

11月「えべや かたくりの里」だより

家庭介護教室（全2回）

看取りの現状と家族支援

長期入院が難しくなり、早期退院と在宅療養が求められる今、様々な終末期医療や看取りの選択があります。

朝日村の地域医療の現状や、医療的ケア、それぞれの気持ちに寄り添いながらの看取りにおける支援について一緒に考えてみませんか。



第1回 11月9日（金）午後1時半～3時

テーマ：家で看取るといふこと

～終末期医療に携わる医師として～

講師：三村信夫先生 三村医院院長

第2回 11月12日（月）午後1時半～3時

テーマ：在宅医療・介護支援サービス

～看取りまでの支援～

講師：降旗史恵さん 訪問看護ステーションなでしこ
上條志津枝さん かたくりの里デイサービス
杉浦 愛さん かたくりの里居宅介護支援

災害ボランティア講座

倉敷市への災害ボランティア活動報告会

～「助けてほしい」浸水被害から生活再建へ～

11月30日（金）19時～20時

今後、朝日村においても大雨による災害が想定されます。平成30年7月、岡山県倉敷市へボランティアバスツアーが、塩尻市社協主催により実施されました。実際の活動の様子や、村内から参加された方よりお話を伺います。

参加費：無料 申し込み不要

内容：「活動報告、災害ボランティアの心構え」
塩尻市社協職員 沓掛未奈さん
「ボランティア活動に参加して感じたこと」
朝日村古見 横山吉美さん

あさひさんでい講座

11月16・30日・12月14・21日（金曜日開催）

参加費 250円 材料費別途 9:30～11:00

☆脳活！大人の折り紙（11/16休→11/19振替）
☆一緒に歌おう思い出の青春ポップス
☆手習い散歩 ～小筆を楽しむ～

申し込み用紙 FAX

転ばんジェントルマンとレディーの会

11月14日（水）午前9:30～11:00

テーマ：肩こり予防・姿勢改善

11月28日（水）午前9:30～11:00

テーマ：ロコモ度測定

転びにくい体づくりを目的とした運動講座です。

参加費：200円

持ち物：水分 運動靴、タオル

講師：土井麻弓さん 健康運動指導士

囲碁・将棋・麻雀の日

11月14日（水）・12月12日（水）

午後1時～4時（麻雀は朝9時～）

参加費無料

どなたでも気軽にお立ち寄りいただき、囲碁・将棋・麻雀を楽しんでいただける日です。

再彩クラブ講座案内

対象者：概ね60歳以上の方

参加費：250円 材料費別途

☆毎週火曜日 午後2:00～3:30

～いつでも参加いただけます～

ゆっくり運動

11月13・27日

講師：川上有子さん

持ち物：タオル 水分補給の水

テーマ

「代謝を上げて、太りにくい身体づくりをしよう！」

疲れにくい体作りをテーマにリンパマッサージや椅子に座ったまま、下肢の筋肉を鍛えていきます。



干支を描いてみよう ～年賀状製作～

12月4日

材料費：100円

来年の干支「猪」をはがきに描いて

年賀状を製作します。

※申込締切 11月20日（火）



希望講座名	氏名	電話	各種講座申し込み先 朝日村社会福祉協議会
		99-	電話 99-2340 FAX 99-2733 担当 北沢

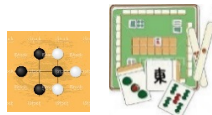
11月「えべやかたくりの里」講座案内

(朝日村社会福祉協議会 電話99-2340 F A X 99-2733)

	月	火	水	木	金
	5	6	7	8	9
午前		ミニデイサービス クリスマス製作	パワーアップ教室	ミニデイサービス クリスマス製作	
午後		オープンランチ (朝日小で給食会)			①家庭介護教室 (看取りについて)
	12	13	14	15	16
午前		ミニデイサービス 体操(田中先生)	転ばんジェントルマンと レディーの会	ミニデイサービス 体操(田中先生)	さんでい講座
午後	②家庭介護教室 (看取支援)	再彩クラブ ゆっくり運動	囲碁・将棋の日		
	19	20	21	22	23
午前	さんでい講座 (折り紙)	ミニデイサービス 大正琴鑑賞	パワーアップ教室	ミニデイサービス 大正琴鑑賞	休館日
午後	広げよう支え愛の手講座	再彩クラブ 粘土細工(色塗り)			
	26	27	28	29	30
午前		ミニデイサービス ぼけっとと広場交流	転ばんジェントルマンと レディーの会	ミニデイサービス 脳トレ・健康相談	さんでい講座
午後	ぷらっと(気軽に) ぷらっと(一緒に) カフェ	再彩クラブ ゆっくり運動			災害ボランティア講座
	12月3日	12月4日	12月5日	12月6日	12月7日
午前		ミニデイサービス クリスマス会	パワーアップ教室	ミニデイサービス	ふれあい学習
午後		再彩クラブ 年賀状製作	介護者の会		

囲碁・将棋・麻雀の日

日時 11月14日 12月12日 1月 9日
全水曜日 午後1:30~4:00
どなたでもご参加いただけます。お気軽にご参加ください。



ぷらっと(気軽に)ぷらっと(いっしょに)カフェ

近所でちょっと気になる人がいる…。
子育て・障がい・介護・生活全般など、なんでも相談窓口
11月26日・12月17日(月) 午後1時~3時
※申し込み不要 お気軽にお立ち寄り下さい。飲み物50円
プライバシーは守ります。安心してご相談下さい。



介護者の会 開催のご案内

認知症や日常の介護方法など、日々の介護の不安や様子など
について共有や意見交換ができればと、介護者の会を計画いた
しました。今後の介護の一助となるように是非ともご参加をお待ち
しております。要申込 締切 11/19(火)
日 時 12月5日(水) 午後1時30分~3時30分
かたくりの里 99-2340 (上條・北沢)

12月の講座(予定) ご案内

高齢者ふれあい学習

日時 12月7日(金)
午後1:30~
「冬ですね 心にしみる調べをどうぞ」
演奏:アンサンブル セバスチャン
バイオリンとピアノの演奏でおなじみのセバスチャン
の演奏会です。二人が奏でる音色をお楽しみ下さい。



1月開講あさひさんでい講座(予定)

(参加費250円材料費別途)
☆まっちゃと歌う演歌歌謡曲
☆私のいち押し料理!
~饅頭・やしょうま・飾り寿司~
☆身近な画材で絵を楽しもう
~色鉛筆や水彩絵具を使って~

