

中部地域包括支援センターだより



食欲の秋、スポーツの秋、読書の秋、実りの秋と
過ごしやすい、楽しみの多い時期になってきました！



〇●〇 すごろく作品展 2017 〇●〇

鈴鹿市在住の高齢者の皆様を対象に、絵画、手芸品、工芸品、書道など、
日頃のいきいき活動の成果を社会福祉センター1階ロビーに展示します！
今年度もたくさんの作品をお待ちしております！

◆募集期間 平成 29 年 11 月 13 日（月）～ 11 月 30 日（木）

◆展示期間 平成 29 年 12 月 1 日（金）～ 12 月 22 日（金）



〇●〇 赤い羽根共同募金 〇●〇



今年も赤い羽根共同募金を実施致します。みなさまからご協力
いただいた募金は、私たちの住む町「鈴鹿市」をより良くする活動
に使われます。

みなさまのご協力・ご支援よろしくお願い致します。

◆実施期間 10 月 1 日（日）～ 12 月 31 日（日）



〇●〇 第 39 回 介護者の集い 〇●〇

テーマ 『腰を痛めない介助方法とは』

講師 医療法人誠仁会 塩川病院リハビリテーションセンター
内藤 佳奈 氏（理学療法士） 粉川 幸子 氏（作業療法士）

日時 平成 29 年 11 月 28 日（火） 13：30 ～ 15：00

場所 鈴鹿市社会福祉センター 2 階 中会議室

対象者 介護をされている方、介護に関心のある方

申込先 鈴鹿中部地域包括支援センター ☎059-382-5233



参加費
無料



鈴鹿の福祉人

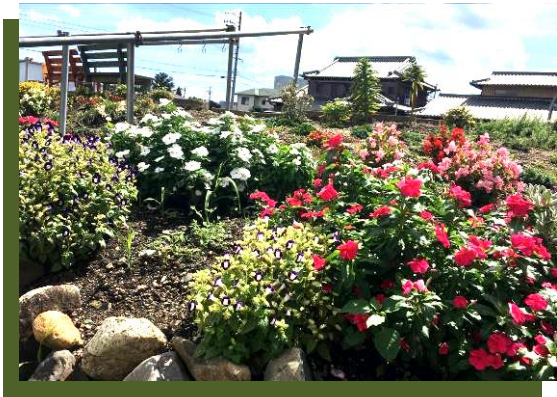
三日市南美寿々会

健康でいきいきと過ごせるように、様々な活動をととても活発にされている、三日市南美寿々会さんのご紹介です！身近に集える場所としてたくさんの方が参加をされています！！



□■□いきいき体操□■□

第1土曜日、第2・4水曜日に実施
地元のかなしょうず園の職員さんに教えていただきながら、腕や脚を使った体操をしています！声をだしながら、計算をしながら身体を動かす「ながら運動」で頭も身体も健康です！



□■□花一輪運動□■□

三日市南自治会集会所の横に
季節の花がたくさん育てられています！
この奥にはグランドゴルフ場があり、
毎週月・水・金曜日、第1土曜日に
グランドゴルフを楽しんでおられます！

健康体操をした後に、2グループに分かれて手先を使ったゲームをしています！
「競争することよりも楽しむこと」を大切に、みなさん笑顔いっぱいです！
待っている間も応援をし、うまくできたときは拍手をして大いに盛り上がりました！



三日市南民生委員 天野 静江 さん

運動不足を補おうと、軋む身体を動かしながら
自在にならぬ我が身を笑いの中に誘い、
そして楽しむ、そんなさわやかな社交場が
私の活動の一環です。