

# にしかわミニデイ通信 R8. 6月号(つながるくんで毎月発信中！)

5月は16地区でミニデイが開催されました！

つながるくんを見たら「確認ボタン」を押してね♡



5月2日 下堀地区

## ぎぼうし落語会の落語を鑑賞しました！

笑う門には福きたる、笑いは百薬の長を実感するために落語で大笑いをしました！

5月9日 岩根沢地区

## 最上義光記念館と県立博物館見学しました！

最上義光記念館はガイドの説明を聞きながら館内を見学しました。山形県の歴史に触れた1日でした。

5月11日 吉川第六地区

## 寒河江のつつじ公園に行きました！

天気も良くてつつじ鑑賞日和でした。昼食はかくれや楽でおいしいご飯をたべお腹を満たしました。



5月19日 本道寺地区

## 西川町歴史文化資料館に行きました！

フローラさがえの美術館を見学した後西川町に戻り、歴史文化資料館で「川土井村の理想郷構想」の見学をしました！



5月2日 梅沢第二地区

## 健康福祉課の講話を聞きました！

口の健康について知ることができました。また、景品をかけてスカットボールで体を動かしました！



5月13日 吉川第四地区

## 健康福祉課の講話を聞きました！

腰痛や膝痛にならないための講話を聞き、体操を行いました！昼食は銘水館のお弁当を食べました。

5月20日 網取地区

## 昼食は美味しい手作りぼたもちを食べました！

健康福祉課の方とタオル体操で体をほぐし、風船バレーを行いました。体を動かした後の昼食はとても美味しかったです。



次ページもご覧ください😊 →

5月20日 入間地区

**脳トレ体操を行いました！**

DVD を購入し椅子に座りながらできる体操を行いました。考えながらの動きであったため思っていたより疲労感がありました。



5月21日 沼山・原地区

**健康福祉課による認知症サポーター養成講座を開催しました！**

認知症の症状や認知症の方への正しいかかわり方をすることができました。



5月24日 水沢地区

**水沢温泉で輪投げを行いました！**

昼食は銘水館の豪華なお弁当を食べました。お楽しみ会も開催し賑やかな時間を過ごしました。



5月23日 上間沢地区

**大江町観光に行きました！**

大山自然公園で見ごろを迎えたヒメサユリを見に行きました。展望台からは月山や大江町の街並みを一望することができました！



5月24日 西間沢・宝沢地区

**健康福祉課から口の健康と認知症に関する講話を聞きました！**

講話の後は心と体が弾むエレキギターの演奏を聴きました。懐かしいメロディーに口ずさむ方もいました。



5月25日 吉川第二地区

**慈恩寺の歴史について学び、その後河北児童動物園を見学しました！**

河北児童動物園で小動物やクジャクをみて回りました。昼食はひなの湯で食べ農作業の疲れを癒すことができました！



次ページもご覧ください😊 ➡

5月28日 熊野地区

### **高島ワイナリーを見学した後、浜田広助記念館へ行きました！**

工場や記念館の見学が充実した日でした。爪割石庭公園にも行き見ごたえ十分な景色でした。



5月29日 石田地区

### **健康福祉課による認知症サポーター養成講座を開催しました！**

認知症は身近な病気であることや、脳を活性化することが認知症予防に効果的であると知りました！



5月28日 吉川第三地区

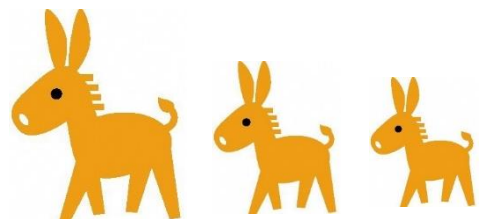
### **健康福祉課からフレイルに関する講話を聞きました。**

心身機能の低下によって介護の状態に近づくことを意味する「フレイル」について学びました。予防に効果的な体操も行い心身ともに元気になりました！



### **認知症サポーターとは**

**「認知症の人やその家族の応援者」**のことを言います。認知症について正しく理解し、認知症の方や家族を見守り、時には支えられるそんな方たちが増えることを願います！



**7月は「食育月間」と「土砂災害防止月間」です！出前メニューをご活用ください！**

【西川町 健康福祉課健康推進係】 「食中毒予防について」「夏の食材を使ったメニュー紹介」 ☎74-5057

【西川町 総務課危機管理係】 「西川町の予想される災害と避難場所について」 ☎74-4404

各地区での活発な開催ありがとうございます◎  
他の地区の活動もぜひ参考にさせていただければと思います。  
開催内容についてお気軽に下記担当へご相談ください！

#### **【担当】**

◆健康福祉課 地域包括支援センター係（川越）  
TEL:0237-74-4405(直通)

◆生活支援コーディネーター(社会福祉協議会 古澤)  
TEL:0237-74-5677(直通)