

# 社協ふれあい情報 3月号

発行：王滝村社会福祉協議会

令和7年3月1日発行  
Tel：48-2008  
Fax：48-3033  
Mail：ot.shakyo@po.kiso.ne.jp

いつになく寒い陽気が続いています。みなさん、体調崩されていないですか。雪が多いと、外出の機会が減り運動不足になります。また、長時間こたつに入っていると、体の水分が気づかないうちに減ってしまうことがあります。隠れ脱水と言います。夏場よりも冬の水分不足の方が、気をつけていない分、体に影響してしまうことがありますので、しっかり水分を摂って体を潤しましょう！



## 会食会

～来て、良かったなあ～

2月15日(土)

今年の会食会は、「踊る大家族2025」と題しお届けしました。サザエさん一家が登場し、各コーナーをお届けしました。みんなで木曾踊りを踊ったり、〇×ゲームや歌に合わせて体操をしたり、とにかく踊る、身体を動かす良い機会になりました。「わいら今年は何やりゃあ？」などと声をかけてくださり、楽しみにしてくださっている方もいて、ご期待に添えていたのなら幸いです。会食会は、普段お会いできない方にお会いできる場でもあります。「われ、元気だったかれ。はーりかぶりだんな！」とお互い声を掛け合い近況を話されたり、「これ、うまいんな」とお弁当を美味しく召し上がっていただいたり…。とにかく楽しんでいただき、みなさんに笑顔になっていただくことを目的としています。始めて参加してくださった方もあり、多くの笑い声や会話が聴けた一日でした。雪が多い中、大勢お越しいただきありがとうございます。



## 介護教室のご案内

今年度最後の介護教室を、下記の通り開催します。皆さまのご参加、お待ちしております。

- 日時 3月14日(金)午後1時30分～3時頃
- 場所 保健センター
- 内容 「これって認知症???

～認知症と間違われやすい病気について～

※どなたでも参加できます。送迎が必要な方は、社協までご連絡ください。

※詳しくは、社協48-2008(田近・北村)まで。



## 3月～4月初旬の行事予定

日	月	火	水	木	金	土
						1
				健康体操と茶話会をします。		
2	3 ひな祭り	4	5 啓蟄	6 こたくらぶ 1:30~3:30	7	8
	お別れ会です。					
9	10 どんぐり広場 10:00~11:30	11	12 司法書士 今井洋明先生	13 無料法律相談 10:00~3:00	14 介護教室 1:30~3:00	15
16	17	18	19 ふれあい元気教室 1:30~3:00	20 春分の日	21	22
			健康体操教室 勝野先生			
23	24	25	26	27 いきいきサロン 10:00~3:30	28 お楽しみ弁当 しゃくなげグループ	29
30	31	4/1	4/2	4/3	4/4	4/5
				裂き布を使った飾り作りをします。		

◎20日(木)はデイサービスと訪問、毎週土曜日は訪問サービスのみ営業。配食、移送サービス等は平日のみ営業。