

Mellow かがだより

9月号

お出かけまんぷく食堂 in 小規模多機能ハウスさくみ

8月2日から毎週水曜日に4回開催し、地域のボランティアさんに調理や見守り、星稜大学の学生ボランティアさんに学習支援のご協力をしていただき、無事に終わることができました。最初は高齢者の方になじめなかった子どもたちも、回を重ねるごとに顔なじみになり、4回目には利用者さんと一緒に昼食を食べ、食後風船バレーで楽しみました。さすが6年生のお姉ちゃんは皆さんがタッチできるように風船を回していました。短い期間でしたが、夏休みの宿題もはかどったようで、子どもたちもいい体験になったようです。小規模多機能ハウスさくみの職員さん、利用者の皆様ご協力ありがとうございました。



『地域包括ケアシステムを考える』研修に参加しました

8月11日(土)アビオシティホールで開催され、実践者として事業説明を行いました。

Mellow かがの目指す活動は

- ① 相互援助活動: 援活
- ② みんなが集う居場所活動: 居活
- ③ きらりびと(特技や経験を活かす)活動: 習活
- ④ 健康を保つ活動: 健活
- ⑤ 地域住民との交流活動: コミ活

その中で援活「ちょボラ活動」について説明し、実績報告を行いました。

ちょボラ隊で活動中の中屋明さんと上田弘子さんが実践者として講師との対談をしてくださいました。



ちょボラ隊交流会のお知らせ

次回のちょボラ隊交流会では、健康増進と親睦を兼ねた「ノルディックウォーキング教室(ウォーキングマップ 南郷コース)」を行います。

登録がまだの方も、是非ご参加くださいね♪

開催日 : 10月1日(月)
集合場所: 南郷地区会館
集合時間: 9時45分

9月の「ラジオ体操を中心とした運動教室」のお知らせ

『運動習慣定着コース』…3日(月)、26日(水) 10:00~11:00 山中健民体育館
18日(火) 10:00~11:00 加賀体育館

『リーダー養成コース』…25日(火) 10:00~11:00 加賀市スポーツセンター

Mellow かが では ~KAGA 健幸健歩プロジェクト~ の一環として「ラジオ体操を中心とした運動教室」を開催しております。詳しくは Mellow かが までお問合せください。

発行者: シニア活動応援 Mellow かが (加賀市委託事業)・運営団体: NPO 法人かもママ

所在地: 加賀市下河崎町 79 番地-2 (NPO 法人かもママ事務所内)

連絡先: Tel/Fax 0761-73-0203・Eメール: mellowkaga@orion.ocn.ne.jp・ホームページ: <http://mellowkaga.jimdo.com/>