

◆ 鶴岡市避難者支援だより ◆ No. 277 2017. 5. 19 発行

立夏(5/5)も過ぎ暦の上ではもう夏となりましたが、まだまだ寒暖の差が大きい時期です。体調をくずさないようお気をつけください。

今回は、6月から新たに開催する『にこにこ交流塾』のご案内です。



鶴岡市に避難されている満65歳以上の男女を対象に「にこにこ交流塾」を開催します。全6回を予定しており、どの回も1時間から2時間程度の交流会です。少し体を動かし、おいしいものを食べながら高齢者同士おしゃべりしましょう！

| No. | 開催時期 | 内 容 |
|-----|---------|---|
| 1回目 | 6/21(水) | 健康チェックⅠ ～自分の身体を知ろう～ 血圧検診やハンドマッサージ、簡単な脳トレで遊びましょう |
| 2回目 | 7月中旬 | 健康チェックⅡ ～ひとりでもできるリラックス体操～ 家の中でひとりでもできる無理のないリラックス体操を指導していただきます |
| 3回目 | 9月中旬 | 食と温泉を楽しむⅠ ～日帰り温泉にお出かけ～ 市内にある日帰り温泉に出かけ、入浴と昼食をいただきます |
| 4回目 | 10月中旬 | 食と温泉を楽しむⅡ ～鶴岡の精進料理を味わう～ 鶴岡の食文化である精進料理を味わいましょう |
| 5回目 | 12月中旬 | 地域との関わりの中でⅠ ～交通安全や防犯のお話を聞く～ 高齢者が狙われやすい特殊詐欺や交通安全について、寸劇を通して教えていただきます |
| 6回目 | 1月中旬 | 地域との関わりの中でⅡ ～民生委員や包括支援センターとの懇談～ 各地域の担当民生委員や包括支援センターの方を交え、お茶とお菓子で茶話会を行ないます |

※ 1回だけの参加もOKです。詳しい日時や会場については、その都度ご案内します。

※ 問合せ先) 鶴岡市社会福祉協議会 避難者生活支援相談員までお電話ください。

☎ 0235-24-0053



【5・6月の予定】

| | |
|--|--|
| 5/22 月 | 6/1 木 |
| 23 火 | 2 金 法律無料相談 (山形県弁護士会) 会場:鶴岡法律相談センター(勤労者会館内) 支援だよりは、お休みします |
| 24 水 | 3 土 |
| 25 木 鶴岡天神祭 (化けものまつり) ※ 化けものになりませんか? 衣装を無料で貸し出しします。 参加者には、特典や記念品がありますよ! ※ パレードを見に出かけませんか? ふたつのパレードが同時に出発します。 ※ 鶴岡天満宮に出かけませんか? 天狗舞・獅子舞が披露されます。 ※ 銘酒コーナーが設置されます。 市内各所で、鶴岡の地酒が振舞われます。 ※ 詳しいことは、同封のチラシをご覧ください。 問) 天神祭実行委員会 ☎ 0235-25-2111 | 4 日 |
| 26 金 法律無料相談 (山形県弁護士会) 会場:鶴岡法律相談センター(勤労者会館内) ※ 避難者相談であることを伝えてください 16:00~18:00 (要予約) ※ 申込み) 山形法律相談センター ☎ 023-635-3648 こころの健康相談 13:30~14:30 15:00~16:00 会場:にこ♥ふる ※ 「眠れない日が続いている」「気分が沈み元気がない」「閉じこもりがちで心配」などお困りの方ご相談ください。 ※ 無料ですが、予約が必要です。 鶴岡市健康課 ☎ 0235-25-2111 内線 364 | 5 月 大山犬まつり その昔、梶尾(すぎお)神社の裏山に棲むムジナを退治したメッケ犬に由来するまつりです。 メッケ犬をかたどった「 犬みこし 」や、化け物に捧げたという「 仮女房 」を乗せた行列が古式ゆかしく練り歩き、華やかな「 からぐり山車 」が練り出します。また、中学生による奴振りや保育園児によるミニ奴振りも披露されます。 問) おおやま観光協会 ☎ 0235-33-3214 |
| 27 土 | 6 火 |
| 28 日 | 7 水 |
| 29 月 | 8 木 |
| 30 火 | 9 金 法律無料相談 (山形県弁護士会) 会場:鶴岡法律相談センター(勤労者会館内) こころの健康相談 13:30~14:30 15:00~16:00 会場:にこ♥ふる |
| 31 水 | 10 土 |
| | 11 日 週末寺小屋 13:30~15:30 会場:にこ♥ふる 3階 栄養指導研修室 ※ 小学1年生から高校生までの学習支援です。 ※ 宿題や苦手な教科に、マンツーマンでお手伝いします。 ※ 申込み、問) 子ども支援ボランティア 「チーム飛躍 (ひやく)」 ☎ 0235-64-1768 Eメール: jjmori@hotmail.co.jp |

