

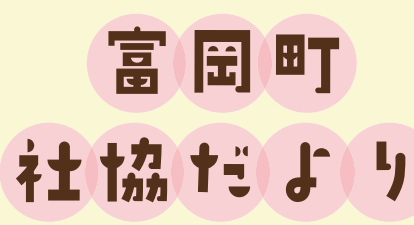


しあわせ金婚夫婦表彰

福島民報社・福島県老人クラブ連合会より、多年にわたり社会に貢献され、今日の社会の基礎はもとより、家族の幸せを築いてこられた結婚50年を迎えたご夫婦に「しあわせ金婚夫婦」として表彰状と記念品が贈られました。表彰されましたご夫婦は下記のとおりです。

遠藤 時彦・公 子	永野 恒弥・智 子	林 定繁・君 子	猪狩 安和・孝 子	佐藤 学・昭 子
佐藤 良二・侑 子	吉田 弘義・キミ子	吉田 恭平・スイ子	坂本 三徳・トシ子	矢内 丈夫・栄 子
秋山 政三・典 子	大井川光芳・慶 子	西村 勇・タカ子	半谷 壽夫・侑 子	久保 宗信・智津子
関根 紀男・リツ子	望月 治・光 代	二階堂武美・たか子	亀田 芳次・知 子	坂 本 信・京 子
横田 俊彦・トキ子	岩崎 一浩・強 子	大原 弘道・カツ子	八木 政治・清 美	前田 英明・和 子
西山 幸一・順 子	伏見 敏夫・淳 子	箭内 一郎・喜 代	埴 一郎・ミ チ	小島 英雄・八重子
佐藤 文弥・ミサ子	吉原 朝男・紀代子	草野 順平・恭 子	齋藤 貞・妙 子	結城 松雄・初 恵
山田 勝雄・多恵子	遠藤 庸夫・恵美子	森川 長二・ミ キ	山尾 恵雄・トク子	矢崎 繁・洋 子
齋藤 満・由 子				

(順不同・敬称略)



富岡町 社協だより



笑〜る

129号

2015年9月28日発行

発行
社会福祉法人
富岡町社会福祉協議会



FMだより

おだがいさまFM 10月の特別番組情報!

月に一度の特別番組、今回はみなさんからの「大リクエスト特集」でお送りします! 歌謡曲・演歌・90年代ヒット曲・新曲・懐メロ・洋楽なんでもOK!
「思い出のあの曲」「今聞きたいこの曲」…メッセージと共にお願いします。

表彰されました!

岩手大学の「東北みらい創りサマースクール」より、おだがいさまFMが東北の復興のために大きく貢献したと認められ「第4回東北みらい賞」を受賞しました。



おだがいさまFM 10月の特別番組

日時 10月24日(土)12:00～14:00

パーソナリティ 佐藤正彦・久保田彩乃 他

おだがいさまセンター内にリクエストボックスを設置しています! リクエストカードを用意していますが、どんな紙でも結構です。メール・FAX・お手紙大歓迎! Twitter・Facebookからも投稿してください。たくさんのリクエスト、お待ちしております♪

メッセージはこちらまで!

Mail odfm76.9@gmail.com

FAX 024-935-3334

〒963-8041 福島県郡山市富岡町字若宮前32 おだがいさまFM 「10月特番リクエスト」係まで

善意のひろば

温かい善意ありがとうございます
平成27年8月1日～8月31日

寄付金(ご遺志)

喪主名	故人名
小坂 精孝 様	故 小坂 正 様

寄付金(一般寄付)

寄付者名
名古屋市 申西会 様

編集後記

朝晩の肌寒さに秋を感じる今日この頃。体調はお変わりありませんか? 寒くなると温かいものが恋しくなりますね。おでん…お鍋…焼き芋…個人的には食欲の秋にならないよう気をつけようと…思っています…!!
さて、10月31日(土)は「福祉まつりinいわき」が開催されます。皆様の心が、ほっと温かくなるような笑顔いっぱいのイベントにしようと現在準備中ですので、楽しみにしててくださいね^v^♪ (若松)

社会福祉法人 富岡町社会福祉協議会

場所 福島県郡山市富岡町若宮前32(富岡仮設住宅) おだがいさまセンター内

TEL 024-935-3332 FAX 024-935-3334

ホームページ <http://odagaisama.info/>

ツイッター @odagaisama





福祉まつりinいわき開催のお知らせ

『福祉まつり』がいわき市で初の開催となります。郡山市での開催に続き、作品展・縁日・昔遊びコーナー等、みんなで楽しめる内容で盛大に執り行う予定であります。多くの皆さんに足を運んでいただきたいと思います。

開催日時 平成27年10月31日(土) 10:00～15:00

開催場所 富岡町役場 いわき支所敷地内 (いわき市平北白土字宮前8)



「作品展」作品募集

各賞(コンテスト)有

皆様より「手作りの作品」を募集しております。作品はいわき市に住んでいる方に限らず、どなたでも出展可能ですのでお気軽に「富岡町社会福祉協議会」または「富岡町社会福祉協議会いわき支所」までご連絡ください。

作品受付

郡山地区:平成27年10月23日(金)～28日(水) 正午まで
いわき地区:平成27年10月23日(金)～29日(木) 正午まで

お申し込み方法

事前に電話にて作品を出展したい旨をお知らせください。作品のお受け取り方法を相談させていただきます。

または
社協職員に直接
お声がけください!

富岡町社会福祉協議会 024-935-3332

富岡町社会福祉協議会 いわき支所 0246-38-3580



作品は作品展が終了次第返却致します。出展数が多い場合は、返却までお時間をいただく場合がございます。ご理解とご協力をお願い致します。

9月1日(火) 赤十字にここ健康教室 おだがいさまセンター



緊急時に役立つ 毛布一枚でできるガウンの作り方



段ボールで簡単足湯



夏バテだけじゃない! 「秋バテ」に注意!

秋バテとは『自律神経系の乱れ』が原因で起こるさまざまな症状のことです。日中と夜の寒暖差のような温度変化に身体が対応しきれず、自律神経系に影響が出てきます。気圧の変化も原因の一つと考えられています。



秋バテの主な原因

- エアコンによる自律神経の乱れ、体の冷え
- 冷たいものの摂り過ぎ
- 暑さによる疲労、ストレス

「秋バテ」のサイン

- 食欲がなく胃がもたれる
- 疲れやすい、だるい
- 立ちくらみ、めまいがする
- 頭がボーっとする
- 寝不足で、朝スッキリ起きられない

「秋バテ対策」5つのポイント

- ① めるめの湯船にゆっくりとつかる**
めるめのお湯にゆっくりと入る時間を作りましょう。新陳代謝がアップすると疲れも取れて夜もぐっすりと眠れます。
- ② マッサージでリラックス**
1日の終わりや週末に体のコリをほぐしてあげてください。
- ③ 軽い運動でリフレッシュ**
20～30分ほどのウォーキングで、脳内で体を活性化ホルモンが分泌され、スッキリした1日を過ごすことができます。
- ④ 免疫力を高める食材を摂る**
なるべく冷たいものは控えて、温かい食べ物(飲み物)を摂りましょう。よく噛んでゆっくり食べることが大切です。
- ⑤ エアコンの温度設定には注意**
自律神経の乱れの主な原因のひとつが、外気との温度差です。7℃以上の差を繰り返しているとバランスを崩し始めますので温度設定には十分に気を付けましょう。

いわき 生活支援相談員コーナー

仮設通信(好間)

9月10日(木)好間応急仮設にて行われた社協サロンは「リアル野球盤」! この夏の高校野球さながらの盛り上がりでした! 最後には各賞の授賞式を行い、笑顔で試合終了となりました!



ゲームセット! またやりましょう!



グータッチ!



ナイスプレー!

みんなの畑 vol.3

コットンが順調に成長しています。夏にはきれいな黄色の花が咲き、いよいよ実が膨らんできました。収穫が楽しみです! 「みんなの畑」ではまだまだ参加者を募集中! 気軽にどうぞ!



昼食会も楽しいですよ!

いわき支所だより

借り上げ住宅担当編! お宅への訪問活動や、お出かけサロン「ちょこっとカフェ」等の交流事業を行っています!



皆様のところへ伺います!

ひまわり成長日記 最終回



いわき支所の夏を彩ってくれたヒマワリですが、たくさんの種をつけてくれました。また来年の夏に会おう!

今後の予定



お出かけサロン
ちょこっとカフェ

みんなの畑

いきいき元気塾

福祉まつりinいわき

10月9日(金) 13:30～15:00 石森自治会館にて
10月13日(火) 10:00～12:00 広野町老人福祉センターにて
10月19日(月) 13:30～15:00 原町区福祉会館(南相馬市)にて

10月20日(火) 9:30～12:00 小名浜上神白農地にて

10月27日(火) 10:00～14:00 富岡町役場いわき支所内多目的集会施設(申込制)

10月31日(土) 10:00～15:00 富岡町役場いわき支所敷地内