令和８年８月

高齢者クラブ「深見会」ニュースレター

〈深見会だより〉　トピックス

子供とのふれあい事業～雑巾づくり

7月21日(火)、藤岡南中学校にて、藤岡南高連会員と藤岡南中学校3年生による「子どもとのふれあい事業雑巾製作」が行われました。当日は中学生30名、南高連会員23名が参加し、世代を超えて協力しながら、心を込めて雑巾づくりに取り組みました。慣れないミシンに戸惑いながらも、中学生が高連会員に縫い方を教わったりと和やかな雰囲気の中で交流が深まりました。

結果、参加者全員の力を合わせて合計240枚の雑巾を製作することができました。

尚、会員の皆さんには一人2枚の雑巾提出、ご協力よろしくお願いします。

熱中症に気を付けて！

毎年7月を過ぎると、熱中症による救急搬送者の約55%が65歳以上で、多くが自宅や室内で発症しています。高齢者の熱中症予防で最も大切なことは、こまめな水分補給と室内環境の調整です。のどの渇きを感じにくくなるため、意識して少量ずつ水やお茶を飲み、外出時は直射日光を避けます。室内ではエアコンを上手に使い、温度は28℃を目安に調整します。

◆熱中症予防の基本

「のどが渇く前に飲む」「外出は無理しない」

「エアコンはためらわずに使う」

活動報告

・7月　4日(土)　第4回「深見会」役員会
・7月10日(金)　交通事故ゼロの日立哨
・7月13日(月)　中山小学校サークル活動⑤
・7月21日(火)　中学生との雑巾製作
・7月24日(金)　第4回南高連役員会
・7月24日(金)　第1回友愛訪問
・7月31日(金)　第5回「深見会」役員会
・7月31日(金)　交通安全講習会

活動計画

●夏休みおもしろものづくり
　8月　2日(日)　13:00　藤岡南交流館
●第5回南高連役員会
　8月21日(金)　9:30　藤岡南交流館

藤岡南高連からのお願い
◆子供とのふれあい事業　◆友愛募金
雑巾拠出:1人×2枚
会員の皆様のご協力をお願いします。

「深見会」会員募集中！
概ね60歳以上の方ならどなたでも入会できます
健康づくり、仲間づくり、生きがいづくりなど生活を豊かにする活動や地域貢献活動に取り組んでいます。気軽に無理のない範囲で高齢者クラブに参加しませんか？　・・・

★第55回豊田市高齢者作品展★
出展申込受付中(詳しくは深見会まで)