

9月あったかふれあいセンター

北郷だより (サテライト共通)

令和3年9月号

あったかふれあいセンター北郷

黒潮町加持川 850 番地

☎ 43-1595

激しい暑さも、あと少しですね。虫の音が夏の終わりを告げています。

日中はまだ暑い日もありますが、日が落ちるとすっかり涼しくなりました。

体調を崩しやすい時期ですので、気温に合った服装で過ごしてくださいね。

4月からお世話になっておりました野並は新事業に携わることになりました。

酒井ゆかさんはサテライトみうらに異動になります。コロナ禍とはいえ目立った活動もしないで北郷を離れることを心苦しく、申し訳なく思っております。10月からは以前長い間北郷に携わってくれていた宮川愛さんを中心に宮川元美さん、秋森あゆみさんが北郷を盛り上げてくれますので応援してあげてください。

これからは時々集いの日に看護師として体調管理に伺いますのでよろしくお願い致します。

皆様も身体を大切に自愛下さいね。



集い毎に、歌謡体操や脳トレに挑戦し認知症予防に取り組んで頂いています。北郷の最高齢者様も毎日畑仕事に精をだし、集いでも皆と一緒にレクに挑戦し、残存機能を活用して頑張ってくれています。

コロナウイルス予防やノロウイルス（食中毒）と気を付けないといけない事が沢山ありますが、今まで同様に感染対策をしていれば菌は近寄れません。終息は見えませんが、頑張りましょうね。



加持ふれあいセンターをお借りして、健康体操を開催しています

9月は、宮地泉さんをお招きしてミュージックケアを開催しました。

近所の方や知人に声を掛け合って集まっていたいただき、音楽を聴きながら

楽しく体を動かして心も癒されました。体操の後は、谷美智子さん手作りの蒸し饅頭を食べながらお茶をして、ゆったりした時間を過ごしました。ハグハグモーニング開催の目処がたつまでは、体操を実施しますので是非参加してくださいね。毎月第二水曜日、10時～11時30分



サテライト早咲

最近では少し難しい脳トレや皆さんに好評の豚のしっぽ(トランプ)で盛り上がります。相変わらずお喋りも楽しんでいますが・・・
コロナ感染予防対策として、手指消毒、マスク着用で密集を避け、席の間隔をとり換気を行っています。



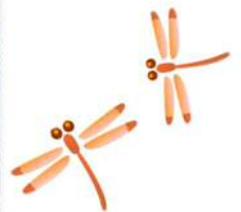
9/13の集いで少し早めの敬老会をしました。賑やかな催し事はできなかったのですが、給食ボランティアさんがちらし寿司などを手作りしてくれて美味しい昼食を頂きました。

朝晩は急に涼しくなりますからご自愛下さい。これからは秋の味覚を満喫したいですね。



サテライトかきせ

毎週金曜日 10時～14時まで集って、健康作りをしています。14時までの集いが継続できますように皆で感染症予防に努めていきましょう。場所は、集落活動センターかきせです。



難しい脳トレは嫌と言いつつも皆さん最後まで挑戦してくれる頑張り屋の方達です。10月から交代するスタッフは、体をいっぱい使ったレクで楽しませてくれますので筋肉痛にならないように頑張ってください。(笑笑笑)