【かねはちさん情報】営業時間　10時～17時半

9 September 2026（令和８年

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
		1 休	2			5
6	7 休	8 休				
13	14 休	15 休	16			
20	21 敬老の日	22 国民の休日	23 秋分の日	24 休	25	26
27	28 休	29 休	30			

9/23（水）は、
９時～12時半まで

～寄り合い処くっつき　９月予定～

9月　４日（金）レクリエーション
9月 11日（金）レクリエーション
9月 18日（金）智さんと体操
9月 25日（金）オカリナ演奏♪

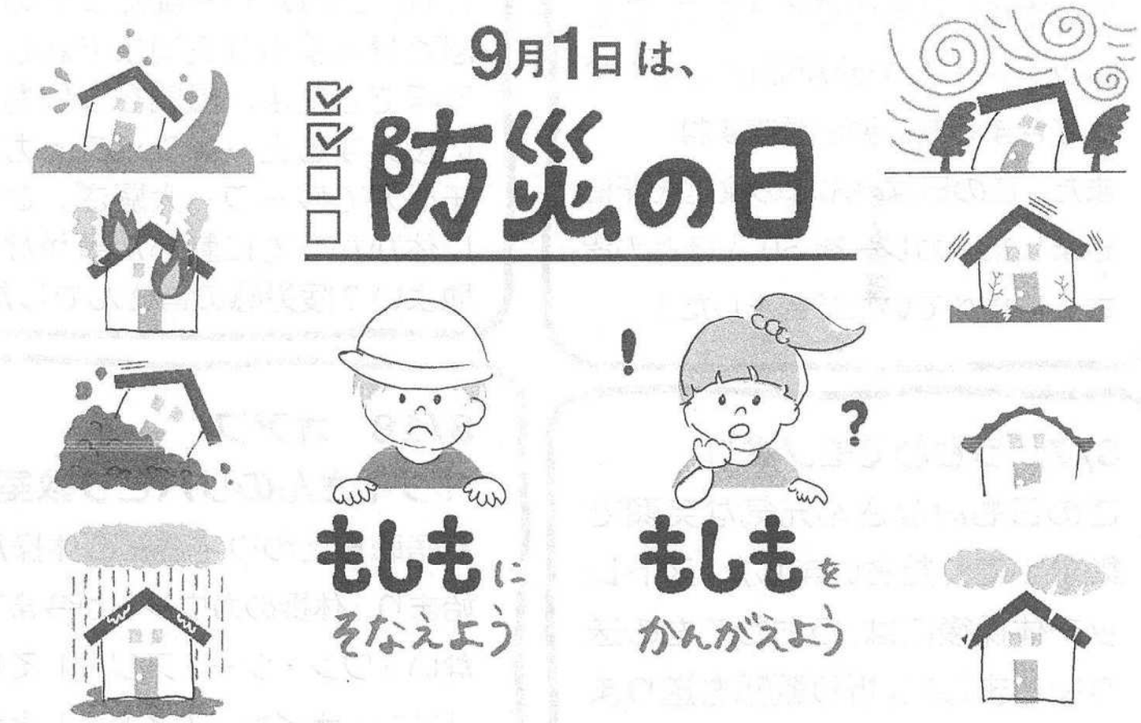
<お問い合わせ>
朽木住民福祉協議会　事務局　高島市社会福祉協議会
電話：25-5730　/　090-4038-6109　担当：宮田

～編集後記～
能登半島の現状を見てきました。道路はまだ工事中が多く、路肩などは、これで良しなの？というところばかりでした。どの方のお話にもでてきたのは、「トイレの初動が大事」でした。始めに対応をすることで、みんなが気持ちよく利用できます。どんどん溜まっていくトイレは、不潔、臭い、感染症が広がるとのことです。みんなで備えていきましょう。

あいの郷（さと）通信 VOL. 128

あんしんして、いつまでものんびりと朽木の郷で暮らせますように

発行：朽木住民福祉協議会　　令和８年９月１日
電話：０７４０－２５－５７３０ / 090-4038-6109



熊本地震に、千葉の水害、先日の市場の断水など、災害はいつ起こるかわかりません。平時にできることは「備え」です！「もしも」について一緒に考えませんか？区でも、団体でも、個人でも！能登半島の方に直接お話を伺うと、トイレが一番大変だったとのことです。トイレの備え、できていますか？

くっつきの様子をスタッフが伝えるバドンリレー

7/24　体力測定の結果と みんなの食堂

高島病院のリハビリの先生から体力測定の結果報告を聞きました。一年前より体重や握力が減っている方がいて、ちょっと黄色信号かな？という事でした。握力は体全体の筋力の指標になるのだそうです。私もペットボトルの蓋が開けにくくなってきました。要注意ですね。
また、この日はみんなの食堂を開催しました。カレーを 50 人ほどの皆さんに食べていただきました！

7/31　レクリエーションで大歓声

新聞紙丸めたボールを使っての“うちわでボール送りゲーム”　なかなか思い通りに送れませんが、要領を掴むと手早い事。対戦になると益々ボールの動きに合わせてしなやかに動く腕や肩。その動きは、風船バレーを始めた時に益々発揮され、元はバレー部だったの？と思わせるような気迫まで感じられる程でしたよ。風船を３個も同時に投入すると‥‥シッチャカメッチャカでワーワー大騒ぎ。こんなに体がかってに動いた事がない心地よい？疲労感の皆さんでした！

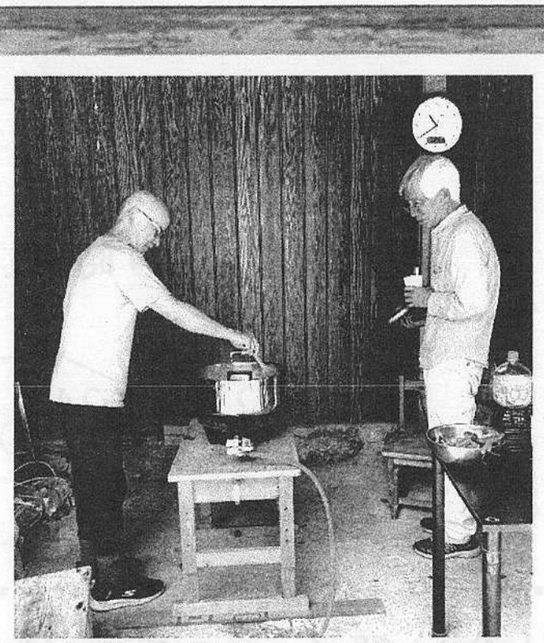
8/7　うちわでモノ送り

この日もみなさん元気な笑顔で集まってくださいました。ストレッチ体操後には、うちわでもの送りをしました。折り紙鶴も送りましたが、軽すぎてフワフワ！新聞紙ボールはゴロゴロしてバランスをとるのが難しい「次きたで～」「下に下げて～」「あ～」「わ～」など普段出すことが少ない声をあげて童心にかえられたようでした！

8/18　オアフ「ヴィさんのリハビリ教室」

言語聴覚士のヴィさんの体操から始まり、体操のカウントが今までにない「ワン・ツー・スリー」そして「テン・ナイン・エイト…」と英語で数え、「難しい～」嚥下のことも舌の動きと一緒に丁寧に説明していただき、言葉を逆から読んだり、手も足も口も頭も全部を使って楽しいリハビリでした。その後、みんなで素麺を食べました！

今月のベストショット



「みんなの食堂」のカレーづくりの一場面

人物・団体・いろいろ紹介コーナー

４回目は「くつき外出サポート隊」を紹介します！

「くつき外出サポート隊」は、診療所への送迎をしてくれています。対象は、①自力で通院できない方②家族のサポートが難しい方です。年会費やガソリン、保険代の実費が必要です。詳しくは、くつき外出サポート隊事務局（社協）までお知らせください。

「くつき外出サポート隊」では、一緒に活動をしてくれる「まかせて会員」の募集もしています。
あなたの時間を少し地域の方に貸してもらえませんか？

