

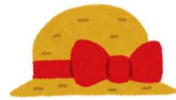
サロン柿の木

令和5年8月の予定

社会福祉法人瑞穂会
ふぁみいゆ東館内
サロン柿の木 予定表
発行責任者
運営委員長 杉田すみ
令和5.7.25発行
行田市下須戸 65-1



館林市と熊谷市が日本一の暑さを競っています。39度を超える日中の暑さはこれまでになかったことですね。年々暑さが上昇する異常気象は、生態系にも影響を及ぼすことが報告されています。言い知れぬ不安を感じている方も多いのではないのでしょうか。サロン柿の木では、暑さに負けない身体作りのために、百歳体操やレッドコードを使った健康体操に参加して、地域の皆さんと一緒に健康維持に積極的に取り組んでいます。8月はお盆やお祭りなどでお忙しい方も多い事でしょう。人と会う機会も増えて、楽しみな反面、いつもとは違う気の遣い方や感染予防をしなければならない場面もあるかと思えます。よく食べ、よく寝て、よく休憩を挟んで、この暑さを無事に乗り越えて、実りの秋を迎えたいですね。



サロン柿の木 運営委員長 杉田すみ



行田はちまんマルシェ

サロン柿の木では、八幡通りで行われている行田はちまんマルシェに参加しています。参加する月は予定表に掲載しますのでご参照ください。梅っ子農園の梅干しはリピーターさんも増えて大変ご好評をいただいています。



梅の土用干し

天気予報で「晴れ」が続く日を選び、樽に漬けておいた梅を土用干ししました。サロンの協力員さんは朝6時集合！今年も美味しい梅干しが出来そうです。

子どもランチ会

7月は
①五目おにぎらず & いなり寿司
②鶏のから揚げ ③果物 & 野菜
等でした。
参加者は、子ども19名、ご家族13名、ボランティア10名、合計42名でした。



7月は嬉しいことがありました！新しいボランティアさんが2名増えて賑やかになりました。8月の子どもランチ会は、ボランティアさんも夏休みをいただき、お休みさせていただきます。悪しからずご了承ください。



百歳体操 体力テスト

①片足で何秒立っていられますか？
②5メートル先の椅子を回って自分の席へ戻るのに何秒かかりますか？
など、体力テストをしました。皆さん6か月前に比べて体力がアップしたのを実感したようです。記録を出していました。



日	曜	予定
1	火	東館夏祭り参加 梅干しの土用干し代替え日
2	水	梅干しの土用干し代替え日
3	木	梅干しの土用干し代替え日
4	金	レッドコード体操 (お休み)
5	土	
6	日	
7	月	歌いましょう
8	火	歌いましょう・健康体操
9	水	
10	木	休館日
11	金	呼吸法体操 (近藤作業療法士)
12	土	
13	日	お盆休み
14	月	お盆休み
15	火	お盆休み
16	水	お盆休み
17	木	休館日
18	金	レッドコード体操 (秋間理学療法士)
19	土	
20	日	子どもランチ会 (お休み)
21	月	歌いましょう
22	火	歌いましょう・健康体操
23	水	モラ刺繍講座 (講師：大庭様・町田様)
24	木	休館日
25	金	呼吸法体操 (近藤作業療法士)
26	土	
27	日	将棋デー (将棋の好きな方募集)
28	月	歌いましょう はあとカフェ (地域包括主催)
29	火	歌いましょう・健康体操
30	水	
31	木	

※カラオケデーは、行田市の巡回バスの路線変更により来られなくなった方があり暫時お休みします。

サロン柿の木予定表：ふぁみいゆ行田ホームページ「サロン柿の木のコーナー」に掲載しています。
※子どもランチ会 (第3日曜日)：8月はボランティアさんの都合でお休みをいただきます。9月には再開しますので楽しみにお待ちください。

- ※はあとカフェ：地域包括支援センター主催 第4月曜日8月28日(月) 13:30～ お申し込みは ☎048-558-0088 迄
- ※健康塾：毎週金曜日 13:30～ お申し込みは 048-559-4165 まで。
呼吸法体操 (近藤作業療法士) レッドコード体操 (秋間理学療法士)
- ※サロン会議：第3火曜日 10:00～ どなたでも参加できる皆さんのサロンです。サロンの運営にご参加ください。
- ※合同会議 (東館・こちち・サロン・地域包括支援センター連絡会議)：第3火曜日 14:00～

