

♠ 部会報告 ♠

◎地域づくり協議会

・防災訓練 9月8日(日) AM8:00～AM10:30 参加者約70名

◎部長・副部長会議&安全環境部会

・会議 8月30日(金) PM7:00～ 参加者17名 ・防災訓練について

◎地域づくり部会

- ・みずばしょうカフェ 8月25日(日) AM10:00～PM1:00 来場者38名
- ・女性の会 手芸教室 9月1日(日) AM9:00～AM11:00 参加者15名
- ・部会議 9月18日(水) PM7:00～ 参加者11名
・防災訓練報告・敬老会&文化祭について等

◎生涯学習部会

- ・ハンドベル教室 9月9日(月) PM2:00～PM4:00 参加者7名
- ・部会議 9月11日(水) PM7:30～ 参加者7名
・防災訓練報告・敬老会&文化祭について等

◎福祉部会

- ・週1サロン 8月28日、9月4日・11日・18日(水曜日 AM11:00～PM1:00)
- ・通所型サービスB事業 8月23日、9月6日・13日・20日
(毎週金曜日 AM9:30～PM3:00)
- ・第1回水曜講座 8月21日(水)AM11:00～PM12:00 参加者14名
- ・第2回水曜講座 9月11日(水)AM11:00～PM12:00 参加者11名
- ・部会議 9月19日(木) PM7:00～ 参加者9名
・防災訓練報告・ケアネット・敬老会&文化祭について等

◎安全・環境部会

- ・部会議 8月30日(金) PM7:40～ 参加者11名 ・防災訓練について

第2回 みずばしょうカフェ

スタッフの山口明美さんと
今井綾音さんです!(^^)!



8月25日(日) 第2回みずばしょうカフェを開催。38名がお越しくださいました。お菓子は増田麗子さん(細野)によるあんドーナツ。「美味しい～」 「麗子ちゃんのおあんドーナツ、久しぶりに食べたわ」と喜ばれました。会話がはずみ、和やかな雰囲気でした。次回も企画していますので、是非お越しください。

女性の会 手芸教室 9/1(日)



私たち蓑谷地区女性の会は、フォーパッチのコースター作りをしました。先生の選んでくれた色とりどりの4枚の布を縫い合わせました。ふだん針を使わないので指にさしながらなんとか仕上げることができました。できあがった作品を見て「かわいい!!」という声があがり、楽しんで作品をつくることができました。選んだ布や縫い方で個性がでて、素敵でした。(記:女性の会代表者一同)

水曜講座

【8/21】 「コグニサイズ」で脳を活性化



「コグニサイズ」とは、軽い運動と脳トレ(計算、しりとりなど)を同時に行う取り組みのことです。体の健康促進、脳を活性化させ、認知症の予防につながります。今回は運動前の脈拍を測り、足踏みしながら順番に数字を言う運動をしました。3の倍数で手を叩く動きが入ると難しかったです。

【9/11】 ヒアリングフレイル予防 ～聴力を維持しよう～



ヒアリングフレイルとは、耳の虚弱(聞き取る機能の衰え)。音が聞こえにくいと会話不足や孤立感から聴覚、脳の神経への刺激が減り、認知症のリスクも高くなるということです。人生、元気に生き生きと過ごすためにも「聞こえる」ということはとても大切だと話されました。とても分かりやすい講座でした。

☆11月3日(日) 文化祭(午後の部) ステージ発表 出演者募集!! 小学生の皆さん、ハンドベルと一緒にしませんか?