



堀ノ内睦町地区社会福祉協議会



むつみ会

堀ノ内睦町地区社協では、2つの食事会「むつみ会」「たかね会」を実施しています。
どちらの会も月1回実施されており、高齢者の方と地域のふれあいの時間となっています。
睦町西町内会館で行われている「むつみ会」の様子をご紹介します。



この日のメニュー！！

高齢者でも食べやすいように
小さめに切り、柔らかく煮て…
工夫された食事です。

みんなで集まって食べると
たくさん食べられます！！



食事の後は
軽い運動と頭の体操！

ちょっとした時間に
家でもできるものばかり。

食事会の最後には
歌を歌って楽しみました♪

