

令和7年3月の主な行事・イベント報告

- 3月3日（月） 元気づくり運動教室（生きがいディサービス）
るもい生活あんしんセンター 相談会
- 3月4日（火） 第2回地域福祉実践計画策定委員会
- 3月7日（金） 留萌地区老人クラブ連合会 第2回理事会 【羽幌町】（老人クラブ）
- 3月10日（月） 元気づくり運動教室（生きがいディサービス）
- 3月11日（火） 留萌地区市町村社協連絡協議会 理事会【羽幌町】（事務局）
- 3月13日（木） フレイル予防教室（音楽療法&運動プログラム）（生きがいディサービス）
3月13日（木）、老人福祉センター2階でフレイル予防教室が行われ、25名が参加しました。運動と音楽療法を合わせたプログラムで、月に1回開かれています。最初にラジオ体操で体をほぐし、太ももの筋肉に効く運動や肩甲骨を広げる運動を教えてくださいました。イスに座りながらできるものなので、ぜひ家でもコツコツ続けてほしいと講師の穴戸先生からお話しがありました。この日は他団体で好評だったというじゃんけんゲームが初めて行われたり、伴奏に合わせて歌いながら手を握ったり開いたり、ベルを鳴らしたり、楽しみながら頭と体を動かしました。



- 3月13日（木） 理事会（事務局）
- 3月17日（月） 元気づくり運動教室（生きがいディサービス）
るもい生活あんしんセンター 相談会
チャリティー麻雀（事務局）
- 3月18日（火） 留萌管内社会福祉協議会職員連絡協議会 自主研修会・総会【苫前町】（事務局）
3月18日（火）、「令和6年度 留萌管内社会福祉協議会職員連絡協議会 自主研修会・総会」が苫前町コミュニティーセンターで行われました。
増毛社協からは事務職員1名参加、他管内社協職員と地区事務所から計18名が参加し、自主研修会では講師に北海道社会福祉協議会地域福祉課の谷氏を迎え、「災害ボランティアセンター」について、ボランティア情報や活動場所などを一括で管理できるアプリの活用を学びました。
総会での事業報告の中では、天塩社協が参加した石川県・富山県社協の視察研修の活動が報告されました。
- 3月19日（水） 防犯・交通安全高齢者ふれあい交流会【増毛町文化センター 大ホール】
3月19日（水）、「防犯・交通安全高齢者ふれあい交流会」が増毛町文化センター 大ホールで行われ、コロナ禍以降、久々の開催となりました。開会式での渡部会長、堀町長のあいさつに始まり、続いての警察講話では留萌警察署交通課長から交通安全について、また生活安全課長から特殊詐欺について、DVD上映を交えて学びました。
休憩後、ラジオ体操で体をほぐした後バグー、スカッシュのゲームを楽しみました。穴戸先生による健康体操もあり、心身共に引き締められる一日となりました。



- 3月24日（月） 元気づくり運動教室（生きがいディサービス）
第3回地域福祉実践計画策定委員会
- 3月27日（木） 評議員会（事務局）
- 3月31日（月） 元気づくり運動教室（生きがいディサービス）