

## 地域連携の取り組み 相模地区 お茶のみサロン 参加

7月18日（土）山辺町相模地区公民館にて地域の高齢者の方をお招きし、お茶飲みサロンが開催されました。  
今回山辺町社会福祉協議会のご協力を得て、山辺高校からも食物科・福祉科・看護科が共同で日頃の取り組みを披露する機会をいただきました。

壇上で披露するのは  
3年生です

トップバッターは福祉科が提供する  
「いきいき体操」です。  
この体操は高齢者の方々の健康増進を目的  
として本校福祉科が関係大学と共同で研究  
開発したものです。



いきいき体操！

椅子に座った姿勢でも出来ます！



1年生の生徒諸君もデビューを  
果たしました。



体操後の一服・・・世間話中です



読いては看護科です。  
看護科の生徒は「手つぼマッサージ」  
を  
行いました。  
手のつぼを刺激することで血行促進の  
メリットがあります。  
なお、使用するオイルはラベンダーで  
す。アロマセラピーの役割を果たして  
います。



肩こり解消には  
もってこいです！

看護師の卵による！  
手つぼマッサージ！



いきいき体操で全身を動かし、  
手つぼマッサージで血行を  
促進すれば  
すいてくれるのは  
「おなか」です・・・

次はいよいよお待ちかね  
昼食の時間です！



お茶のみサロン最後を飾るのは食物科による昼食です。ご提供するの、その名も「孫はやさしい弁当」です。  
 「ま(豆)ご(胡麻)は(ワカメ)  
 や(野菜)さ(魚)し(しいたけ)  
 い(芋)弁当」と使用した食材をタイトルにかけています。

本日の「料理の鉄人(笑)」によるメニュー紹介です!



孫はやさしい弁当!



- メニュー ・ 菊花ご飯
- ・ 豆腐ハンバーグ
  - ・ きんかんと野菜の田舎煮
  - ・ ほうれんそうとしめじの和え物
  - ・ 変わりきんぴら
  - ・ かぼちゃの茶巾絞り
  - ・ 里芋とナメコと長ネギの味噌汁

参加してくださった相模地区のみなさま本当にありがとうございました。次の機会またお会いしましょう!  
 それまでお元気で・・・