



令和3年あったかふれあいセンター 3月発行NO.24

三原村社会福祉協議会

担当：澤田・下茅・池上 46-3003

寒さもやっと落ち着き、春の足音が聞こえてきました。3月の行事といえば「桃の節句/雛祭り」女子の健やかな成長を祈る年中行事です。ひな人形に桜や橘、雛あられやひし餅等を供えて白酒やちらし寿司等を食べて楽しむ節句祭り。風習を大切にしたいものです。ちなみに高知県ならではの花きび（あられでなくポップコーン）は春を感じることのできる素敵なお菓子です。今月中旬までの販売のようです。是非、食べてみて下さい♪

さて、高知県内では、今年に入り新たな感染確認は減少傾向であり、落ち着いた状況です。また、医療提供体制のひっ迫の状況も緩和されてきているようです。高知県の感染症対応の目安は3/1より「感染観察（緑色）」に引き下げられてはいますが、油断は禁物。支援員さん達と慎重に検討したのち開催報告させていただきます。再開の際には「正しく恐れて、楽しく集う」元気に過ごしてまいりましょう♪



24時間TVの福祉車両、集いは無くとも生活支援の一環として、集い利用者さんに対して公民館の図書を利用したり、買い物支援を行っています。

順にお声掛けに参りますね。





晴れた日には 自然と地域でつどっている方々をお見掛けし、穏やかな気持ちになります。ラジオ体操やその場でストレッチ等、お付き合い下さりありがとうございます。一緒にフレイル（虚弱）予防をしましう♪食事前の大きく口を動かし、嚥下や嚥下機能に効果的な「パ・タ・カ・ラ」体操もして下さいね！



パ・タ・カ・ラ
パ・タ・カ・ラ
ハ・イ・カ・ラ…?



時にはオシャレもしてみましょう♪

♪こんな輝いてる村人み~つけた♪



村内各地で見かけるカラフルな風車(^^♪
「みんなの喜ぶ顔が見たいだけやけんお金はいらん！」
そう言って欲しい方にあげてほしいとペットボトルで作
った風車を配り続けるのは皆尾の〇さんです。恥ずか
いから顔出しNGでしたが素敵な笑顔の〇さん、いつも
ありがとうございます。楽しんで作り続けているって素
晴らしいですね♪ 欲しい方は、いつでも診療所入り口
にありますのでお持ち帰り下さい。

♡頑張っている村人さんやかわいい村人さん大募集(^^♪
ご紹介させて下さい。 (46-3003)

