



あさがお

第8号 (平成25年7月1日発行)

東大和市社会福祉協議会

東大和市中央 3-912-3 ☎042 (564) 0012

花言葉は「愛情の絆」、「結束」

ひがしやまとのふれあいサロン情報

サロン活動紹介8 こもれびサロン

開始前から談笑が聞こえます。こもれびサロンは毎月2回、清原市民センターで行われています。

「あたたかく、気持ちよく、いつまでもいたい」そんな集いの場をめざして「こもれびサロン」と名付けられました。

こもれびサロンは平成23年9月に発足して、間もなく2周年を迎えます。集ったメンバーは、まずはストレッチで体をほぐし、ゆうゆう体操を行います。ストレッチや体操のポイント説明も丁寧に、リラックスしながら体を動かします。

その後は、音楽療法や朗読、健康麻雀など多彩な活動内容で、つどいの時間はあっという間に過ぎていきます。参加者は和気あいあいと活動しながら合間のおしゃべりにも花が咲きます。



音楽療法。歌う楽しさ、懐かしさ、皆で歌う喜びが詰まった活動。

こもれびサロンには近隣の方を中心に、市内各所から参加者があり、毎回楽しみにしています。今後は更に参加者を増やしていくことが目標で、特にお体のご不自由な方にも参加していただきたいと考えています。

地域のなかで、笑顔とふれあいと健康の拠点、ちょっとした社交の場として、こもれびサロンは着実な歩みを続けています。

サロンデータ

名称	こもれびサロン
活動日	毎月第2・4水曜日
内容	体操、音楽療法、朗読、健康麻雀など

今年も熱中症に注意!

~日常も、サロン活動中も~

今年も猛暑が予想されます。日常生活で、またサロン活動中も、水分補給と適切な休息をこころがけ、無理なく活動してください。

この夏を元気に乗り切りましょう!!



社協からのお知らせ

社協は法人化40周年を迎えました。この節目に、イメージキャラクター「しゃきょうのたまちゃん」が誕生しました。これから皆さんの前に登場する機会もあると思います。ぜひよろしくおねがいします!

なまえ:しゃきょうのたまちゃん
特徴:水色のぼうしは困っている人を感知するアンテナ。リングの腹巻で大きなハートをあたためている。大きな温かい手は誰にでもさしのべられる。社協バッグのなかには「思いやり・やさしさ・ゆうき」などが入っている。



なごやかサロン一覽

〈東大和市社会福祉協議会へ登録しているサロン25.7.1現在〉

サロン名	会場	日時	内容
① 湖畔ふれあいサロン	市立湖畔集会所	奇数月：第三金曜日 偶数月：第三木曜日 13:30～	歌、茶話会、手芸、ゲームなど
② サロン湯～友	神明湯(新堀)	第三木曜日 10:00～	歌、茶話会など
③ ならばし体操クラブ	奈良橋公会堂	毎週月曜日 10:00～	体操、講演会、手芸など
④ 南街サロン福寿草	南街老人福祉館	毎週水曜日 14:00～	体操、茶話会、手芸など
⑤ 桜が丘サロン	桜が丘市民センター	月3回金曜日 14:00～※	体操、茶話会、手芸など
⑥ 立野サロン	セントレー玉川上水 集会所(立野)	第二、四木曜日 13:30～☆	体操、茶話会、うたなど
⑦ 奈良橋さくら会	奈良橋公会堂	第一火曜日 13:30～	茶話会、季節の行事など
⑧ 向原3丁目 うさぎの会	向原アパート第二集 会所(9号棟)	第二火曜日 11:30～ ※	茶話会、食事会など
⑨ ふれあいの場	南街二丁目協和三自 治会集会所	10日、20日 10:00～	茶話会、季節の行事、体操 など
⑩ 湖畔健康体操会	市立湖畔集会所	毎週火曜日 13:00～ 毎週金曜日 10:00～	体操(火曜A・B、金曜C グループ)
⑪ 楽ササイズの会	やまと苑別館(狭山)	毎週木曜日 10:00～	体操、茶話会
⑫ けやきの会	清水集会所	毎週水曜日 9:30～	体操、茶話会、レクリエーション
⑬ あすなろシニアの会	清原市民センター	毎週土曜日 10:00～	体操、茶話会
⑭ 栄一丁目 ふれあいサロン	南街地域集会所	毎月15日 11:00～	茶話会、食事会、 レクリエーション、手芸等
⑮ 南街三丁目なかよし サロン	第一光ヶ丘自治会集 会所(南街)	毎週水曜日 10:00～	体操、茶話会、歌等
⑯ こもれびサロン	清原市民センター	第二・四水曜日 10:00～	体操、歌、朗読等
⑰ 清原花水木	東京街道アパート第 二集会所(清原)	第二金曜日 13:30～	手芸、茶話会、体操
⑱ 園芸サロンなでしこ	向原中央集会所 健康の森公園	第二火曜日 9:30～	茶話会、園芸活動等
⑲ サロンひだまり	東京街道アパート第 一集会所(清原)	第一、三水曜日 13:00～	茶話会、手芸、レクリエー ション等
⑳ シャベリ場カフェ	南街公民館	第二金曜日 14:30～	茶話会、季節の行事等

○上記の予定は、予告なく変更されることがあります。ご了承ください。

○※は要問い合わせ。⑤は金曜日のうちいずれか3回です。

○参加費が必要な活動もあります。詳細はお問い合わせ下さい。

社会福祉協議会

☎(564)0012

幼老交流事業、ふれあいクッキングのご案内

日時：7月24日(水)10時～14時 対象：市内在住の65歳以上の方および小学生(定員40名)

献立：カレーライス、マカロニサラダ、フルーツゼリー 場所：中央公民館実習室 参加費：100円

申し込み：社協へ電話してください。(7月1日(月)から7月10日(水)まで)

