

リフレッシュセンター通信

発行日 平成29年11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

第35号

自主事業 報告 山口・増原・寸沢嵐サロンとの共催 紙芝居を楽しむ会

自主事業「紙芝居教室」を10月16日(月)の午前、内郷地区の山口・増原・寸沢嵐サロンの3地区とリフレの4者で共催し、39人の参加で開催をいたしました。紙芝居は「おはなしクレヨン」の皆さんが童話の読み聞かせやシルバークリヨン川柳そして紙芝居など全9話を演じていただき、童心にかえり紙芝居などを楽しみました。終了後の茶話会ではマンドリン・ギターの伴奏で知床旅情や青い山脈などを合唱をしたり、最後にボランティアさんが調理実習室で作った「スイトン」やデザートを食べ、山口・増原・寸沢嵐の3地区交流の紙芝居教室を終了することができました。リフレの設置目的である介護予防拠点施設として、まずは施設に向向いていただき、施設を知っていただき高齢者の方々に文化活動や力づくりをこの施設をご利用いただくための自主事業としての目的を果たし、手前味噌ではありますが、参加者の方々に楽しんでいただけたことは主催者としても喜ばしく、今後の励みとして今後も精進するものです。



生きがい大学《第4回》 ヨガ〈笑い〉教室

10月18日(水)の午後、4回目の生きがい大学講座「笑いヨガ教室」を開催いたしました。講師には市内田名にお住まいの小田ゆうこ氏を講師に23人の参加で開催をいたしました。笑いヨガは一般的には余り馴染みがありませんが、インドで5人で始め、世界100か国以上に広がっているそうです。最初は体操として笑い、みんなで集まって笑うことで笑いが伝染していき、段々と無理なく笑えるようになるそうです。実際参加者の大半は、先生の大胆な笑いに戸惑いもあったようですが、時間の経過とともに笑いヨガに順応するかのようにお腹から声を出し、一種異様な教室となりました。開催の当日は肌寒い日でありましたが、「笑いの体操」と「ヨガの呼吸法」を組み合わせ繰り返し行うことで、それほど激しい動きはありませんが、参加者は額の汗を拭きながら、笑いヨガを堪能し、この教室をもう一度くらい開催して欲しいなどの要望をして帰る人もありました。笑う門には「健康」来る?! 酸素がたっぷり取り入れられるので、健康が実感できるそうです。またの機会を楽しみに.....



表彰

おもちゃドクターの会

リフレ利用登録団体「相模湖おもちゃドクター」が多年にわたり、おもちゃを無料で修理することを通して子供たちに物を大切にすることを醸成し、地域づくりに貢献したことが認められ、9月9日、相模湖交流センターで開催の相模湖地区敬老会の席上で敬老事業実行委員会から表彰されましたので、お知らせいたします。(隔月第4土曜日の午後、ふれあいルーム①で活動)



11月の利用申込み状況

平成29年10月25日現在

×:利用申請済(利用不可)

施設名	1(水)			2(木)			3(金)			4(土)			5(日)			6(月)			7(火)			8(水)			9(木)			10(金)			11(土)			12(日)			13(月)			14(火)			15(水)			16(木)		
	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	×		×	×			×	×	×	文化祭準備			内郷文化祭				×	×	×	×	×	×				×	×		×					×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×		
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	×	×																																														

施設名	17(金)			18(土)			19(日)			20(月)			21(火)			22(水)			23(木)			24(金)			25(土)			26(日)			27(月)			28(火)			29(水)			30(木)							
	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		×																																													

