

つながる通信

第2号

令和7年11月発行

社会福祉法人
上山市社会福祉協議会
上山市地域包括支援センター
電話兼FAX
023-673-6055

冬到来！！

みなさんこんにちは！日頃から様々な活動にご協力いただき、ありがとうございます。急に寒さが強まりこたつの恋しい季節になりましたが、みなさん体調はいかがでしょうか。体調をくずしやすい季節です。よく寝、よく食べ、よく動き！寒さと風邪に負けない体をつくりながら、日々の生活を送りましょう！

さて、「つながる通信」は第2号の発行を迎えることができました。本号では、今までの皆さんの活動をいくつかご紹介いたします。

引き続き活動へのご協力よろしくお願ひします。

ひだまりワークショップ

みずほの里にて10月2日(木)、30日(木)、11月13日(木)に実施。高齢者の閉じこもりや介護予防の様々なアトラクションに関し、参加者のサポート、運営の補助として活動いただきました！！

おれんじウォーキング

認知症の普及啓発と健康づくりのため、9月19日(金)に実施。今回は、金瓶地区を中心に、見守りをしながらウォーキングしました！！

活動
お疲れさまでした！！

すこやか運動教室 移動支援

毎月2回の月曜日、中部地区公民館を会場に実施。送迎中の引率だけでなく、参加者と一緒に体操をしながら、運営の補助をしていただきました！！



上山市地域包括支援センターは、生活支援体制整備による「支え合いの地域づくり」を推進しています。

電話: 673-6055(直通) / 672-1111(内線: 144・148)