

ふまねっと運動 ～新サポーターの紹介～

今月のおれんじ通信では、大槌町で現在12名登録されているふまねっとサポーターの中から、今年の5月から新しくサポーターに登録された5名を紹介します。



とざわ たかこ
戸澤 多賀子さん



ふるさわ あきら
古澤 光さん



すずき たつき
鈴木 樹 生活支援相談員



かねざき ちひろ
金崎 千尋 生活支援相談員



しょうずま ゆきえ
小豆嶋 幸江 生活支援相談員

☆ふまねっと運動の効果

- 歩行機能と認知機能の改善。
 - みんなで楽しく過ごすことが「健康の秘訣」である。
- 「認知症ねっと」ホームページより引用

大槌町社会福祉協議会では、『ふまねっと』の貸出しと、ふまねっとサポーターによる指導を行っております。レクリエーションとしても楽しむことができますので、地区のお茶っこの会や自治会行事などでご活用ください。

今年の8月から、県営大町アパートと、県営上町アパートでのひだまりサロンを開始しました。今月号では8月、9月のサロン開催時の様子を掲載します。



今回もたくさんの方が集まりました！

ひだまりサロン情報

県営上町
アパート



県営大町
アパート



うちわを片手に座談会。暑かったですね...(汗)



ひだまりサロン開催前には、おれんじ通信のカレンダーでの告知、近隣地区へのチラシ配布をおこないます。皆さんの参加をお待ちしております。お茶っこの会やお話しをして、楽しい時間を過ごしましょう！！

今月の「いただきま〜す」

～なんちゃって松茸ご飯～



材料		作り方
米	3合	① といだ米に松茸のお吸い物（具を取り除いた方が仕上がりがきれいです）しょうゆ、みりんを入れ、水を通常米を炊く分量よりもやや少なめに合わせ入れる。 ② エリンギは食べやすい大きさにスライスする。 ③ にんじんは細切り、油揚げは油抜きをして細切りにする。 ④ お米の上にエリンギ、にんじん、油揚げをのせ炊飯器で炊く。（炊飯メニューのある場合は炊き込みで） ⑤ 炊き上がり後、混ぜて出来上がり！
エリンギ	3本位	
松茸のお吸い物	4袋	
しょうゆ	大さじ2	
みりん	大さじ2	
にんじん	（お好みで）	
油揚げ	（お好みで）	



◎おれんじ通信のレシピを募集します。簡単でおいしいレシピを知っている方は生活支援相談員が社協へご連絡ください。



2019年10月 サロン行事予定

日	月	火	水	木	金	土	
<p>～お問い合わせ～</p> <p>生活支援相談員 080-2823-7570</p> <p>エールサポートセンター (小鎧) 0193-41-2006</p> <p>和野っこハウス (大槌第5仮設集会所) 0193-42-8705</p>		<p>和野っこハウス 「おやつ会」 場所 大槌第5仮設集会所 時間 10:00~12:00</p> <p>今月はひだまりサロンの様子と見かけた花々を紹介します!</p>	<p>三枚堂第1町営住宅 でテントサロン</p> 	<p>和野っこハウス 「昼食サロン」 場所 大槌第5仮設集会所 時間 10:00~12:00</p> 	<p>「おしゃっち」 で認知症サポーター養成講座</p> 		
6	7 大安	<p>和野っこハウス 「おやつ会」 場所 大槌第5仮設集会所 時間 10:00~12:00</p> <p>「ひだまりサロン」 場所 小槌第8仮設 時間 10:00~11:30</p> 	<p>「ひだまりサロン」 場所 安渡第2仮設 時間 10:00~11:30</p>  <p>大ヶ口1丁目町営住宅</p>	<p>和野っこハウス 「昼食サロン」 場所 大槌第5仮設集会所 時間 10:00~12:00</p>  <p>吉里吉里公民館</p>	<p>「ひだまりサロン」 場所 三枚堂第1町営 住宅テントサロン 時間 10:00~11:30</p> 	<p>「ひだまりサロン」 場所 赤浜東大裏団地 テントサロン 時間 10:00~11:30</p>	
13 大安	14	<p>和野っこハウス 「おやつ会」 場所 大槌第5仮設集会所 時間 10:00~12:00</p> 	<p>「ひだまりサロン」 場所 大ヶ口1丁目町営 住宅テントサロン 時間 10:00~11:30</p>  <p>末広町町営住宅</p>	<p>和野っこハウス 「大槌ジョイフルハウス」 場所 大槌第5仮設集会所 時間 10:00~12:00</p> 	<p>「ひだまりサロン」 場所 寺野・白澤第3町営 3-J テントサロン 時間 10:00~11:30</p> 	<p>ラグビーワールド カップ2019 釜石開催 鶴住居復興 スタジアム!</p> 	<p>「ひだまりサロン」 場所 末広町町営住宅 時間 13:30~15:00</p> 
20	21	<p>和野っこハウス 「おやつ会」 場所 大槌第5仮設集会所 時間 10:00~12:00</p>  <p>大ヶ口1丁目町営住宅でフォークダンス</p>	<p>「ひだまりサロン」 場所 上町ふれあい センター 時間 10:00~11:30</p>  <p>三枚堂第3町営住宅</p>	<p>和野っこハウス 「昼食サロン」 場所 大槌第5仮設集会所 時間 10:00~12:00</p> 	<p>吉里吉里第4仮設で たこ焼きづくり</p> 		
27	28	<p>「ひだまりサロン」 認知症サポーター 養成講座 場所 吉里吉里公民館 時間 10:00~11:30</p> <p>毎月28日は いわて 減塩・適塩の日</p>	<p>和野っこハウス 「おやつ会」 場所 大槌第5仮設集会所 時間 10:00~12:00</p>  <p>社協事務所 近くで 見つけた 栃の実 です!</p>	<p>和野っこハウス 「昼食サロン」 場所 大槌第5仮設集会所 時間 10:00~12:00</p> 	 <p>小鎧 稲刈り 直前</p>		