



高齢者地域支援窓口 *2013年12月号*

ききょうだより



富士市五貫島175 介護老人保健施設ききょうの郷 内 65-2000
<http://kikyounosato.com/service/support.html>

12月の移動相談会の予定

開催場所	開催日	開催時間
◆ 田子浦まちづくりセンター (第一研修室)	平成25年12月 2日 (月) 平成26年 1月 6日 (月)	10:00~12:00
◆ 富士南まちづくりセンター (2F小会議室)	平成25年12月19日 (木)	10:00~12:00
◆ 田子浦荘	平成25年12月18日 (水)	10:00~12:00
マックスバリュ (水戸島店)	平成25年12月16日 (月)	10:00~12:00
◎ マックスバリュ (富士川成新町店)	平成25年12月 4日 (水) 平成25年12月26日 (木) 平成26年 1月 7日 (火)	10:00~12:00

移動図書館 ふじ号

ききょうの郷 巡回予定



毎月第2土曜日 14:00~14:40
 平成25年12月14日
 平成26年 1月11日
 2月 8日

第4回 寺子屋 「縁(えにし)」開催します。

「認知症サポーター養成講座」

日時 : 平成25年12月 7日 (土曜日) 14:00~15:30

会場 : ききょうの郷

問い合わせ先 : 0545-65-2000 高齢者地域支援窓口

認知症の基礎知識やご家族の気持ち、サポーターの出来る事を学びます。
 受講者には「オレンジリング」ブレスレットを進呈します。

“あなたも受講して認知症サポーターになりませんか？”

食べながら備える「ローリングストック法」

“誰でも簡単な備蓄法！”

普段の食材を少し余分に購入して、定期的に食べながら不足分を補充する事を繰り返し、常に消費期限内の食料を備蓄する方法です。

備蓄や非常時に便利な食材は・・・？

- ・レトルトのご飯やカレー、お惣菜。
- ・缶詰。
- ・冷製スープのレトルトもオススメ。

※無洗米も少し多めにあるとそのままお粥が作れて便利です。



田子浦地区「ふれあい昼食会」



10月20日(日) あいにく雨でしたが約60名の方にお越しいただき、会場は熱気満々。ボランティアさんの歌や芸に笑いのひとときでした。



ききょうの郷は受付時の健康相談と健康講話&体操を担当しました。

田子浦地区文化祭

11月2日(土)～3日(日)



初めて田子浦中学校を会場に開催。秋晴れの中大盛況でした。

☆ まちづくりセンターや小中学校は緊急時の避難場所になります。催事の時には気軽に訪ねていただき、緊急時に役立ててください。