等予定表

月	火	水	木	金	土	日
	事前申込みは不要です お好きなサロンに参加いただけます		1 9:00～ 部屋受付 9:00～11:30 健康麻雀サロン 14:00～16:00 すっきり・しゃっきり	2	3 10:00～11:30 折り紙サロン	4 9:00～11:30 卓球サロン 13:30～16:00 レディース麻雀サロン
5	6 9:00～11:30 卓球サロン	7 10:00～11:30 太鼓サロン 13:30～15:00 ボールで エクササイズ	8 9:00～11:30 健康麻雀サロン 13:30～15:00 習字サロン 14:00～16:00 すっきり・しゃっきり	9 9:30～10:30 体ゆるゆるサロン	10	11 9:00～11:30 卓球サロン 13:30～16:00 レディース麻雀サロン
12	13 9:00～11:30 卓球サロン	14 10:00～11:30 太鼓サロン	15 9:00～11:30 健康麻雀サロン	16	17 10:00～11:30 折り紙サロン	18 9:00～11:30 卓球サロン 13:30～16:00 レディース麻雀サロン
19	20 9:00～11:30 卓球サロン	21 10:00～11:30 太鼓サロン 13:30～15:00 ボールで エクササイズ	22 9:00～11:30 健康麻雀サロン 13:30～15:00 習字サロン 14:00～16:00 すっきり・しゃっきり	23 9:30～10:30 体ゆるゆるサロン 10:00～16:00 香りの湯	24 10:00～11:30 脳トレサロン	25 9:00～11:30 卓球サロン 13:30～16:00 レディース麻雀サロン
26	27 9:00～11:30 卓球サロン 13:30～15:00 脳トレピアノサロン	28 10:00～11:30 太鼓サロン	29 9:00～11:30 健康麻雀サロン	30	31	 ハートン

毎週火～金曜日、午前9時30分から
エントランスでラジオ体操をしています。
ご参加お待ちしております。

※香りの湯・・・毎月第4金曜日は至福のお風呂が楽しめます

※すっきり・しゃっきり健康教室・・・立って行う体操（75歳以上）午後2時～2時45分、（60歳～74歳）午後3時15分～4時

お知らせ 6月より当面の間、太鼓サロンは指導者不在で開催します。

花壇を植え替えました

5月25日に、ボランティアグループ「作野ふれあい園芸福祉の会」のみなさんが作野福祉センターの花壇の花を植え替えてくださいました。色とりどりの素敵な花壇になりました。訪れた際は、ぜひ見て楽しんでください。



▲花壇の様子

お問合せ先：作野福祉センター ☎72-7570