

東部南だより

〒085-0813 釧路市春採 4-10-15 42-8222 ◇釧路市東部南地域包括支援センター

2023年9月1日(金)発行 [第208号]

☆地域の“キラリッ”活動紹介☆



④8「つど〜れ☆わたすげ」〜みんなで作って食べて♪楽しい地域食堂〜

5/27(土)から、コロナウイルスの影響により休止となっていた、わたすげ興津さんの地域食堂“つど〜れ☆わたすげ”が再開しました！当日は、この日を待ちわびた地域の皆さんがたくさん集まり、笑顔と活気にあふれた再オープンとなりました。当日取材させていただいた様子をご紹介します。



河田料理長と一緒に町内会長さん達による“男の料理教室”美味しいパンケーキが焼けました♪盛り付けセンスがキラリッ☆



ご近所のお友達と誘い合って楽しく参加♪この日のメニューは、クラムチャウダー、パンケーキ、パンナコッタ、ハンバーグでした。



作間先生は庭の花壇づくりをしていていました〜♪

いつも元気いっぱいの笑顔で迎えてくれる…わたすげ“看板娘”の佐々木さんと小川さん♪“つど〜れ☆わたすげ”は、毎月第4土曜日に開催中です。



☆地域の“キラリッ”活動紹介☆



④9「興津第1はまなす町内会サロン」～ふれあいいきいきサロン～

6/27(火)のサロンでは、介護予防のお話と、家でもできる簡単な“フレイル予防”の運動を参加者のみなさんと一緒に行いました。後半の時間では、介護予防の脳トレとして、全員で輪になって手遊びやゲームをして、歓声や笑い声が響いていました。写真は2チームに分かれて“50音カード”を使い、野菜の名前をできるだけたくさん作るゲームをしている様子です。皆さんで知恵を出し合いながら、真剣に取り組んでしました。笑顔でおしゃべりを楽しみながら、自然と脳トレを楽しむ時間になりました😊



「喫茶ぼうようへ！いらっしゃ〜い♪」

☆9月のオープン日時☆ 🎵🎵🎵🎵🎵🎵🎵🎵🎵🎵🎵🎵🎵🎵🎵🎵

■令和5年9月14日(木)・9月28日(木)

■午前11:00～午後1:00(時間内出入り自由)

■場所:望洋ふれあい交流センター“ふれあい広場”

■参加費:100円 ※飲み物(おかわり自由)代として

🍪 毎回大好評!「大きな木」さんのパン販売あります!



“発見! 東部南の〇〇名人”取材、町内会・老人クラブの集まりや、サロン、サークル活動等、地域活動へおじゃまさせていただきます! 介護予防やフレイル予防の講話・体操、認知症や介護保険についての講話等、「ちょっとこんな話を聞きたいのだけれど…」というご相談もお気軽にお寄せください!

また、新たな集いの場の立ち上げの相談やサポートについても、お気軽に相談・ご連絡下さい! 😊お声がけおまちしております!

〈担当〉生活支援コーディネーター: 池田

釧路市東部南地域包括支援センター 2023年9月1日(金) 第208号

東部南地区人口 20,797人(全市161,719人の12.8%)・高齢化率 44.4%(全市34.9%)・R4.3現在

住所: 〒085-0813 釧路市春採4丁目10番15号 釧路市望洋ふれあい交流センター内

電話: 0154-42-8222

E-mail: toora@kushiro-city-shakyo.or.jp

FAX: 0154-41-2588

URL: <http://www.kushiro-city-shakyo.or.jp>

