

# 地域見守りネットワーク 《 やさしさの風 くみやま 》

公式ライン  
はじめました  
カラー版はこちらから



あなたのみじかに

## 開いてます! 誰でもサロン

春は新しい生活がスタートする季節。  
温かい日差しの陽気に誘われて、  
「新しい出会い」を始めてみませんか?

### ワイワイサロン

おしゃべりやゲームを通じ、  
地域のつながりを作ります。

場所:ハイツ西宇治集会所  
日時:毎月第1・3日曜日  
参加費:無料



誰でも遠慮なく来てほしい!と、日曜日  
に開催しています。子どもたちが  
ふらっと遊びに来ることも。  
ゆる〜く開催して、気兼ねない関係  
ができればいいなと思います。

代表:津田さん

### いどばたクラブ

手芸作品やお料理作りを通じて、  
おしゃべりの時間を楽しみます。

場所:村東公会堂  
日時:毎週土曜日 10時~15時  
参加費:無料 ※村東自治会未加入の方は100円

気心のしれたみなでおしゃべりしたり  
手芸したり、楽しい時間をすごして  
います。みんなの話を聞いていると、  
話題が広がって楽しいですよ。



代表:岡本さん

### 寺ヨガ

プロのインストラクターをお呼びし、  
初心者でもできるヨガを学びます。

場所:安養寺(東一口)  
日時:毎月第2・4日曜日 19時半~20時半  
参加費:500円



代表:山田さん

参加者は女性が多いですが、男性も  
おられます。若い方からお年を召され  
た方まで、誰でもできるヨガを通じ  
て、心も体もリフレッシュしませんか?

### 絵本と紙芝居

絵本の読み聞かせや紙芝居の上演な  
ど、親子で楽しいサロンです。

場所:ゆうホール 他  
日時:毎月第3土曜日 他  
参加費:無料

毎回テーマを設定し、プロ音楽家や在  
日外国人の方をお招きした読み聞か  
せ会を開催しています。  
今後は落語や怪談など、愉快でこわー  
いお話にもチャレンジ予定!



代表:西野さん

## 誰でもサロンとは?

地域の住民やボランティアが開催するサロン。  
住んでいる地域や年齢に関係なく  
参加できます。



くわしい情報はこちら

地域のみなさん、  
はじめまして!

社会福祉協議会の地域福祉部に、  
新しいメンバーが増えました!

きよもと こうじ  
清本 浩司  
事務局長



4月から事務局長になりました清本  
です。  
コロナ禍で薄れてしまった人と人との  
絆のむすび直しに取り組みます。



しもつや かずこ  
下津谷 和子



また、地域福祉部で  
お世話になります!

こばやし たけひさ  
小林 健久



気軽に相談できる  
職員になりたいと思います。

やまもと きみえ  
山本 君絵



地域の福祉にお役に  
立てるように尽力いたします。

ますますパワーアップして  
久御山の福祉を盛り上げます!

よろしく願いいたします!



## 意外と多い春の熱中症 春だからこそ熱中症対策を

春から夏にかけては、昼夜の寒暖差や急な気温上昇などの天候変化で  
体に負担がかかりやすい季節。本格的な暑さになる夏に向けて、  
無理なく気温に体を慣れさせることが大切です。



01 喉が渴いていなくても水分補給

02 日陰を選んで歩く

03 我慢せずエアコンを使う

04 「おかしい」と感じたら病院へ