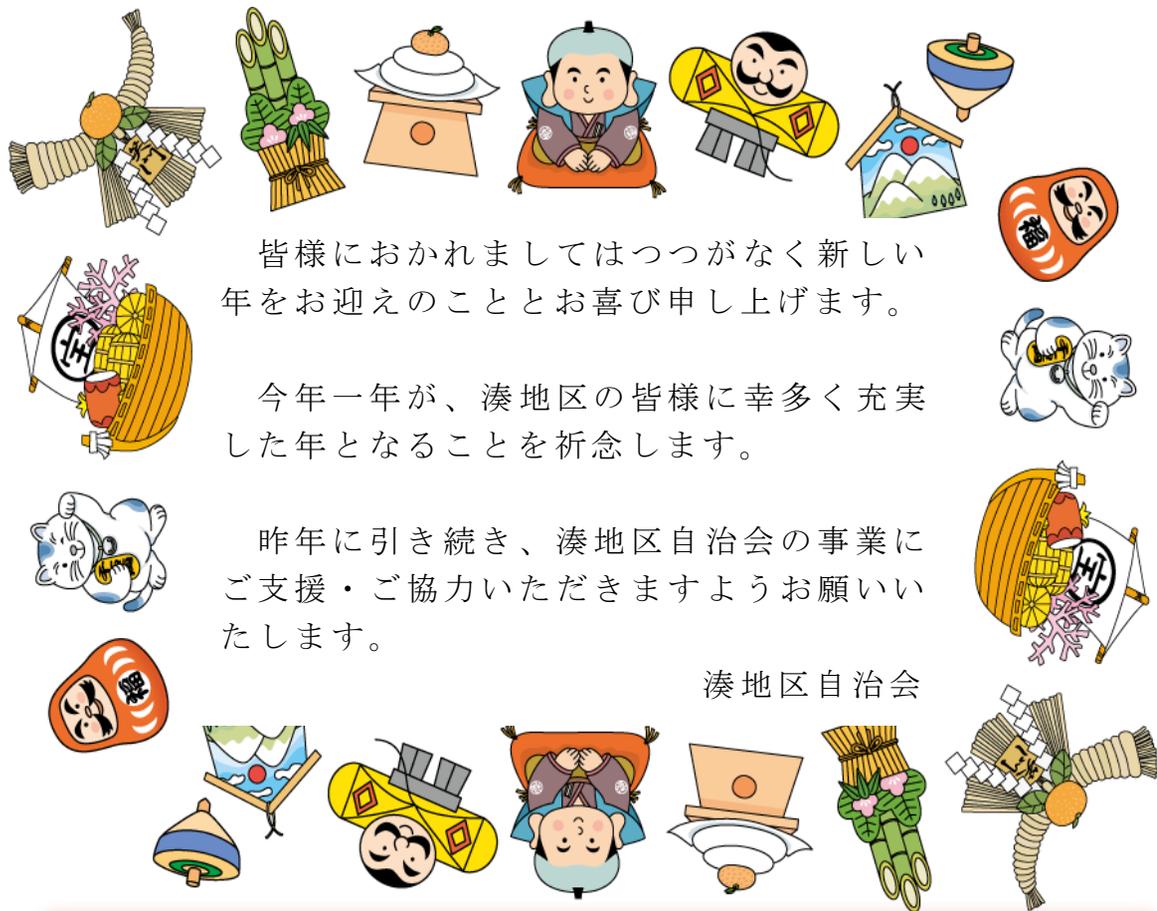


# 湊地区自治会だより

第108号  
2021.1

〒629-3422 久美浜町湊宮 1612-34 ぎょせんセンター内  
湊地区自治会 (Tel.83-1618)

発行責任者 湊地区自治会 会長 藤野等士



皆様におかれましてはつつがなく新しい年をお迎えのこととお喜び申し上げます。

今年一年が、湊地区の皆様にも幸多く充実した年となることを祈念します。

昨年に引き続き、湊地区自治会の事業にご支援・ご協力いただきますようお願いいたします。

湊地区自治会

みんなで  
クリスマスツリー  
を作ったよ♪



## ととっこひろば

11月のととっこは、松ぼっくりを使ってクリスマスツリーを制作しました☆

小さなポンポンの飾りを付けたりして、とてもかわいいツリーがたくさん出来ました(\*^▽^\*)完成した作品と写真をパシャリ♪

12月はプチ・クリスマス会を予定していましたが、新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止となりました。1月の開催も、今スタッフで検討中です。

ととっこひろばは、毎月第4水曜日に行っています。本格的に寒くなってきましたが、温かい飲み物とお菓子でほっこりしながら色んなお話をみなさんでしましょう!!

お気軽に足を運んでください(\*^▽^\*)お

## ★ぎょせんセンター一年末年始の休館日のお知らせ★

28日(月)から4日(月)まで休館になります。センター利用はできませんのでご了承ください。

## 地域の1月の行事予定

### かぶと山小学校

7(木)3学期始業式

大掃除・給食開始※13:40 下校

8(金)書初め大会 ※14:45 下校

15(金)スキー教室予定(神鍋) ※予備日未定

### かぶと山こども園

7(木)3学期始業式

21(木)誕生会

28(木)乳児参観日

29(金)午睡布団持ち帰り

### ととっこひろば

※検討中です

### いきいきサロン

※1月～3月の間はお休みです(\*^▽^\*)

### 区長会・自治会

17(日) パソコン初心者講習会

※医療費等申請相談は事前に希望があれば対応します。



「社会福祉法人 太陽福祉会 サンシェア和'sより」  
～生涯現役 サンシェア和'sの運動プログラム～

湊地区の皆様、こんにちは。1月は、介護予防拠点施設「サンシェア和's」よりお知らせをさせていただきます。

令和2年10月20日、毎月定例で行われている湊地区いきいきサロンにお邪魔をさせていただきました。サロン当日は、サンシェア和'sで行っている「体力測定の実施」と「自宅でも取り組める健康体操」の紹介をさせていただきました。

「体力測定の実施」では、良い数値を出そうと必死になられる方、現在の数値を見て苦笑いされる方など笑いの絶えない時間となりました。「自宅でも取り組める健康体操」の紹介では、タオル体操・頭と体を使った拮抗体操の紹介と実施させて頂き、参加者の方からは「家でも続けてみようかな?」とのお声がありましたが…皆様、現在も続けておられますか?!(^.^)! また、気軽にお声掛け下さい。新しい体操の紹介をさせて頂けたらと思います。



お問合せ  
「サンシェア和's」  
担当：伊賀辰徳  
電話：83-2525