

あったかふれあいセンターみうら通信

NO,11 令和3年2月号

恵方巻づくりをしました



2/1（月）、サテライトかきせで節分の恵方巻を参加者で作りました。

各自がまきすを持ち寄り、具材をたっぷりと巻き込み立派な恵方巻ができました。

皆さん手慣れたもので、写真係が追い付かないほど手早い・・・。

作った後はお楽しみのランチタイム🍴

今年の吉方は“南南東”との事で、福を巻き込むぞ～！！と大きな口で丸かじりをしました。

食欲もバッチリ。病気もせず今年も元気に過ごせそうです。



集いの活動紹介



倒れそうでハラハラ、ドキドキ

*** 指先全集中 ***



数字版で体と頭を動かします



最年長 VS 若手の戦い



上下左右体をねじり、ポカポカに

2月の集いは体を動かすレクリエーションを中心に取り入れました。

ペットボトルに洗濯バサミを挟んで積み上げたり、ボール運びで体のストレッチ、おじゃみ投げなど全身を動かしました。競争になるとつい本気モードになり、走るのが早くて驚かされます。集いに参加した日は10歳程若返っているのではないのでしょうか・・・



これからの移動手段について住民と話してみました



2/15（月）、公共交通・デマンドバスの利用について地域住民と一緒に話を聞きました。
 年齢とともに免許も返納し、買い物や通院に出かけるにもデマンドバスを利用すると帰るのに3時間以上バスを待たないといけない事、現在のダイヤでは町内での買い物は利用しにくい事など、利用して不便に感じている事なども意見を出し合い担当の方に今後の検討課題として持ち帰っていただきました。
 その後集いで、「これからデマンドバスを利用していく為に乗る練習をしてみたい」や、「月に何回、週に1回など決めて住民同士で買い物や食事にでかけては・・・」など今後につながる前向きな意見が出ていました。
 とにかく利用しないと！！と前向きな気持ちになれば、集いでも練習のお手伝いできれば・・・と感じています。



3月予定表

日	月	火	水	木	金	土
	1 かきせ（馬荷） 集い	2 午前:出口体操 午後:田野浦体操	3	4 下田の口集い	5 出口集い	6 おはなし玉手箱 （紙芝居）
7	8 かきせ（馬荷） 集い	9 午前:出口体操 午後:田野浦体操	10	11	12 出口集い	13
14	15 かきせ（馬荷） 集い	16 午前:出口体操 午後:田野浦体操	17	18 下田の口集い	19 出口集い	20
21	22 かきせ（馬荷） 集い	23 午前:出口体操 午後:田野浦体操	24	25 緑野団地集い	26 出口集い	27 保健師による 健康相談（午前）
28	29 かきせ（馬荷） 集い	30 午前:出口体操 午後:田野浦体操	31			

感染症対策として、時間短縮で集いを開催しています。

月・木・金/10:00~14:00 火・午前/9:30~11:30 午後/13:00~15:00

【連絡先】 あったかふれあいセンターみうら：080-2998-0003

