



♪ 少ない人数でも頑張ってます♪
いきいきサロン「大丸コスモス会」紹介



サロン立ち上げ 3年目
登録者数 6名
最高年齢 89歳



タオル体操紹介

6月14日(金)、野田市民交流センターでサロンお助け研修会を開催しました。今回は、身近なタオルを使った体操メニューを紹介し、必要な方にはCDを提供しました。



食材や寄付のご協力に感謝

7月13日(土)、地域の企業さんや農家さんのご協力により「おじさんたちのうんまカレー食堂」を開催いたします。

今年は、小学5～6年の児童と中学2～3年の生徒、及び保護者の皆様をご案内し、会食の後、みんなで音楽レクリエーションを楽しんでいただく予定です。

【昨年写真より】



麴の匂いと古い佇まいに長い歴史を思う

6月19日(木)「男ん衆で楽しも会」は、明治32年創業の大石酒造を見学してきました。芋は『しろゆたか』使用、主銘柄は『鶴見』。

【大石酒造のシンボル“赤い煙突”の前で、5代目の杜氏 大石啓元(ひろもと)氏と】



シニア女性は、やる気満々

6月29日(土)、市民体育大会総合開成式で出水市内の女性がマスゲームを披露し、野田町からも14名の女性が参加されました。

「東京ブギウギ」に合わせた振り付けを覚えるため、加治屋町公民館で何度も練習を重ね、本番に挑みました。



◆ 高齢者が生活のなかで面倒に感じる12のこと

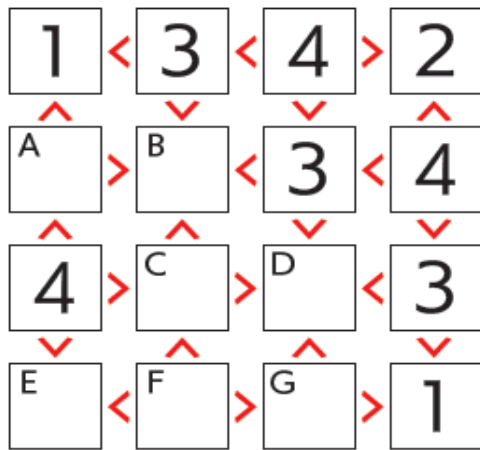
01. 長い距離を歩くこと
02. 外出をすること
03. 食事の準備をすること
04. 掃除をすること
05. 洗濯や洗濯物をしたり取り込んだりすること
06. 布団を干すこと
07. 入浴すること
08. 買い物に行くこと
09. ひげそり・化粧をすること
10. おしゃれをすること
11. 玄関先・ベランダ・庭などの掃除や手入れをすること
12. 運動など体を動かすこと

◆ 高齢者がしみじみと幸せを感じる4つのシーンとは

- (1) 家族や友人など関係の深い人とのあたたかな関わりがある時
- (2) 人に「ありがとう」と言われた時
- (3) 介護予防に取り組み、前向きに取り組んでいる時
- (4) 何でもおいしく食べられている時

幸せのかたちは、年代によって変化していくものなので、

脳トレ



※不等号「 $<$ 」「 $>$ 」 例)

1	$<$	4
^		v

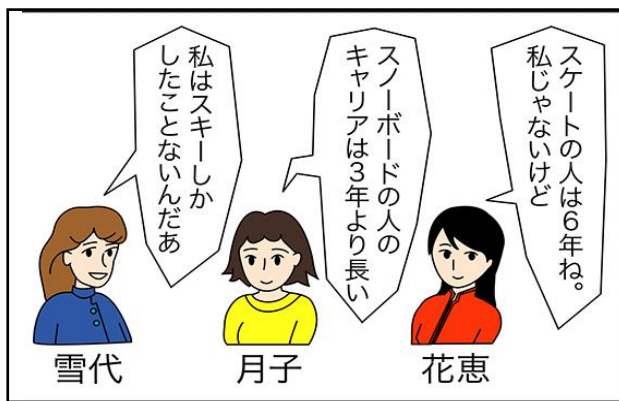
 「 \wedge 」「 \vee 」が開いている方の数字が大きい

答え A2 B1 C2 D1 E3 F4 G2

花恵がしているスポーツは(スノーボード)で、年数は(9年)である。

推理パズル

雪代・月子・花恵の3人が、自分のしているウィンタースポーツの話をしています。
 3人の競技(スケート・スキー・スノーボード)もキャリア年数(3年・6年・9年)も違います。
 さて、花恵のしているスポーツと年数はなにでしょうか。



紙に書いたらわかりやすいです

答え
 花恵がしているスポーツは()で、

♪ 笑顔っていいなあ ♪

宗像アキエさん

昭和5年2月20日生まれ 御年94歳
阿久根市で10人兄弟の次女に生まれる。

以前、楽しんでいたこと

民謡舞踊・書道・グラウンドゴルフ

現在の楽しみ：

TVで、スポーツ観戦

デイサービスで友達とのお

