

心もいきいき！ 『かいこの教室』 今年も開催

高森町社会福祉協議会では、今年度も1月19日(日)、2月2日(日)、2月16日(日)の3回にわたり、介護の教室を開催いたします。

第1回は、今年度は皆様からご相談の多い、食べやすい介護食についての講習会を、1月19日(日)に行います。

講師に下伊那厚生病院の管理栄養士 梅村尚美さんをお迎えして、介護食の形態や、調理方法の実演も交えて、ご指導をいただきます。

第2回は、介護する人、される人に優しい介護をテーマに、介護の先進地である北欧に学ぶ介護の動作の学習会を、2月2日(日)に行います。

講師に特別養護老人ホーム あさぎりの郷 介護福祉士の中島一人さんをお願いし、道具を活用して腰に負担の少ない基本的な介護の姿勢と動作を教えてください。

第3回は、基本なおむつ交換のポイントと、効率の良い着替えの介助についての講習会を、2月16日(日)に行います。

尚、第2、3回は実技も行いますので動きやすいお支度でお出かけください。

いずれの回も

時間は午後1時半～3時半ころ

場所はあさぎりの郷 杉の木ホール



参加された方からも気軽に悩みや質問を出していただく時間も設ける予定です。

事前のお申し込みは不要ですので、実際に介護を行なっている方、そうでない方もお気軽にご参加ください。

◆詳しいお問い合わせは、

電話・有線 とも 35-9588 高森町社会福祉協議会



チャリティーバザー
あります

来て！見て！触れて

第3回 ボラセン福祉まつり開催！

～育てよう温かい目～というテーマで、点字や手話などの体験コーナーあり、地元の素材にこだわった試食コーナーあり、うまいもん市やクイズコーナーと毎年盛りだくさんの企画で開催のボラセン福祉まつりも、今年で第3回を迎えることとなりました。

厚生病院祭が中止の為、実施できずにいましたバザーも行います。

ボランティアのみなさんの協力を頂いて、今年もレベルアップしたお祭りになっていますので、ぜひお出かけください。



◆平成26年1月26日(日)

時間/10:00～12:00 場所/あさぎりの郷 杉の木ホールにて

高森町社会福祉協議会

電話・有線34-3717 FAX35-9589

Eメール t-shapc1@takamori.ne.jp

HP <http://www.takamori-shakyo.com/>

お得な情報満載！

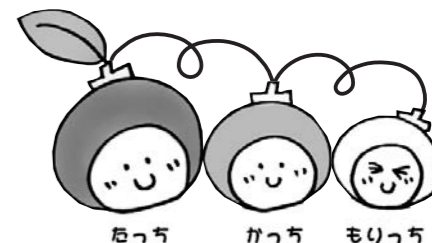
高森社協 検索

ふれあい情報

2014.1 No.86

社協たかもり

※社協だよりは町民の皆様からの会費により発行されています。



明けましておめでとうございます。
本年もよろしく願い申し上げます。

コスモスの会料理教室

一人暮らし高齢者の会「コスモスの会」では、年に4回程料理教室を行っています。

今年は、郷土の味を後世に伝えるための活動をしている『高森食でつながる女性の集い実行委員会』の皆さんの自慢の家庭料理をまとめたレシピ集の中からレシピを選んで作っています。

どれも懐かしくて、おいしそうな料理のレシピですが、限られた時間の中でも出来そうなものや、旬のものを使うようにと考えるながら、選んでいます。



(レシピ集)



(白菜と市田柿の浅漬け)

11月26日に行われた料理教室では、白菜と市田柿の浅漬けを作ってみました。

日頃はひとりで食事をされている「コスモスの会」の皆さん。大勢で美味しい食事が出来る大切な時間に、アイデアが詰まったレシピ集が彩りを添えてくださいました。

元気で明るく前向きに！ ～社協役職員研修会～

11月11日(月)やすらぎ荘大ホールにて、社協役職員研修会が行われました。

鼎の元公民館長柄木田孝行氏を講師に迎え、『元気で明るく前向きに』という演題で講演をしていただきました。

社協の研修会というと、介護の技術や知識を深めるためのものが多いのですが、今回は、人が健康で長生きするためにはどのような姿勢でどんな風に生活したらいいかということを手作りの資料を使い、とてもユーモラスにお話しいただきました。

こうした研修会を通して自分自身を振り返るきっかけとなり、また、利用者の皆さんや地域の皆さん関わる上で大切なことを学ぶこととなりました。

