

社協ふれあい情報 5月号

発行：王滝村社会福祉協議会

平成29年4月25日発行

Tel：48-2008

Fax：48-3033

Mail：shakyo@vill.otaki.nagano.jp

4月ももう終わるのに、王滝の春はまだ遠く・・・やっと、水仙の黄色が畑に目立つようになりましてね。ムスカリやクロッカス、春の花は鮮やかで目が覚めるような気分になります。桜や梅の淡い色もはかなげで良いですよ。

村内を車で走っていると、畑や田んぼの準備に精を出す皆さんの姿を多く見かけるようになりまして。不安定な天気が続く、思うようにはなりません、体調を崩さないよう、お気をつけください。



ふれあい元気づくり教室 ～あっちもこっちも、あ！痛こころ～

4月13日（木）

今回は、田上先生を講師にお招きし、身体の準備運動です。足のつま先から手の指先まで、ありとあらゆるところの関節を動かし、ほぐしていきます。みんな、肩が痛かったり膝が痛かったり、「こうやって動かすといいよ！」と先生にアドバイスをもらいながら動かしていきます。おうちでも、テレビを見ながらできそうな運動でしたね。ぜひ試してみてください。まだまだ皆さん健康でおってもらわんなんでね。



ひとり暮らしよらまい会 ～思い出のアルバム～ 4月17日（月）



今回は、参加者の皆さんにお願いをして、ご自宅にある古い貴重なお写真をお借りし、みんなで観賞しました。ダムをつくる時、今は沈んでしまった集落の解散式の際配布された写真集や、亡くなられたご主人の写真をお持ち下さった方もありました。田の原へみなさんで参拝に行かれた時の写真も拝見しました。それぞれの人生の思い出もそれぞれで、懐かしさもつらさも、年を重ねてこられたうちに忘れたことも覚えていることも・・・どれもこれもが大切な思い出です。形は残らなくても、心にあるものは大切にとっておきたいものですね。



いきいきサロン ～牧尾に花見に来てみたものの・・・～ 4月20日（木）

久しぶりに全員参加となった今回は、恒例のお花見。王滝の春を探して、二子持まで来たものの、今年は桜の花もなく。淡いピンクにふくらんだつぼみばかりで少しさみしさはあるものの、桜の木の下で、朝からみんなで協力して作った豪華なお弁当を一齐に広げると、「大勢で食べるご飯は美味しいね。」と、おかずもごはんもいっぱいあったお弁当をペロリと平らげるばあちゃんたち。満足げな笑顔がほころびました。



5月の行事予定

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3 (憲法記念日)	4 (みどりの日)	5 立夏 (こどもの日)	6
7	8	9	10	11 無料法律相談 10:00～3:00	12 お楽しみ弁当 福寿草グループ	13
14	15 元気づくり教室 1:30～3:00	16 どんぐり広場 10:00～11:30	17	18 弁護士 愛川直秀先生	19 ごたくらぶ 1:30～3:30	20 小物づくり
21 小満	22	23	24	25 いきいきサロン 10:00～3:30	26 お楽しみ弁当 こすもすグループ	27
28	29	30	31			

※ 3日(水)、4日(木)、5日(金)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です。