

# 社協ふれあい情報 4月号

発行：王滝村社会福祉協議会

令和3年4月1日発行  
Tel：48-2008  
Fax：48-3033  
Mail：shakyo@vill.otaki.nagano.jp

♪春が来た、春が来た、どこに来た、里に来た、山に来た、野にも来た。♪  
今年も、梅の花が咲き始めましたね。水仙やクロッカス、ムスカリなど春を感じさせる花が幾種類も咲いています。春と言えば、先日ふき味噌を作りました。我ながらおいしくできたので、ご飯がおいしく食べられます。さてさて、長いお家時間からやっと解放されますね。みなさん、外に出たくてうずうず。最近、畑で作業にいそしむ皆さんの姿をよく見かけるようになりました。急に動くと大変で、ゆっくりゆっくりやらまいよ。無理はせんほうがいいでね。

## ふれあい元気づくり教室

～ほぐして、ほぐして～

3月17日(水)

今年度、最後の元気づくり教室。講師は、いつも元気いっぱいの勝野先生です。まずは、手の指先から、足のつま先から、徐々に優しくもみほぐして行きます。少しずつ、身体が温まることで、体の準備ができます。その後、ボールや新聞紙を丸めた棒を使い、椅子に座ったままいくつもの運動をします。普段の暮らしの中では延ばさない部分をのばしたりするので、終わった後は体がすっきりします。今年度、全ての月に参加された方には、皆勤賞が贈られます。毎年、写真とお花をプレゼントさせていただいていますが、それをとても楽しみにしてくださる方もいらっしゃいます。歳を重ねるにつれ、思うように体が動かなくなってきました。いかがですか、皆さんも一緒に体をうごかしませんか。



## お知らせ

### 令和3年度王滝村共同募金「地域福祉活動補助金」募集!

皆さまからお寄せいただいた共同募金は、地域で必要とされる福祉活動に有効に活用させていただいております。『地域福祉活動補助金は』共同募金を活用し、さまざまな地域活動やボランティア活動に取り組んでいるみなさまを応援し育成することにより、地域での支え合い活動の推進を図るための補助金です。

☆まずは自分達にできることから…。  
みなさまのアイデアを活かして積極的にご活用ください!

助成対象年度 令和4年度に実施する事業  
★令和3年度の募金を翌年度に配分します。  
募集期間 令和3年4月1日(木)～6月10日(木)まで

助成対象事業 ① 地域福祉活動  
② ボランティア活動

助成額 1団体 上限30,000円  
申請方法 社協までお問い合わせください。



例えば…  
・地域のお年寄りのお茶飲み交流会の企画  
・ひとり暮らしの方へ絵手紙や手作りお菓子のプレゼント  
・公共施設の花植え活動  
・地域での見守り活動や日常生活のお手伝いなど、さまざまなアイデアでご活用ください。

## お知らせ

### 障がい者ふれあい交流会 開催のご案内

障がいを持たれた方の楽しい交流の場です。皆様のご参加お待ちしております。(ご家族の方も参加できます。)

日時 令和3年4月21日(水)  
内容 交流会(内容等現在調整中です。)

※新型コロナウイルス感染予防のため近場での開催となる予定です。  
※対象の方には、後日詳細をご案内します。

### ひとり暮らしよらまい会 開催のご案内

日時 令和3年4月16日(金)  
内容 交流会(内容等現在調整中です。)

対象者 75歳以上のひとり暮らしの方  
※対象の方には、後日詳細をご案内します。



## 4月～5月初旬の行事予定

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				相談員 民生委員さん	今月は、昨年駒打ちしたきのこの手入れをします。	
4	5	6	7	8 暮らし何でも相談 1:00～4:00	9 ごたくらぶ 9:30～11:30	10
			講師は、田上先生です。			
11	12	13 ふれあい元気づくり教室 10:00～11:30	14	15	16 ひとり暮らしよらまい会 10:00～1:00	17
18	19	20	21 障がい者ふれあい交流会 10:00～16:00	22	23 お楽しみ弁当 福寿草グループ	24
25	26 どんぐり広場 10:00～11:30	27	28	29 (昭和の日)	30 いきいきサロン 10:00～3:30	5/1 小物入れ作りの続き
5/2	5/3 (憲法記念日)	5/4 (みどりの日)	5/5 (こどもの日)	5/6	5/7 お楽しみ弁当(特別) しゃくなげグループ	5/8

※29日(木)、5月3日(月)～5月5日(水)はデイサービスと訪問、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となります。