

バンブーだより

2024年11月号

地域活動支援センター
-Bamboo-

☎419-0315 富士宮市長貫1131-6
【TEL&FAX】 0544-65-3131

11月予定表

日 (Sun)	月 (Mon)	火 (Tue)	水 (Wed)	木 (Thu)	金 (Fri)	土 (Sat)
					1	2 芝川公民館 まつり13時~ 16時 バンブー展示
3 文化の日 芝川公民館 まつり9時~ 15時 バンブー展示	4 振替休日	5	6	7	8 芝川公民館 活動参加(歌 声コンサート)	9
10	11 折り紙教室	12 茶道教室	13	14 さつま芋堀 体験 10時から	15	16
17	18	19 そば作り講 習会 13時30分~	20	21	22	23 勤労感謝の日
24	25 本人支給金	26	27	28	29	30

【お知らせ】

11月2日(土)・4日(日) 芝川公民館まつり開催

2階の会議室4に、バンブーの作品も展示されます。

バンブー一般講座

歯と口の健口講座 & バンブー見学会



「爪2本分くらいの歯ブラシが使いやすい、歯ブラシのかかと部分で歯の裏側を磨きます」誤嚥などお口の機能低下予防に、会話を多くし、嚙む回数を増し、ブクブクうがいを7回以上するようにしましょう。



10月7日、健康増進課望月歯科衛生士に講師をお願いし、バンブー利用者とその家族及び一般希望者を対象に「歯と口の健口講座」を実施しました。その後バンブーを見学していただきました。

地域活動支援センターの概要を説明し、機会があったらバンブーをPRしてほしい旨依頼しました。



「茶道教室」10月8日

月に一回だけですが、毎月続けることでだいぶ様になってきました。「吸い切り」と言ってズズッと最後まで飲み干します。(吸い切るほどに、美味しかったと感謝の意)



勤労感謝の日

頑張ってる自分に、ご褒美を！

11月23日は「勤労感謝の日」ですね。なんとなく「お仕事を頑張っている家族にありがとうを言う日」のイメージがあるかもしれませんが、それもあります。働いている誰かに対してのみ感謝を行う日ではありません。皆さんもバンブーで内職や自主製品に一生懸命汗を流しています。頑張っている自分自身にも「よくやった」と褒めるための祝日です。