

浜松市ふれあい交流センター
湖南だより
令和 6年10月号



〒431-0203 浜松市中央区馬郡町3805-1 電話・FAX：(053)596-1866

受講者募集

申込方法

電話・FAX又は、直接窓口へ
☎・FAX (053)596-1866

◆ 親子の思い出エコーアート ◆

日時 11月16日(土) 10時~12時
対象 市内在住の1歳~3歳児と親または祖父母
定員 親子5組(先着順)
材料費 300円
持ち物 お子様の胎児エコー写真2枚~3枚
募集期間 10月16日(水)~11月6日(水)
講師 和久田 佳歩先生



お子様の胎児エコー写真と

手形をアートしませんか？

看護教室開催のお知らせ

テーマ 認知症について
日時 11月7日(木) 午前10時30分~11時30分
場所 ふれあい交流センター湖南 1階 ロビー
講師 浜松市リハビリテーション病院 看護師

申し込み不要です。
お気軽にご来館ください。



教養講座 開催報告

◆ 親子でお菓子作り 8月24日 ◆



親子でコミュニケーションをとりながら おやつ作りを楽しみました。子どもたちは、講師の柳田先生の説明を聞くや否や、目を輝かせながらテキパキと手を動かしていました。作った果汁グミと牛乳みかん寒は、それぞれ家に持ち帰りました。皆で分け合って食べ一家団らんを楽しんだことでしょう。夏休みの思い出の1ページに加えてくださいね。

◆ カーズマン先生と楽しく体育遊び

9月15・29日 ◆

カーズマン先生を講師に、鉄棒や跳び箱が上手になるコツを習得するとともに、ドッジボールなどのチーム対抗ゲームで汗だくになりながら思いっきり体を動かしていました。



逆上がりのポイントを伝授され一生懸命練習する子どもたち。あきらめません！



元気はつらつ教室

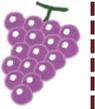
ぶどうの飾り

9月の活動の様子



きれいに作るコツ⇒最初は「きゅっ☆」
あとは「ふわふわふわ」
指先に全集中すること…ぶどうの10粒分！

作った「ぶどう」を手に満面の笑み
まだまだ暑いけれど、ぶどうを作ると秋
の足音が聞こえてきますね***



敬老会



「おわらの会」の皆さんによる胡弓と三味線の演奏と踊りに見とれてしまいました。披露していただいた踊り「富山越中おわら節」は別名「豊年踊り」といい、ツバメの宙返りや稲刈りの所作が取り込まれています。皆さんの手も思わずツバメの宙返りをしていました。

「きんもくせい」の皆さんによる二胡の演奏です。二本の弦ですが、驚くほど表現力が豊かで自由自在であり、限りなく多様な音色を奏でていました。熱烈なアンコールにもこたえ全8曲で夢心地の時間をすごしました。



皆さんご満悦の様子でした。いつまでもおげんきで！

看護教室



看護師の内山さんから誤嚥を防ぐためには「食事の際には足をしっかり床につけて。あごは少し引ききみに。飲み込むときは集中して」と教えていただきました。

口腔ケア講座



歯周病を予防するための歯磨きの仕方やブクブク（洗浄）の仕方を教材を使いながら、分かりやすく説明していただきました。最後には、唾液の分泌を促すスマイル健口体操を皆で真剣に取り組みました。健康寿命を延ばすには、お口のケアも大切だと実感したのではないのでしょうか。

赤い羽根共同募金に、ご協力をお願いいたします。

期間：10月1日から12月31日まで

今年も10月1日から全国一斉に募金運動がスタートします。

地域福祉の推進を図るための募金運動です。

事務所受付に募金箱が設置してありますので、ご協力をお願いします。

