



# 生活支援コーディネーター通信 第29号

発行：社会福祉法人 いずみ会  
編集：生活支援コーディネーター  
TEL：018-896-5960

(泉地域包括支援センターリンデンバウム)

今年度、新しく出来たサロンとリニューアルしたサロンのご紹介です。

## 保戸野地区



### 保戸野「元気はつらつ」

昨年度のはつらつくらぶから出来たサロンです。  
全員が元気いっぱい笑い声が絶えない体操サロンです。  
毎月第4(木) 10:00～11:30保戸野地区コミュニティセンター体育館で活動中です。

## 泉地区



### 泉「にこにこ会」

サービス付き高齢者向け住宅きらら様より場所の提供をいただいております。

少人数ですが、音楽に合わせてタオル体操を行い、数字をかぞえ3の倍数で手を上げたり、頭の体操も同時に取り入れてフレイル予防をしています。

毎月第3(火) 13:30～14:30活動中です。



## 生活支援ボランティア

### 保戸野おもいやりボランティア

保戸野地区生活ボランティアの名称は、「保戸野おもいやりボランティア」に決まりました。

スタートは、ゴミ出しから始めていきます。

ボランティア要望者、手助けするボランティア、どちらも募集しております。



### 泉にこにこボランティア

日常生活のちょっとした困り事のお手伝いです。

「できるときに、できることを、できる人が行う」という趣旨で地域で困っている人を一人も取り残すことのないよう始めた助け合い活動です。

秋田市広報テレビの取材を受けました。是非、ご覧くださいね。

☆放送日 ☆

ABS 11/4(土) 11:40～

AAB 11/9(木) 15:40～

AKT 12/6(水) 22:54～

## 編集後記

気温30度を超える暑い日が続いた夏が終わり、長袖の服を着始め、秋めいてきましたね。

11月は和風月名だと「霜月」霜の降る月との事です。秋の紅葉を楽しみ、霜が降りてから雪の季節へ。季節の移ろいに合わせて楽しく生活していきたいですね。