

すね。
りたいで
生活を送
いのある
動かし笑
も身体を
これから
でした。
えません
い声がた
往し、笑
づ右往左
ついてこ
に身体が
はぐしボ
アップ体
を講師に
介護予防
と栄養の
み方を分
を送るた
羅社会福
筋梗塞の
んより、
包括支援



7月30日
介護予防教室
(蘇原福祉センター)

包括支援センター小林看護師さんより、脳梗塞の前ぶれ症状、心筋梗塞の症状と予防と対策を多田羅社会福祉士より、すこやか生活を送るためのチェックシートの読み方を分かり易く説明をうけ運動と栄養の取り方を勉強しました。

介護予防運動指導士の土屋先生を講師に「気軽にできる筋力アップ体操」ストレッチ体操で筋力を

12月12日
**歳末たすけあい
特別講座**
(蘇原福祉センター)

六十五歳以上のひとり暮らしの方および七十歳以上の高齢者の方、また地域で活躍下さっている近隣ケアグループ、ボランティアハウスの代表の方に集まっていただきました。

7月31日
地域ふれあいの会
(蘇原第二小学校体育館)

地域の住民、子どもからお年寄りまで一同に集まりふれあうことができたらと開催、初の試みでしたが大勢の方が楽しんでくださったようです。

お孫さんと参加の予定でしたが

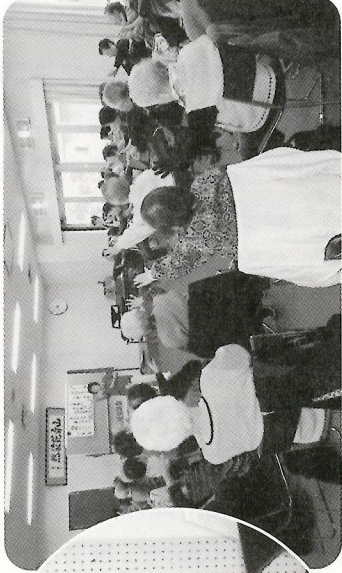


第2回 柿沢ふれあいセンター 12月24日

南保育所年長児とふれあうて頂き、昨年もお願ひした音楽レクリエーション「二度童子の会」の指導で歌ったり、身体を動かしたり、楽器を使ったり「身体を動かさしちょっと疲れたが気持ち良かった、身体は動かさなければね」と嬉しい声をいただきましたが、会場の都合で昼食後、懇談の時間も無くお帰りであります「せっかくの機会なので集まった皆さんとゆっくりしたい」とのご意見を頂戴しました。次回から皆さんの願いが叶えられますよう、会場の調整を行いたいと思っています。



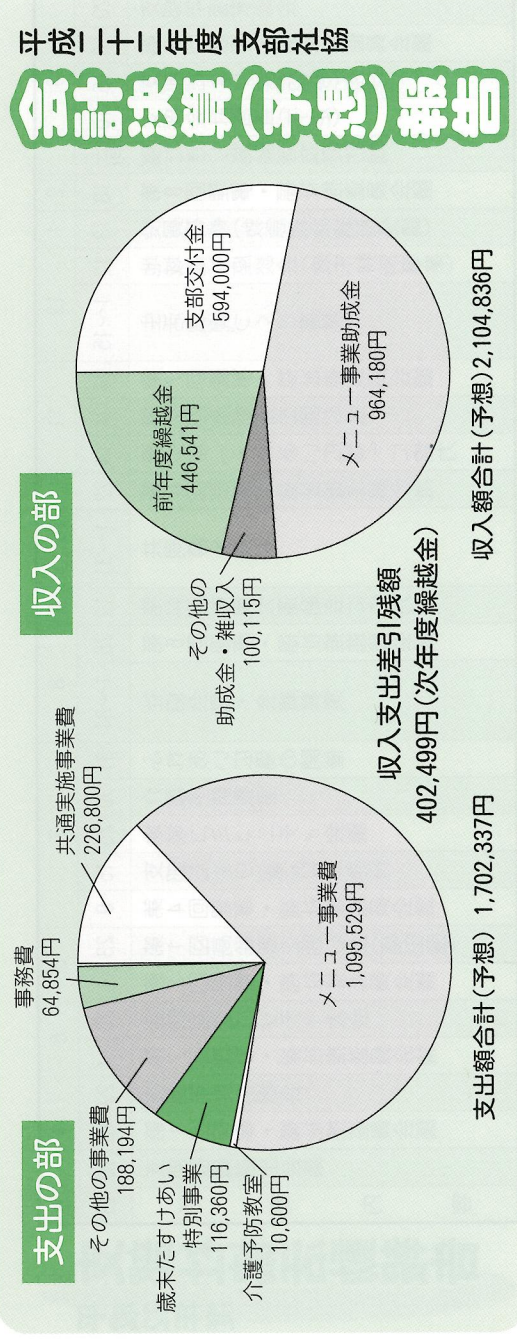
「孫がこれなくなったので一人できました。家で孫と作ります」と納得ができるまで作っておられた方、お手玉を作り上げていくお子さん、皆さん時間ぎりぎりまで楽しんでおりました



1月13日
先進地視察研修
(蘇原福祉センター)

支部役員一同、災害における救命に関する知識と理解を深めるため、救急救命実習を行いました。

西消防署救命士さんより最近の救急依頼の状況等のお話しを伺ったあと模型を使って、気道確保・人工呼吸・胸部圧迫・AEDの使い方を学びました。



高齢者を囲む会

第1回 稲田園 6月18日



平流まほさんと、津軽三味線演奏者をお招きし高齢者を囲む会を行いました。

包括支援センター小林看護師さんのストレッチ体操に続き、歌と迫力ある津軽三味線を楽しみ、山田理事の司会でカラオケ、昼食後は景色を眺めながら足湯を楽しむ方、お風呂に入る方、おしゃべりを楽しんだり館内を巡ったり、自由な時間を楽しんで十四時帰宅の途に着きました。お疲れ様でした。