



活動予定カレンダー

Calendar table with columns for date, day of the week, location, and activities. Includes entries for various salons like '中之町中地区 白喜久の会' and '全域 ひなたぼっこの家'.



寒気の中にも早春の息吹が感じられることとなりましたが、いかがお過ごしでしょうか。

この冬は暖冬傾向の予報に、体も気持ちも緩んでいたところへ、記録的な寒波に見舞われて、一気に真冬モードに！！

気温の変動が激しいと、体への負担も大きいので、体調管理には十分お気をつけください。

まだまだ寒さ厳しい2月ですが、春をつげる祭り「神明市」が過ぎれば春はすぐそこ♪あと少しの辛抱です(^-^)

では、2月の活動予定をお知らせします。



書類提出のお願い

～平成27年度活動実績報告書など～

平成27年度末に際し、次の書類を同封しております。

本年度の活動を振り返りご記入いただき、期限内のご提出をお願いします。

- H27年度 活動実績報告書
★収支決算書の提出は常設サロンのみ

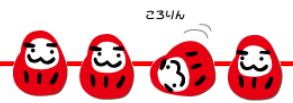
- H27年度 参加者名簿

- H27年度 ボランティア名簿

- H28年度 ふれあいサロン保険、ボランティア活動保険の申請書
★保険加入は任意です

- H28年度サロン活動実施計画書

※提出期限は書類により異なりますのでご注意ください。



連絡先

三原市社会福祉協議会
三原地域センター

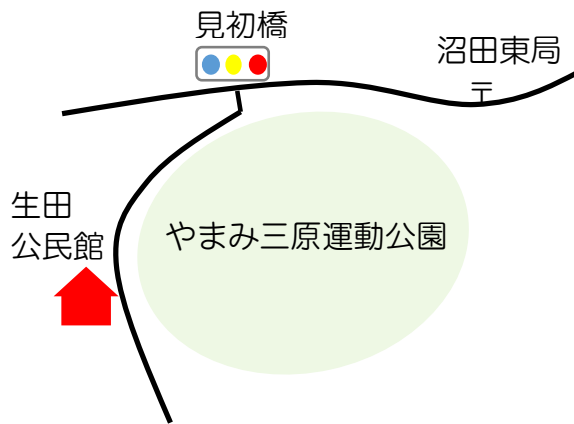
サロン担当：大山 久美子
(福祉活動専門員)

廣中 弥生・森田 千恵

電話 63-0570
FAX 63-0599

生田サロン鷹の巣を紹介します

生田サロン鷹の巣					
地域	沼田東町 生田自治会				
結成	平成27年4月				
登録会員数	利用者		支援者		計
	男	女	男	女	
	12	12	4	8	



どんなサロン？

『楽々貯筋クラブ』を昨年1年間地域で取り組み、地域の者同士が定期的集うこと・いつまでも元気に暮らしていくために必要な筋力を維持することの大切さを改めて感じられ、平成27年4月から月2回～3回サロンとして活動されています。楽々貯筋クラブの頃からご夫婦での参加が多いのが特徴でしたが、サロンになっても変わらず仲良く(笑)参加されています。「〇〇さんはどしたん？調子悪いんかね？」と来られていない方を気遣う声も聞こえます。9時半スタートのサロンはどんなに盛り上がりつつも名残惜しいですが11時半には終了。そうすることで午後からの予定も気にせず無理なく気兼ねなく集えます。また、体操が難しい方はその方の特技を活かして参加出来る仕組

体操

体操リーダーは交代でいろんな人が担当します。「テレビでやってたんよ」「こんなん聞いたんよ」と見たり聞いたりして自分がやってみて良かった事を取り入れたり飽きない工夫がされています。本日のメニューはラジオ体操・ふくらはぎの刺激・足裏刺激…etc。その後いつもの体操がスタートしました。



伸ばすところは伸ばす！
しっかり意識して～



連絡事項

体操の後は茶話会が開かれます。その前に町内会からのお知らせや関係役員からの連絡事項があります。今回はマイナンバーに関して高齢者から民生委員さんに相談があった事例を報告されていました。自分では意識していなかったことでも言われれば「そうよね～」と気づける事もこの場があってこそですね。



防災

かるた大会

真剣な眼差し…



あちこちから
キャーキャーと黄色い
歓声で大盛り上がりでした(^_^)



お楽しみ



何と言っても楽しみにしているのはこの茶話会です♪「だって2週間ぶりじゃもんね(^_^)」との声



『大人のぬりえ』家でやって次の時に持って来ます。人を見ていろんな発見があるそうです。



お楽しみ

生田サロン鷹の巣の特徴は『みんなきつと誰かの支援者』であるということ。でしゃばることなく、お客さんになることもなく、自然と協力する関係が築かれています。例えば「カラスが多くて困るとるんよ」と茶話会でのつぶやきを耳にした方が「こんなんどう？」と次の時にはペットボトルで『カラス避け』を作ってきていました。ちょっとした困り事や悩みを一緒に考えられる関係をそこに見ることができました。サロン終了後は家の近い方向同士で話をしながら帰られる後ろ姿が大変印象的な生田の皆さん。これからも『嬉しい』『楽しい』があふれるよう応援していきたいと思ひます。

