

ふらつと通信

令和4年10月号

運営：特定非営利活動法人ふれあいづスマイル

■ 余暇の時間の過ごし方や就労等の相談ができます

☆ 関係機関にお繋ぎします。

■ いろいろなイベントに参加できます

☆ 毎月2回程度のイベント(調理、手作り、運動など)

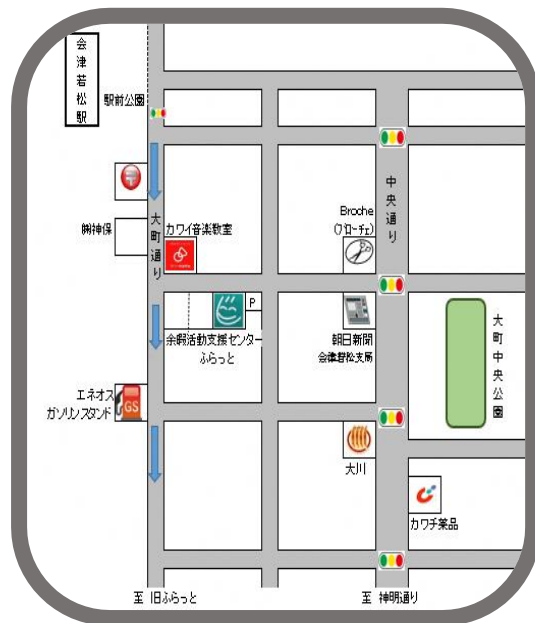
☆ 春まつりやボランティアフェスタなどへの参加

・ 場所 会津若松市大町2丁目9番14号

・ 開所時間 午前12:00 ~ 午後5:00

・ 定休日 毎週 月曜日、木曜日

・ 電話・FAX 0242-77-5469



イベント開催の日は休館となります。

介助を必要とされる方は移動支援事業(ガイドヘルパー)をご利用ください。



感染予防のお願い



新型コロナウイルス感染拡大防止のために、自分で出来る予防をして現状を乗り越えましょう。

- ① 体温を測る 37.5度以上の時は外出を止めてください。
ふらつとに来館した時検温します。37.5度以上の時は2度測り37.5度よりさがらないときはお帰り頂いています。
- ② マスクは必ず着けてください。お話しにくいと思いますがお願いします。
- ③ 外から室内に入るときは『手洗い・うがい』をしてください。
- ④ 3つの密(密閉、密集、密接)に気をつけてください。





■ 8月 イベント感想

◎ 8/3 YOSHIKUZOU

・Aさん 今回は前からやってみたかった「フットサル」に挑戦しました。少しやったら卓球に戻ろうと思いましたが、とても楽しく最後まで続けてしまいました。
とっても楽しかったです。

・Bさん ずっと参加したかったのですが、予定が合わずようやく参加出来ました。以前のふらっと広場でやった卓球の楽しさが忘れられませんでした。久しぶりで出来るか不安でしたが、身体が覚えていて楽しく参加出来ました。
また予定があれば参加したいです。

・担当者 準備運動を兼ねちょっとしたボールを使用したり、縄を使用した運動が楽しく参加者のより皆さんが笑顔になっています。
今回、タオルを使用しての柔軟体操を行いました。少し身体を動かすだけで柔らかくなるのに驚き、日々の運動不足を実感しました。

◎ 8/21 タッチケアセラピー コロナ感染拡大につき、中止しました。

■ ツボ押しコーナー

監修: 鍼灸師 出羽利光氏

第9回 【 湧泉 】



身体が疲れやすいときは、身体に気が不足しているかもしれません。
そのようなときは栄養のあるものを食べ、よく休養するようにしましょう。
足の裏にある「湧泉」というツボは、身体を元気にする作用があります。

2022年度



ふれあいレクリエーション大会

～地域共生社会創造～



「YOSI! IKUZO」とはまた違った運動会を開催します。

内容…

- ①紅白玉入れ
- ②借り物競争
- ③うちわで風船リレー
- ④クイズゲーム

日時：10月13日(木) 午前9:30～午前12:00

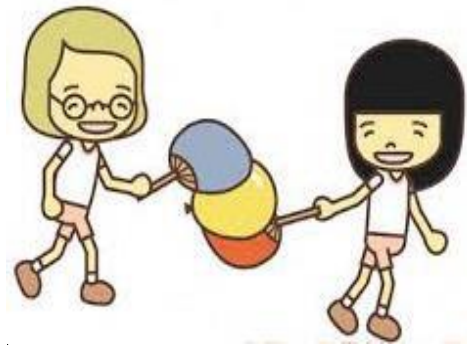
集合場所：ふれあい体育館

参加費：50円(保険料)

定員：10名

申込開始日：9月21日(水) 午後1:00から

締切日：10月5日(水) 午後3:00まで



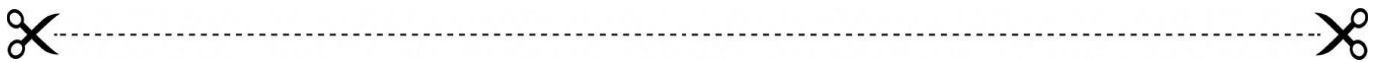
その他：運動の出来る服装 必ず持参…上履き、水分、タオル

日時と場所の変更がある場合もあります。

介助を必要とされる方は移動支援事業(ガイドヘルパー)をご利用ください。

マスク、手指消毒、タオル等は各自ご用意ください。

申し込み先 余暇活動支援センター ふらっと 0242-77-5469



10月13日(木)「ふれあいレクリエーション大会」に参加します

氏名

連絡先
電話・FAX

車いす 使用している・使用していない

介助者

ボランティアフェスタ2022!!



「ボランティアフェスタ2022」を開催致します。
今回は会場を変えての開催となり、コロナ感染対策で
不特定多数ではなく人数を定めての募集となります。

注意

また「飲食ブース」はありませんので、併せてご了承願います。

★発表の内容…和太鼓・ダンス・カラオケ等
★作品展示コーナー



日時：10月9日(日)午後1:00～午後2:30

会場：ノーマライゼーション施設パオパオ 交流スペース
(一箕町大字鶴賀字下柳原88-4)

「障がい者支援センターカムカム」と同じ建物です

現地集合現地解散となりますので、不安な方は介助者にご参加ください

定員：15名(介助者・ボランティア含)

申込開始日：9月18日(日) 午後1:00から

締切日：9月25日(日) 午後3:00まで

その他：介助を必要とされる方は移動支援事業(ガイドヘルパー)をご利用ください。

マスク、手指消毒、水分、タオル等は各自ご用意ください。

申し込み先 余暇活動支援センター ふらっと 0242-77-5469

10月9日(日)『ボランティアフェスタ2022』に参加します。

氏名

連絡先
電話・FAX

車いす 使用している・使用していない

介助者