



イメージキャラクター  
なごみちゃん

# ふれあい・いきいきサロン通信

編集・発行：高松市社会福祉協議会  
☎(087)811-5666

第4号(平成28年3月)

名前(地区名)	おいでまいサロン(二番丁地区)
開催場所	二番丁コミュニティセンター他(週替わり)
開催回数	毎週1回
対象者・人数	地区の高齢者 20人程度

二番丁地区の保健委員さんが中心となって、毎週金曜日の午後に開催しています。地区内の高齢者の方が参加しやすいよう、週替わり4会場で開催しており、第1週目はコミュニティセンターで映画上映、第2週目以降は日和山会館、水明会館、乃村会館で「元気を広げる人」の声掛けのもと、時には運動の先生も招いて「のびのび元気体操」をし、季節の歌を唄って、介護予防に励んでいます。



サロンへはご近所さんで声をかけ合い、誘い合って来られます。みんなでたくさんおしゃべりをしながら、身体を動かしお茶を飲み、楽しい時間はあっという間に過ぎていきます。

左の写真は、おじゃみを使っての手遊び。高く投げて掴む・手の甲へ乗せる動作などを、まずは右手で次は左手で、最後は両手で、難しくなっても果敢にチャレンジ!

こんなに楽しいサロンですので、みなさん気軽においでまい!



高松市社協では、地域で孤立しがちな高齢者や障がい者、子育て中の母親などの交流の場や仲間づくりのために、サロン活動を実施する各地区社協に対して、活動費の一部を助成し、地域住民の手によるつながりと支え合いのある地域づくりを支援しています。

「ふれあい・いきいきサロン通信」では、各地区のサロン活動をご紹介します!

※助成の詳細や、掲載のサロンに関するお問い合わせは高松市社会福祉協議会へお願いします。



名前(地区名)	浅野地区元気会
開催場所	浅野コミュニティセンター
開催回数	年3回
対象者・人数	浅野地域の70歳以上の方 50人程度

香川郡香川町時代の平成7年度から、福祉委員さんを中心に、民生委員さんの協力体制のもと、「元気会」と名付けて香川地区で20年以上実施してきた「ふれあいサロン」です。

「元気会」っていいサロン名でしょ!

ふれあいサロンに来られた方々が、お互いに「元気かあ〜い!」と呼びかけ合うことに由来しています。



## 福祉委員さん手作りの食事!!



(女性です)

福祉委員さん なんでもします!!



平成26年度に香川地区から、大野・浅野・川東の3地区に分かれましたが、それぞれの地区で元気会を開催しています。

浅野地区の元気会は10:00~15:00まで、長時間開催しているので、タオル体操、のびのび体操、認知症予防のお話、さんさん保育園児との交流、「綾の小路綾まる」の漫談など、趣向を凝らした盛りだくさんのメニューを取り揃えています。

顔の見える関係をつくり、地域のなかの居場所を大切にしています。