

「わ」ど「な」の通信 NO.8

さぽーたーずくらぶ「Heart」は、地域で共に支え合う！を目的に活動しています！！

風薫るさわやかな季節となり若葉青葉のまぶしい時期となりました。季節の変わり目は昼夜の寒暖差を感じやすく体調を崩しやすくなりますので、お体をご自愛下さい。新型コロナウイルスの感染予防を続けていきましょう！

6・7・8月の活動予定・活動案内

お掃除ボランティア

9:00～11:00
13:00～17:00



畑のボランティア

9:30～11:30
15:00～17:00



認知症カフェのボランティア

5/12(水)松の湯交流館 13:00～
6/9(水)六宝館 開催予定！



カフェ わどなのひととき

見守り・傾聴ボランティア

14:00～16:00



4/14、開催されました認知症カフェの様子です☆多数の方に参加いただきました！

お役立ちコラムVo.8

耳ツボを刺激するといいい理由

👂 耳は「全身の縮図」といわれており、全身の臓器に対応するツボがたくさんあります。**まず揉んでみましょう。**血流がよくなり目がすっきりし、耳がポカポカしてきます。また耳を刺激すると、眼の疲れ・不眠・冷え性・動脈硬化・認知症などさまざまな効果が期待できると言われています！

他にこんなこと、こういう活動はできるのかな？など募集しています。ご不明な点などございましたらお気軽にお電話でお問い合わせ下さい。



お申込み・お問い合わせ
社会福祉法人報徳会
さぽーたーずくらぶ「Heart」
TEL:0172-53-3325
FAX:0172-53-3735

E-mail: info@roujinhom-kuroishi.or.jp