



ふ で か げ

生涯学習の主役はあなた!

須波コミセンだより

みんなで創造
生きがいロマン



主催講座始まりました!
ゆったりヨガ

6月13日(土)今年度の主催講座「ゆったりヨガ」が開講しました。

外出自粛の間、家にいて縮こまった体をゆっくりとストレッチし、ヨガの呼吸法やポーズを教わりました。

受講者の皆さんは、「2週間に1度、体のメンテナンスのために通っていきます。」と意欲満々でした。



楽しい花細工

6月17日(水)は、主催講座「楽しい花細工」が開講しました。

初回は、バルーンを使った元気の出る花細工を作りました。手指と脳をフルに活用して約3時間、満足のいく作品に仕上がりました。

じっと見ていると思わず微笑んでしまう、そんな作品です。



工夫を凝らして
講座を再開!

6月から再開した各自主講座。まだ感染防止対策を行いながらの再開です。

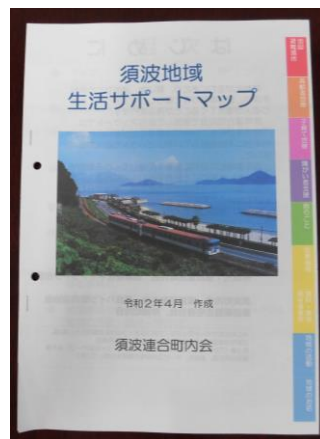
手洗い・手指の消毒、マスクの着用、換気、三密の回避などに注意して行うことはもちろんのこと、さらに工夫をしている講座があります。

囲碁教室では、フェイスシールドを手作りし、感染予防に努めています。料理教室では、会食は控え、パックに詰めて持ち帰るなどの対策をしています。

それぞれが工夫をして、感染防止に取り組んでいます。



須波地域生活サポートマップが完成!



須波連合町内会、地域福祉ネットワーク会議が須波の情報をまとめた生活サポートマップを作成し、各家庭に配布しました。須波近辺の地図、災害時の避難場所、高齢者世帯・子育て世帯が活用できる情報や障がいを持つ人が活用できる情報、医療、

お店、地域の活動までたくさんの情報が記載してあります。毎日の暮らしの中でご活用ください。

須波コミセンにも、何冊かありますので、必要な方は、お持ち帰りください。

サポートマップを見て訪ねてくる人もいて、須波コミセンの活動の輪が広がっています。

