

あったかふれあいセンター

令和 5 年 4 月



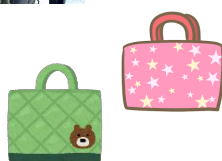
桜の花が満開になり、菜の花もあちらこちらでかわいく咲いています。少し寒い日があったり、花粉症も気になりますがどうか皆さんの心がいつもわくわくします様に(*^-^*)



米袋バッグ作り

新聞バッグより少し簡単かな(^^)

たくさんの方が参加して下さり世界に1つしかないバッグがたくさん出来ました。絵を描くのが苦手だと言われていた方も味がありとってもかわいいバッグになりました☆
さっそくお家で作られた方もいました。嬉しいです(*^-^*)



公民館で行われた冬の縁日にあったか利用者さんで行きました。昔懐かしいものやゲームもたくさんあり楽しく過ごせました。チラシなどを買いあったかで皆でおいしくいただきました(^^)♪

3 月 10 日にあったかの推進委員会を開催しました。利用者さん 2 名、民生児童委員さん、行政から 2 名の方に参加していただきこれまでの成果の報告、課題について話し合い、ご意見をいただきました。最後に理事長の言葉で会を終えました。皆様のお声をこれからいかにしていける様がんばりたいと思います。



甲子園高知高校の応援をしました。強豪を倒す試合に大盛り上がりしました！



先月の講演は脳梗塞についてでした。大切なことは予防です。※運動をする ※バランスの良い食事(しっかり野菜を採る) ※水分をしっかり摂る ※ぐっすり寝る あと禁煙などありますが.. (^^)うまく笑顔が作れますか？腕を上げたままキープできますか？短い文がいつも通りしゃべれますか？症状に気付いたらすぐに 119 番をとということでした！！