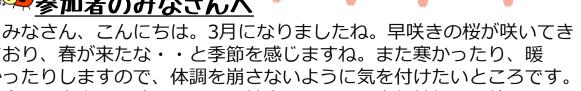
「てげてげ<u>広場」</u>

♥参加者のみなさんへ



ており、春が来たな・・と季節を感じますね。また寒かったり、暖 かったりしますので、体調を崩さないように気を付けたいところです。 今回は高血圧予防について、健康センターの森保健師から教えても らおうと思います。(裏面)

「ささ**え愛マ**ッブ」で地域のつながり深まっています!!

今年度も生活支援コーディネーターの森さん(社会福祉協議会)と6 か所の公民館に伺い、ささえ愛マップづくりを更新しました。

てげてげ広場の初めの頃にささえ愛マップづくりの1回目をしていま す。1回目では地図に、参加者の自宅や参加を勧めたい方の家にシール を貼る作業をし、気にかけ合うきっかけになっています。2回目以降は、 地域の良いところ、困っているところの意見を出してもらい、地域の実 情を再確認できる機会になっています。また困っている人がいれば、で きる範囲で支え合って生活をしていることもわかりました。

ささえ愛マップづくりを行うことで、地域のつながりや支えあいが深 まる機会になっていますので、定期的に巡回していきたいと思います。

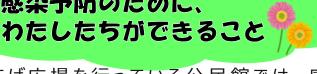






左:俵積田、中央:大堀、右:下山 援 センター

感染予防のために、



■てげてげ広場を行っている公民館では、感染予防 のために、参加者はマスク着用し、出入り口に消毒液 を置き、手指消毒ができるようにしています。 また密にならないように、換気を行い、隣の人との 距離も1m以上は空け、歌も口ずさみながら、心の中 で歌いながら体操をしてくれ、体操の後のお茶をする ときも短時間を心がけてくれています。みなさんの心が けで、気持ちよくてげてげ広場ができていると思います。 引き続きマスク着用、手洗い、消毒、3密にならな い等、気をつけながら日常生活を送っていきましょう。

ま|※| す変 更 が あ る 際 は お 知 ら せ

3 9前 4か 日講 ⊟月 目 木 体 〜 カ 宇測 都 定

公

民

館

3 —

月出

大

堀

公

民

館

令和3年 3月号 【発行所】 枕崎市地 域包括支

知

世

※裏面もあります、

お問い合わせ 枕崎市地域包括支援センター 電話:72-1111(内線463)