

和み処 澄れ

回 覧

すみ
和み処 澄れ



【会 場】
大江山農村環境改善センター
2階 和室

【参加費】
無 料

13:30～15:00

「和み処 澄れ」令和6年度も皆様のご参加お待ちしております。
ぜひ、地域の皆様とつながりましょう。

内 容	お問い合わせ
茶話会・健康体操 講師 社会福祉法人いなほの郷福社会 居遊くらぶ 理学療法士	社会福祉法人いなほの郷福社会 居宅介護支援センターいなほ ☎ 025-276-5555 拉良 橋口・南郷・松本

★「和み処 澄れ」は、江南区社会福祉協議会・地域の家の運動会事業にも賛助しています

〔日時〕

令和6年4月10日(水) 13:30～15:00

〔内容〕

「柔道整復師が教える健康体操」

〔講師〕

社会福祉法人いなほの郷福社会



バランス能力の講話



脳トレのクイズ大会

バランス能力を高めるため、足の指を訓練する必要があります！今回は、ビー玉を使用し、足底筋の強化、感覚向上を目的とした訓練を実施しました☆



ビー玉運動



脳トレ運動

和み処 澄れ

回覧

すみ

和み処 澄れ

日時 令和6年5月8日(水) 13:30~15:00

会場 大江山農村環境改善センター 2階 大会議室

内容 腸のお話・健康体操(参加無料)
講師 新潟中央ヤクルト販売株 菊田 由香子 様

お願い

- 参加のお申込みは入りません。
- 感染症予防のため、マスクの着用をお願いします。
- 駐車場の関係上、乗り合わせでお願いします。

お問合せ

社会福祉法人いなほの郷福祉会
☎ 025-276-5555
担当 樋口・菊田・鈴木

「和み処 澄れ」は、江南国社会福祉協議会「地域の家の助成事業」を受け運営しています。

〔日時〕

令和6年5月8日(水) 13:30~15:00

〔内容〕

「腸のお話・健康体操」

〔講師〕

新潟中央ヤクルト販売株 菊田 由香子 様



本日は、ヤクルト販売株の菊田様よりお越しいただき、脳トレ体操や健康体操、腸のはたらきについてご講話をしていただきました。また、法人職員の体操では、手指の運動として、身近な輪ゴムを使った運動を行い、「なかなか、難しいね～」との声が聞かれていました！



和み処 澄れ



〔日時〕

令和6年6月12日(水) 13:30~15:00

〔内容〕

「豪雨・災害について」

〔講師〕

国土交通省北陸地方整備局 阿賀野川河川事務所

本日は、職員からの健康体操と阿賀野川河川事務所よりご協力をいただき、「豪雨・災害」についてお話を伺いました。講師より、水害の場合、川の状態を現地確認することは決してせず、テレビやスマートフォンを活用し、ライブカメラで確認を行ってほしい。また、日頃よりハザードマップを確認して、避難経路や避難場所を把握しておく必要があると伺いました。



和み処 澄れ



日時]

令和6年7月10日(水) 13:30~15:00

〔内容〕

「亀田縞ポケットティッシュケース作り」

〔講師〕

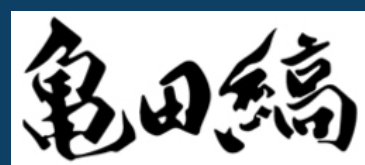
(株)ミシンの友愛 山本 美幸 様



講師より、亀田縞の歴史を伺いました。昔は、「亀田縞」という名称ではなく、「亀田綿織物」と言ったそうです。戦前には600社程の会社があったそうですが、戦争で武器を作るために、機織機を国へ提供し減少したそうです。H13年に亀田縞を復活させたのが、江南区にある「中営機業」と「立川織物」でした。中営機業が縦模様、立川織物が横模様を得意としているそうです☆

ちなみに・・・

海外へも発信をしており、海外では「江戸ストライプ」という名称で
発信を続けています！！



和み処 澄れ



〔日時〕 令和 6 年 8 月 7 日 (水)
13:30~15:00

〔内容〕 「防犯漫談」

〔演者〕 中野小路たかまる 様



漫談の様子



講話の様子



インタビューの様子

本日は、職員から『熱中症』についての講話とBSNラジオにご出演している中野小路たかまる様にお越しいただき、『防犯漫談』を開催しました。多くの地域の方にご参加いただき、笑い声が絶えませんでした！また、最後には参加者のお一人様がインタビューにお答えし、9月1日(日)のラジオにて放送されるそうです。ぜひ、聴いてみてください☆

和み処 澄れ

すみ 回 覧

和み処 澄れ

日時 令和6年9月4日(水)
13:30~15:00

会場 大江山農村環境改善センター
1階 大研修室

内容 「自立体力測定」
講師 株式会社あおやまメディカル
五十嵐 様

3月にノルディックウォークの講師をしていただいた
(株)あおやまメディカルの企画第2弾です。
日常生活における運動機能や体力を測るものです。
この機会にぜひご参加ください。

お願い 参加のお申込みは入りません。(参加無料)
参加予約のため、マスクの着用をお願いします。
参加者間の関係上、着り合わせでお願いします。
まずようご協力をお願いします。

お問合せ 社会福祉法人いなほの郷福社会
会 025-276-5555
担当 樋口・斎藤・鈴木

「和み処 澄れ」は、江東区社会福祉協議会「地域の宝の発掘事業」を受け運営しています。

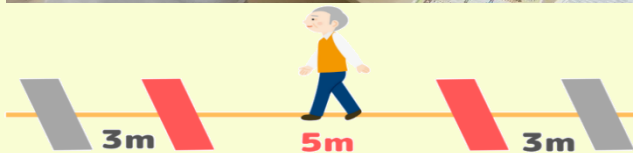
〔日時〕 令和6年9月4日(水)
13:30~15:00

〔内容〕 「自立体力測定」

〔演者〕 (株)あおやまメディカル
五十嵐 様



本日の「自立体力測定」は、日常生活の体力がわかるテストになります。「歩行」と「手作業」の2項目をテストし、年齢と掛かった秒数によって点数がつきます。その点数を半年、一年後と比較すると自身の体力が客観的に把握することができます☆また、筋力を維持するためのスクワット運動も紹介していただきました。



和み処 澄れ



〔日時〕 令和6年10月16日(水)

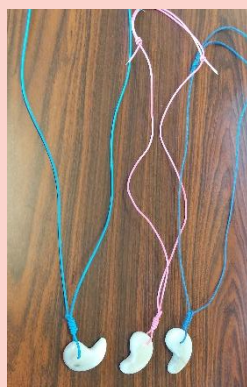
13:30~15:00

〔内容〕 「勾玉づくり体験」

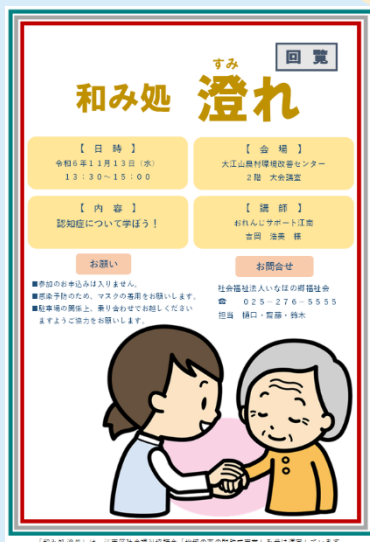
〔講師〕 新潟市文化財センター



本日の「勾玉づくり体験」では、参加者全員が初めての体験でした。3種類のヤスリで磨いていくのですが、中々手が疲れてくると話しながら一生懸命磨いていました。参加者によっては色を付けている方もおり、様々な勾玉が完成していました☆



和み処 澄れ



〔日時〕 令和6年11月13日（水）

13:30~15:00

〔内容〕 「認知症について学ぼう！」

〔講師〕 おれんじサポート江南

吉岡 浩美 様



本日は、認知症について講話をいただきました。
認知所は普通の物忘れとは違い、認知症を予防
するためには普段からの生活習慣が大切だとい
いました。参加者のみなさんも興味深く話を聞
かれ、最後の質問コーナーでもたくさん質問をさ
れていました。

