

水木ふくしのひろば

水木学区
社会福祉協議会
Tel/Fax (53) 9530
水木交流センター内

3年ぶりに社協全体会を開催

三密を避け泉が森体育館で

4月17日、午前中コミュニティ推進会議が泉が森体育館で行われ、社協を含め提案議題はすべて承認され、引き続き午後1時30分から、学区社協全体会を開催しました。

過去の全体会は交流センター大会議室でしたが、コロナの影響で2年ほど開催出来ず今年三密回避を図

り、さらに体育館での開催は初めてとなりました。冒頭、森山会長のあいさつに続き令和3年度事業報告、決算、令和4年度事業計画、予算等を説明。更に所属部確認と顔合せ等を行い散会しました。今年度もコロナの状況を注視し、市社協とも連携を深め、事業を推進します。



泉が森体育館での全体会

令和4年度の主な事業計画

- 【総務部】
 - ・推進会行事支援・委員研修・募金活動(大口募金活動)
 - ・定例役員会など
- 【ふれあいなかよし部】
 - ・親子ふれあい事業
 - ・料理教室
 - ・おもちゃライブラリーなど
- 【支え愛部】
 - ・ふれあい健康クラブ
 - ・ふれあいサロン事業
 - ・あんしん・安全ネットワーク事業(ネットワークづくり・ふれあいお楽しみ交流会・巡回安全サービズなど)
- 【選択事業】
 - ・あんしん・安全ネットワーク強化事業
 - ・ふれあい回収事業など
- 【その他】
 - ・市社会福祉協議会 会議および研修会参加など

「フレイルって何？」

シリーズ④

今回は「食事」について解説します。

健康的に楽しく生活するためには、感染症に気をつけながら「積極的に社会参加」「運動習慣をもつ」「栄養価が高い食事を、しっかりかんで食べる」を楽しんで実践することがとても大切です。

「食事(栄養)」について

筋肉に大切なたんぱく質を中心に、毎食いろいろな食品を食べているわ。歯と口の健康も歯医者さんのお墨つきだから、お肉もお漬物も、何でも食べられるの。毎食ご飯がおいしい!...とAさん。



多彩な食品をとるとフレイルになりにくい



次号はシリーズのまとめ



早めの点灯を...

「寄付ありがとうございます」水木町の菊池てる子様からご寄付を頂きました。厚くお礼申し上げます。

計画されている行事の予定日が近づきましたら、改めてお知らせ致します。

市社会福祉協議会 会議および研修会参加など

【選択事業】
・あんしん・安全ネットワーク強化事業
・ふれあい回収事業など

【支え愛部】
・ふれあい健康クラブ
・ふれあいサロン事業
・あんしん・安全ネットワーク事業(ネットワークづくり・ふれあいお楽しみ交流会・巡回安全サービズなど)

【総務部】
・推進会行事支援・委員研修・募金活動(大口募金活動)
・定例役員会など

ぬり絵に挑戦!

ふれあい健康クラブ作品展

ふれあい健康クラブでは昨年12月、会員それぞれに下絵と色鉛筆を渡し、好きな色合いに塗ってもらい、交流センターロビーに力作を展示しました。



同じ絵柄でも個性豊かな作品に仕上がっており、交流センターを訪れた方々の目を惹きつけていました。また、同クラブでは、随時会員を募集しています。

令和4年度 水木学区社協役員

- 会長 森山 和雄(コミュニティ推進会会長)
- 副会長 菅野 寛 佐藤 亮一
- 総務部長 藤来 稔(地域福祉推進員)
- 啓発部長 吉廻 節子
- 支え愛部長 及川 武子
- ふれあいなかよし部長 吉田 きよ子
- 地域福祉推進員 古川 悦子 堀越 卓男

よろしくお願いたします。

詳しくは学区社協まで。
月・水・金 9時から16時
TEL 53-9530