



第5回香東校区大演芸大会出演♪



11月29日 つばきの会が主催する大演芸大会におしゃべり会の有志のみなさんが参加してくれました。演芸部門では、Tさんの踊りにOさんの歌声で“岸壁の母”を熱演、熱唱してくださり、会場からは大きな拍手が。涙を流すお客さんもおられたとか。続いて会場の皆さんを巻き込んでの“365歩のマーチ”！！

作品部門では、TさんFさんのちぎり絵による“絆展”、そしてWさんの写真展。地域の皆さんを元気にさせるおしゃべり会、今後の活動に期待大ですね！



毎月恒例・おしゃべり会

月1回集まっているいろいろな話で盛り上がっているおしゃべり会です♪
新しい方も参加を待っています。

毎月 第2金曜日

14:00～国分寺町のルクプルにて
次回、1月9日(金)2月13日(金) **〈担当: 長尾〉**

きらりんサークルより

旅行プログラムが完成しました！
椿温泉受付前に掲示しています。
3つのグループの旅行プログラムを見て“これに行きたい！”と思うものに投票してください
旅行の日程は平成27年3月5日(木)です。
みんなで楽しく行きましょう♪ **〈担当: 池田〉**



認知症家族の会・自主学習サークル開催



11月25日は「認知症を予防するための食事とは」というテーマで認知症自主学習サークルがありました。自分たちで食生活で気をつけていることをどんどん出していきました。最後管理栄養士から 分かりやすくポイントと教えてくれて …



会の後は、みんなで楽しく岡本荘の給食を試食しました。



認知症家族会

偶数月 第4火曜日

認知症自主学習サークル

奇数月 第4火曜日

次回、1月27日(火)認知症自主学習サークル
2月24日(火)認知症家族の会

〈担当: 秋元〉

会員様からの一言コーナー

〈11月の認知症自主学習サークルで出た一言〉
☆食生活で気をつけていること
・塩分控えめ薄味に
・よく噛んで食べる
・腹7分
・肉より魚(青魚)
・みそ料理をする
・野菜を多く
管理栄養士の話がとてもよかった。
給食もおいしかった



介護・予防のことならなんでもおまかせ
岡本荘老人介護支援センター
087-885-3333