



祝

3  
周年



## 第31回 水車ひろばサロン

とき 7月9日(土) 正午～午後3時(時間を間違えないように！)

ところ 水車ひろば

内容 「水車ひろばサロン 3周年記念 昼食会」

手づくりお弁当で楽しい昼食会をしましょう！

講師 体にやさしい料理指導とお話し

成美大学短期大学部 教授 桐村ます美 様

〃 準教授 野間 智子 様



7月のサロンは3周年として、午前中に「水車ひろばうまいもん処・水車定食チーム」のご協力をいただき、成美短大の先生に料理のご指導を受けて、美味しいお弁当を作ります。

できたてお弁当を皆さんと一緒にいただきます！ 旧暦のさのぼりです！

皆さんお誘いあわせお越しください。お待ちしております。



## 第30回 水車ひろばサロン(報告)



6月11日(土) 午後1時30分から開催しました。参加者は27名でした。

福知山市北陵・大江地域包括支援センターの田邊桃子保健師様からお話と楽しい体操やゲームをしていただきました。「包括支援センター」の紹介に続き、①認知症を知ろうということで、認知症の種類と特徴・症状また認知症の方への対応方法(驚かせない・急がせない・自尊心を傷つけない・笑顔で優しく)など ②認知症を予防しようということで、食生活や運動そしておいに笑おう！！最後に皆で輪になってゲームをしておいに笑いました。



①そろそろ暑くなってきます。熱中症に気をつけて水分を充分にとってください！

②振り込め詐欺・悪質商法・震災の見舞金を装った募金などお金を要求されてもあわてずに相談を！



28年度も「水車ひろばサロン」が社会福祉協議会の赤い羽根共同募金の助成事業として認めていただき、助成金を受けることになりました。

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

★8月のサロンは8月20日(土)納涼会です。皆様のご参加をお待ちしています！

