

令和 3年
11月25日

157号

発行 社会福祉法人
木祖村社会福祉協議会

〒399-6201

木曽郡木祖村藪原

電話

FAX

1191 番地-30

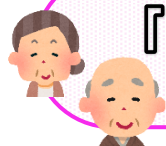
0264-36-3441

0264-36-3482



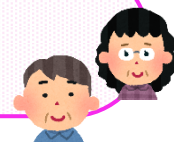
ひよこ

ボランティアセンターだより



『13区 高齢者いきいきサロン』活動開始！

～住み慣れた地域で楽しく・気軽に・無理なく・自由に～



10月26日に13区公会所において、コロナウイルス感染警戒レベルも下がり、状況も落ち着いたことから『13区 高齢者いきいきサロン』の活動が開始されました。

以前から13区にも高齢者の方が気軽に集い、交流ができるサロンを立ち上げたいという有志の方々が開催に向けて準備を進めてきました。

サロンは住み慣れた地域で生きがいを持ち、健康で楽しい生活を送っていただくことを目的として、仲間づくりや交流の場づくりをする活動です。

今後は月に1回程度の開催を予定しており、回覧でお知らせをするとのことです。13区の高齢者のみなさんはぜひご参加ください。



サロンの最後に『北国の春』の曲にあわせて健康体操をすることになりました。

藪原地区 5区サロン『ひばり会』が再開しました。



みんなで楽しく手指の健康体操！

11月16日、転作センターにおいて1年9か月ぶりに『ひばり会』が開催されました。

ひばり会は平成14年から18年もの間、毎月第3火曜日に開催していましたが、コロナウイルス感染拡大防止のため活動を休止していました。

久しぶりのサロン再開で「元気だった？」「会えて嬉しかった。」など、笑顔での会話の中にみなさんの喜びをうかがうことができました。

また当日は木祖村食生活推進協議会長さんに、食事の減塩方法や手指の健康体操を教えていただき、和気あいあいと楽しい時間を過ごしました。

『すずめ塾』のしめ飾りは『道の駅』で販売します。



すずめ塾は昨年度からコロナウイルス感染拡大防止対策により、活動時間を短縮しており、たくさんのしめ飾りを作ることができないため、今年も販売会はありません。

そこで12月4日から『道の駅木曽川源流の里きそむら』でしめ飾りを販売いたします。

今年の新しいわらを使って、みなさまが健康で幸せに暮らせるようにと願いを込めてひとつひとつ丁寧に作っていますので、引き続きみなさまのご協力をお願いいたします。





長野県内年末一斉

フードドライブキャンペーン

新型コロナウイルスの影響が続いたまま年末を迎えます。
コロナ禍で生計困難になっている方々を応援するため、フードドライブにご協力ください。

募集期間 11月26日(金)～12月15日(水)まで
受付場所 木祖村社協(幸せテラスまめのわ)にご持参ください。

《寄付していただきたい食品》

■缶詰 ■カップ麺 ■レトルト食品 ■お菓子 ■調味料
■米(2020年度産まで) ■うどんやスパゲティなどの乾麺 他

※賞味期限が1ヵ月以上あるもの、未開封のもの、包装が破損していないもの



『ふれあいクッキング』開催のお知らせ

いよいよ本格的な冬の到来を迎え、冷えや体の不調が気になる季節となりました。
そこで今回のふれあいクッキングは、ちょっとした食材をプラスして、風邪をひきにくい
体づくりの料理やクリスマスのミニデザートも作ります。
どなたでもご参加いただけますので、ぜひみなさんご参加ください。

今回のテーマは『寒さに負けない! 栄養たっぷりメニュー』

- と き 令和3年12月13日(月曜日) 午前10時～12時まで
□ところ 町並み集会施設『ときわ』(数原9区)
□参加費 300円
□持ち物 エプロン・三角巾・筆記用具
□申込先 12月6日までに木祖村社協まで(電話36-3441/FAX36-3482)
□その他 感染予防対策のため、作ったものはお弁当にして持ち帰ります。



12月の行事予定

2日(木)	配食サービス・ミニデイ(てまりの会)
3日(金)	すずめ塾 幸せテラスまめのわ 午前9時～
6日(月)	ミニデイ(てまりの会)
7日(火)	手話サークル 保健センター 午後1時30分～
9日(木)	配食サービス・ミニデイ(てまりの会)
10日(金)	心配ごと相談所 幸せテラスまめのわ 午前10時～ すずめ塾 幸せテラスまめのわ 午前9時～
13日(月)	ふれあいクッキング ときわ集会所 午前10時～ ミニデイ(てまりの会)
14日(火)	手話サークル 保健センター 午後1時30分～
16日(木)	配食サービス・ミニデイ(てまりの会)
17日(金)	すずめ塾 幸せテラスまめのわ 午前9時～
20日(月)	ミニデイ(てまりの会)
21日(火)	手話サークル 村民センター 午後1時30分～
23日(木)	配食サービス・ミニデイ(てまりの会)
27日(月)	ミニデイ(てまりの会)

心配ごと相談所開設

心配ごと相談所は、毎日の暮らしの中での悩みごとや困りごとを相談できる窓口です。

相談を希望される方は直接会場においでください。

○と き 12月10日(金)
午前10時～12時
○ところ 幸せテラスまめのわ



《お休みのお知らせ》

手話サークル 12月28日(火)
配食サービス 12月30日(木)
ミニデイサービス 12月30日(木)
すずめ塾 12月24日・31日(金)

