



富岡交流センターだより

回覧

令和3年 8月号

発行：富岡交流センター 磐田市加茂3

☎ 0538-34-4735 月曜祝日休館



地区サロンが開催されました



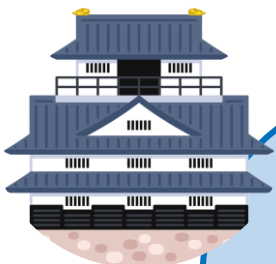
7月4日（日）百歳体操とフレイル予防をテーマに地区サロンが開催されました。この日は百歳体操をメインとして「フレイル」とは何か、「フレイル」を予防するにはどうしたらいいのかを学びました。

「フレイル」とは加齢とともに、疲れやすさや体重の減少など心身の衰えが見られる状態のこと。「フレイル」を放置すると介護が必要になる可能性が高まる。そこで、「フレイル」を予防するために【3つの百歳体操】で体と口の筋力を鍛え、いつまでも明るく・楽しく社会とつながりを持って生活しましょう。

あなたも

『富岡倶楽部』

に入ってみませんか



富岡地区住民が交流し、心と心の通い合う仲間たちと絆を深めるとともに、参加をして新しい知識や情報を得て健康になることを目的とします。

年間の主な講座として

歴史講座	専門講師による史跡めぐり等
健康講座	専門講師による講義等

それぞれ各2回を予定しています



主催 富岡社会福祉協議会
富岡創生協議会
問合せは交流センターまで



あ！あぶない！！



**きをつけよう！
夏休みのこうつうじこ**

なつやすみはたのしくすごしていますか？
ともだちと仲よく遊んでいますか？
こうつうじこにあったらみんなが楽しくなくなるよ。さいごのひまでおじこで楽しくすごしましょう。

【地域の皆様へ】「令和5年度以降の休日における中学校部活動地域指導員の募集について」

令和2年9月1日に文部科学省より、令和5年度以降の部活動の段階的な地域移行が示されました。地域移行のためには指導者の確保が必要となります。

地域の方で令和5年度以降、地域指導員として土日のどちらか半日を原則に部活動指導に携わっていただける方がいらっしゃいましたら、以下の内容をお住いの地区の中学校又は磐田市教育委員会(0538-37-4921)にお知らせください。

- 1.お名前 2.指導を希望される部活動 3.ご住所 4.連絡先 5.年齢



**富岡地区創生協議会
9月の活動予定です**

**9月5日(日)
総合防災訓練**

**9月14日(火)
健康講座**

**9月26日(日)
天竜川大クリーン作戦**

**百歳体操楽しかったよ！
(毎日曜午後1時半から)
地域の皆さんが中学生ボランティアのみんなと一緒に百歳体操をやりました。**



スマートフォンの
やさしい講座
3回の講座でしたが、
とても分かりやすく教えていただきました。
次回は、もう少しレベルアップをしたいと思います

