

あったかふれあいセンター まちなかサロンかわら版



2019年1月号

あったかふれあいセンター まちなかサロン

年齢問わず、どなたでも、無料で利用していただける地域の集い場所です。
8店会（元ゆたか駐車場横）、新町（フラワーガスさん隣）、山手町（集会所）の、3つの地域で開所されています。
開所時間内は、好きな事をして自由に過ごしていただけます。
また、内容によって適切な関係機関に連絡もしています、ちょっとした困り事や気になる事があればスタッフにいつでも声をかけてください。小さい事でもかまいません。
遠慮なく相談してください！！
地域の皆さん、あったかふれあいセンターにぜひ遊びに来てください！！

利用者さんの今月のひとこと



平成最後の正月を迎えた。
5月には新しい年号に変わるそうだが、どんな年号になるのだろう。
明治、大正、昭和、平成、近代日本になってからでもずいぶん変わった。
70代男性より

新年あけましておめでとございます。本年もどうぞ宜しくお願いいたします。

～8店会と山手町の様子をお届けします～

8店会

2018年の締めくくり忘年会♪

毎年の恒例となっている忘年会！！一年間、集いや体操を共にしてきたみなさんが集まり、楽しいひと時を過ごしました。『こんなことがしたい！』と声が挙がった缶釣りゲーム♪では、慣れた動きで順に缶を釣り、わいわいと盛り上がりしました。その後におこなった輪投げは、新聞紙を再利用して大小様々な大きさの輪っかを作り、楽しみました。得点は競わず、みなさんが参加して楽しむことを大切に、『楽しかった！参加している時間は、色々なことを考えずに楽しめてよかった！』との声を頂くことができ、嬉しく感じました！

将棋を楽しんでいた男性方も合間にレクリエーションに参加したり、応援の声を掛けたりと参加してくれていました。最後には、かわらばんクイズでお馴染みのボランティア まっさんの踊りで締めくくり、有意義な一日となりました。

新たにやってきた 2019年も元気に様々な楽しみをみなさんと一緒に作っていきましょうね♪



8店会

“脳卒中を予防しよう！” 近森病院の出前講座！！

誰もがなり得る“脳卒中”を知り、予防する目的に、近森病院にて脳卒中のケアに従事している看護師さんが来所してくださり、学習会を開催しました。学習会の開催にあたり、どのようなことを学びたいか、あったかふれあいセンターを日頃利用されている皆さんに意見を求めたところ、身近でよく耳にする脳卒中にならないよう関心を持たれているようでした。

学習会では、脳卒中になる可能性が高まる生活習慣病を予防する体づくりや、脳卒中の初期症状・見分け方など、日頃の生活に活かせる内容が多く組み込まれており、たくさんの方に知ってもらえる良い機会となりました。



山手町

今年もやったよ！忘年会！！

平成最後の年末・・・体操のあとの食事では「美味しいねえ～いっぱい食べて食べ切れん」などとお話ししながら、利用者さん【自家製チャーテの漬物】貰い味わいました。

個々にもってきたお菓子や、手作りの【大学芋】をほうばりながら、盛り上がったところでカラオケ大会が始まりました。アカペラですがマイクを持ち美声を披露し、日々の集いでは見られない一面をたくさん見ることが出来ましたね！みなさんのそれぞれの個性を活かし活躍できるよう今年も更に盛り上げていきましょうね！！



太田勝志さんが「愛情込めて育てた野菜を食べて貰いたい」と太田さんが考えたクイズに正解した方に配りました！

8店会

多世代で対戦！将棋ふれあい交流♪

第2弾!! ～中学生・高校生のみなさん!! あったかふれあいセンターで将棋をしてみませんか!!～ 開催!!
今回は、高校生の男の子が1名来て下さり、あったかふれあいセンターの将棋大好き男性陣たちを相手に対戦しました!!
普段、利用者のみなさんとはあまり関わりの少ない世代、高校生との交流を楽しみました。

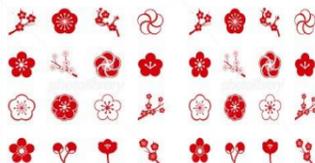
★新町 1月19日(土) ささえ愛のお知らせ★

この機会に是非、健康講座を受けてみませんか

※11:30からサロンは開けています。

★13:00～14:00 高知県心とからだの健康出前講座を開催します

🌸 1月 イベントカレンダー 🌸

日	月	火	水	木	金	土
		お休み (元日) 1	お休み 2	お休み 3	<8店会> 将棋(12時~15時) 4	
7	8		<8店会> ・将棋(12時~16時) ・16時までの日 9	<しんまち> 16時までの日 10	11	
お休み (成人の日) 14	15			<しんまち> ・16時までの日 ・食事会 17	1月19日(土) 新町11:30~開所 13時~健康講座 18	ささえ愛 19
<8店会> 食事会 12:00~ 21	<しんまち> 将棋(10時~13時) 22	<山手町> 食事の日 ・体操 12:30~ ・食事 13:30~ 23	<しんまち> 16時までの日 24	<8店会> ・将棋(12時~16時) ・16時までの日 25		
<山手町> 介護予防の日 (13:30~) 28	29	30	<しんまち> 16時までの日 31			

まっさんの脳トレクイズを解いてみましょう♪

①

○に動物を入ると或る言葉になります

- レカワリ
- ミツドキ
- アシ
- タイテン
- イアイ
- ゴッコ
- ド○○○イリ
- り○○イ
- オ○○○シモノ
- コ○○毛ヨウ
- ガエリ

ヤッホー！まっさんでーす！
今月は、新年スペシャルで
クイズ2つです。
みんなで解いてみてね！！



②

()の中の数字だけ線を動かして、
動物にして。

- (1) (1) (1)
- |||| ||| |||
- (2) (2) (2)
- |||| ||| |||

先月の
答え
イマ ミナサンガ イル
アツカ ハ ナトコウ シ
⇒答えは 須崎市!!

須崎市社会福祉協議会 42-0736
あったかふれあいセンター まちなかサロン 080-6384-6486