

8月の活動予定

※変更となる場合があります。ご理解とご協力をお願い致します。

- ・あんしん安全ネットワーク、健康づくり運動教室、ふれあい健康クラブ、サロン活動は事前の登録が必要です。
- ・おもちゃライブラリーは0歳～幼稚園未就児とその保護者が対象です。事前の登録は必要ありません。

あんしん安全ネットワーク部		ボランティアふれあい活動部		ふれあい健康づくり部	
活動予定日	内容	おもちゃライブラリー日程 (火・木 10:00～11:30)		健康づくり運動教室 (火 13:15～16:00)	ふれあい健康クラブ (金 10:00～11:30)
8/30 (火)	ふれあい再生 資源回収	8/2 (火) プール遊び③	8/4 (木)	8/9 (火) 体操B第2回	8/12 (金) スティック カーリング
(あんしん安全ネットワーク 登録者対象 ・みまもり訪問活動 ・みまもり強化事業活動)		8/9 (火)	8/11 (木)	8/23 (火) 体操B第3回	8/26 (金) ペタボード
		8/16 (火) 【お休み】	8/18 (木)		
		8/23 (火)	8/25 (木)		

サロン活動

サロン名	内容	開催日	場所
生きいきサロンお茶のみ会	【お休み】		金沢交流センター
金沢おしゃべりサロン	音楽の森(ケーナ演奏)	8/9 (火)	金沢集会所
椿クラブ	シルバーリハビリ体操・脳トレ・お誕生会・オカリナ演奏	8/10 (水)	根道ヶ丘集会所
ふれあいサロンさくら	【お休み】		金沢交流センター
ハピスロ	【お休み】		台原集会所

健康づくり運動教室

7/12 体験体操「自彊術」^{じきょうじゆつ}



自彊術とは、健康な身体を作る治療を目的とした運動療法でインナーマッスルを簡単に鍛えることができる日本で初めての健康体操です。
基本になっているのがストレッチなのですが、31種類の動作で動かす部分を極限まで可動させる健康体操です。

ボランティアふれあい活動部

7/20 ボランティア研修会



部員・ボランティアの皆さんが福祉バスを利用して日鉦記念館、日立市郷土博物館、吉田正音楽記念館へ研修に行ってきました。

福祉バスは市が主催する事業、または市が福祉関係団体等と共催する事業を行なうときに運行しています

食の支援事業「フードBOXまんぷく」を設置します!

増え続ける「食の支援」を必要とする世帯に食品を提供するため、日立市社会福祉協議会と連携して『食品収集箱「フードBOXまんぷく」』を金沢交流センターに設置します。(設置は8月中を予定)
BOXに入れる食品は**常温管理できるもので未開封、賞味期間がなるべく2ヶ月以上残っているもの**をお願いします。提供していただいた食品は、日立市社会福祉協議会で実施している各種生活支援事業の利用者・登録者へ配付致します。皆さまのご協力をお願い致します。

表面の「金沢交流センターだより」もご覧下さい!