

## 音沢地区社会福祉協議会

1月26日(水)『ふれあいランチ』でお弁当を届けました(\*^▽^\*)

例年なら公民館に集まり社協役員の手作りの食事をいただくのですが今年はコロナウイルス感染症予防対策で調理は控え、お弁当を対象者に届けました。いつもの年のように公民館に集まりみんなでおしゃべりをしながら食事できる日が待ち遠しいです。



2月2日(水)『恵方巻』作り

社協で太巻きを作りました。各自具材は同じですが何を巻くかは巻く人の自由!! オードックスなのり巻きを作る方、個性的なのり巻きを作る方いろいろでしたが皆さん上手にのり巻きをつくっていました(\*^▽^\*)



3月1日(火)『おはぎ』を作りました

小豆ときな粉とごま三種類のおはぎを作りました。「美味しくなれ♥️」と思いを込めながら丸めます。おはぎは高齢者宅へ届けました。皆さん喜んでくれました(\*^▽^\*)



3月15日(火)簡単なおやつ作り

ホットケーキミックスを使って簡単などら焼きを作りました。ホットケーキミックスだからと侮っていましたがみりんやはちみつを加えると店のどら焼きの皮のようにしっとり焼きあがりました。餡をはさんで簡単どら焼きの出来上がりしました(●´ω`●)



4月12日(火)『春を楽しむ会』を開催しました  
今年は感染症に気を付けながらバスで墓ノ木の桜を見に行きました。久しぶりのバスでの花見はワクワクしました!

食事は内山公園でお弁当をいただきました。外での食事はとても気持ちがよかったです。心も体も元気になる春を楽しむ会でした🌸🌸🌸🌸



4月3日雪囲い外し清掃

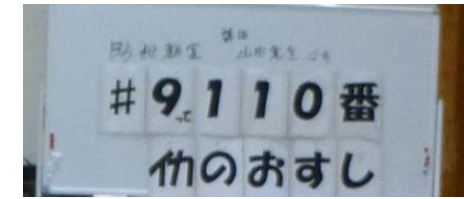
今回は4・5・6班の方が担当でした。皆さん手慣れたものであっという間に外していました。お宮さんもキレイになりました。参加いただいた地区のみさんお疲れ様でした。👧👦



4月22日(金)だまされんちゃ防犯教室を開催

黒部市防犯協会より講師を迎え楽しみながら学ぶ防犯教室を開催しました。往年のヒット曲を防犯の替え歌にして歌います。参加者も構えることなく参加できます。参加者は歌に合わせてリズムを取ったり、マスクをしながら歌を口ずさんだり教室を楽しんでいました。『オレオレ詐欺』もどこか遠くで起きていることのようにですが富山県内でも相当の被害があるそうで、自分は大丈夫と思わずに相談することが大事だそうです! そんな時は警察相談窓口『#9110』(電話の#を押して数字の9110を押す)があるので「もしかして!」と思った時は相談窓口を使うのもいいですね👏

※イカのおすし→ついてイカない。知らない車にのらない。おおきな声で叫ぶ。すぐ逃げる。大人にしらせる。



4月6日(水)ノルディックウォーキング教室を開催しました

ノルディックウォークとはスキーのストックのようなポールを使って歩行運動を補助し運動効果をより増強させるフィットネスエクササイズ的一种です。一見簡単そうに見えるのですがポールをつく位置や歩幅などを意識して歩くので頭が混乱してしまいます。講師に教わりながら考えなくても歩けるように何度も特訓しました。歩けるようになったら親水公園を参加者で歩きました。天気にも恵まれ青空の下気持ちよくウォーキングできました(\*^▽^\*) (毎週水曜日開催の体操教室:おとざわ元気会)



5月16日(月)花壇づくり

公民館前と親水公園に花苗を植えました。まだ小さい苗ですが元気に育っていて成長が楽しみです。みなさんも公民館や親水公園へ来た時はぜひ花壇やプランターを見て花の成長を楽しんでください💕



—公民館からのお知らせ—  
どの事業もコロナウイルス感染症の対策をしっかりとったうえで行いました。3密を避け換気や消毒・参加者の検温を徹底しています。まだ終息の見えない状態ですが興味のある事業があればぜひ参加してください。

音沢公民館だより

地区の活動報告

令和4年2号



花苗を植えました。まだ成長途中でたくさん咲いていませんが、花が咲くのを見守ってください。花でいっぱいになる予定なので皆さん公民館に遊びに来てくださいね🌸