

～洞爺湖町ボランティアセンター＆生活支援体制整備事業情報誌～

はつらつ号

サロン活動再開しました！

緊急事態宣言が解除されて町内の公共施設の使用が可能となり、休止していたサロン活動が少しづつ再開し始めました！

サロン活動は、自主的に集う介護予防の活動です。適度な運動や交流により生活にメリハリができ、地域での友達作りや閉じこもりの予防にもなります。しばらくぶりのサロンの参加者は、「コロナの自粛が続いていたので、出かけることが少し億劫になってしまった。」「人と話すことが減ったので声が出にくくなつた」「出かける場があることはありがたい」などと話される方もいました。

まだまだ新型コロナウイルスの終息には至りませんが、これからも感染予防を行いながら健康維持・増進ができるれば良いと思います。



←7/9（金）地域交流センターにて、「いきいき教室」が開催。
この教室は、呼吸体操、チューブ体操、いきいき百歳体操の3種類を行います。

この日は12名が楽しく参加されていました。毎週金曜日に開催しています。（夏休み・冬休みあり）



←7/11（日）あぶたふれ合いセンターにて、「本町2区老人会」開催。

感染予防を行い、密を避けるためホールを使用して近況報告等、久しぶりの集いに談笑されていました。

この会は月2回の開催予定で、この日は8名の方が参加されました。



←7/26（月）洞爺ふるさと交流センターにて、「つどいお茶の間」サロンが開催。

このサロンは、折り紙や切り絵、クロスワードなど皆が自由に好きなことを行います。この日は8名の方が楽しく参加されていました。



社会福祉法人 洞爺湖町社会福祉協議会 洞爺湖町ボランティアセンター

《本 所》〒049-5604 洞爺湖町栄町 63-1 健康福祉センターさわやか内

【TEL】 0142-76-4363 【FAX】 0142-76-4368

【E-mail】 toyako-sha.abuta@jupiter.ocn.ne.jp

《洞爺支所》〒049-5802 洞爺湖町洞爺町 132-2 洞爺ふれ愛センター内

【TEL】 0142-82-5185 【FAX】 0142-82-5895

【E-mail】 toyako-sha.tsutsuji@theia.ocn.ne.jp

ホームページ : <http://toyako-shakyo.org>



はつらつ楽習！脳の健康教室 受講者（6期生）募集！

10月から開講予定の『はつらつ楽習！脳の健康教室』の受講者を募集します。

新型ウイルス感染拡大防止の為、生活様式が大きく変わり会合や外出機会を減少せざるを得ない状況ですが、冬場に向けて自宅にこもり過ぎることなく仲間と共に脳の健康の維持ができればと思います。

楽習サポーターも併せて募集していますので、ご興味のある方は、社会福祉協議会までお気軽にお問い合わせください。

【内 容】 公文学習療法センターの教材を使用し、「読み書き」プリント3枚を音読、「計算」プリント3枚、すうじが書かれたコマを盤に並べる「すうじ盤」の3種類を教室サポーターと対面（アクリルボードを設置）で行います。

【対 象 者】 70歳以上の町民の方で、毎週1回教室への参加と、毎日10分程度の自宅学習が可能な方

【教室開催日】 令和3年10月～令和4年3月まで（6ヶ月間）
毎週 木曜日 午前中 ※時間別で2班に分かれておこないます。

【費 用】 月額 1,500円

【定 員】 8名（先着順） 最小開催人数4名

【会 場】 健康福祉センター さわやか

※送迎が必要な方はご相談ください。

【申込み先】 洞爺湖町社会福祉協議会（76-4363）まで



※新型コロナウイルス等感染拡大状況により中止または変更となる場合があります。

・・ペットボトルキャップ寄贈・・

7月6日(火)
虻田中学校様より
ペットボトルキャップの寄贈がありま
した。

現在は、生徒会活動としてペットボトルキャップの収集活動は行っていませんが、学校に設置してある回収ボックスに集まったダンボール4箱分（約20kg）を生徒会長の田仁優策君（3年生）と副会長の小野寺陽月さん（2年生）が代表し、ご寄贈いただきました。

ありがとうございました。



・・コグニの集い・・

日程 8月19日(木)

9月16日(木)

時間 13:30～ 1時間程度

場所 駅交流センター2階
会議室

コグニサイズは脳と身体の機能を効果的に向上させる認知症予防へ向けた運動です。

上手くできないことも笑いになり和気あいあいと楽しめる運動です。

現在は主に椅子に座って行う「座ってコグニ」を行っています。

ご興味のある方はお気軽にご参加ください。

