

令和6年 1月号  
上砂川町ケアサポーターレポート

Go!Go!スマイル東山

12月22日(金) 東山高齢者住宅でポールウォーキングに参加しました。



この日は、高齢者住宅内をみんなで10周



ポールウォーキング終了後は、冬至とクリスマスを合わせたお茶会が行われました。



畑活で収穫した、とっても甘いカボチャとさつまいも、手作りの柔らかいお餅が入った本格ぜんざい。



手作りのロールケーキの他に、ドイツ生まれのクリスマス菓子 {シュトーレン} や、しそジュースもいただきました。どれも美味しくて、食べ過ぎました～。



## いっしょにあそぼ！

|    |   |
|----|---|
| 日程 | 2月6日（火）   |
| 内容 | <ul style="list-style-type: none"> <li>絵本の読み聞かせ</li> <li>室内雪遊び</li> </ul> |
| 時間 | 10:00 ~ 11:00   |



## 2月のケアサポーター関連イベント一覧

| 日程           | 内容              | 場所             | 時間                                 |
|--------------|-----------------|----------------|------------------------------------|
| 2月6日<br>（火）  | いっしょにあそぼ！       | 認定こども園<br>ふたば  | 10:00<br>~11:00                    |
| 2月19日<br>（月） | カフェまちなか         | まちの駅<br>ふらっと   | 10:00<br>~12:00<br>13:00<br>~15:00 |
| 毎週火曜日        | ビューティー中央        | 中央集会所          | 13:00<br>~14:00                    |
| 毎週木曜日        | みどりの会           | 緑が丘集会所         | 13:00<br>~14:00                    |
| 毎週金曜日        | Go!Go!スマイル東山    | 東山高齢者住宅<br>集会所 | 9:00<br>~11:30                     |
| 毎週金曜日        | 華の金曜日<br>コスモスの会 | 鶉本町生活館         | 13:00<br>~15:00                    |
| 毎週土曜日        | ふれあいチーム<br>らんまん | 中央ふれあいセンター     | 9:00<br>~10:00                     |
| 各地区<br>週1回   | 百歳体操            | 各地区生活館や集会所     | ※各地区で<br>異なります。                    |