



平成 24 年 9 月 14 日発行

編集発行

あったかふれあいセンター「すくも」

電話 65-7665 FAX 65-7663



まだまだ暑い日が続いていますが、そよぐ風には、爽やかな秋の訪れを感じることができるようになりました。

8月のイベント

8月24日（金）に開催したゲーム大会では約40名の方が参加してくれました。

おじゃみ投げは、おじゃみを10個的へ投げて点数を競う遊びですが、満点の100点が2名でました。開所以来、最高点は95点でしたが、記録が塗り替えられました！！

輪投げは、5本投げて輪の入った個数を競いました。5本とも入った方が1名でました。

牛乳パックタワーやパズルは、皆さんとても集中して取り組んでくれていました。

ビンゴ大会は、沢山の方に参加していただき、20個用意した景品もあっという間になくなってしまいました！！沢山のご参加、ありがとうございました。



パズルゲームの様子



輪投げの様子

8月25日（土）・26日（月）午後に行われた宿題追い込み大会では、数名の小学生が来所し、残っている宿題を黙々とすませました。皆さん無事に学校が始まるまでに宿題を終わらせることができましたか？

畑について

6月に植えたミニトマトですが、残念ながら4つしかならず、収穫を終えました。

畑のお芋は元気に育っています。収穫までまだあと1ヵ月程ありますが、収穫がとても楽しみです！！今からそのお芋をどう調理するか、利用者さんとスタッフで話し合っていきたいと思います。



イベントのお知らせ

第4回・第5回 ラジヨガ体操教室

8月のラジヨガ体操教室に続き、9月・10月も開催いたします。ラジヨガ体操とは、音楽に合わせて簡単なヨガのポーズをとり、手軽にヨガ効果を体験出来る体操です。「ラジヨガ」という名前は、ラジオ体操の「ラジ」と「ヨガ」を組み合わせ付けてられました。

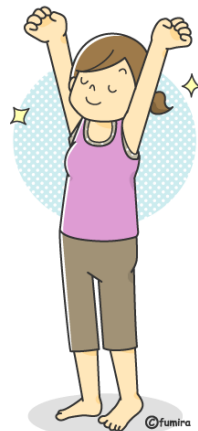
ラジヨガ体操では、深く呼吸をしながら体を伸ばす動作を行いますので、体が柔らかくなることや、気分がすっきりするという効果が期待されます。

体操は座って行いますので、気軽に体験することができます。ぜひ、ご参加ください。

【日時】第4回 平成24年 9月20日(木) 11:00～

第5回 平成24年10月11日(木) 11:00～

【場所】宿毛市総合社会福祉センター 2階 小会議室



手品堂 ジュン&アケミ マジックショー

高知県で活躍しているマジシャン、ジュン&アケミの出張マジックショーを行います！

ジュン&アケミは、夫婦で舞台を努める、高知県初のプロマジシャン(手品師)です。不思議と笑いの混在する手品を得意とし、「土佐手品」を演じています。入場無料・予約不要ですので、お気軽にご来場ください！

【日時】平成24年10月24日(水) 13:30～(30分程度)

【場所】宿毛市総合社会福祉センター 1階 ホワイエ



最新情報はホームページに随時掲載しています！

あったかふれあいセンターの最新情報は、随時ホームページで更新しています！

あったかふれあいセンター「すくも」で検索または、宿毛市社会福祉協議会ホームページ(<http://www.gallery.ne.jp/~sfuku/>)から「あったかふれあいセンター」⇒「あったかふれあいセンターすくも」を選択するとみることができます！

あったかふれあいセンター「すくも」

検索



9月・10月の予定

日付		内容	日付		内容
9/14	金	通信発行日 絵手紙教室 15:00~16:00	2	火	将棋サロン 9:30~
15	土	お休み	3	水	
16	日	お休み	4	木	
17	月	祝日のためお休み	5	金	
18	火	将棋サロン 9:30~	6	土	お休み
19	水		7	日	お休み 宿毛まつり 13:00~福祉バザー
20	木	第4回ラジオガ体操 11:00~	8	月	祝日のためお休み
21	金		9	火	将棋サロン 9:30~
22	土	祝日のためお休み	10	水	
23	日	お休み	11	木	第5回ラジオガ体操 11:00~
24	月		12	金	
25	火	将棋サロン 9:30~	13	土	午前開所 9:30~12:30
26	水		14	日	お休み
27	木		15	月	通信発行日
28	金		16	火	将棋サロン 9:30~
29	土	お休み	17	水	
30	日	お休み	18	木	
10/1	月		19	金	



開所時間：月～金曜 9:00～16:30 第2・4土曜 9:00～12:30（祝日を除く）

10月の予定

日付		内容	日付		内容
20	土	お休み	25	木	
21	日	お休み	26	金	
22	月		27	土	午前開所9:30~12:30
23	火	将棋サロン9:30~	28	日	お休み
24	水	マジックショー 13:30~	29	月	

開所時間：月～金曜9:00～16:30 第2・4土曜9:00～12:30（祝日を除く）

元気応援ボランティア募集！

あったかふれあいセンター「すくも」では、集いの場や訪問活動と一緒に活動してくれる元気応援ボランティアを募集しています！「こういうことやつたらできるけど・・・」というお問い合わせもお待ちしています！

＜ボランティアの例＞

◎集い利用者の話し相手

◎イベント時のスタッフの手伝い

◎特技を生かしたイベントの開催

◎ご近所の安否確認・お話し相手

問い合わせ先：宿毛市社会福祉協議会（0880-65-7665）担当 タ部（ゆうべ）まで

送迎のご案内

あったかふれあいセンター「すくも」では、ご自宅とセンター間の送迎を行っております。ぜひ近所の方とお誘いあわせでご利用ください。

●リフト車での送迎（車イス車両）

毎週水曜日

迎え 9:00～10:30

送り 14:00～16:00

※リフト車による送迎の利用は、予約制ですので、前日までにご予約ください。予約状況により、ご希望に添えない場合がありますのでご了承ください。

●ワゴン車での送迎

毎週火・金曜日

迎え 9:00～10:30

送り 14:00～16:00

※ワゴン車による送迎につきましては、予約制となっております。前日までにご予約ください。予約状況により、ご希望に添えない場合がありますのでご了承ください。

問合せ先

宿毛市あったかふれあいセンター「すくも」（宿毛市総合社会福祉センター内2階）

電話：0880-65-7665 FAX：0880-65-7663