

4月 行事予定

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3 高岩集い	4 サテライト 清水	5	6
7	8	9	10	11 サテライト 下八川	12	13
14	15	16	17 高岩集い	18 サテライト 清水	19	20
21	22	23	24	25 サテライト 三水	26	27
28	29 昭和の日	30				

4/3(水)、4(木)、11(木)は、お出かけをします♪

5月 行事予定

日	月	火	水	木	金	土
			1 高岩集い	2 サテライト 清水	3 憲法記念日	4 みどりの日
5 こどもの日	6 振替休日	7	8	9 サテライト 下八川	10	11
12	13	14	15 高岩集い	16 サテライト 下八川	17	18
19	20	21	22	23 サテライト 三水	24	25
26	27	28	29	30	31	

集い日時・開催場所

■ 高岩集い

- ・第1・3 水曜日
- ・10:00~12:00
- ・吾北山村開発センター

■ サテライト清水

- ・第1・3 木曜日
- ・13:00~15:00
- ・清水公民館

■ サテライト下八川

- ・第2 木曜日
- ・13:00~15:00
- ・下八川公民館

■ サテライト三水

- ・第4 木曜日
- ・10:00~12:00
- ・三水防災コミュニティ

5/23(木)
子ども園に行きます♪

訪問に行っています!!

上記の予定以外の日は、一人暮らし高齢者の方への見守り訪問やニーズ把握のため、吾北地区内の色々な所へ訪問などを行っています。見かけた時には、お気軽に声をかけてくださいね。



イラスト 和田 正さん

いの町小川東津賀オ 53-1 吾北山村開発センター2階 吾北あったかふれあいセンターこころ

☎088-867-2755 携帯 080-6378-4584

吾北あったかふれあいセンターこころ 通信

令和6年4月 発行 vol.35

回覧

うらかな春の日差しが心地よいこの頃、皆さまにおかれましては、お変わりなくお過ごしでしょうか。早いもので、吾北あったかふれあいセンターこころも開設して『7年目の春』を迎えました。今年度も地域の方々の支えになれるよう職員一同、頑張っています。今回は、あったかの紹介と2~3月の活動の様子、今後の予定をお知らせします。

職員紹介



スタッフ 浅川 美喜 スタッフ 宮川 輝美 所長 松丸 香奈 スタッフ 曾我部 明美 コーディネーター 山崎 水南実

ようしく
お願いいたします。

吾北あったかふれあいセンターこころについて

小さなお子様から高齢者の方までどなたでも無料で利用できる

利用料:無料
創作等の材料費は実費です



誰もが気軽に集える場です。



【拠点】
場所 ●吾北山村開発センター2階
開所日 ●月~金曜日(土日祝休み)
時間 ●9:00~16:00
コーヒー・紅茶も提供しています。(1杯 50円)

■ 集い・サテライト

創作活動、ゲーム、介護予防、お出かけなど、集いを4か所で行っています。希望者には送迎も行っています。

■ 生活支援

買い物や郵便局、行政手続きのサポートなど、ちょっとした困り事への対応をしています。

■ 地域支援

介護予防や地域活動のサポート、レク用品の貸出しなども行っています。

■ 学び

救命救急講座、栄養士講座など日常生活に関する講座や研修会を行っています。

■ 訪問

一人暮らし高齢者の方への見守り訪問やニーズ把握のための訪問などを行っています。

■ 相談・つなぎ

ご相談いただいた課題を関係機関につなぎます。

鬼は外

2月1日(木)のサテライト清水では、節分飾りを作った後に、恒例の鬼退治を行いました。豆ならぬおじゃみを投げて、邪気を祓い1年の健康と幸せを祈りました。最後は、鬼と仲良く記念撮影をしました。



節分飾りを作っています。



迫力ある鬼ができました！



学び 栄養士講座開催



2・3月の集い・サテライトでは栄養士講座を開催し、「フレイル」についてお話をさせていただきました。フレイルとは、加齢によって心身が衰え、社会とのつながりが弱くなった状態のことをいいます。予防で大切なことは、「運動」、「食事」、「社会参加」です。生活の中で改善できる工夫などを教えていただきました。



高岩集い



サテライト清水



サテライト下八川

地域支援 十田地区ミニデイ

2月20日(火)

十田地区のミニデイにお邪魔しました。この日は、理学療法士による「フレイル」のお話のあと、あったか手作りの輪投げを行いました。みなさんととても良い笑顔で大変盛り上がりました。



こけ 苔 テラリウム教室

2月8日(木)のサテライト下八川では、講師の先生をお招きし、『苔テラリウム教室』を開催しました。参加者の方は、容器の中に入れる石や動物のパーツを選び、真剣に取り組んでいました。素敵な苔テラリウムが完成しました。

講師 東山太智 先生



苔テラリウムとは…
ガラス容器など中が見える透明な容器の中で苔を育てます。



地域支援 漣地・土居地区ミニデイ

3月9日(土)

漣地・土居地区のミニデイにお邪魔しました。この日は、手作りの美味しいお弁当をいただいたあとに、ポッチャを行いました。みなさんととてもハッスルして、にぎやかに楽しい時間を過ごしました。



子どもたちも参加してくれました♡