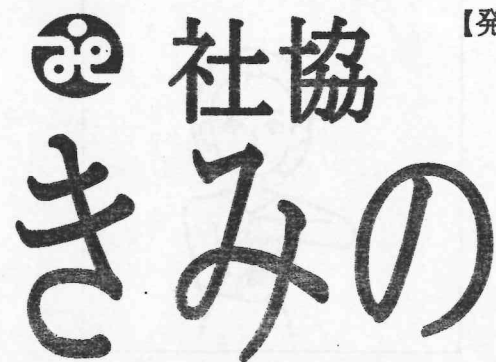




【発行】

社会福祉法人 紀美野町社会福祉協議会

●本所 紀美野町総合福祉センター内

TEL 489-9962 FAX 489-2255

E-mail kimino-shakyo@kimino.shakyo-w.jp

HP http://kimino.shakyo-w.jp/

ボランティアセンター TEL 489-2255

●支所 紀美野町美里支所内

TEL 495-3171

歳末助け合い募金にご協力ください！

- 「健康で明るいお正月」をスローガンに今年も歳末助け合い運動を実施します。
みなさまのあたたかいご支援ご協力をお願い申し上げます。
この募金は、年末に各地域の区長さん民生委員さんのご協力を頂きながら慰問対象者に配分をします。

* 慰問対象者

保護世帯、独居老人、ねたきり老人、身体障害者1級、療育手帳 A1・A2・精神保健福祉手帳1級をお持ちの方・その他の世帯等(施設入所者は除く)

【連絡先】 紀美野町社会福祉協議会 TEL 073-489-9962

介護者の集いにご参加下さい。

在宅で、寝たきりの方・認知症の方を介護している方を対象に介護者の集いを開催します。
介護者同士の親睦を深め、日頃の介護の悩みなどを話し合ってみませんか。

11月も、総合福祉センターで開催予定ですが、参加人数の都合で美里支所での開催となる場合がありますので、事前に参加の旨をご連絡下さい。

送迎をご希望の方も、ご連絡をお願いいたします。

【日時】 令和5年11月8日(水) 午後1時30分から3時頃まで

【場所】 紀美野町総合福祉センター 2階 録音室

【連絡先】 紀美野町社会福祉協議会 【489-9962】

☆食事サービスに材料をいただきました。

* 油 * 米 * みかん * さつまいも * なすび * ゴーヤ
* きゅうり * だしつゆ * 柿

ありがとうございました！

社協会員募集！

社会福祉協議会は、住みよい福祉のまちづくりをすすめるための会です。

町民の皆様からいただいた会費は、地域社会福祉事業に使わせていただきます。

この会費は、あくまで町民の皆様の自発的な意志によるものです。社会福祉協議会の趣旨を十分ご理解いただいたうえで入会していただけますようご協力をお願いいたします。
会費は、年会費です。

・一般会員 一口 500円 ・賛助会員 一口 1,000円
・特別会員 一口 2,000円 ・団体会員 一口 3,000円
会費受付 紀美野町社会福祉協議会 総合福祉センター1階 (073-489-9962)

デイサービスセンター

(通所介護・介護予防通所介護)

デイサービスとは？

日常生活を送る上で、介護や支援が必要な方に日帰りに来て頂く施設です。健康チェック、食事、レクリエーション、入浴などのサービスを受けながら、お仲間同士の交流ができ楽しみながら心身の活性化、残存機能の維持改善を図り、またご家族様の身体的・精神的負担の軽減を図ることを目標とするサービスです。

……もうひとつの我が家で過ごす安心とくつろぎを！……

紀美野町社会福祉協議会では、ご利用者に「気軽に・楽しく・安心して」お過ごしして頂くために、「もうひとつの我が家」のような家庭的で温かい雰囲気の中での介護サービスの提供に努めてまいります。お気軽にお問い合わせ下さい。

お問い合わせ 紀美野町社会福祉協議会通所介護事業所 (073-489-9962)

11月の社協関係行事予定

日	曜日	行 事 名	備 考
1	水	おいし弁当(食事サービス)	総合福祉センター 調理室 12時30分～
7	火	まごころ弁当(食事サービス)	高齢者創作館・国吉多目的集会所 13時～
8	水	介護者の集い	総合福祉センター 2階録音室 13時30分～
14	火	ボランティア何でも相談	総合福祉センター 2階録音室 9時30分～11時30分
16	木	おいし弁当(食事サービス)	総合福祉センター 調理室 12時30分～
21	火	まごころ弁当(食事サービス)	高齢者創作館・国吉多目的集会所 13時～
28	火	話し相手ボランティア「さわやか」	定例会 13時30分～
30	木	声のグループ「かじか」録音	総合福祉センター 録音室 9時～

きみの はとふる・たいむ

2023.11月

笑って心も身体 スッキリ!

みんなで笑って 世界に平和を!

ラフターヨガ(笑いヨガ) 体験会

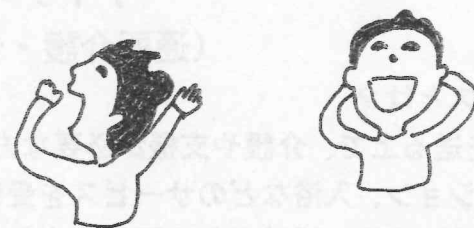


(笑うと体の中に何が起るの?)

- ・ストレスが 解消される
- ・身体中に酸素が行き渡る
- ・横隔膜が 鍛えられる
- ・呼吸が 深くなる
- ・血流が よくなる 等々

(笑いヨガは どんなもの?)

1. ヨガのポーズは とりません
2. アイコンタクトしながら 笑うエクササイズ
3. 誰でも 簡単に できます
4. 上手も 下手も ありません



- 日時 令和5年11月20日(月)
13:30 ~ 14:30 (受付13:00~)
- 場所 和歌山県立体育館 大会議室
和歌山市中元島 2238番地
- 講師 藤島 壽子 (NPO法人ラフターヨガ・ジャパン理事)
- 参加料 500円
- 定員 20名

参加方法 電話又は 体育館管理事務所にて受付しますので 良方と連絡先を
お伝えください。 ※ 先着順で 定員に達した時点で 受付終了します。

お問い合わせ先 073-422-4108

[公益財団法人 和歌山県スポーツ振興財団]

ボランティア 伝言板

- 防災学習 —
- 日時 令和5年11月25日(土) 10時~11時30分
- 場所 紀美野町総合福祉センター 3階
多目的ホール
- 内容 「経験を学ぶに」

6月2日の大雨災害を 振り返って
ボランティアとして 私達に 何が 出来たのか
何が 出来るのか 今一度 勉強したい
と思います。

皆さまの ご参加 宜しくお願いします。

手話っち

[白 菜]



口を開き、歯を指差し(左右手
人差指の指先を左方に振り、

指を開きやや曲げて向き合わ
せた両手を上げて丸みを描く

[ブロッコリー]



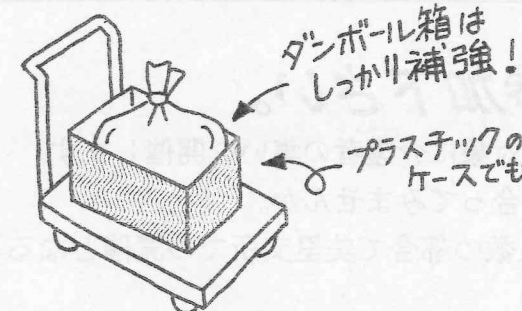
5指をつまんだ左手指の上に5指
を曲げた右手を2回かぶせる

もしもの時
身近な物が
役に立つ!?

水道が止まった!!
断水時の大きなポリ袋 活用法

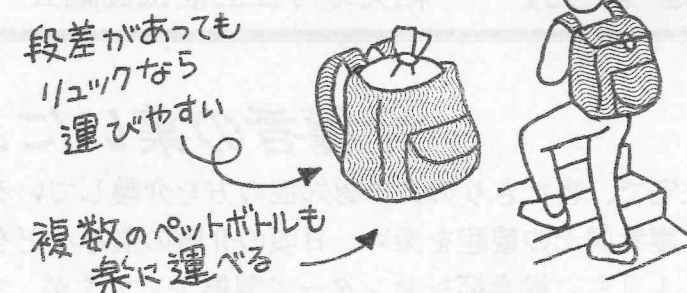
① 水を運ぶ
容器がない時

ポリ袋(2重にする) +
ダンボール箱 + 台車

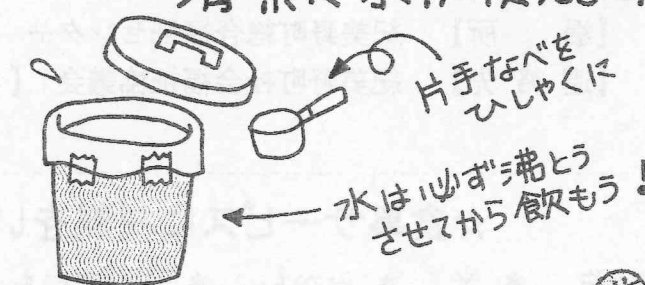


② 階段を使って運ぶ時

ポリ袋(2重にする) + リュック
(水を入れ口を結び
リュックに入れ フタをする)



③ ポリ容器やバケツにかぶせると
清潔に水が使えます



ボランティアだより

