

# 上越市社会福祉協議会 浦川原支所だより 9月号



〈発行〉令和2年8月25日

〒942-0398

浦川原区顕聖寺 242 番地 2 浦川原高齢者生活福祉センター内  
上越市社会福祉協議会浦川原支所

事務所・デイサービス ☎ 599-3878

浦川原地域包括支援センター ☎ 599-3872

浦川原居宅介護支援事業所 ☎ 599-3871

(共通)FAX 599-3873

## ～今できること・・・～

今年度に入って、毎年行ってきた行事やイベントの多くが中止となっています。イベントで季節を感じられない日々が流れているようですが、この夏の残暑は厳しいものです。皆さまお元気でお過ごしでしょうか。

各地域で行事を縮小するなど、なかなか集まって顔を合わせる機会が減っていることと思います。地域で心配な方、困っている方はいませんか？新しい生活様式を実践しつつ、見守り・支え合いながら安心して暮らせる地域づくりのために、今できることを考えてみませんか。

### 例えば・・・

外に出て、みんなとあいさつ・・・

「オール浦川原あいさつ運動」に参加しよう



朝日を浴びよう！



閉じこもり予防・  
運動不足解消！

お楽しみ集会はしてないけれど・・・

みんなでラジオ体操



浦川原の良い  
ところ再発見！

みんなでお散歩・・・

写真も撮っても良いですね。



電話でおしゃべり



災害が心配・・・  
最近あの人どうして  
いるかしら？

ふれあい支え合いマップ  
を作ろう！見直そう！



## お楽しみ集会のご紹介 ⑩



### ～顕聖寺おたのしみ会～

顕聖寺おたのしみ会は保健センターを会場に、毎月開催しています。20名のボランティアさんが当番で準備、送迎等を担当されています。毎月15名程の参加者が、茶話会や講話、レクリエーションを楽しんでいます。

今年は、新型コロナウイルス感染症の影響で開催できない月が続きましたが、検温、消毒、マスク着用など対策をとって活動を再開しました。7月は、保健師さんより新しい生活様式についてなどのお話を聞きました。



裏面もご覧ください



## ～9月の行事予定～

新型コロナウイルス感染症拡大の状況により、変更となる場合があります。

### お楽しみ集会

|                 |        |       |              |
|-----------------|--------|-------|--------------|
| ふれあいサロン         | 17日(木) | 9:30  | 釜淵集会所        |
| 有島自治会いきいきお楽しみ集会 | 17日(木) | 10:00 | 浦川原コミュニティプラザ |
| 顕聖寺おたのしみ会       | 25日(金) | 9:30  | 浦川原保健センター    |
| 下柿野お楽しみ会        | 7日(月)  | 9:30  | 下柿野集会所       |
| 剣友会             | 23日(水) | 9:30  | 横川集会所        |
| 長走ことぶき会         | 3日(木)  | 10:00 | 長提荘～鶴の浜温泉    |
| 真光寺お楽しみ集会       | 23日(水) | 9:30  | 真光寺集会所       |

### 地域・団体関係行事

|           |        |       |           |
|-----------|--------|-------|-----------|
| ボランティア研修会 | 23日(水) | 13:30 | 浦川原保健センター |
|-----------|--------|-------|-----------|

## ～ふまねっと体験会を開催します～

ふまねっと運動とは、大きなマス目でできたあみを踏まないようにゆっくり歩く運動です。いろいろなステップで歩くので、集中や記憶の訓練になります。

お楽しみ集会のメニューに取り入れたり、仲間と集まって楽しみながら取組んでみませんか。

**日時 令和2年9月23日(水) 13:30～14:30**

**会場 浦川原保健センター**

**定員 15人**

**持ち物 内履き**

**申込み 9月11日(金)までに浦川原支所[599-3878]へ  
お電話にて申込ください。**

※感染症対策を徹底した上で実施します。

また、新型コロナウイルスの影響により延期・中止する場合があります。



## ～マスクの寄付をありがとうございました～

支所だより7月号にてお知らせしましたマスクの寄付について、7月31日で締め切らせていただきました。

皆さまからご寄付いただきました47枚のマスクは、ワークセンターおおすぎのさにて活用いただくことになりました。ご協力ありがとうございました。



まだまだ暑い日が続きます。  
熱中症に気をつけましょう!!



適宜マスクをはずしましょう

換気・十分な距離(2m以上)をとる



この支所だよりは、赤い羽根共同募金の配分金で発行しています。