

平成29年12月

中川福祉会館だより

第66号

秋のイベント、楽しみました！

メンズクラブ「秋のウォーキング」

明治時代に作られた赤レンガ製のトンネルを抜けると、色鮮やかな紅葉が目に飛び込んできました。

11月27日(月)、メンズクラブのメンバーを中心に、25人が名古屋駅に集合し、国鉄時代の「愛岐トンネル群」の散策に出かけました。最後の4つ目のいちばん長いトンネルでは、途中“ヒンヤリ”肌寒さを感じました。折り返した後は、温かい冬の日差しを浴びながら、女房が作ってくれたと嬉しそうに弁当をほおぼる光景も見られました。

愛岐トンネル群は年に二回、桜と紅葉の時期に一般公開されます。

来年の春、桜を眺めながらの散策にお出かけになってはいかがでしょうか。



子どもたちと「街角ウォーキング」

昨年より、中川児童館さんとの共催で始めた街角ウォーキング、今年は11月26日(日)に中川福祉会館・児童館を出発し、熱田神宮目指しての約5kmの道のりを子どもたちと一緒に歩きました。途中、白鳥庭園や国際会議場、白鳥古墳を見ては、当時のことを子どもたちに話したり、歴史の話をしたり、などと会話も弾みました。目的地の熱田神宮に到着後は本殿を参拝し、それぞれの願いを祈願しました。





11月の振り返りコーナー



自宅でできる簡単体操！

11月29日(水)に、なごや福祉用具プラザさんの協力で、「若さを保つ！自宅でできる簡単体操」講座が開催されました。

小池先生の元気でハキハキした声が集会室に響き渡り、みなさんはイスに座りながら、脳の活性化・ストレッチ・筋トレを体験しました。非常にわかりやすく手軽にできる内容でしたので、ぜひ自宅でも継続してください。



今月のハンドクラフト



11月6日(火)に行われたハンドクラフトは、毎年恒例の陶芸による「干支」作りでした。

高坂先生のご指導のもと、皆さん真剣に、作成された結果、ご覧のとおり、とってもかわいい犬が完成しました。



毎月第3週は
映画上映週間です

11月上映された映画



手紙

11月13日～17日
までの5日間は直木賞作家、東野圭吾原作の「手紙」を上映いたしました。



認知症予防リーダー ～11月の活動報告～

認知症予防リーダーとは？▶▶地域の団体様などに、認知症予防のための普及啓発活動を、住民の皆様と一緒にいたします

●11/1(水)

「友光サロン助光」
助光荘集会所にて

●11/29(水)

「リーダー定例会」
※今後の派遣予定・活動
予定についての案内と、
コグニサイズ実習

認知症予防リーダーさんの11月の活動ですが、月初に、高齢者サロン「友光サロン助光」さんへお伺いして、ホームエクササイズ、コグニサイズ、栄養の話を披露いたしました。中旬から月末にかけては、12月～1月に入っている数々の予定に向けて、それぞれのリーダーさんが準備に大忙しでした。