

大原

すこやか だより

No.8
第8号

令和7年2月

発行：大原地域社会福祉協議会

会長 坂本朋子



日頃は当会にご協力ご支援いただき誠にありがとうございます。

今年度より大原記念病院グループ・大原自治連合会・体育振興会のお力添えをいただき、すこやか倶楽部を開催しております。

いつもよりちょっとぜいたくなお弁当をいただき、楽しいひとときを過ごしております。

今後増々バージョンアップし皆様とともに学んでまいります。

ふれあい事業では、交流を深めるとともに外出もしていきたいと思います。



気功と太極拳（6・9・2月実施）

大原在住の安本直子先生のご指導のもと楽しくやさしい気功と太極拳。心身ともにリフレッシュする時間です。



体力測定（10月）

介護推進予防センターによる体力測定、最新の機器での測定の中、自分自身の身体について学びました。



阿弥陀寺（7月）

古知谷 阿弥陀寺での法話をいただき、静寂の中で心を整えました。貴重な体験をさせていただきました。



グランドゴルフ大会（11月）

大原学院生とともに、グランドゴルフ同好会のご指導のもと、大会を行いました。学院生の楽しい声、真剣さを体験し今後も続けていきたいと思います。



しめ縄リースづくり（12月）

総数70名でのしめ縄リースづくり。
今年度はもちわらの調達があやぶまれましたが無事開催。いい作品ができあがりました。



消防、警察年頭啓発（1月）

消防からは救急救命の現状・自動心臓マッサージ器（ルーカス）の説明もありました。又警察からは詐欺事案のお話を伺いました。皆さん真剣に聞かれていました。

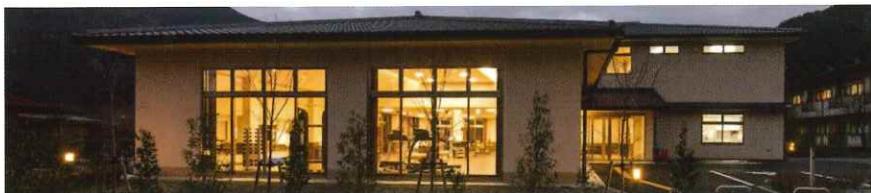


京都大原記念病院グループ

大原健幸の郷

2階の多世代交流フロア

すこやか学級、転倒予防体操（主催：大原地域社会福祉協議会）を実施されています。大きな窓から見渡す大原の景色は四季を感じさせます。（ご利用は事前にお申込みが必要です。）詳しくはお問合せ下さい。



1階フィットネスフロア

広々とした空間で、じっくり運動に取り組んでいただけます。京都大原記念病院グループのリハビリ専門職やトレーナーが運動指導しています。（ご利用には会員登録・事前予約が必要です。）詳しくはお問合せ下さい。



[営業時間] 13:00～19:00 (火曜日定休)

[電話] 075-744-5170

[住所] 京都市左京区大原野村町498-1

編集後記

昨年は「昇」を選びましたが、本年は巳年ということで「豊」を選びました。皆様の一年が心豊かでありますように。