天籟寺地区社会福祉協議会の活動報告

ふれあい昼食交流会

9月5日のふれあい昼食会は、フレイル予防の健康体 操に取り組みました。

戸畑リハビリテーション病院原田先生の ご指導の下、体操をする前と後の体の動 き具合を確認しながら椅子に座ってできる 体操をしました。





天籟寺サロン

毎月第3月曜実施予定

9月1日は(株)明治の管理栄養士平山さんよ りヨーグルトについてお話をしていただきまし た。 牛の乳、菌、発酵について、なぜヨーグル トを食べると体に良いのか理由を学びました。







•>×<•>×<•>>×<•>×<•>

天籟寺地区社協

ふくしのまちづくり講座

断捨離®トレーナーの吉田さんに話をしていただきました。 終活のためにするのではなく、不要なモノや人間関係のしがら みを手放し、今をよりよく生きるために断捨離®をすることを 学びました。冷蔵庫1段から始めるのがおススメだそうです。



\$X4\$X4*\$X4*\$X4*\$X4*

•\$×4•\$×4•\$×4•\$×4•\$×4•



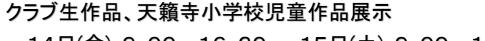
天籟寺小学校では、敬老の日を前に、3年生の児童たちが地域の高齢者の方々へ感謝の気持ちを 込めた手紙と手作りの花を贈る活動を行いました。この取組は、地域の社会福祉協議会のご協力を 得て実施されたもので、児童たちは授業の中で高齢者の方々に、温かい言葉を綴った手紙を一人ひ とり丁寧に書きました。また、折り紙や色紙を使って工夫を凝らした花を制作し、手紙とともに地 域の年長者に届けました。この活動を通して、児童たちは思いやりの心や地域とのつながりの大切 さを学びました。

吉津校長のようこそ「天籟寺小学校へ

また、天籟寺小学校では、9月1、2日に門司少年の家で5年生の自然教室を行いました。子ど もたちは、自然の中で友達との絆を深め、考えて行動することを学びました。海岸沿いを散策した 際、足元にいるフナ虫に遭遇。その場から動けなくなる子どもいました。また、青空の下、子ども たちがカヌーに乗り、パドル (カヌーをこぐ櫂) を一生懸命に動かして楽しんでいました。 普段で は体験できない楽しさを満喫していました。



11月14日(金)~16日(日)開催



14日(金) 9:00~16:30 • 15日(土) 9:00~14:00

NEW! 天籟寺保育園・園児の作品展示をします。

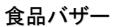
クラブ演芸発表会(講堂)

16日(日) 10:00~12:00(予定)

リサイクルバザー いらっしゃいませ

14日(金) 9:30~16:30

15日(土) 9:30~14:00



14日(金) 9:30~16:30 · 15日(土) 9:30~14:00

16日(日) 9:30~13:00







わくわく限定体験コーナ



担当保健師さんによる『健康相談』

11月14日(金)

10:00~12:00

1階ロビーにて

血圧測定と大人気のベジチェックをします

折り紙ワークショップ 『クリスマス飾りを作ろう』

11月15日(土) 先着15名

受付時間13:00~14:00

(製作時間13:00~15:00)

※ 受付された方から順次製作します



※当日受付ですので、体験コーナーへお越しください













