

住吉・和合地区社会福祉協議会

令和6年度 第18回 通常総会開催のご案内

春陽の候、皆様におかれましては益々ご健勝のこととお慶び申し上げます。
住吉・和合地区社協も今年度の活動が終わり、令和6年度に向けて総会を実施する運びとなりました。地区住民の皆様方のご参加をお待ちしております。

日 時；令和6年**5月18日(土)** 13時30分～

場 所；高台協働センター 1階 ホール

○令和5年度 活動報告

○令和6年度 活動計画 等



総会終了後(講演) 14時頃～

“社協から生きるための講座” 第2弾

開催日は回覧にてご連絡、ご期待下さい



2024 年度 住吉・和合地区 社会福祉協議会

●食育講話●

みんなで食べるといいことだらけ！

知っていますか？

食べる力は生きる力。

誰かと食べることは心身の健康にととても大切です。

今日からできること、一緒に考えてみましょう！

孤食・共食という言葉をご存じですか？

近年一人で食事をする子供や高齢者が増加傾向で
心身の健康が損なわれる原因の一つだと言われています。
体に良いものを食べる事も、もちろんいいことですが
誰とどんなふうに食べるのかも大切な心の栄養です。
楽しいゲームやクイズをしながら覚えて、ぜひ今日からお試しいて頂きたいと思います。
認知症(若年性認知症)、登校拒否、引きこもり、鬱など
子どもから高齢者まで対象になります。是非、お待ちしております。

《孤食チェック！複数該当する方。是非、お待ちしております！》

- 朝ごはんを食べない。一日三食も食べない
- 1日に1回も家族、友達と知り合いと一緒に食事をすることがない日がある
- ここ6か月で3キロ以上の体重減少や増加がある
- 毎日メニューが変わらない、好き嫌いが多い
- 食事時間が10分以内で済んでしまう

講師：伊藤純子(北海道札幌市出身、浜松在住24年、三兄弟の母)

2013年から食育教室を開催、食育教室、昨年介護同居をするため食堂を廃業。

現在、保育士、認知症(要介護5)母の介護、高齢の父の介護をしながら、現在も食育教室を開催。

幼稚園教諭、保育士、上級食育指導士、国際栄養士、幼児職アドバイザー

孤食・共食という言葉をご存じですか？
近年一人で食事をする子供や高齢者が増加傾向で
心身の健康が損なわれる原因の一つだと言われています。
体に良いものを食べる事も、もちろんいいことですが
誰とどんなふうに食べるのかも大切な心の栄養です。
楽しいゲームやクイズをしながら覚えて、ぜひ今日からお試しいて頂きたいと思います。
認知症(若年性認知症)、登校拒否、引きこもり、鬱など
子どもから高齢者まで対象になります。是非、お待ちしております。

《孤食チェック！複数該当する方。是非、お待ちしております！》

- 朝ごはんを食べない。一日三食も食べない
- 1日に1回も家族、友達と知り合いと一緒に食事をすることがない日がある
- ここ6か月で3キロ以上の体重減少や増加がある
- 毎日メニューが変わらない、好き嫌いが多い
- 食事時間が10分以内で済んでしまう

講師：伊藤 純子

(北海道札幌市出身、浜松在住24年、三兄弟の母)

講演への参加無料・・・講演参加のみでも大丈夫です。大勢のご参加をお待ちしています。