

～寄り合い処くつつき 1月予定～

- 1月 8日 (金) 宮崎さんと体操
- 1月 15日 (金) 大型絵本
- 1月 22日 (金) ゲーム
- 1月 29日 (金) リハビリ教室

- ※ 今月は、午前中のみ開けています。参加費 100 円
- ※ マスクの着用をお願いします。
- ※ 出入りの際に手洗いと消毒をお願いします。
(設置済み)
- ※ くつつき内も常に消毒に心がけます。
- ※ 常に換気をし、空気の入替えをします。



<お問い合わせ>

朽木住民福祉協議会 事務局 電話：36-8222
高島市社会福祉協議会 担当：宮田

編集後記

新年あけましておめでとうございます。
今年も笑顔いっぱいのくつつきを目指します。
今年もどうぞよろしくをお願いします。



さと あいの郷通信 VOL. 60

㊦んしんして、㊧つまでも㊨んびりと朽木の㊩で暮らせませすように

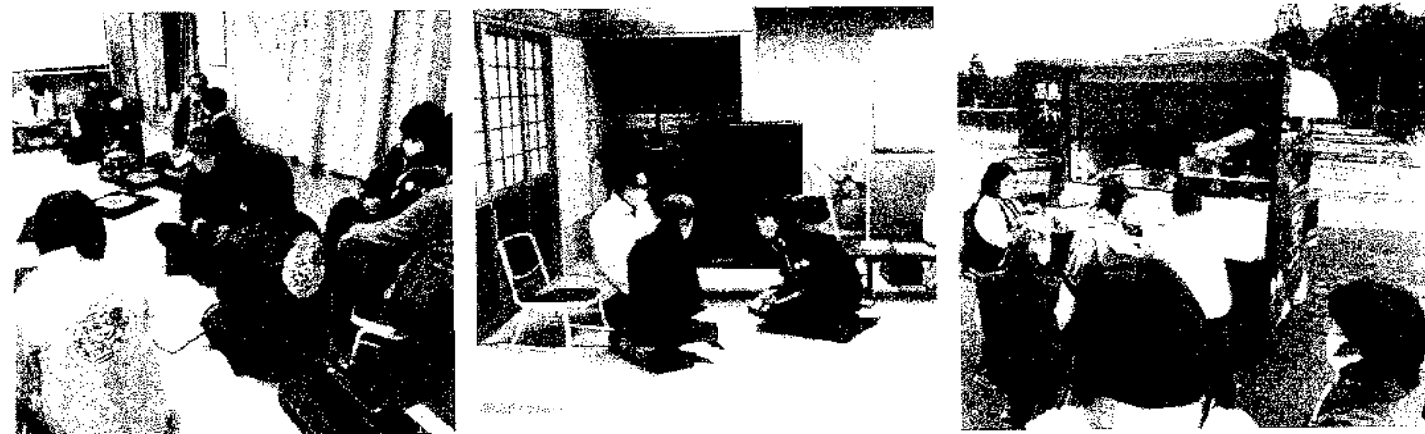
発行：朽木住民福祉協議会

令和3年1月1日

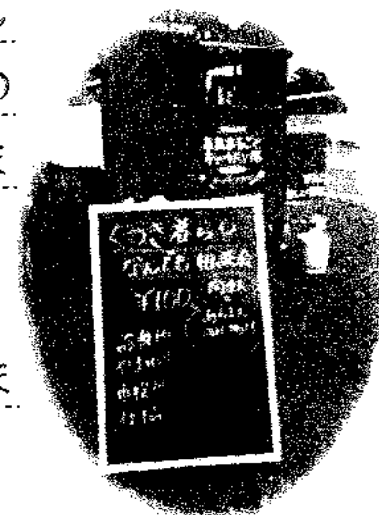
電話：0740-36-8222

0740-38-2077 (金曜日の午前のみ)

くつつき暮らしなんでも相談会実施



12月1日、荒川惣田区の集会所にて開催しました。当日は、診療所や市役所、やまゆり、社協の専門職に、個人の不安な事や悩みの相談ができました。キッチンカーでは、ホカホカの肉まんと温かい飲み物があり、心も体もなごみました。今後も他の集落で続けていきたいと考えています。お楽しみに～！



11月20日(金)

みんなで公民館へ

朝から雨模様だったので、なかなか参加者が揃いません。健康チェックのために保健師さんが早くから待機してくれています。

「あら～、どうしよう」などとスタッフで話していると、だんだんと皆さんが来てくださいました。寒くなってきたから、出にくいね～。

ひと段落して、スタッフのお一人が手作りされた干し芋を食べた後、そろって公民館へ出発！ステイホームギャラリー展をじっくり鑑賞して・・・

「やっぱり、みんなで見にこられて、良かった～！！」の声をいた



11月27日(金)リハビリ

リの先生の健康チェック

今日は久しぶりの体力検査。まずは「久しぶりですね～長いこと会えなかったですが覚えてくれてはりますか？」から始まった近況報告で、しばらくわいわいと賑やかなこと。さて検査が始まると握力、バランス等々皆さん慎重に、とっても一生懸命に取り組まれました。先生にたくさんほめていただいた皆さんです。良かったですね。

さらに、おやつにといただいた柿と茹で小豆を賞味。ちなみに“柿が赤くなるとお医者者が青くなる”“赤いダイヤと呼ばれる小豆”どちらもカラダが喜ぶ食品で、満足でしたね。

12月4日(金)～智さんと体操～

月初めの金曜日は「智さんと体操」の日です。「今日は体操やかから動きやすい服にせんとなあ～」と参加者さんの声。頭から足の先まで丁寧に、分かりやすく説明してもらい、一生懸命手も足も頭も動かします。「一つでもいいから家でも続けてやってみよう！！」皆さん“うんうん”とうなずいておられました。

12月11日(金)新しいことの準備はOK!!

寒さが増す中をちょっぴり少なめの参加者でしたが、今津の民生委員さん2名が来て下さり、正月飾りを作りました。皆さんの個性が輝く作品が出来上がりました。「玄関に飾るか!」「これで正月を迎えられるなあ～」「こんで準備できた。OKや!!」と、笑顔で持ち帰っていただく事ができました。

ご近所さんから、この時期旬の柿をもらったので、おやつに美味しく頂きました。皆様のご協力やご提供で助かっています。ありがとうございます。

12月18日(金)“待っていました!リハビリ先生”

今日は、リハビリ教室でした。転倒予防について、優しく教えていただきました。体操の時間になると「体操は覚えてないけれど、お兄さんの顔は覚えている!」と大爆笑!「365歩のマーチ」に合わせて、なんとかできました!それから1月の壁画の準備をしました。貼り絵でだるまさんを作りました。

～今年、最後のくつつきでした。コロナ禍により午前だけの開催となりましたが、皆さんが来てくれたことで楽しい日々を過ごすことができました。ありがとうございました。～