



# 雲原 ふくしだより 76号



発行 雲原地区福祉推進協議会 会長 糸井 洋 平成28年4月23日

熊本地震が発生し、毎日多数の被害が報じられております。  
心からお見舞い申し上げます。早く地震が終息することを祈るばかりです。



## 第29回 水車ひろばサロン

とき 5月14日(土) 午後1時30分～午後3時

ところ 水車ひろば

内容 「食育から楽しく学ぼう！」  
「笑いヨガ」



講師 成美大学短期大学部 准教授 野間 智子 様  
〃 准教授 足立 まり子 様

今回は福知山の成美短大の先生にお話を聞きます。

野間先生は、健康で長生きするためには「やっぱり食事が大切！」と赤ちゃんから高齢者までの食事について楽しく、わかりやすくお話しいたきます。

足立先生は、「笑う」ことが脳を活性化し、認知症の予防につながることなど、笑いも入れながらお話しいたきます。

楽しいサロンです。ぜひ皆さまお誘い合わせおいでください！！ お待ちしています！



## 第28回 水車ひろばサロン(報告)



4月9日(土)午前11時から「初期消火と炊き出し訓練をして見ましょう！」参加は43名でした。はじめに、西田消防分団長から「ふるさとレスキュー雲原」のしくみと災害や救急のときなどの対応について聞き、皆さんが安心して暮らしてもらえるように、見守っていますとお話しをいただきました。

次に初期消火訓練です。

まず、消火器による訓練です。とっさの時にあわてず使えるように、消防団員の指導のもと「栓を抜いて・ホースの先を火点に向け・ハンドル

を握り放水する」1年に1回の訓練ですが、思い出しながら放水しました。

消火栓を使った訓練も受けました。消火栓を使う時は4人以上ですということでした。

訓練の最後は「炊き出し」です。かまどで炊いた4升のご飯を女性レスキューメンバーとおばちゃんから消防団員が「おにぎり」の握り方の指導を受けました。できたあがった「おにぎり」と糸井会長特製「獵師汁」でお天気も良かったので、広場の桜を見ながら昼食会ができました。



水車ひろばサロンは高齢者の皆様が雲原で元気に暮らしていただけることを願い、地域の皆様との交流の場として開催しています。どなたでもお気軽にご参加ください

☆サロンへの送迎ご希望の方は民生委員へ

☆6月のサロンは6月11日(土)です。皆様のご参加をお待ちしています！

