



あさがお

第11号 (平成26年4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

春陽の月曜日の午前中、奈良橋公会堂（自治会集会所）からは、お隣の第一小学校の校庭から聞こえる子供たちの声にも負けないにぎやかな話し声が聞こえてきます。ならばし体操クラブは70歳代、奈良橋の方を中心に集ったサロン活動。体操を中心としながら、講演会や日帰り旅行まで行っています。

このサロンの特徴は、何と言っても「笑い」です。サロン開始前から集まった参加者はそれぞれ再会を楽しみ、おしゃべりの花を咲かせます。他愛ない会話の中にも仲間の体調を気遣ったり、とても効果的なひざ痛対策のアドバイスをしあったり。体操が始まりいったん静まる会場。しかし野口代表の軽妙なトークが混じる体操が始まると再び笑いが起こります。来るだけで元気がもらえる、ならばし体操クラブはそんなサロンです。

サロン活動紹介11 奈良橋体操クラブ



たくさんの笑顔の花が咲き誇ります。

ならばし体操クラブは、市で行う介護予防事業参加者のその後の受け皿のような形でスタートしました。参加者はつまづきが改善されたり、自転車事故が大事に至らなかったりと、着実に効果が見られてきました。

なにより、歩いて集まれる身近な場所に拠点があることが大切との観点から、自治会のご理解とご協力により集会所を使用させてもらっています。たくさんの方の理解と参加と協力のもと、健康と笑いとふれあいの拠点として、ならばし体操クラブはこれからも活動を続けていきます。

また、奈良橋にはもう一つ「姉妹サロン」ともいえるべき「奈良橋さくら会」もあります。いずれご紹介いたします。

サロンデータ

名称	奈良橋体操クラブ
活動日	毎週月曜日10時00分～
会場	奈良橋公会堂（第一小西側）
内容	体操、講演会等

新しいなかまがふえました！



芝中さくらクラブ、サロンこぶし、光ヶ丘オープンカフェの3つのサロンが新規加入。ふれあいの輪が広がっています。

社協事業のご紹介～食事サービス～

社会福祉協議会では、買い物や炊事が困難な高齢者や障害者を対象に、お昼のお弁当をお届けするサービスを行っています。年末年始を除き、ご希望の曜日、回数でお届けしています。

このサービスは食の確保と安否確認が目的で、手渡しできない場合は後でご連絡をとるようになっていきます。関心のある方は社協へご連絡ください。

料金：一食570円（生活保護受給者370円）

なごやかサロン一覧

〈東大和市社会福祉協議会へ登録しているサロン26.4.1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	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 13:00～	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 13:00～	体操
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-ツヨ
⑬	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、 ワグニ-ツヨ、手芸等
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、歌等
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、朗読等
⑯	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
⑰	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～ 毎週月曜日 9:30～	茶話会、園芸活動等 花壇の手入れ
⑱	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-ツヨ 等
⑲	しゃべり場カフェ	南街公民館	第二金曜日 16:30～	茶話会、季節の行事等
⑳	ゆうえんち会	中央公民館	第四土曜日 10:00～ 第一火曜日 14:00～	ゲーム、料理、茶話会等 (主として聴覚障害者が参加)
㉑	芝中さくらクラブ	芝中住宅119号棟集会所	毎週水曜 10:00～ 毎週金曜 9:30～	ミニデイ、手芸、茶話会、 体操、ゲームなど
㉒	サロンこぶし	南街老人福祉館	第二火曜 9:30～	うた、レクダンス、脳トレ
㉓	光ヶ丘オ-プ カフェ	第一光ヶ丘公園	第二土曜 10:00～	茶話会、ゲーム、体操等

○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。社会福祉協議会

○※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。

☎(564)0012