

11月

桔梗が丘地区福祉便り 令和6年 11月号 (第271号)

陽だまり

桔梗が丘自治連合協議会
桔梗が丘地区民生委員児童委員協議会



第20回グループホーム交流会

10月13日 障がい者部会は桔梗が丘地区に3つある、育成会グループホーム「ききょう」「コモドカサ」「ポピー」に入所されている15名の皆さんと施設職員の方々との交流会を開催しました。体操「エビカニクス」で身体をほぐした後、「パンとお菓子釣り」をし、その後、『桔梗フィルハーモニカ』の皆さんの演奏に合わせて歌い、ケーキをいただきながら交流を深めました。みんな笑顔で楽しい時間を過ごすことが出来ました。



サロンだより

10月12日 西1番町サロンを開催しました。名張警察署員さんから詐欺啓発講座を受けた後、昼食を挟んで『かりゆしブラザーズ』の皆さんによる沖縄音楽を元気いっぱいに楽しみました。「詐欺にはあわんでえ」「元気出たわあ」と喜んでいただけました。



“
支えあう
住みよい社会
地域から
“

桔梗まつり

10月5日 児童部会は桔梗まつりに『輪投げ』を出店しました。11時開始でしたが、開始前に長蛇の列ができ少し早くからスタートしました。2時半終了まで途切れることなく、高齢の方の参加もあり皆さんが真剣に楽しまれていました。

何回もトライする子も・・・のべ451人にご来場していただきました。



まちな保健室だより

年に一度はご自身・ご家族のためにも健診を受診しましょう！

自覚症状がない生活習慣病の早期発見や重症化予防をしましょう。

生活習慣病とは、食事や運動、ストレス、喫煙、飲酒などの普段の生活習慣が、発症や進行に深く関わっており、自覚症状がほとんどないまま静かに進行します。バランスの取れた食生活、適度な運動習慣を身に付けることにより予防可能です！ご自身の健康状態を毎年確認し、健康づくりにつなげていくことが重要です。

1年に一度、健診を受診し、生活習慣の改善が必要な方は、保健指導を受けましょう。

まちな保健室（桔梗が丘南市民センター内にあります）

TEL 65-1299

桔梗が丘市民センター TEL65-1206

地区民生委員児童委員

TEL

名張市から、緑色の封筒で『受診券』が届いている方は、11月30日までの期限です。まだ受けられていない方はお早めに受診を！

