

令和4年 2月号 上砂川町ケアサポーター レポート

①新年交流会中止のお知らせ

2月19日（土）町民センターで予定していた新年交流会は中止といたします。1月27日に「まん延防止等重点措置」が道内全域に適用され、皆様の健康と安全を最優先に配慮し苦渋の決断となりました。開催に向けご協力いただきました皆様にお詫びするとともに、感染状況を見ながら春以降にサポーター交流会を計画できたらと思案しております。

②第2回ケアサポーター養成講座の開催



1月20日（木）町民センターでケアサポーター養成講座『年をとっても元気でいよう！～食べ物の選び方あれこれ～』というテーマで、谷口管理栄養士により行われました。なぜ魚や緑黄色野菜が元気の源となるのか、タンパク質の目標摂取量、調理法により摂取できる栄養素に変化があることなどを、図解やグループワークを交えて楽しく学びました!(^^)!



第3回ケアサポーター養成講座は延期します。

2月22日(火)開催予定の養成講座は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため延期します。開催日時については改めて連絡いたします。

③いっしょにあそぼ！に参加してきました

1月14日（金）認定こども園ふたばで絵本の読み聞かせ、カード合わせゲーム、けん玉づくりをしました(´▽`*)
サポーターさんと園児で協力し、けん玉を作りあげました。



次回 2月10日（木）
は、感染拡大防止対策のため**中止**いたします。



④ワンコインレストランに初参加！

1月19日（水）初めて東鶉の越前さん宅にお邪魔しました。



私(中林)もお手伝いをするつもりで伺ったのですが、皆さんテキパキと調理や盛り付けをされていて、圧倒されてしまいました。御赤飯もとっても美味しかったです。北海道に来て初めて御赤飯を食べた時の衝撃、甘納豆！？を思い出しました。

⑤追伸：2月21日（月）の認知症カフェは中止いたします