

河辺地域生活支援 コーディネーター通信

第8号

2019年6月発行



～サロン情報交換会を行いました。～

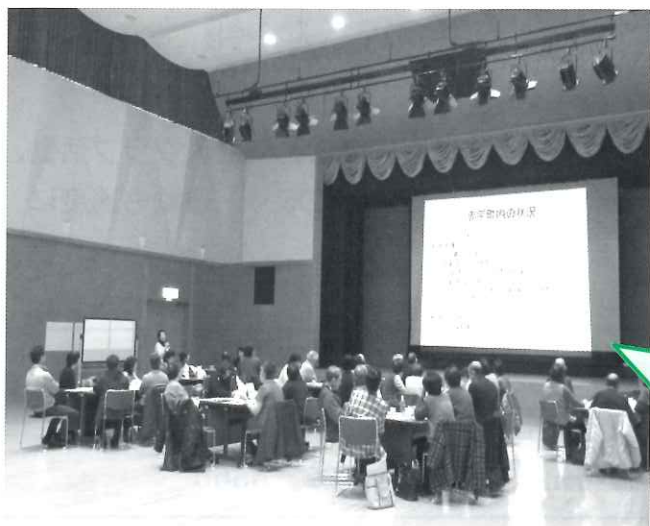
平成31年2月23日河辺総合福祉交流センターで49名の参加で行われました。
内容は、1) ダンディ・クッキング参加者によるカレーライスのお試し 2) いまの整骨院の今野先生による「転ばん体操」講話と実技 3) サロン情報交換会（事例紹介（留見瀬サロン・赤平ピンコロサロン）、7つのグループに分かれて情報交換と発表） 4) 生活支援体制整備事業説明でした。



試食のカレーライスおいしかったね！



今野先生の講話と実技



それぞれのサロンで、お金を有効活用するよう、内容などに工夫していることがわかりました。例えば、皆で昼食を作って食べたり、町内会や老人クラブと共同開催したり、子供たちと交流したり、ホームビデオを見たり、ゲームをしたりして楽しんでいました。また、町内の達人を見つけて講師にお願いしたりしていました。

※参加者へのアンケートでは、情報交換が一番良かったという感想でした。

平成31年度(令和元年)の事業計画

ウォーキング教室

No.	月	日	曜日	時間	内容	集合場所
1	4	26	金	10:00～12:00	桜並木を歩こう	中央公園駐車場
2	6	2	日	8:00～12:00	せせらぎウォーク	へそ公園
3	7	19	金	10:00～12:00	未定	相談で決定
4	8	30	金	10:00～12:00	田舎道を歩こう	相談で決定
5	10	25	金	10:00～12:00	千秋公園をガイドとともに	千秋公園

ダンディ・クッキング

No.	月	日	曜日	時間	場所	内容
1	5	24	金	10:00～12:30	河辺総合福祉交流センター	わらびを美味しく
2	7	5	金	10:00～12:30	河辺総合福祉交流センター	みずの料理
3	9	6	金	10:00～12:30	河辺総合福祉交流センター	パスタ料理
4	11	22	金	9:30～13:00	遊学舎	そば打ち体験
5	12	20	金	9:00～13:00	河辺総合福祉交流センター	自主活動

昭和歌謡カラオケと会話を楽しむ会

月1回 主に第2金曜日 13:30～15:30 河辺総合福祉交流センター

スロージョギング教室

毎週火曜日 10:00～11:30 河辺総合福祉交流センター

参加希望の方は、河辺地域包括支援センターまで連絡ください。

人生100歳時代に向け、日頃から健康の維持増進に励み、趣味や町内会活動や老人クラブ活動、サロンへの参加など社会とのつながりを持ちましょう。また、栄養を十分に取り、運動も適度に行いましょう。みんなで、元気ある河辺を築いていきませんか。

発行：秋田市社会福祉協議会 河辺地域包括支援センター社協

住所：秋田市河辺北野田高屋字上前田表66-1（河辺総合福祉交流センター内）

編集：生活支援コーディネーター 高橋久美子 連絡先：TEL018-882-5565

