

# せの社協だより

後期のおたよりをどうぞごゆっくりご覧ください。

第81号 令和2年3月10日  
瀬野学区社会福祉協議会  
(瀬野福祉センター)

〒739-0311  
安芸区瀬野一丁目4-19

## 弥生会 1月18日

新しい年明け早々一人暮らしの弥生会を開催致しました。今回は介護予防運動指導士の榎木経人先生に女性にとってとても嬉しい「めざせ！姿勢美人」の演題で大腰筋を鍛えて お腹周りをスッキリさせる体操を指導して頂きました。ゴムタオルを使って普段、伸ばしづらい部分を伸ばし「このタオルは何処に売っとるかね」「100均のゴムでええんじゃない！」等々、そこそこに関心があるようでした。

- ◎ 1日1回以上 外出しよう ☆脚のストレッチも忘れずに。
- ◎ 週1回以上 交流しよう
- ◎ 月1回以上 活動に参加しよう



その後は「さくらの会」さん手作りのおいしい料理を食べて頂き体も心もハッピーハッピーになりました。





**福祉センターまつり 2月23日**

2週間前からセンター敷地の周りは、真っ赤な「のぼり」でまつりの開催を告げていました。前日は朝からあいにくの雨でしたが時間を追う事に小雨になり物品を並べる頃には雨も止んでいました。地域の皆様から提供して頂いた品物に次々と値札が貼られアツと言う間に準備も整い、福祉委員の皆様の手慣れた様子に脱帽！

まつり当日はお天気も最高で いつもながらの大勢の人で賑わっていました。演芸・展示・バザーと各教室の方が一年間かけて練習して来られた集大成の日です。中には「昨日美容院に行って来たけ〜」とメイクもばっちり！どのコーナーもスムーズに時間が過ぎ「出す側、見る側」の人と人との充実感を持って晴れやかな表情でした。お手伝い頂きました民生委員・福祉委員・理事の皆様前日、当日大変ありがとうございました。



前日準備



善意のバザーコーナー



健康測定



戸塚刺繍



花苗



押し花



手洋裁



書道



うどん・炊き込みご飯



空手



詩吟



3階 会場内

**センターまつりに金一封 ご寄付頂いた方々**

ふれあい歌の会様	桜桃の会様	さくらの会様	アンサンブル芽ぶき様
カトレア様	フラ・ホヌ様	渡部 光子様	レインボー様
アンサンブル団様	ラビットダンス様	広島真向会様	洋裁グループ様
レイフラワー様	珠美容室様	下河内 善信様	紅花会様
あや瀬 会様	チャーリーダンス様	アロハローゼ様	ほぐタイム 様
いちごクラブ様	石井 一昭様	バニーズ様	澤田 さちゑ様
大道 レイ子様	栗栖歌謡教室様	みのり卓球様	詩舞同好会様
医療法人ノイエ様	瀬 音 会 様	せの母親クラブ様	ジュニアジャザサイズ様
菊本 輝彦様	瀬野詩吟会様	ア ウ ル 様	リズム体操様
アマービレ様	あじさいの会様	うぐいす吟詠会様	うたごえ広場様
せせらぎ卓球様	安芸健康クラブ様	寺島 敏博様	さつき卓球様
一針一針の会様	ワンズフィットネス様	チャレンジサークル様	中上 千恵美様
田島 亮子様	瀬野民児協様	中道 善幸様	喜 作 様
瀬野空手道様	バレトン教室様	虹 の 会 様	瀬野じらく房様
常 心 会 様			

沢山のご寄付金を頂いて誠にありがとうございました。



# サロンみみづく



男性の参  
加も待っ  
てます！

『サロンみみづく』に参加しませんか？  
住み慣れた瀬野学区で、元気に暮らすためのヒントがたくさん詰まっています。  
週1回出かけ、人との交流を楽しみながら、一緒に健康づくりをしませんか？  
12月より、『いきいき百歳体操』も毎週実施することになりました。  
どなたでもご参加できます。運動できる服装と上履き、飲み物をご持参ください。

## ～テーマ～ 健康づくり&仲間づくり



新型コロナウイ  
ルス感染予防  
の為、中止



6日 (月)  
13日 (月)  
20日 (月)  
27日 (月)



11日 (月)  
18日 (月)  
25日 (月)  
4日 (祝) お休み

3月と4月の講師  
健康運動指導士  
久保恵先生・横崎康子先生

どっちの先  
生になるか  
はお楽しみ

5月の講師  
健康運動指導士  
大野都弥子先生



### あ と が き



令和と言う元号にも、すっかり慣れ、気持ちを新たに迎えた2年でしたが コロナウ  
イルスで今、国全体が困惑しています。早くこの問題が終息する事を心から願っていま  
す。人生100年時代ですので、まだまだ経験した事の無い出来事が起きるでしょうが、  
どんな時でも地域の皆様の喜び・悲しみを自分の事として受け止め 手の届くところか  
らの努力をし新たな前進をして参りたいと思います。

この一年間ご協力を頂きまして誠にありがとうございました。