

あさがお

第9号(平成25年10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

介護予防体操楽ササイズの会は毎週水曜日、やまと苑の別館で開催されています。やまと苑が行う「地域懇談会」をきっかけに有志でスタートしました。活動は体操を中心に懇談会、茶話会なども取り入れながら、和気あいあいと行われています。

開始時刻前から集うメンバー。「ここに歩いてくることが介護予防です」「皆さんの顔に会うことが何よりです」との声が聞かれます。おしゃべりと笑い声の間に「あの人は今日どうしたのかしら？」と仲間を気遣う声も。活動開始から2年を経て、仲間同士の絆も深まっています。また、ヒザ痛や腰痛など要望に応じ重点的にトレーニングするなど柔軟に活動しています。また、ここでは参加者同士情報交換も自然に行われています。

サロン活動紹介9 介護予防体操楽ササイズの会



音楽に合わせて体を動かす

合間には笑顔とおしゃべり。

楽ササイズの会には60~80歳代の方が参加しています。体操についてもできないところは無理をせず、とにかく顔を見せ合うことを大切にしています。中には30分以上をかけて通う人も。「楽しく、仲よく、健康に」体操とふれあいの拠点として、楽ササイズの会は活動していきます。

サロンデータ

名称	介護予防体操楽ササイズの会
活動日	毎週木曜日10時~
会場	やまと苑別館
内容	体操、茶話会など

振り込め詐欺にご用心!

~「私は大丈夫」は危険です~

最近、振り込め詐欺の被害や未遂事件が市内で多発しているようです。家族や行政関係者などを騙った電話に十分ご用心ください! まずは落ち着いて、家族や友人など信頼できる人へ相談を!



社協からのお知らせ

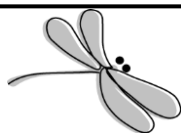
第36回福祉祭が開催されます! 市民の皆様から寄せられた寄付物品によるバザーや各種アトラクション、福祉団体・社会奉仕団体などの模擬店が出店されます。皆さまのご来場をお待ちしています。

期日:平成25年11月10日(日)10時~14時30分
(開会式は9時45分~)

会場:市役所中庭とその周辺、中央公民館ホール等

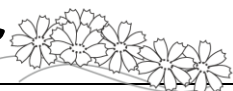
内容:市民からの寄付物品のバザー、団体の模擬店、PR、舞台アトラクション等

その他:お体のご不自由な方を除いて、車でのご来場はご遠慮ください。



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25.10.1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 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 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
㉑ ゆうえんち会	中央公民館	第四土曜日 10:00～ 偶数月 第1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)

○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