

# 大 明 丘 ふ れ あ い 会 食

1月5日(金)午前中、大明丘ふれあい会食に参加させて頂きました。

ケアセンターよしのが在宅支援センターの頃(約18年前)から、年7回(第1金曜日)程協力させて頂いています。

今回は、17名の方が参加。みなさん元気で新年を迎えられ、いつもと変わらないお顔が見れて、嬉しかったです。

ふれあい会食とは、鹿児島市長寿支援課の事業の一環です。家に閉じこもりがちな高齢者とのふれあいを深めることが目的で、月1回程度開催されています。ボランティア団体等が集会所や福祉館等で会食を行う時に、地域の施設で調理した食事が届きます。

美味しいご飯を頂ける、みなさん毎回とっても楽しみ。でも、ご飯が届くまで、話も長くは続きません・・・。

そこで血压測定その他、明輝会の組織力を活かして各職員の協力を得ながら、脳活性トレーニングや体操等を皆さんと一緒に頑張っています。

今回は、管理栄養士の柏木先生が「食習慣」について、約50分の講話。多数質問あり、みなさん熱心に耳を傾けていました。

