

ご寄付・ご訪問
～いつもありがとうございます～

平成22年6月21日～平成22年7月20日分

ご 寄 附		
施設名等	ご 芳 名	内 容 等
常岩の里 ながみね	上松 潤 様	飾り花サカサバ ランティア
	メアリー クリフト 様	活動支援ボランティア
		余暇活動ボランティア
	ピーター クリフト 様	余暇活動ボランティア
	上村 恵子 様	ヨガ指導ボランティア
	竹松 恵里 様	合唱指導ボランティア
	小林 求 様	散髪ボランティア
	長谷川 弘昭 様	
	加藤 昭雄 様	
	小出 則之 様	
飯山学園	倉井 新一 様	
	渡辺 萌子 様	
	ピーター クリフト 様	英会話 ピアノ カマー
	メアリー クリフト 様	
上町児童センター	飯山高校 JRC 様	七夕用笹竹
	飯山高校 JRC 様	あそびの交流
城山児童館	飯山高校 JRC 様	あそびの交流
	中澤 儀治 様	遊び場草刈り
秋津児童クラブ	小野沢 さつき 様	お話
	岡本 順子 様	遊び指導
	柳 志織 様	囲碁遊び
	飯山囲碁の会 阿部 功 様	
木島児童館	小野沢さつき 様	素語りの会 お話し
	栗岩 より子 様	身体測定 保育 記録
泉台児童クラブ	ひまわり会 藤巻 多喜子 様	うちわ作り
	江尻 千枝子 様	
北部子育て 支援センター	小林 里子 様	

歌

・アジサイも 満開となり 梅雨あがる
いろいろな 花が咲いている 夏がくる
飯山 石沢 タツエ

・あじさいの 花夕立に よろこびて
色あざやかに 光りかがやき
飯山 常盤 金井 幸子

・梅雨明けて 暑さ本番 せみの声
我が世とばかり 声たからかに
飯山 丸山 昌

・すこやかな 成長せし子を 見る思い
柿のさ緑の 葉のみずみずし
飯山 植中 昌子

・人生の 悲喜こえきたる 兄弟会
語る思ひは こもごもにして
飯山 丸山 昌

・翠子の 一歳誕生日 祝ふ服
心豊かな 娘に育てと
飯山 丸山 昌

・ありの群れ 行列つくり 急ぎ足
どこへ行くのか 目的地へ
飯山 丸山 昌

・夏の夜 寝苦しさに 目が覚めて
外の戸を開け 月が満月
飯山 丸山 昌



「セラバンド」を使って筋力体操

ケアセンター湯の入では、高齢者の介護予防のための教室を開催しています。
今回ご紹介するのは、『転倒予防教室』です。
転倒による骨折等で寝たきりにならないように、下半身の筋力低下を防ぎ、体のバランスを保つ体操やレクリエーションを中心に行います。柔道整復師による指導を行います。また、運動器向上や栄養改善、口腔機能についてのお話も行っています。月2回程度開催しています。
講師の先生からいろいろな説明を受けながら、参加者は楽しく取り組んでいます。

いろいろなやっています
ケアセンター湯の入
転倒予防教室

～～～お知らせと募集～～～

この欄に関するお問い合わせ・お申し込みは、電話62-2840まで

知

第16回 ふれあい映画上映会のお知らせ

8月は「マリリンに逢いたい」を予定しています。
大勢の皆様のご参加をお待ちしております。

【日 時】 8月21日(土) 午後2時00分から
【場 所】 飯山市福祉センター 3階
【参加費】 無料(申込み不要)



知

募

ほのぼの弁当サービス
『調理とうど衆』募集しています

飯山市社会福祉協議会では、毎月第2木曜日の昼食に配食サービスを行っています。
調理を下さるボランティア『調理とうど衆』を募集しています。
お手伝いいただける方は、上記までご連絡をお願いします。

募

有償在宅福祉サービス
くらしの応援『スマイルとうど』活動者募集!

内 容：一般家事支援、通院介助等を支援して下さる方
活動費：活動に応じて1時間600円をお支払いします。

詳細につきましては、上記までご連絡下さい。

『湯の入荘お楽しみ教室』
で楽しく学びませんか

- 般若心経教室 10:00～11:30 (定員：20名) 江澤 一遠氏
9/8 (水)・10/8 (金)・11/10 (水)
- デジカメ教室 13:30～14:30 (定員：10名) 我妻 栄氏
9/25 (土)・10/23 (土)・11/27 (土)
12/25 (土)・1/29 (土)
- リラク্সストレッチ教室 13:30～15:00 (定員：15名)
太田 絵里氏
9/14 (火)・10/19 (火)・11/9 (火) 12/14 (火)・1/18 (火)
- 古布でアレンジ 10:00～12:00 (定員：10名) 八重田 道子氏
9/11 (土)・10/9 (土)・11/13 (土) 12/11 (土)・1/15 (土)
- 絵手紙教室 13:30～15:00 (定員：10名) 森 絹江氏
9/11 (土)・10/9 (土)・11/13 (土) 12/11 (土)・1/15 (土)
- 絵でリフレッシュ 9:30～12:00 (定員：15名) 森の案内人様
9/18 (土)・10/16 (土)・11/6 (土)

参加申し込み締め切りは8月31日(火)までです。
各教室定員になり次第、締め切らせていただきます。
詳細については、湯の入荘(65-3312)までご連絡下さい。