



# 2023

# わ～い

令和5(2023)1月発行  
シルバーハウジング機関紙わーい  
発行・編集  
社会福祉法人みよし市社会福祉協議会  
生活支援課(シルバーハウジング生活援助員)  
みよし市三好町陣取山 39 番地 5  
電話 34-1588 FAX 34-5860

新年あけましておめでとうございます🎉



# 12月21日(水)交流会を開催しました。

ご参加いただいた方には、お礼を申し上げます。  
参加できなかった方、次回のご参加をお待ちしております。



スクリーンで YouTube を映し出して体操をしました。  
坂本九の「上を向いて歩こう」や「見上げてごらん夜の星を」の歌に合わせて体を動かしたり、クリスマスソングを歌いました♪



そして脳トレのプリントをみんなでお話ししながら解いて楽しみました。

また、プリントが欲しい方は援助員までご連絡ください。

次回の交流会は3月を予定しています。

こんなことしてみたいなど、ご意見を援助員にお伝えくださいね😊

また、みなさんの元気なお顔が見れることを楽しみにしています✨

🍵 ナンプレ(数独)で遊ぼう 🍵

5			4		9			
				7	6		9	
				3				
		1		4		7	2	
8			3					
		4					6	
3		2	7			8		
		6			2		3	
	7			1		9		

【ルール】

- ・どのタテ一列にも同じ数字は入らない
- ・どのヨコ一列にも同じ数字は入らない
- ・太枠で区切られたどの3×3ブロックにも同じ数字は入らない



こんなサービスご存じですか？

### みよし市高齢者配食サービス

この事業は、65歳以上の調理が困難な方に対して定期的に自宅へ、栄養バランスのとれたお弁当を手渡し、併せて安否確認をする福祉のサービスです。

#### 【食事形態と料金】

①普通食	ご飯セット(自己負担300円)
	おかずのみ(自己負担250円)
②健康管理食(身体に合わせた食事) ※業者により対応可能か異なります	ご飯セット(自己負担500円)
	おかずのみ(自己負担450円)

ご飯をお粥にしたり、小さく刻んで食べやすくすることも出来ます。業者は3社から選んでいただきます。食事形態も選べます。

#### 【配食サービス業者】

- ・株式会社トフス
- ・宅配クック123(みよし東郷店)
- ・ライフデリ(みよし店)



利用を考えている方は援助員までご相談ください😊

申込については、なかよし地域包括支援センターの職員が訪問し、手続きの説明をしてくれます。

