

特定非営利活動法人

コミュニティちやばたけ

場 所 〒960-1404 川俣町大字西福沢字茶畑山7の2

電話・FAX:566-3601 携帯:090-7073-4348

ホームページ <https://cyabatake.jp/> ※ コミュニティちやばたけでも検索可

目的：子育て中の親子・高齢者・地域住民に対して、子育て支援と生活支援並びに文化の振興に関する事業を行い、会員相互が共に支え合う環境づくりに寄与することを目指しています。

特定非営利活動法人コミュニティちやばたけ情報

★ 秋も深まり紅葉の季節となりました。皆様にはご健勝にお過ごしのことと思います。今年にはコロナ感染もあるので、インフルエンザの予防接種は早めに受け、元気に過ごしましょう。

★ 各講座は、7月から再オープンし、はなさんしょ、大作集会所、春日集会所で行って3カ月が経過しました。8月の延べ参加数は156人で（去年は324人）3か月平均すると、約6割位の方が戻ってきているのかと思っています。

お陰様でコロナ感染に気を付けながら開催出来、皆様がお元気に参加して頂いていることに感謝申し上げます。こんな時だからこそ、参加して気持ちを楽にしましょう。

<ご寄付の報告>



9月30日(水)、(株)小林の小林仁一取締役社長様より小林グループ百周年記念として、当法人に現金100,000円のご寄付がありました。

会社の百周年をお祝いし、益々のご発展をお祈りいたします。有効に使わせていただきます。ありがとうございました。

(株)小林様の事務所にて、小林仁一取締役社長様、高橋副理事長、宮口事務局長

<はなさんしょの様子> いきいき改善体操



9月24日は町保健福祉課の保健師一ノ瀬緑さんに「はなさんしょ」に来ていただき体操をしました。最初に「フレイルとは、加齢により心身の活力が低下した状態(健康からフレイルを経て介護状態になる)」ことを学びました。

その後フレイル予防の脳トレ、手足の運動、上半身・下半身の運動など、おなかを抱えて笑ったり、1時間30分があつという間でした。

自分をいたわる方法として「自分の体のマッサージが大事」という言葉が印象に残りました。「楽しかった」「また来てください」と皆さん大満足でした。

ママへの情報

★ 川俣町子どもの屋内運動場

「おてひめわくわくランド」より

9月の入館者は、子ども477名・大人371名の合計848名でした。引き続き、人数制限と3部制で親子が安全に楽しく遊べるよう、新型コロナウイルス感染症対策を徹底していきます。



★ 秋のおやつ：

さつまいも茶巾 (幼児：2人分)

(作り方)

さつまいも	60g
りんご	15g
干しぶどう	7g
砂糖	大さじ1
塩	少々

- ①りんごはきれいに洗い、皮ごと5mm角に切り、塩水につける。キッチンペーパーで水気を拭く。
- ②干しぶどうはぬるま湯に5分位入れて戻し、キッチンペーパーで水気を拭く。
- ③さつまいもは皮付きのまま1cm幅に切り、水にさらす。鍋に入れて水をひたひたに加え、やわらかくなるまで煮る。お湯を捨て、再度弱火にかけて水分を飛ばす。
- ④鍋に入れたまま熱いうちにフォークの背でつぶし、砂糖・塩を混ぜ、①②を加えて全体を混ぜる。2個に分けてラップで茶巾絞りにする。



ホットドリンクと一緒にどうぞ

※まとめて作って夕食の一品に

★ ファミリーサポート支援者養成講習会開催

10月22日(木)から中央公民館で講習会が始まりました。今年は若いお母さんたちの申し込みがあり、熱心に受講しています。これからの活躍を期待しています。

9月分の生活助け合い事業報告

●ファミリーサポート事業

子どもの送迎20件 (他キャンセル4件)
子どもの一時預かり5件 (他キャンセルなし)

●子育て支援サポーター事業 3件

●高齢者の生活助け合い事業

高齢者の家事援助15件 (他キャンセルなし)
病院付添,送迎,買い物22件 (他キャンセルなし)

申込専用電話 **090-7073-4348**