

百歳体操 (サロン・集い訪問)



良い運動になります。

百歳体操
頑張ってます。

5月12日(木)から玖島地域の「玖島下大町集会所」と、5月25日(水)から別府地域の「上ヶ原・楨ヶ峠集会所」で百歳体操を行うことになりました。皆さんの健康状態を地域の方が心配して始めることになりました。皆さん、少し緊張気味でしたが講師の方の説明をしっかりと聞いておられました。体操も最後までしっかりと行なっていました。また、6月7日(火)には玖島地域の「中村集会所」で6ヶ月目の百歳体操が行なわれました。暑くなってきていますので、熱中症対策としてこまめな水分補給等をしていながらイキイキとした表情で元気に体を動かして楽しく取り組まれていました。

オルゴール

	浅原	友和	玖島
7月	1日(金)	8日(金)	20日(水)
8月	5日(金)	19日(金)	17日(水)

脳トレで頭の体操!!

歌も少しずつ
うたえるようになってきた♪

◆時間 (浅原・玖島会場) 10:00~11:00
(友和会場) ④/9:30~、⑤/11:00~

※友和会場 8月は合同開催になります。(10:00~)

◆場所/各市民センター

◆内容/ハンドベル、歌、レクリエーションなど

ふれあいサロン「オルゴール」を開催しています

赤ちゃんすくすく広場



離乳食講座

赤ちゃんすくすく広場「離乳食講座～離乳食の進め方～」訪問
6月10日(金)、赤ちゃんすくすく広場(子育てサロン)があり、6組の親子が参加されました。管理栄養士の高杉まり子さんを迎えて、赤ちゃんの成長に合わせた離乳食(実際に作ったもの)を見てもらい、水分量や硬さなどを確認し、その作り方を学ばれました。このサロンは、赤ちゃんと保護者が集い交流する場です。是非遊びにいらしてください。

◆7月の予定

日時	内容	【問合せ先・申込み先】
7月8日(金) 10:30~12:00	工作(モバイル) ゆらゆら揺れる飾り	佐伯子育て支援センター TEL 72-2391

緑化活動 - ご協力ありがとうございました -



毎年恒例の緑化活動ですが、5月30日(月)に佐伯高校の生徒さんたちと花かごボランティアで花かご、横矢公園のプランターや花壇の花植えと公園内の草取りを行なう予定でしたが、雨天中止となってしまいました。翌日の朝に数名の花かごボランティアと社協職員で花植えと草取りを行いました。今回は花の苗を既に注文しており花が痛んでしまわないようにと翌日には花植えをさせていただきました。これから夏に向けてますます見ごろになるので、楽しみですね。強い日差しが照り付ける中、熱中症対策等をしながら花植えをするという急なお願いを快く受け入れご協力いただいた皆さん、ありがとうございました。



Tシャツ募金にご協力を!

共同募金会では、寄付金付き商品「赤い羽根×カープコラボTシャツ2022」を予約販売させていただくことになりました。申込みをいただいた人の中から、抽選で9月18日(日)に開催される「カープvs中日」の観戦ペアチケットをプレゼントします。
1枚 2,600円(税込) ☆申込締切: 7月22日(金)
【問合せ先・申込み先: 市社協佐伯事務所 ☎72-0868】
※商品の売上金の一部分が募金の寄付になり、佐伯地域の福祉事業に使わせていただきます。