

和み処 澄れ



〔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☆



和み処 澄れ

〔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」についてお話しを伺いました。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。



脳トレ体操



講話の様子

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



体操



講師



縫製の様子



完成品☆

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…

海外へも発信をされており、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



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

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 大棟教室

【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

【お問い合わせ】 大江山農村環境改善センター 社会福祉課 社会福祉係 佐藤 様
〒920-0201 石川県白山市大江山1-1-1
TEL: 076-821-2774 FAX: 076-821-2775

【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

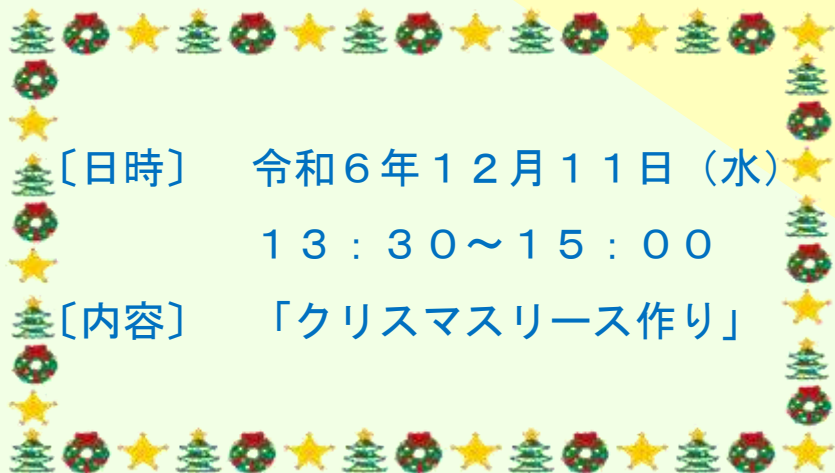
吉岡 浩美 様



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伺いました。参加者のみなさんも興味深く話しを聞かれ、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。



和み処 澄れ



〔日時〕 令和6年12月11日（水）

13:30～15:00

〔内容〕 「クリスマスリース作り」



クイズ大会



健康体操



リース作成中



完成

本日は、みなさんと一緒にクリスマスリースを作成しました。太ひもを使い、かのか織りで結んでいきます！直径、10センチ程の小さめのリースですが、みなさん様々な色合いで完成していました！また、今回はクリスマスとのことで、3歳と6歳の子どもも参加してくれました！今年最後の「澄れ」、みなさんと賑やかな楽しい時間を過ごせました。たくさんの方にお越しいただき、ありがとうございました。



和み処 澄れ



〔日時〕 令和7年1月8日（水）

13:30～15:00

〔内容〕 「健康体操」

講師 亀田総合体育館



脳トレ体操



クイズ大会

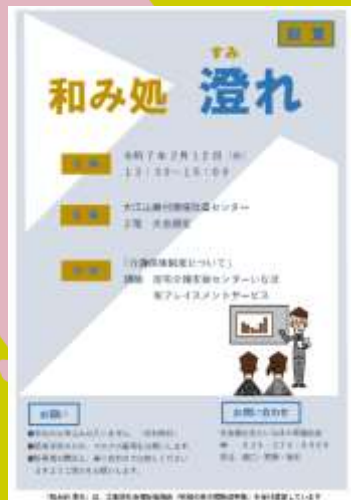


ボール体操

新年あけましておめでとうございます。本年も「和み処 澄れ」をよろしく願いいたします。職員のお手製ですが、みなさんと一緒におみくじを行いました☆結果は、まさかの大吉6枚中3枚を職員が当ててしまいました…
冬の時期は体を動かす機会が減少するため、今回は「健康体操」を行いました！脳トレやボール体操など楽しく行うことができました☆ご参加いただいた皆様ありがとうございました



和み処 澄れ



〔日時〕 令和7年2月12日（水）

13:30～15:00

〔内容〕 「介護保険制度について」

講師 居宅介護支援センターいなほ
(株)プレイスメントサービス



脳トレ体操



介護保険制度について



福祉用具について

本日は、介護保険制度について当法人の居宅介護支援センターのケアマネジャーから説明をしていただきました。福祉用具についても説明し、参加者からはどのような状態になったら介護申請ができるのか等、多くの質問がありました。また、健康体操ではみなさんが知っている名曲に合わせてリズムを取りながら、体操を行いました。

和み処 澄れ



〔日時〕 令和7年3月12日（水）
13：30～15：00

〔内容〕 「相続・遺言・登記について」
講師 法務局



今回の「和み処 澄れ」は、法務局のご担当者からお越しいただきまして、「相続・遺言」についてお話しいただきました。制度上、複雑なところもありましたが分かりやすく丁寧に教えていただきました！参加者からも、実際のケースについて質問もありました。また、最後には参加者全員にエコバックをいただきました☆
ありがとうございました！

