



ゴゴゴ



56年目を迎えます。本年もよろしくお願いします。

新年あけましておめでとございませう。

うちこ福祉館だより

令和8年
1月発行
電話・FAX
44-3410

福祉館 ～つなぐ 広がる 笑顔の輪～



館長 名本 高成
職員 前野 良二

石尾真理子
中川 朋恵

「うちこ福祉館」は、今年で開館五十六年目を迎えます。これから皆さんに人権のメッセージを届け、笑顔の輪を広げてゆきます。



福祉館まつりメッセージボード

「第17回福祉館まつり」おお賑わいワイ

秋のメインイベント「福祉館まつり」

が、十一月八日(土)に開催されました。

今年のテーマは、うちこ福祉館開設

五十五年目になぞらえて、

『GO(5)ーGO(5)ー！ 福祉館

「つなぐ 広がる 笑顔の輪」』

秋晴れの下、九百人を超える来場者を迎え、会場は笑顔でいっぱいになりました。

うどん、おにぎり、焼きそば、唐揚げなどのバザーが行われた玄関前スペースは、午前中から大賑わい。



玄関前バザー会場も来場者でおお賑わい。



餅撒き・お菓子撒き、みんな踊って？ます。

館内では、手作りクッキーや館利用団体手作り作品販売、デコラティブペイント体験、お茶席、健康チェックコーナーが設けられました。

人権啓発イベントは児童生徒による人権標語・人権ポスターの展示、啓発クイズのスタンプラリー、人権メッセージボードの作成など、様々な催しが行われました。

サポートいただいた館利用団体及び利用者の方々、各関係機関・団体の皆さまに心から感謝申し上げます。

第十七回福祉館まつり

人権標語・ポスター

「福祉館まつり」には内子小・中・高等学校の児童生徒から、人権標語九〇点、人権ポスター三十八点の応募があり、それぞれ最優秀賞が選出されました。

人権標語部門 最優秀賞

内子小学校一年 大森 唯希さん

「みつけたよ

みんなのえがお いいきもち」

人権ポスター部門

最優秀賞

内子小学校一年 岡田 栞奈さん



第4回健康講座

「笑いヨガ」と「免疫力アップ料理」

第四回健康講座が、十二月九日(火)に開催されました。講話では、えひめ笑いヨガ協会の丹下清隆(きよまさる)さんと河村一郎さんの指導のもと、「健康は笑いから」と「笑いヨガ」を実践。丹下さんらのトークといろいろな体操やゲームで、全員が「ワッハッハー」と大笑いし、心も身体もリフレッシュしました。

調理実習は、「免疫力アップ」がテーマ。町管理栄養士の河野洋子さんのレシピと指導で、病気を寄せつけない料理を調理し、今回はお弁当に盛り付けました。



いろいろな体操やゲームで大笑い。



美味しく盛り付けました。いただきます。

『第5回健康講座』のご案内

☆講話 高齢者のメンタルヘルス
☆講師 内子町保健師

☆調理実習 思い出の郷土料理

☆調理指導 内子町管理栄養士

☆日時 二月一〇日(火)

午前九時三〇分～

☆場所 うちこ福祉館

会議室・調理室

☆定員 十五名

☆参加費 三〇〇円

☆持参品 マスク、エプロン、頭巾

☆申込締切 二月三日(火)まで

※定員になり次第、締め切ります。

☆問合せ うちこ福祉館まで

定期利用サークル紹介④

福祉館を利用するサークルの紹介です。

やまとなでしこ

「3B体操教室」

「何時でも」「どこでも」「誰でも」気軽に無理なく身体を動かして、筋力アップ、代謝アップを目指します。脳トレありの笑顔と笑いあふれる教室です。是非、見学にお越しください。

○開催日

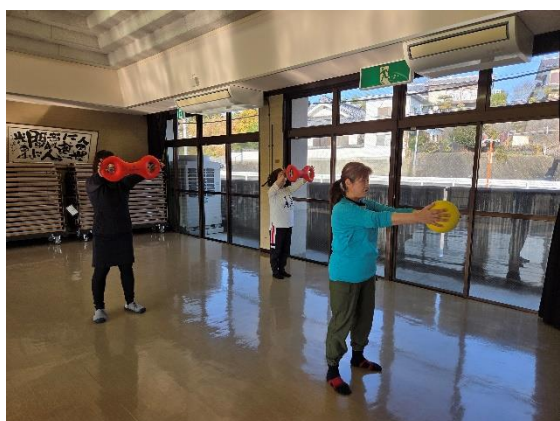
毎週火曜 午後一時～三時

○代表者

(公社)日本3B体操協会

公認指導者 熊野千賀子

※お問い合わせは、うちこ福祉館まで



性別年齢問わず誰でも楽しめる体操です。