



あさがお

第18号(平成28年1月15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

サロンこぶしは間もなく発足から2年を迎えます。南街老人福祉館で月2回、顔なじみのメンバーがつどい、プログラムが始まる前から談笑の輪ができます。ハンドベル、ラジオ体操、レクダンス、脳トレなどその内容は多様です。ハンドベルは難しそうに感じますが、メロディになじみのある唱歌などを演奏するため、初心者でも楽しく参加することができます。これまでいくつもの曲を演奏して来ましたが、参加者からは「ほとんど失敗ばかりよ」との声も。失敗しつつ、笑いながら皆で1曲を演奏した時の達成感はひとしおです。

参加者の年代は60歳代から80歳代まで幅広く、ラジオ体操で元気に体を動かします。参加者はそれぞれ役割を担いサロンを盛り上げているのもサロンこぶしの特徴です。体を動かし、頭を使い、みんなで笑って過ごす、それが介護予防につながっています。

サロンデータ

名称	サロンこぶし
活動日	第二・四火曜9:30~
会場	南街老人福祉館
内容	うた、レクダンス、脳トレなど

感染症にご用心

ノロやインフルエンザなど感染症が怖い季節。それぞれの予防がありますが、身近で一番大切なのはやはり手洗い。こまめに衛生的な手洗いを心がけましょう。



サロン活動紹介18 サロンこぶし



体操からスタートするサロンこぶし

代表の山岸さんは「横のつながり、仲間意識を大切にしながらサロンを運営しています。」と話します。年齢を重ねると少しずつ外出が減り、会話も減っていきます。何もしなくても、ただサロンに集ってお話することに意義があると感じています。同時に山岸さんは自身が様々な研修を受け、常に新しい要素をサロンに取り入れるよう心がけており、それがご自身のやりがいにもなっているそうです。気軽に集えるよりどころとして、またプログラムを通じた生きがい、仲間づくりの場として、サロンこぶしはますますその輝きを増しています。今後も着実に地域でその活動を続けていきます。

社協事業のご紹介～福祉・ボランティア講座～

福祉への関心を高め、ボランティア活動の参加を促進するため、下記の通り実施します。

- ①基本編 2月 2日(火) 13時30分～
- ②高齢者編 2月 6日(土) 9時30分～
- ③障がい者編 2月 8日(月) 13時30分～
- ④子育て編 2月10日(水) 13時30分～
- ⑤レク編 2月15日(月) 9時30分～

※会場は①③⑤は社協、②は向台老人ホーム、④は子ども家庭支援センターです。

※詳しくは1月15日号社協だよりをご覧ください。

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 27.10.1 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 13:30～ 偶数月：第二月曜日 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	ならはし体操クラブ	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（2・3週 13:00～、第1・4・ 5週 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	第1～3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 水集会室（立野）	第二、四木曜日 13:30～	手芸、体操、茶話会など
⑦	奈良橋さくら会	奈良橋公会堂	第一火曜日 13:00～	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 13:30～	体操、茶話会
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 9:00～	体操、茶話会、ワグニ-ソソ
⑬	栄一丁目ふれあい サロン	南街地域集会所	毎月15日 10:00～	茶話会、食事会、 絵手紙、季節の行事など
⑭	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、歌など
⑮	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、朗読など
⑯	園芸サロンなでしこ	向原中央公園	第二月曜日 9:30～ 毎週月曜日 9:30～	茶話会、園芸活動など 花壇の手入れ
⑰	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、ワグニ-ソソ など
⑱	しゃべり場カフェ	南街公民館	第二金曜日 16:30～	茶話会、季節の行事など
⑲	ゆうえんち会	中央公民館	第四土曜日 10:00～ 第一・三火曜日 14:00～	ゲーム、料理、茶話会など （主として聴覚障害者が参加）
⑳	サロンこぶし	南街老人福祉館	第二・四火曜日 9:30～	うた、レクダンス、脳トレなど
㉑	光ヶ丘オプカフェ	第一光ヶ丘公園	第二土曜日 10:00～	茶話会、ゲーム、体操など
㉒	芝中体操クラブ	芝中住宅119号棟集会所	毎週金曜日 10:00～	体操、茶話会など
㉓	ひとやすみ	第二光ヶ丘自治会集会所（向原）	第四月曜日 13:30～	茶話会、ゲームなど
㉔	芝中口号棟ゆうゆう サロン	芝中口号棟集会所	毎週土曜日 10:00～	体操、茶話会など
㉕	栄二ひまわり寿カウ	南街地域集会所	第二木曜日 10:00～	体操、茶話会など
㉖	サークル虹やまと	上北台公民館	土曜日、水曜日 10:00～ 月3回（会場の状況次第）	子育て世代と子どもたち の交流

○上記の予定は、予告なく変更されることがあります。参加費など詳細はお問い合わせください。☎564-0012