



## 令和2年あったかふれあいセンター9月発行NO.18

三原村社会福祉協議会

担当：澤田・下茅・池上 46-3003

あったかの集いの場では子供から高齢者まで、誰もが気軽に集える空間となっています。  
是非、興味のある方、ご参加下さい。



「子供叱るな来た道だ。年寄り笑うな行く道だ。」  
そうだよね～って納得の言葉♪

子育てに忙しいお母さんは勿論、子育ても介護もそう！  
気持ちに余裕がないと優しくなれなかったりします。

(忙しいという字は心をなくすと書きます。)

集いの場で人とのコミュニケーションを取り、リフレッシュしませんか？

### 9月 あったか集い予定



地区	午前10時～ 午後3時	午後1時～ 午後3時	地区	午前10時～ 午後3時
下切	11(金)・29(火)	2(水)	柚ノ木	8(火)
亀ノ川	14(月)・28(月)	7(月)	来栖野	1(火)・15(火)・29(火)
広野		9(水)・23(水)	皆尾	8(火)・10(木)・24(木)
宮ノ川		4(金)・18(金)	上下長谷	18(金)
下長谷		15(火)社協にて	上長谷	7(月)午前のみ・19(土)
	午前8時半～ 午前11時	午後7時～	狼内	25(金)
星ヶ丘	20(日)	10(木)	成山	8(火)・29(火)

### ♪筒井病院 理学療法士による介護予防教室 ♪

10:30～11:30 ・8日(柚ノ木)・25日(狼内)

食事の都合もございます。参加されたい方は、  
あったかスタッフにご連絡下さい。尚、予定が  
変更することもありますのでご注意下さい。46-3003



## ～広野集会所～

8/23(水) 防災マップの見直しをしたのち、体操をしました。

「よいよ人がおらんなつた。100歳体操して元氣でおらないかん！」

「なんだかすっきりしたあ～」との声もありました。



100歳体操は高知市が2002年に考案し、全国約500の市町村が取り入れるなど全国に広がり、集いの場でも健康づくりに汗を流しています。

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆言葉遊び☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

同じ文字が入るよ！考えてみてね♪

(例・〇ま〇 → 「と」が入って答え「とまと」)

- ①〇まだん〇
- ②かつおの〇〇き
- ③ほ〇と〇じる
- ④へ〇きんだ〇
- ⑤〇んど〇じょ〇
- ⑥き〇うかし〇

ヒント：①～③は 食べ物④～⑥は学校にあるものです。

答え①ご②た③う④い⑤う⑥よ