

今年も
やります!

ちょっと一息「いっぷくどうぞ」

住民の皆さんとおしゃべりをしたり、福祉の情報をお話ししたりする集いの場「いっぷくどうぞ」。今年は「三つの密」を避ける対策をとり、羽黒老人福祉センターに場所を変えて開催します。

初回は7月3日(金)に行われ、12名の方が参加し交流しました。

家庭で余っている食品(缶詰等の長期保存可能なもの)を持ち寄り、必要とする方々に寄付をする「フードドライブ」活動も行っています。

開設日は右記のとおりですので、お気軽にお立ち寄りください。

- ◎時 間 10:00~14:00
- ◎場 所 老人福祉センター
- ◎申 込 み 不要
- ◎問 合 せ 鶴岡市社会福祉協議会羽黒福祉センター ☎62-4534



開設日

8月	7日(金)	、	19日(水)
9月	4日(金)	、	16日(水)
10月	2日(金)	、	14日(水)
11月	6日(金)	、	25日(水)
12月	4日(金)	、	23日(水)

※都合により変更となる可能性があります。



お茶やコーヒー、お菓子をご用意してお待ちしています!

マスク着用時の熱中症にご注意ください!



新型コロナウイルスの出現に伴い、マスクの着用や3密(密集、密接、密閉)を避ける等の「新しい生活様式」が求められています。これからの季節、マスクの着用により例年以上に熱中症のリスクが高まります。

マスク着用時は負担のかかる作業や激しい運動を避け、周囲の人との距離を十分に保つたうえで、適宜マスクを外して休憩しましょう。こまめな水分補給や換気、エアコンを利用し、熱中症の予防に努めましょう。

子育てにここに広場



8月のお楽しみ

- ・20日(木) 砂あそびの日
- ・28日(金) 羽黒コミセンへ遊びに行こう!



9月のお楽しみ

- ★2日(水) 防災講座“24時間キットを作ろう”
- ★11日(金) 歯磨き指導
- ★15日(火) ヘアアクセサリー作り
- ・17日(木) 砂あそびの日
- ・25日(金) 第四地区へ遊びに行こう!



※★印の事業は、事前申し込みが必要です。

※会費が必要な事業もあります。詳細は支援センターの『にここにだより』をご覧ください。

鶴岡市子育て支援センターのホームページからご覧いただけます。

◎申込み・問合せ：羽黒子育て支援センター(貴船保育園内) ☎62-2154

羽黒地域 こころの健康づくり出前講座のご案内

大切な人の悩みに気づき、支える存在となる「こころのサポーター」。

羽黒地域では、サポーターの役割や活動内容について、入門編となる出前講座を実施しています。

集落の集まりの機会等にいかがですか。お気軽にお問合せください。

◎内 容 こころのサポーター研修（講話と寸劇）

◎時 間 約1時間

◎申込・問合せ 羽黒庁舎市民福祉課 ☎26-8774



6.14

月山高原種まきイベント

大きくなあれ♪

月山ろく環境保全会（鈴木昭夫会長）が、魅力発信事業の一環として月山ろく11-3団地で行っている種まきイベント。今年で6回目の開催となりました。

庄内全域から子供からお年寄りまで64名が参加し、月山を望む雄大な景色の中、耕作放棄地を活用しサツマイモやサトイモ、紅花などを植えながら親子や地域住民との交流を深めました。



7.1

羽黒地域なりげんき塾がスタート

「生涯自立」を目標に、元気なうちから取り組む介護予防教室「なりげんき塾羽黒」がスタートしました。

前期は15人の申し込みがあり、初回は13名が参加。握力や歩く速さ等の体力測定を行い、タオルを使ったストレッチ運動や自宅のできる筋力アップ運動を行いました。

後期は11月と1月に開催予定。1月は男性のためのなりげんき塾となります。興味のある方は、お気軽にお問合せください。

◎問合せ 鶴岡市社会福祉協議会羽黒福祉センター ☎62-4534



片足立ちで何分立てますか？



筋肉が落ちる前に運動することが大切！

7.18~19

松ヶ岡茶 茶摘み&烏龍茶・紅茶づくり



約140年前に断念された松ヶ岡のお茶作り。今年は地元の方やボランティア20名で摘み取った約2kgの茶葉を、茶園の維持管理を行う団体「茶隊」の皆さんが1時間以上揉みこみ、発酵・乾燥させ、烏龍茶と紅茶をつくりました。

松ヶ岡茶は緑茶用の茶葉のため、烏龍茶や紅茶にした際に茶葉本来の甘味が感じられるのが特徴です。発酵の度合いで変わる色や香りを楽しみながら、お茶づくりの大変さと面白さを感じました。