

九品仏地区 社協だより No.210



発行者：九品仏地区社会福祉協議会
事務局：社会福祉協議会 九品仏地区事務局
世田谷区奥沢7-35-4
九品仏まちづくりセンター内
070-3946-9797
<https://www.setagayashakyo.or.jp>

「歳末たすけあい・地域支えあい募金」へのご協力 ありがとうございました！

歳末たすけあい・地域支えあい募金に、多くの皆さまのご理解とご協力をいただき、ありがとうございました。皆さまからお預かりしました募金の一部は、介護者への見舞金・支援を必要とする方へのお見舞金・入学祝としてお届けしました。その他、来年度の地域支えあい活動（ふれあい・いきいきサロン等支援）や福祉団体への助成金等として大切に使わせていただきます。

※金額は現在集計中の為、改めてご報告いたします。



定見倉じの れか穀（）川 に奥社れ た。男
有るはり古東るら倉荘等大散よ沢協て第 性対
形こ等は墳京時1な原々橋策る地もボ一
文と々都か都間5ど台力にル散誌一ラ部
化の力のら内を0、古渓ふ1策保緒ンは、
財出駅文發で持年身墳谷れト先存にテ
「来の化見唯ち前近群）」等は歴の策アグ
である踏財さ一ままである野々今史染に・ル
す。世脇すた渓たのる鈴毛力建講野。あ
田で。刀谷。歴古木大不設座和第んに
谷歩ま劍。史墳家塚動中で夫ニすに分
区いた・野。時に時住古尊のしき部こ
指て穀矢毛触代宅墳玉たんは・か

春の音コンサート 2026

～高次脳機能障害のハードルを越えて～

【日時】2026.2.22(日)
13:00～15:30<12:30開場>

【入場料】無料

【会場】世田谷区立保健医療福祉
総合プラザ（梅とぴあ）
1階 うめとぴあホール（研修室C）
(世田谷区松原6-37-10)

【お問い合わせ】
sekouren@gmail.com
090-3518-3876（今井）



（一）大等第
1 / 塚々1回男
10 古墳不動尊
探訪開・野塾
毛

地域サロンに行こう！ らくだサロン

（毎月第2水曜日 10:30～11:30 毎月第4水曜日10:30～11:45）

※会場は裏面のカレンダーをご覧ください。



身体を動かした後は頭の体操「漢字熟語しりとり」皆さんに助けられながら、いつもとは違う脳の別の部分が目覚めた気がします。締めくくりは、皆さんひとことずつのおしゃべりタイム。「体を動かし頭の体操。楽しかった」「まる一年皆勤賞でした」「両手の指でVとWを作るの。少しやると上達しますよ」「手のストレッチだいじよね。体がホカホカします」「体を動かすだけでなくお話してすっきり」「笑ってすっきりも」「漢字のしりとり私の前で終わってホッとした」

「主人が亡くなって1年。でも誰かとつながっているから楽しい」

また先生や皆さんに会いに行きました。（N.M）

らくだサロンで健康体操！！（2025年12月10日）

中原先生の元気で明るいご挨拶ではじまりました。体をほぐしてから大きく息を吐き「見返り美人よ！」と体をひねります。吐ききるとしっかり息が入るのだそうです。私は、足の甲を伸ばす？手をひねり伸ばしてから曲げる？無理よ、などと思いながらも、先生の指示どおりにいつも動かしたことのない部分を次々と動かし続けると、徐々に動くようになります。体をほぐしたら、タオルを使い二人一組でゲームのような全身運動。ずっと動かし続けたお陰で体はほかぽかと温まりすっきり！

