

# あけぼの

西部地区社協だより

第 58 号

発行日 令和4年3月31日

発行 西部地区社会福祉協議会

事務局 鎌ヶ谷市くぬぎ山4-2-46-10  
(くぬぎ山コミュニティセンター内)

☎&FAX 047-389-6061

編集 広報啓発委員会

## 空の下で、ラジオ体操



感染予防のため、マスクを着用しての体操ではありますが、外の空気を吸いながら体を動かすのはとても気持ちがよく、家にこもりがちな生活のちょっとした気分転換になりますよ～是非一度、参加してみませんか？

♪お散歩中のワンちゃんも参加♪

令和3年度、まだまだ新型コロナウイルスの感染拡大が心配され、いつも通りの事業が出来ない中、西部地区社協ではくぬぎ山公園を利用したラジオ体操の実施を決めました！

広報誌「あけぼの57号」にて、毎月第4金曜日 午前9時30分から 雨天中止 とだけ記載し始めたラジオ体操でしたが、5月の初回には21名の方が参加してくださいました。



## お家で折り紙ボランティア

コロナ禍の生活が続く中、ボランティアセンターをはじめ各地区社協が窓口となり、「おうち時間」を活用した折り紙ボランティアを募集したところ、多くの方が参加・協力してくださいました。西部地区では「折り紙教室」を開催し、多くの折り鶴が集まりました。作品は各地区の訪問活動や福祉施設・地域でのイベント等で配布させていただきます。「楽しい」と言って参加して下さる皆様より事務局も元気をいただきました。本当にありがとうございました♡

鶴

祝い鶴

皆さんに折っていただいた鶴と祝い鶴



「祝い鶴の折り方が分からない」というお声にお応えして、急遽祝い鶴の折り紙教室を開催しました。

# 久し振りの開催！

健康作りの会「わかば」が、約2年振りに開催されました。会員限定で人数制限（15名）マスクを着用し換気もバッチリと、感染予防の対策をしっかりと整えた中での体操となりましたが、参加された皆さんが元気でお話される様子や、たくさんの笑顔を見せ、改めて人とふれあう事の大切さを実感しました。令和4年度は、もっともっと皆さんとお会いする機会が増えますように。

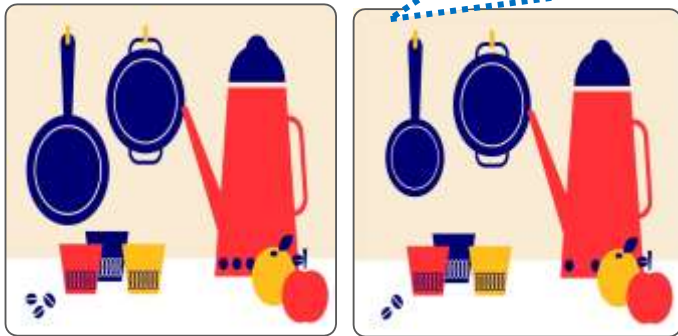


ストレッチで  
心も体も  
スッキリ！

## 脳を活性化しませんか？

間違い探しには、リラックス効果があり、解いている最中、血流が良くなるそうです。くぬぎ山コミュニティセンター入口に5種類の脳トレプリントを用意しています。お散歩がてら取りに来ていただくと嬉しいです。日・月曜日・祝日は脳トレラックを出していないので、ご注意ください。では、間違い探しにチャレンジ!!

2つの絵で違うところを3か所見つけてね♪



## 広報活動として

西部地区社協の名前を入れたうちわとシトラスリボンプロジェクトのマスクを、広報啓発の一環として地域の皆さんに配布しました。



シトラスリボンプロジェクトとは・・・コロナに感染してもだれもが地域で笑顔の暮らしを取り戻せる社会作りを目指す事業のことです！

令和4年度の事業に付きましては、内容が決まり次第改めて回覧版などでお知らせします。よろしくお願い致します。

車イスをご利用下さい  
いつでも無料で  
ご利用いただけます



## 編集後記

コロナで始まりコロナで終わった（2020年、2021年）

今年こそ、ワクチン接種と強い“キズナ”の地域 ボランティア活動でコロナに打ち勝ちましょう!!

頑張れ「あけぼの」愛読者の皆さん。

**西部地区社会福祉協議会**  
くぬぎ山コミュニティセンター内  
☎ 047-389-6061  
(火)～(土) 午前9時～午後4時  
※ 時間外は留守番電話

◆福祉の相談先がわからない時にはお電話ください◆