

ポテト健康マラソン大会

「師走の潮風身に受けて、元気に走れポテト路を」スローガンに第12回大津島ポテト健康マラソン大会が12月2日(日)開催され、2・3・5・11キロメートルの部に284人が参加、午前10時大津島小学校前を順次スタート、紅葉の美しいコースを沿道の声援に励まされ快調に走り抜けました。この大会の開催にあたり多くの皆様から温かいご支援・ご協力をいただきありがとうございました。



デイサービスのご利用を

こんにちは、デイサービスです。

寒くなるとオコタ等でゴロゴロ、家に閉じこもりがちになります。持っている機能や能力は使わないと次第に衰えていき、寝たきりになるなど心身に悪影響を及ぼします。

まず、起床・就寝時間や三度の食事時間が規則的に行われているでしょうか。

これを手始めとして、一日の生活リズムを作っていくことをお勧めします。

デイサービスの定期的なご利用で、食生活や運動を含めた生活リズムを作るのも良い方法だと思います。外に出る機会を作り、人と交わりながら食事・入浴・健康チェック・訓練器具使用・レクリエーションなどで声を出していただき、息抜きやストレス解消を図り心身の健康維持・増進に役立て下さい。

皆様方の積極的なご利用をお待ちしております。

◎お問い合わせ、利用申込みは下記までどうぞ

大津島デイサービス ☎ 85-2138 ・ 市社会福祉協議会(高岡) ☎ 22-8705

亥の子

五穀豊穡と火の用心、家内安全などの願いを込めた伝承文化の亥猪祭りが今年も11月20日午前行われ、幼稚園児やPTAを含めた小学生児童全員が馬島地域の40戸余りを威勢よく口説きまわり大きな声援を受けました。



老人施設慰問

想えば馬島婦人会は昭和31年 はじめて養老院岐山寮を慰問してから恒例のように鼓海園と岐山寮を訪れていましたが、時には迷惑になるのではと自問自答していました。

今年も去る23日甘薯とみかんを手土産に唄や踊り・マジックショー・可愛い園児など一行12名が訪れ大変喜ばれました。特に鼓海園では身体不自由な入所者代表から暑い日に山坂越えて作られたおいしい甘薯を持参して毎年慰問下さり楽しみに待っていますと涙ながらの謝辞があり一行は入所者ともども涙にむせび正に以心伝心の心持ちで次回の訪問を約束しました。

