

長生きお達者通信

令和4年2月
第42号



発行 南山城村社会福祉協議会

京都府相楽郡南山城村北大河原大稲葉4
電話:(九三)一一二〇一・FAX:(九三)一一二一一

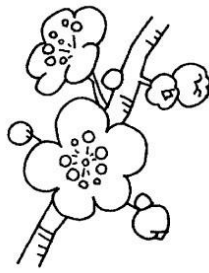


何の木の花とは知らずにほひかな

松尾芭蕉

出典..笈の小文・伊勢

今月の一句



伊勢神宮に額衝くと何という木の花
かわからないが、ほのかによい匂い
が漂ってきて神々しさに身が引締ま
ることだ。

お達者通信 第四十二号 発行

オミクロン株の感染が急拡大し、見通しの
たたない日々が続いています。手洗い・う
がい・マスクの着用と三密を避け、不安や
ストレスをため込み過ぎないようにしま
しょう。二月三日は節分です。美味しい恵
方巻をしっかりと食べて元気を付け、大きな
声で豆まきをして鬼も不安も退治して、
みんなで福を呼び寄せましょう。

今年の恵方は
北北西



～お味噌作りでつながろう～

結びのつどい

四回目となる今回は、調
理室で村の大豆と手作りの
糀を使ったお味噌作り
を、参加者9名で行いま
した。指で簡単につぶせ
る位までふわふわに大豆
を煮て冷まし、馴染ませ
ておいた塩と米糀に混
ぜ、ジップロックで保存
するところまで行ってい
ただきました。各自持ち
帰り、あとは発酵を待つ
だけ。家族や昔を思い出
しながら作ったお味噌
が、どんなお味になるか
ひと月後が楽しみです。
お味噌を通じて食や健康
について考える人たちの
輪が広がってくればと



<今月の脳トシ>テレビをただボーっと見るのではなく、一人で見る時も、声に出して笑いましょう。笑うことは脳にとっても良い刺激を与えてくれます。今日から早速、始められますね!!

思います。みなさんお疲れ様でした。

尚、十一月より毎月開催しておりました「結びのつどい」ですが、二月の開催は見合わせる事となりました。次回の開催については、改めてチラシ等でお知らせいたします。

二月のお知らせ

健康相談・福祉なんでも相談

二月十八日(金)午後一時三十分〜 童仙房公民館
保健師が血圧等を測定し、お一人ずつに健康手帳をお渡しして、毎月記録をしています。

元気な方は健康管理に、病気や体調、精神面に不安を感じておられる方はお気軽にご相談ください。社協専門員が困りごとの相談もお受けしています。車でのご飯の準備が大変になってきた、お金の管理が心配など、何でもご相談ください。

合同相談



二月二十一日(月)午前九時三十分〜 南山城村役場
心配ごとや人権に関する問題、困りごとなど
何でもお気軽にご相談ください。相談無料

※新型コロナウイルスの感染拡大の影響により電話相談に変更させていただく場合があります。



「体調はどうですか？」血圧等の測定の後、お話を聞きながら、健康手帳にしっかり記録します



認知症カフェ「むらカフェ」

一月二十日(木)、奥田公民館にて「むらカフェ」の開催を予定しておりましたが、新型コロナウイルス感染症急拡大の為、延期とさせていただきます。次回の開催につきましても、感染状況をみながら改めてお知らせいたします。なお、「カフェレター」は引き続き毎月発行しています。ご自宅で一人でも手軽に取り組める脳トシも紹介してまいりますので、お役立てください。また、認知症について気になることや不安を感じられておられる方は、いつでも電話にて相談を受け付けておりますので、お気軽に社会福祉協議会(☎九三・二〇一)、または、保健福祉センター(☎九三・〇二九四)までお電話下さい。



緊急小口資金等の特例貸付

- 対象者：新型コロナウイルスの影響を受け、休業等により収入の減少があり、緊急かつ一時的な生計維持のための貸付を必要とする世帯
- 貸付上限額：十万円(学校等の休業等の特例二十万円以内)
- 据置期間：一年以内
- 償還期限：二年以内
- 貸付利子：無利子
- 保証人：不要
- 受付期間：令和四年三月三十一日まで

問合せ：南山城村社会福祉協議会
☎電話：九三・二〇一 (月〜金曜日)
午前八時三十分〜午後五時十五分

~離れていても、つながっているよ~