

みんなの広場

編集・発行：今泉台町内会 鎌倉市今泉台4-6-13
TEL&FAX：46-4616
メール：imaizumidai4613j@yahoo.co.jp



★「ふれあい通信」

梅雨空のうっとうしい季節ですが、庭や道端の紫陽花が雨に濡れてきれいですね。湿度が上がり、気圧や気温の変化が激しくなる梅雨の時期は内臓機能や自律神経の働きの低下で体調を崩しやすいです。日頃から食事や睡眠には気を配り、適度な運動を心がけましょう。夏本番を迎える前の今の時期からウォーキング等で汗をかく習慣をつけておくと、夏の暑さにも対抗しやすくなります。

「いつまでも自分の足で歩くこと」が続けられるように、ふれあいの泉では鎌倉市介護予防教室の開催を予定しています。足のケアの専門家よりお話をうかがった後、体操を行います。平成30年7月19日（木）14時から大船学習センターで開催しますので、ふれあいの泉までお申し込み下さい。

地域包括支援センター ふれあいの泉 43-5977（月～土曜日）9時～17時

★「ひだまり通信」

紫陽花の花と共に梅雨入りとなりました。

雨の日も体を動かし、おしゃべりを忘れずに過ごしましょう。

7月の「ひだまりクラブ」予定（2F活動室）

- 13日（金） 10：00～12：00 運営委員会
- 20日（金） 10：00～12：00 布ぞうり作りとおしゃべり
- 27日（金） 10：00～12：00 「医療と介護」相談

少し不安に思っている事などありましたら
どうぞお気軽に相談にいらして下さい。



すけっと会 伊藤二郎 43-0899

★「6丁目クラブ」便り



早い梅雨入りとなりました。

散歩をしていてもあちらこちらの紫陽花から声がかかります。この町の紫陽花はとても綺麗で素敵ですね。

今月は、6丁目クラブのサポーターについての説明をします。

サポーターの皆様は、6丁目クラブの家賃を支えて下さっています。

毎月1,000円の会費で月3杯のコーヒー券が付きますので、100円を寄付して頂く仕組みです。初年度はWAMからの支援を受けましたが2年目からはサポーターの皆様の力で頑張っています。

ある方が「小さな支えがないと福祉の街にはならないよ」とサポーターのお金を届けて下さったり、WAMや他の地域からの見学の方や、団体の方からも「いろんな方が支えて下さる良い街ですね」とお褒めの言葉を頂きます。

いつでもサポーター募集中です。どうぞよろしくお願い致します。

放課後クラブ

子どもたちと一緒に遊んだり、話したり、見守って下さるお姉さんお兄さん募集しています。夏休みのお楽しみも計画中ですので是非お手伝いください。待っています。

6丁目クラブ ☎91-7300

★いずみサロン カフェ ～新メニュークッキー登場

既にご存知の方も多いと思われませんが、「NPO法人タウンサポート鎌倉今泉台」は、地域住民が集う場「いずみサロン」を開設、水、木、金、土の13時～16時にカフェをオープン。散歩の途中、話し相手が欲しいとき、美味しいコーヒーが飲みたいときなどに、お気軽にお越し下さい。このほど新メニューとしてクッキーを、コーヒーと併せて300円でお出ししています。

[メニュー] ・コーヒー(ホット・アイス) カフェオレ・紅茶(ホット・アイス)
・ココア・甘酒・スープ(4種) パウンドケーキ、ラファエルクッキー

[料金] 飲み物のみ 各¥200、飲み物&ケーキ or クッキー ¥300
お代り¥100(ココア、甘酒、スープ除く)

※第2・4土曜 抹茶&お菓子 500円

[場所] 町内会館を出て左にまっすぐ100m先右側 今泉台4-4-3(竹垣が目印)

★今泉台健康づくり運動7月の予定。詳細は掲示板&メールにて

- (1) TSKI 健康のんびりウォーク 7月11日(水) 13:30~いずみサロンにて
- (2) TSKI 健康ハイキング 7月10日(火) AM9:30~「天園 or 二階堂方面」
- (3) TSKI 健康ウォーク 7月16日(月)「朝比奈切通し方面」

問い合わせ先 今泉台 健康づくり運動事務局 田中 46-6450