

しゃべってみっぺ

よもの会



月間ニュースレター

2025年4月 VOL.52



ボードゲーム



4月のよもの会は、お花見から変更してボードゲームをして楽しみました！

まずグループ分けしてから、始まりです。すぐにメンバーさん自ら「リーダーやるよ」「じゃんけんして順番を決めよう」と声が上がりました。出た数だけコマを進めていきます。「大きい数字を出して、先にゴールするよ」とルーレットを回します。大きい数字が出ると参加者さん、皆さんで「やったー」と大歓声で大盛り上がり！また、コマが止まった数字から1960年代の出来事を振り返りました。なつかしい歌謡曲の話題では、三橋美智也「達者でな」の曲をメンバーさんが歌うと、他のメンバーさんも歌い始め、大合唱という場面もありました。皆さんの歌声をまた聞かせてください😊。

ゴールに近づいていくと、「大きい数字なら1回で終わるよ、がんばれ！」とグループ関係なく声をかけるメンバーさんもありました。応援のおかげもあり、全グループ、無事にゴールできました！



4月のよもの会

- ボードゲーム -

来月の予定



花見

3月末に桜の開花宣言があったばかりでしたが、冬に逆戻りしてしまった寒い日でした。今年も保健福祉センター脇のサクラはきれいな濃いピンクに染まっていますが、メンバーさんと花見ができず残念😞。かわりにスタッフが書いた桜の絵で花見を楽しんでいただきました。来年こそはお天気に恵まれますように！



冬野菜



プランター栽培の冬野菜はスタッフが収穫し、メンバーさんにお持ち帰りしていただきました。次回はどんな料理にして食べたか、ぜひ教えてください。野菜の味の感想もお聞かせください。大根とカブはだいぶ小ぶりサイズになりました。暖かい日が続いて行くので、今度は夏野菜に向けて準備していきますよ。次回もお楽しみに。



来月のよもの会



●日 程 令和7年5月13日(火) *第2火曜日になります

●時 間 14:00~15:30

●場 所 総合保健福祉センター 1F 健康運動室

季節の変わり目ですので、風邪をひかぬようお気をください！

来月も笑顔でお会いできることを楽しみにしています😊

お問い合わせ先

いわき市保健福祉部 地域包括ケア推進課 地域支援係

TEL 27-8574 FAX 27-8576

mail chiikihoukatsu-care@city.iwaki.lg.jp

しゃべってみっぺ

よもの会



月間ニュースレター

2025年5月 VOL.53



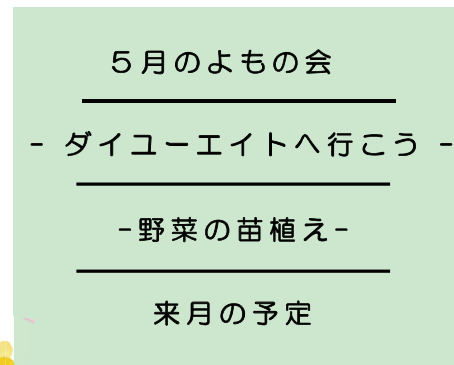
ダイユーエイトへ行こう



GWがあったため、いつもより1週遅い開催となった5月のよもの会。1ヶ月半ぶりに会うメンバーさんたちは、「久しぶりだね～!」、「ずいぶん会ってなかった感じがするよね!」と会が始まる前から盛り上がっていて、メンバーさん同士の温かいつながりを感じ、嬉しくなりました😊

5月のよもの会では、夏野菜の苗を購入するため、ダイユーエイトへ!お天気に恵まれ、気持ちのいい風を感じながら、みんなでのんびり歩いて向かいました😊普段の生活から、お仕事をされていた時の思い出など、いつも以上におしゃべりが弾み、楽しい時間になりましたね🎵

ダイユーエイトでは、たくさんの野菜の苗が並べられていて、迷いながら、各自、お気に入りの苗を選びました。育っていく過程で色が変わるパプリカなど、初めて見る品種もたくさん!「育つのが楽しみだね～」と話しながら、14個の苗を購入しました。



5月のよもの会

- ダイユーエイトへ行こう -

- 野菜の苗植え -

来月の予定



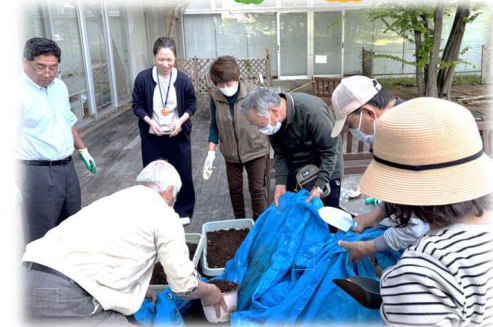
野菜の苗植え



ダイユーエイトから戻った後は、買ってきた苗を植える作業を行いました!

早速、買った苗を確認すると、14個のうち、ピーマンが3個、パプリカが3個と、かなりのかたよりがあるラインナップとなっていて、「好みが似てるんだね～」とみんなで大笑い🥳🥳

プランターに土を移し、どこに何を植えるか、相談しながら作業を進めます🌱



メンバーさん、スタッフ、みんなで力を合わせて、あっという間に作業完了✅真っ黒になった手を見ながら、「頑張ったね～!」、「疲れたね～」とみんなでねぎらい合い、5月のよもの会は終了しました😊

総合保健福祉センターを出て活動したのは、1年ぶりでしたが、笑い声がたえない、とても楽しい日になりました🌟

これからも、皆さんの声を聴きながら、いろいろな活動をしていきたいと思います🌸



しゃべってみっぺ!

来月のよもの会

- 日程 令和7年6月3日(火)
- 時間 14:00～15:30
- 場所 総合保健福祉センター 1F 健康運動室



気温が高くなる日が増えてきましたね。熱中症の危険性も高まってきます。お気をつけてお過ごしくださいね!

来月も笑顔でお会いできることを楽しみにしています😊

お問い合わせ先

いわき市保健福祉部 地域包括ケア推進課 地域支援係

TEL 27-8574 FAX 27-8576

mail chiikihoukatsu-care@city.iwaki.lg.jp

しゃべってみっぺ

よもの会



月間ニュースレター

2025年6月 VOL.54



カレーを作ろう



先月のよもの会は野菜の苗を購入したり、植えたりする作業を行いました…やっぱり次の楽しみは食べること！よもの会、夏のお楽しみ🌟8月は収穫した野菜で料理を作ろう！シリーズです🔍

先月、「今年はカレーがいいかな？」なんてお話が盛り上がったので、今月は、管理栄養士のスタッフに参加してもらい、カレー作りについて話し合い🗨️カレーの種類や食べ方について教えてもらい、「食べるのが楽しみだね～」と早くもワクワク🎵

話し合いの結果、「中辛と辛口の2種類を作る!」、「野菜を使って副菜も作りたい!」、「家では作れないからナン作りに挑戦!でもご飯も食べたいから炊こう🍛」と、盛りだくさんの内容が決定しました🍌

来月、詳しい時間や持ち物について連絡する予定です。今からとっても楽しみです🌟

6月のよもの会

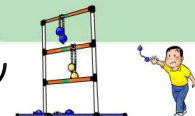
- カレーを作ろう -

- ニュースポーツ -

来月の予定



ニュースポーツ



話し合いが終わった後は、みんなで体を動かしました！久しぶりのニュースポーツ🏆

今回は、ラダーゲッターという種目に挑戦👉各チームで作戦を考えたり、投げ方を工夫してみたりと、体だけでなく、頭も使うスポーツ。この競技が得意な人も苦手な人もいましたが、みんな全力でプレー！そして、誰が投げるときもたくさんの応援の音が響き、よもの会ってとても温かい場所だなあと感じました😊



メンバーさん、スタッフ、全員が自然と思いやりのある声を掛け合ったり、円陣を組んだり、ハイタッチして喜んだり、みんなでひとつになって活動できていることがとても嬉しく思います🌟

これからも、ワクワクする活動をみんなで一緒につくりあげていきましょう🌸



来月のよもの会

●日程 令和7年7月1日(火)

●時間 14:00~15:30

●場所 総合保健福祉センター 1F 健康運動室



来月は、いわきFCさんとの意見交換会の予定です。通常とは少し違う雰囲気になりますが、スタッフはいつもと変わらず待っていますので、ぜひリラックスしておいでくださいね！笑顔でお会いできることを楽しみにしています😊

お問い合わせ先

いわき市保健福祉部 地域包括ケア推進課 地域支援係

TEL 27-8574 FAX 27-8576

mail chiikihoukatsu-care@city.iwaki.lg.jp