令和６年１月1日発行

ぼらんてぃあだより

〈配食サービスボランティア研修会を開催しました〉

令和5年11月2日（木）やまなみホール研修室にて、講師に管理栄養士の北直美さんにお越しいただき、配食サービスボランティアの研修会を開催しました。

食習慣に気をつけたバランスの良い食事と、趣味やボランティア活動への積極的な参加はフレイル予防にとても良いというお話を伺いました。実際の調理の色々なコツなど、すぐ取り入れられるお話が満載でした。また、北さん手作りの<食べ物カルタ>で、楽しく交流も深まりました。

これからもみなさんで、いきいきと「おいしく　楽しく　食で健康に」を実践していきましょう。

食べものカルタ

さあ、にぎやかにいただく♪

さ＝魚　あ＝油
に＝肉　ぎ＝牛乳
や＝野菜　か＝海藻
い＝いも　た＝卵
だ＝大豆　く＝果物

〈小学校の人権学習に参加しました〉

令和5年12月12日（火）南山城小学校で人権学習の授業があり、人権擁護委員さんと一緒に、3･4年生へ「ユニバーサルデザイン」のお話をさせていただきました。自分たちの身の回りでよく見かけるトイレや避難所等のピクトグラムに関するクイズや、グループに分かれて、生活の中でよく見かけるシャンプーやリンス、サランラップ等の道具を目で見たり、さわってみたり、違いを感じたりしながら、みんなが暮らしやすくなるユニバーサルデザインを学んでいただきました。

また1･2年生には、手話サークルきのこのみなさんが、子どもたちと一緒に手話について学びました。

この凹凸は
何のためか
わかるかな？

どの部分が
ユニバーサル
デザインなのか
わかるかな～？

3･4年生の授業の様子

1･2年生の授業の様子