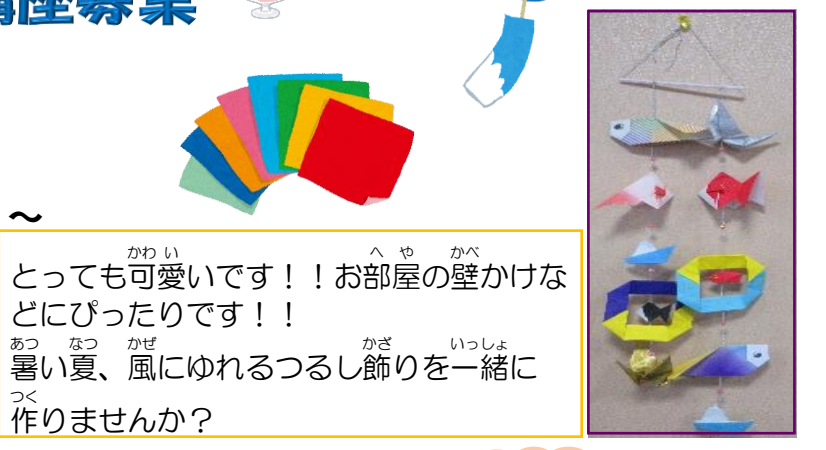


れいわ ねん がつごう
令和5年7月号
 ほくぶ そうごうふくし かいかん
北部総合福祉会館だより

講座の受講料は無料です
8月講座募集

1学 折り紙講座 (定員20名)
 ~風にゆれる「折り紙のつるし飾り」~
 日時：8月18日(金)
 午前10時~正午
 対象：市内在住の60歳以上の人
 費用：200円



とっても可愛いです!! お部屋の壁かけなどにぴったりです!!
 暑い夏、風にゆれるつるし飾りを一緒に作りませんか?

2学 交通安全講座 (定員30名)
 日時：8月24日(木)
 午後1時30分~3時
 対象：市内在住の60歳以上の人

イベント
 令和5年4月より自転車乗車時のヘルメット着用が努力義務となりました。交通ルールやヘルメット着用の大切さなど改めて学びませんか?? 知っているそうで意外と知らない交通ルールを再確認しましょう!!

3学 あいサポーター研修 (定員15名)
 日時：8月29日(火)
 午後1時30分~3時
 対象：市内在住の人

イベント
 障がい特性と必要な配慮について学ぶ内容となっています。日常生活の中で困っている人がいた時、ちょっとした手助けや声かけができるような知識を身につけてみませんか?

講座申込方法・申込期間はこちらです!!

申込方法:
 ① 窓口にて直接申し込みまたは往復ハガキで申し込み
 ※窓口での直接申し込みの場合は、63円返信用ハガキ1枚をご持参ください。
 ※往復ハガキでの申し込みの場合は、講座名、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、生年月日(和暦)、年齢を記入の上、北部総合福祉会館までお申し込みください。(連名での申し込み不可)

申込期間:
 ① 7月1日(土)~7月20日(木)必着 (申込多数の場合は抽選)
 ② ③ 7月5日(水)~定員になり次第

きょうりょく
「ご協力いただきありがとうございました!!」

みなさんに一羽一羽平和の思いを込めて作っていただいた鶴が一つの千羽鶴になりました。和泉市平和千羽鶴展で集められたたくさんの千羽鶴は7月4日(火)~7月18日(火)まで北部総合福祉会館1階渡りろう下で展示されます。ぜひ会館ご利用の際はご覧ください。



しょう しゃ じ 障がい者(児)カラオケ
いこいの森

北部総合福祉会館では毎週金曜日13時~15時に障がい者(児)向けのカラオケを行っています。7月からリニューアルし『いこいの森』という名称になります。市内在住の障がい者手帳をお持ちの方であれば誰でも参加できます。歌を聞いたり自分で好きな歌を歌ったり楽しいひと時を一緒に過ごしませんか?



ねっちゅうしょう 熱中症に気を付けましょう

高齢者は暑さを感じにくく、汗をかきづらくなります。またのどの渇きを感じにくいので水分補給を怠りやすく、脱水症状を起こしやすいです。日常生活の行動のついでにこまめな水分補給をとる習慣を身につけましょう。特に暑い時期は水をスポーツドリンクに変えたり、梅干し、塩昆布、漬物、みそ汁などから塩分補給をすることも大切です。食事のついでに意識して摂取することで熱中症予防になります。夏場は換気をしなかったりエアコンを適切に活用しなかったりした場合、室内の温度が外の気温より高くなることもあり室内でも十分熱中症になる可能性があります!! 扇風機だけでは温度を管理することはできないので積極的にエアコンを使用したり、冷却グッズを利用して体温の上昇を抑えるように工夫しましょう!!



お風呂についてお知らせ

利用日：月・水・金(祝日を除く) 時間：正午~午後3時
 入浴料：無料 ※入浴は30分程度でお願いします。

【宛先・問合せ先】編集・発行 北部総合福祉会館
 住所：〒594-0005 和泉市幸二丁目5番16号 電話：(0725) 45-5781
 FAX：(0725) 41-3191 メール：shakyo-hokubu@apricot.ocn.ne.jp H P：izumi-syakyo.net/