

マ ッ サ ー ジ で リ ラ ッ ク ス



いわき地区での1月のつながっぺおおくまサロンは、ふくしま心のケアセンターいわき方部の協力で「リラクゼーション」講話を行いました。

歌に合わせて体を動かしたり、心を落ち着かせる呼吸法など一緒に行いました。また、2人組になり肩・肩甲骨・二の腕・首と交互に手を当てるマッサージを行い、皆さんお互いに手の暖かさを感じリラックスしていました。

これからも場所を変えながら開催していきますので、より多くの参加をお待ちしています。

県内外へ避難されている皆様へ

現在、避難先で集いやサロンを自主的に開催しているところや、避難先社協等の支援を受けて開催している地域もあります。是非参加してみてください。

自ら「声を出すこと」「つながりを持つこと」が、孤立化や孤独死を防ぐための第一歩であると考えています。

どうぞお気軽に最寄りの社会福祉協議会にお問い合わせください。

サロン開催のお知らせ

○喜多方の集い

日 時：3月1日(日) 10:00~11:30

場 所：喜多方市総合福祉センター
喜多方市上江3646-1

内 容：ひな祭

問合せ先：大熊町社会福祉協議会会津若松出張所
TEL 0120-29-5760



○つながっぺおおくま

いわき泉サロン

日 時：2月24日(火) 9:30~11:30

場 所：泉公民館
いわき市泉町 4-13-11

内 容：大熊町役場栄養士協力のもと調理実習を行います。エプロンと三角巾を持参ください。準備等ございますので参加希望の方は下記までお申込み下さい。

問合せ先：大熊町社会福祉協議会いわき連絡所
TEL 0246-38-8920

○つながっぺおおくま

いわき鹿島サロン

日 時：3月3日(火) 9:30~11:30

場 所：鹿島公民館
いわき市鹿島町走熊字鬼越 83-1

内 容：お茶会、レクリエーション

問合せ先：大熊町社会福祉協議会いわき連絡所
TEL 0246-38-8920

食事と笑いで健康に

1月29日(木) 扇町1号公園仮設住宅と第二中学校西仮設住宅の集会所にて「健康づくり講演会」を開催しました。

福島県保健衛生協会の管理栄養士を講師に招き、健康状態のお話や1人1人の必要カロリー計算、食事の量について教えてもらい、最後にラフターヨガを行いました。参加者は「楽しいお話を聞きながら勉強になった。久しぶりに笑って楽しかった」と笑顔で話していました。昨年から会津若松市内の仮設住宅とサロンにて開催し、次回が最後となりますので、たくさんの方のお越しをお待ちしております。



私に合った食事はこの位ね

日 時：3月5日(木) 10:00~11:30

会 場：会津若松市一箕公民館 2階 講義室

会津若松市北滝沢二丁目5-6

講 師：福島県保健衛生協会 管理栄養士 軒名礼子氏

問合せ先：大熊町社会福祉協議会 会津若松出張所 TEL 0120-29-5760

つながっぺおおくま 日帰り交流会 開催のお知らせ♪

水戸「偕楽園」梅まつりへ行きませんか？園内の梅の花を見ながら季節を感じましょう。

日 時：3月13日（金）

集 合：①いわき駅前（ミスタードーナツ前）7：30

②好間中央公園駐車場 8：00

定 員：40名

目的地：水戸 偕楽園 → 水戸駅ビル エクセル

その他：昼食は、偕楽園又は水戸駅ビルエクセルでお取りください。また、必要と思われる物は各自持参して下さい。

申 込：2月23日（月）～3月6日（金）まで下記申し込み先に、住所・氏名・生年月日・携帯番号・集合場所をお知らせ下さい。

申込先：大熊町社会福祉協議会 いわき連絡所 TEL0246-38-8920

郡山復興住宅の「顔合わせ歓迎会」

1月28日（水）に郡山市内に建設された復興公営住宅東原団地集会所において、みんなく主催の「顔合わせ歓迎会」が開催され、大熊町民26名の方が参加しました。

始めに一人ずつ自己紹介を行い、昼食会では駅弁を頂きながら津軽三味線の生演奏に耳を傾け、避難生活のことやこれからの生活再建に夢を膨らませながら、入居者同士親睦を深め楽しいひとときを過ごしていました。



美味しい駅弁に会話も弾みます！

善意の数々ありがとうございました

平成26年11月1日から
平成27年1月31日まで受付分

○一般寄付者（敬称略）

大熊町観光協会

会津若松市社会福祉協議会

○御遺志寄付者（敬称略）

斉藤 梅子

新長 英一

横川 清子

村上 正治

出澤 敏彦

松本 清司

吉岡 文弘

3. 11追悼及び復興イベントを開催

東日本大震災及び原子力発電所事故の影響により避難生活を余儀なくされ早4年を過ぎようとしております。

生活支援ボランティアセンターでは、震災で亡くなられた方の追悼を行うと共に少しでも前向きな生活が送れるよう、大熊町民が形はいろいろであってもつながってほしいという願いを目的としたイベントを開催いたします。

多くの方の参加をお待ちしております。

日 時：3月11日（水） 14：00～18：30

会 場：大熊町役場会津若松出張所 前庭

「福祉レクリエーション講座」開催

福祉レクリエーション講座で、体を動かしながら楽しい時間を過ごしませんか。参加費は無料です。ぜひ、ご参加ください。

*当日は動きやすい服装でご参加ください。

日 時：①いわき開催 2月23日（月）13：30～15：30

②会津開催 3月3日（火） 9：30～11：30

会 場：①大熊町役場いわき出張所2階 コミュニティーホール

②大熊町役場会津若松出張所2階 第4会議室

対象者：ボランティアに興味のある方、ボランティアセンター登録会員

講 師：福祉レクリエーションネットワーク in ふくしま

申 込：2月16日（月）～2月19日（木）まで氏名、連絡先を下記申込先にご連絡ください。

申込先：大熊町社会福祉協議会会津若松出張所 TEL0120-29-5760

大熊町社会福祉協議会いわき連絡所 TEL0246-38-8920

大熊町社会福祉協議会 連絡先

◎会津若松出張所

住 所：〒965-0873

会津若松市追手町2-41

フリーダイヤル

0120-29-5760

電 話：0242-29-5760

FAX：0242-29-5761

◎いわき連絡所

住 所：〒970-1144

いわき市好間工業団地1-43

大熊町役場いわき出張所内

電 話：0246-38-8920

FAX：0246-38-8921

◎会津若松生活支援相談室

住 所：〒965-0873

会津若松市追手町2-41

大熊町社会福祉協議会事務所内

電 話：0242-26-4077

◎中通り連絡所

住 所：〒964-0915

二本松市金色421-10

大熊町役場中通り連絡事務所2階

電 話：0243-24-1338

FAX：0243-24-1339