



## 水島地区介護者の会「とまり木の会」

発行：倉敷市社会福祉協議会  
水島事務所

〒712-8062

倉敷市水島北幸町1-1

TEL 086-446-1900

FAX 086-440-0154

10月に入り今年も残すところ、あと2か月半ですが、皆さん、いかがお過ごしでしょうか？

さて、10月の例会は「お手玉作り」をしました。ゆっくりとした時間の中、皆さん集中してお手玉作りをされていました。

皆さん、手際よく縫われていましたね！！最近は糸通しが簡単にできる機械もあつたりと、手芸界の

発展にも驚きました。完成したお手玉でお手玉遊びをされている方もいらっしゃいましたね♪



お手玉投げは、両手で3つ、片手で2つ・・・とさまざまな方法で遊べますね。皆さんそれぞれに、懐かしい思い出もあるのではないですか？そんな昔のことを思い出していると、気持ちも若くなりますね！！

そして、完成したお手玉は、70個以上でした！！完成したお手玉は、それぞれ持ちかえていただいて余ったお手玉は、地域の施設等に寄付する予定です。ご協力ありがとうございます！

指先を使うことって実は・・・脳の活性化にとっても有効的だそうです！！

認知症を効果的に予防するには、とにかく脳を使うことです。そして手指は「外部の脳」「第2の脳」と呼ばれ、指先を動かせば脳にたくさんの刺激が伝わるそうなので、脳を働かせるには指先を使うことがとても有効的だったんです！！



また、今回のようなお手玉作りは、次に何をするかを考えること、完成した喜び・満足感がとても脳に良い刺激になっているそうですよ！！

★新規会員の加入の声掛け・勧誘にご協力をお願いします★



『11月の例会のご案内』

日時：11月17日（木）午前10時から正午  
会場：倉敷市水島障がい者支援センター はばたき  
内容：フラワーアレンジメント  
参加費：1,000円（当日受付でお渡してください）  
備考：参加を希望される方は、11月11日（金）  
までに水島事務所へ連絡ください  
（☎446-1900）

『12月の例会のご案内』

日時12月14日（水）午前10時から正午  
会場：倉敷市水島障がい者支援センター はばたき  
内容：クリスマス会 ※お弁当を食べます  
参加費：1,000円（お弁当代）  
備考：参加を希望される方は、12月5日（月）  
までに水島事務所へ連絡ください  
（☎446-1900）