

編み物

サール・ナート
かたの



いのうえ こ
井上ツヤ子さん(101歳)



編み物は、若い頃からずっと続けています。簡単なものであれば材料費も安く、出来上がったものは自分で使ったりプレゼントしたり喜びも大きいです。指先を使うので認知症予防にもなります。日々の感謝の気持ちを大切に、また、家族にも大事にもらい毎日幸せです。施設では、編み物以外にも体操をしたり、大好きな歌を大声で歌ったり、仲のいいお友達とお話したり、好きなことをして過ごしています。

布ぞうり

軽費
老人ホーム
明星



ふきもと のぶこ
吹本信子さん(85歳) くにし としこ
小西俊子さん(84歳)

着なくなった古い着物をリサイクルして作ります。鼻緒もミシンで縫い、いろんな色や柄の布で作りました。ほどいて、洗って、切って、編んでという工程が多く大変ですが、おしゃべりをしながら楽しい時間を過ごしています。履き心地もとてもいいです。
色や布の組み合わせなども考え、力を入れて作業をするので、体力と気力が養われます。

タイダイ染め

みらい
美来



きたお さだお
北尾定雄さん(88歳)



よしおか けいこ
吉岡圭子さん(88歳)



いぐち みよこ
井口美代子さん(73歳)

タイダイ染めとは、「タイ=絞る」「ダイ=染める」という言葉を合わせて絞り染めという意味です。施設の文化祭の作品づくりとして、職員さんに手伝ってもらいながら普段でも活用できるトートバックを作りました。きれいな模様染めることができ、とても満足しています。



体を動かしたり、運動もしてみたい

介護予防のための交野市オリジナルの体操「元気アップ体操」をゆうゆうセンターや、地域の集会所などで定期的に行っています。おおむね65歳以上であれば誰でも無料で参加できますので気軽にご参加ください。
また、ホームページでも動画を公開していますので、自宅でもぜひやってみてください。

趣味を見つけるために

地域の集いの場としてのいきいきサロンでは、談話会・フラワーアレンジメント・ちぎり絵教室など、また、老人クラブでは、カラオケ・グラウンドゴルフなどさまざまな活動を行っています。集いの場に出かけることで生きがいとなる趣味が見つかるかもしれません。
また、同じ年代の人と話す機会ができ、閉じこもり予防や健康維持にもつながります。いきいきサロンについての詳細は社会福祉協議会(☎895-1185)、老人クラブについての詳細は高齢介護課(☎893-6400)までお問い合わせください。