

東和地域包括支援センターのおしらせ

平成29年1月号

どうぞ みてくなんせえ

★第4回家族介護教室を開催しました★



12月13日(火)第4回家族介護教室を東和総合福祉センターで開催しました。「こころ癒すひと時を～自分だけのオリジナル作品を作りましょう～」をテーマに自然の中のお花屋さん『ひとり静香』の佐野静子様を講師に山の幸染めを行いました。自分の好きな色のスカーフやストールに思い思いの花や葉を配置しアイロンで染めていきました。出来上がりにみなさん「きれいにできた」と見せ合っていました。「時間がたつのも忘れて作品づくりをして楽しかった」と気分転換になっていました。

どんな感じで
出来上がるかな♪



素敵にできました♡



☆元気でまっせ体操に取り組んでいます☆

谷内第1行政区

立石きがるう



第1・3水曜日9:30～
(変更になることもあり)
立石公民館にて実施

約10名の方が集まり元気でまっせ体操を実施しています。「一人で体操を続けるのは大変だけどみんなまで体操すると続けられる」と積極的に介護予防に取り組んでいます。

東和地域包括支援センター

花巻市東和町安俵6区71番地 東和総合福祉センター内 ☎:0198-29-4817