

陽だまりのぬくもりをあなたに

光陽台陽だまりの会 通信



<http://www.geocities.jp/myn364/>

No.1

2017. 8. 1 発行

発行責任者
光陽台陽だまりの会

住民同士が楽しみを共有し、お互いに励まし、支えあっていく、気心のあう友人を身近につくっていきけるきっかけとなればと思います。**皆さんどなたでもご参加できます。**いろいろな企画をどんどん考えて一緒に楽しみましょう。

私たちの活動やそれぞれのサークルや住民同士の交流目的の会を、もっと活動しやすくする必要性を感じます。会としての要望や、集会所利用規約についての要望を自治会に提案中。



スタッフポロシャツと旗

可児市支え合い活動助成団体登録

活動参加者総数	
4 月度	93 名
5 月度	116 名
6 月度	105 名
7 月度	88 名
総合計	402 名

可児市地域支え合い活動助成制度とは・・・

可児市では、高齢者への支え合い活動を地域で広く実施してもらえるよう、『高齢者への営利を目的としない日常生活支援や、その支援の実施を通じて寝たきりや孤立感の解消、介護予防に寄与する自主的な活動（地域支え合い活動）』を行う地域住民等による団体に対し、その活動経費の一部を助成する制度を創設しました。（可児市のホームページより）

2017年4月

可児市地域支え愛ポイント制度に登録

光陽台陽だまりの会の各活動にスタッフとして、参加すると、個人登録申請後ボランティア活動 K マネー地域支え愛ポイントを、2時間以上の活動で2ポイント（シール2枚）差し上げられます。「10ポイント＝Kマネー1,000円券」交換

コグニサイズ



健康寿命をのぼそう！！



頭と体をたくさん使い、間違っても、笑い飛ばしながら、冷や汗をかきながら、1時間があつという間でした。椅子に座って、手と足を右に左に、数を数えながら、出しますが、なかなかできそうで、できないのです。そのことが脳トレーニングになっているそうです。運動しながら数を数えると脳と身体が同時に活性化するので効率よく広範囲に脳を鍛えることができるそうです。7月7日

ウォーキングの会



可児市健康増進課保健師 鷲見氏のウォーキングについてのお話のあと、準備体操をして、天候に恵まれて、光陽台団地の回りをそれぞれのペースで歩きました。4月17日



パソコン教室 参加費 300 円	毎月 第 2・第 4 月曜日 10 時～12 時
歩こう会	7 月度お休み 第 2 火曜日 10 時～12 時
認知予防講座	毎月 第 1 金曜日 10 時～12 時 (1 月は、1 月 16 日火曜日)
ふれあいサロンまんさく 参加費 100 円	毎月 第 2・第 4 土曜日 10 時～12 時



会の教室及び会にご参加の時、ご自宅から、集会所までの送迎について、
ご相談に応じます。

パソコンで脳の若返り、可能性は無限大！

パソコン教室での学び



- 4 月・・・タイピングの練習 WORD 単語登録挨拶文挿入など 文書作成
- 5 月・・・文書デザインのテキストにて、 フォント、余白、行数の設定から、 図形を挿入して、テキストの挿入
- 6 月・・・表計算ソフトの Excel の基礎を勉強 IF 関数や、ROUND 関数、絶対参照など関数
- 7 月・・・Excel 相対参照と絶対参照、合計、平均、最大、最小など
フォトアプリ・ペイント写真の編集

4 月 17 日 (土曜日)



第 1 回資源回収実施

ご協力ありがとうございました。

5 月 28 日 (日) 10 時から 12 時



新玉ねぎや切干し大根など



帽子や衣服・バッグなど



手作りアクセサリ

フリーマーケット開催

あなたの家に眠っているいらないものを



ウォーキングの会

6 月 19 日 (月曜日) 参加者 9 名 薬王寺を目指し、そして、大賀ハス、ヒメコウホネの池を散歩しながら暑中頑張って 1 時間半ほど歩きました。



ふれあいサロンまんさく

6 月 24 日 (土曜日) スポーツ吹き矢体験
サロンではいろいろな企画を楽しんでもらっています。



とにかく、やってみようと 4 月より、可児市の助成金を活用し、いろんな企画を開催してきました。もっと多くの方が参加してくださるようには、継続してまいります。ボランティア募集中です。スポーツ吹き矢の開催もできるように、道具を助成金で購入準備中！ スタッフ 17 名

一緒に活動しませんか！

昨年 8 月より、光陽台の将来について自由に意見を述べ合
い、様々な課題解決の糸口をつかむことが目的でワークショップを開催。それから、毎月話し合いを重ねてきました。

光陽台 陽だまりの会 誕生までの経緯