令和3年9月発行　VOL.6
袋井南部地域包括支援センター

つながり処『結』

～袋井南部つながり部交流会～　を開催しました！

袋井南部地域包括支援センターが高尾地区へ移転して半年が経過し、地域の方たちがもっと気軽に包括へ来れるようにとの思いから、つながり処『結』をOPENしました。

◎元気がもらえる！
◎介護についての不安が解消された！
◎地域活動のヒントがもらえる！

そんな地域のみなさんの心のよりどころになれるよう、開催していきます。

※6月～8月まで毎月第4月曜日（試行期間）

6/28（月）内容：体操・防災講座～停電～・レクリエーション

ごぼう先生（介護予防を笑顔で伝える　「大人ための体操のおにいさん」）のDVDを見ながら体操☆

中部電力パワーグリッド株式会社様より、防災講座として停電の原因と復旧の仕組みや、災害発生時に注意することを教わりました！

休憩時間にも〝停電情報お知らせサービス〟のアプリについて熱心に質問中！

包括職員による脳トレ体操♪参加者より職員の方が出来てませんでした(;´・ω・)

7/26（月）内容：体操・ヤクルト健康教室・レクリエーション

ごぼう先生の健康体操～自力体操編～を体験しました☆

ヤクルトさんから、腸を丈夫にしておくことが、健康で長生きの秘訣！と教わりました。

夏の歌に合わせて、肩たたきゲーム♪肩がスッキリした～との声が上がりました(^^)/

熱中症予防のクイズに挑戦！これで今年の夏も熱中症になることはありません！

８月にも開催を予定しておりましたが、新型コロナウイルス感染症緊急事態宣言の発令により中止させていただきました。８月までを試行期間としておりましたが、地域の皆さんからの嬉しい要望により、今年度につきましては、毎月１回開催させていただきます。会場はもう少し広い袋井南コミュニティセンターホールにて、感染対策を万全にして開催していきます。

9/22、10/20、11/24、12/15、1/19、2/16、3/16
全て水曜日　10時～11時30分