共同企業体：ウイッツ・ギオン

さがみ湖リフレッシュセンター通信

第5号
発行日　平成27年3月1日
発行者　さがみ湖リフレッシュセンター
問合せ　電話　042-685-3988

平成26年度 登録団体は52団体

平成26年度リフレッシュセンターの団体登録は52団体で、以下のよう団体が活動がされました。時間等に余裕のある方は、心機一転・ちがう活動も覗いて、あれもこれも検討してみてはいかがでしょうか。

平成27年度分の団体登録申請は、2月16日から相模湖保健福祉課で受付が開始されています。

	団体名		団体名		団体名		団体名		団体名
1	相模湖卓球クラブ	12	相模湖ヨガサークル	23	内郷地区子供会育成会	34	相模湖身体障害者福祉会	45	太極拳愛好会相模湖教室
2	相模湖男の料理クラブ	13	コスモス(レクダンス)	24	ムーブメント(ヨーガ)	35	わんわんパトロール	46	阿津囃子連
3	録音奉仕会かつら	14	青少年指導委員協議会	25	バーレッスン(ヨーガ)	36	内郷保育園父母の会	47	スピリッツジュニア(少年野球)
4	おしなしクレヨン(読み聞かせ	15	文化協会	26	食生活改善推進団体わかな会	37	内郷地区体育振興会	48	クッキング・ライム(調理実習)
5	生命の貯蓄体操普及会やまゆ	16	こぶしの会(障害者支援)	27	エスレーロリブレ(ダンス)	38	さがみこ児童クラブを考える会	49	市民健康づくり会議
6	あじさい大学健康体操OB	17	内郷地区自治会連合会	28	人々の拳地活性化プロジェクト	39	内郷地区避難所運営協議会	50	サンデーフラ(フラダンス)
7	心花会(料理実習)	18	更正保護女性会津久井	29	ツーウィル(エアロビ)	40	Y・Sダンスサークル	51	サロン石老(老人の集い)
8	相模湖そばつくり友の会	19	地区社会福祉協議会	30	相模湖音楽隊	41	シークレットコマンド	52	クッキング・ライム(調理実習)
9	健康づくり普及員連絡会	20	いとこっこの会(手芸)	31	内郷ニューデレクション(ダン	42	沼本いきいきサロン(老人の集い)		
10	ソーイングクラブ(手芸)	21	スマイル3Bグループ(体操)	32	星の子クラブ	43	PCビレッジ(パソコン研修)		
11	春美会(舞踊)	22	戦没者遺族会相模湖支部	33	おもちゃドクター(修理)	44	ドルチェうちごう		

自主事業「男の料理教室」開催

2月22日(火)、午前、自主事業「男の料理教室」を「わかな会」のご指導を受け、13人の参加で開催しました。

献立は地元野菜を使った①豚肉のロール白菜②べったら漬け③みぞれ汁の3種類を作って、全員で会食をいたしました。

教室の前段の座学では、低栄養や転倒予防で健康長寿の講義が行われ、動物性たんぱく質や乳製品をとることやよく噛むを維持し、1日3食をきちんと食べることが大事ですとの指導をいただきました。参加者は、季節に合った野菜を使い、塩分を減らした料理で高齢者にはとても良かったとか、家で忘れないうちに家族に作って食べさせたいなどの感想をいただきました。

■3月の利用申込み状況

×：利用申請済(利用不可)

日・曜 / 日 / 施設名	1(日)			2(月)			3(火)			4(水)			5(木)			6(金)			7(土)			8(日)			9(月)			10(火)			11(水)			12(木)			13(金)			14(土)			15(日)			16(月)		
	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間
ふれあいルーム1				×	×	×	×		×				×			×		×		×	×	×	×		×		×		×	×			×	×	×		×			×		×	×	×	×
ふれあいルーム2		×		×	×	×	×		×	×	×		×		×	×		×							×	×	×			×		×			×	×	×		×			×		×	×	×
研修室											×			×		×						×	×	×							×			×			×			×			×				
調理実習室																						×	×											×	×												
ボランティアルーム										×	×																				×	×															

日・曜 / 日 / 施設名	17(火)			18(水)			19(木)			20(金)			21(土)			22(日)			23(月)			24(火)			25(水)			26(木)			27(金)			28(土)			29(日)			30(月)			31(火)		
	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間
ふれあいルーム1	×	×	×	×	×		×			×		×		×		×	×		×		×		×	×					×			×	×	×		×	×		×			×		×			×
ふれあいルーム2	×		×	×	×		×		×	×		×		×					×	×	×	×		×		×			×	×	×	×	×	×		×			×		×	×		×
研修室	×			×			×	×							×								×		×		×	×										×				×				
調理実習室							×	×																				×	×																		
ボランティアルーム				×	×		×	×		×	×								×	×		×	×		×	×																				