

願いは「心豊かに生きたい」 合言葉は「助け合い起こし」

# 助け合い情報

平成24年5月10日 NO.93

待ち望んだ桜もあつというまに散ってしまいました。みなさんお花見には出かけましたか？



旭ヶ丘のほっとサロンではおでんが振舞われました。

ちょっと肌寒い日であったかいおでんがとてもおいしく、心まで“ほっと”温かくなりました。

また、この日は医療生協の方が血圧や骨年齢などの健康チェックをしてくれ、「お日様によくあたるようにしてくださいね。」とアドバイスをうけました。

運動するにはいい季節になります。外にでて体をうごかして、元気にすごしましょう！！



亀倉のサロンで、今年の推進大会で作った「こころ・つなぐ助け合い事業」の DVD 観賞を行いました。

この事業は、地域の人たちが互いに助け合う事業で、日常の困りごとを地域の中の“おつきあい”で解決していくことを目的にしています。

簡単な身の回りのことや、外出の付き添い・話し相手などなど、なにか困ったことがあったらとりあえず社協までご相談ください。



この DVD をみれば、どんなことがたのめるか、どのようにたのんだらいいかなど、くわしい内容がわかります。ぜひ、一度みなさんでご覧ください。

**須坂市社会福祉協議会 助け合い起こし推進係**  
電話 245-1619 FAX 246-0054(須坂市春木町476-1)