

社協ふれあい情報 12月号

発行：王滝村社会福祉協議会

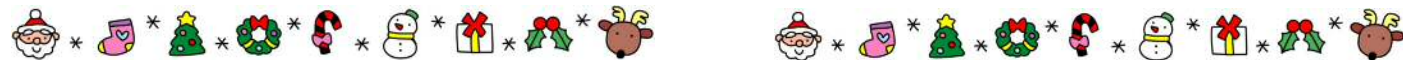
令和5年12月1日発行

Tel：48-2008

Fax：48-3033

Mail：ot.shakyo@po.kiso.ne.jp

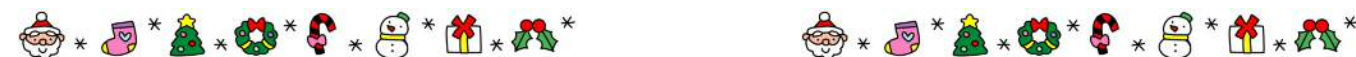
今年も残すところあとわずか…時が経つのが、年々早まって感じるこの頃です。冬になったものの、暖かい日もあり、体調のコントロールが難しいですね。この季節は、汗をかくことが少なくなり、のどの渇きを感じにくくなりますが、実は、ストーブやこたつにあたることで、身体の水分は自然に抜けていっています。意識的に水分補給を心がけましょう。喉を潤して、変な菌を寄せ付けないことも大切です。寒くなりましたが、残り一ヵ月を楽しく過ごし、今年一年を締めくくりましょう！！



いきいきサロン&どんぐり広場 ~みんな上手だね!~

11月27日(月)

今日は、音楽療法士の長瀬郁子先生をお招きし、おばあちゃんたちと子どもたちの交流会です。音楽に合わせて、いろいろな楽器を鳴らして遊びます。不思議な形の物から、面白い音が鳴ると子どもたちの目がキラッ！これは何だろう？と興味津々。リズムに合わせて、早く鳴らしたりゆっくり鳴らしたり、みんな上手に出来ていました。おばあちゃんたちは、「にぎやかで楽しいな。」「可愛いなあ。」と口ぐちに言います。自分のひ孫くらいの年の子どもたちを見つめる目は、やさしく暖かく、楽しい時間が過ごせました。



介護者リフレッシュ ~おいしいそうに焼けたよ!~

11月28日(火)



こんがりキツネ色！
美味しそう！！

介護者リフレッシュは年に4回、介護者の方にお集まりいただき、日頃の介護についてのお悩みごとのご相談や、介護サービスについてご意見や感想などをいただいたり、体操や調理実習レクリエーションなどの企画や、日帰り旅行に出かけリフレッシュしていただいています。この日は、東区の細尾さんに習いながら、ピザ作りに挑戦。パン生地を伸ばし形を整え、ソースを塗り、具材をトッピング。もちろんチーズはたっぷり！！とっても美味しそうに焼けました。たわいのない話も、日頃の介護の苦労話しも、なかなか尽きない一日でした。お話されることで、少しでも皆さんの心の負担が減ることを、スタッフ一同願っています。

介護教室のご案内

※今回の教室は、王寿会の皆さんと共催です。

日時 12月20日(水) 午後1時30分～3時

場所 保健センター

内容 『高齢者のうつ病と認知症』

認知症と間違えやすいうつ病の症状について、お話します。

※どなたでもご参加できます。詳しくは、社協48-2008(田近・北村)まで。送迎が必要な方はお申込みください。

※王寿会の皆さんには、別途ご案内します。

12月～1月初旬の行事予定

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7 大雪	8	9
10	11	12	14日(木) 無料法律相談 10:00～3:00 長野県弁護士会弁護士 小川貴之先生 どんぐり広場 1:00～4:00 しめ縄リース作りをします。			16
		19	20	21	22 冬至	23
		◎裏面ボランティアコーナーをご覧ください。 ボランティア講習会 200～400頃	介護教室 (王寿会共催) 1:30～3:30	いきいきサロン 10:00～3:30		
24	25	26	27	28	29	30
		お楽しみ弁当(お節)		正月飾りの寄せ植え作りをします。		
31	1/1	1/2	1/3	1/4	1/5	1/6
	12月29日(金)～1月3日(水) 年末年始休業					

毎週土曜日は訪問サービスのみ営業。配食、移送サービス等は平日のみ営業。
29日(金)から1月3日(水)までは全てのサービスをお休みさせていただきます。