



サロンの様子

高齢者の参加をつとめ、第2週の金曜日は身体を動かすストレッチ体操を行っています。第4週の金曜日は介護福祉課の講話、季節ごとの行事イベント、ボランティアによるスクエアステップなどゲーム活動を行っています。

サロンのウリ

町内地元での開催なので、自転車、徒歩で参加できる。顔見知りの人たちが多く、お互いにこえかけあって参加しています。井戸端会議的な話が遠慮なく飛び交って和気あいの雰囲気です。

運営費の確保

つくばみらい市社協サロン事業協力費 参加費無料

助成金よりパワーアップしたこと

これまで座布団であったが、足の悪い方も多く、サロン活動するためにイスが不可欠であり、購入したことにより、参加しやすくなった。

サロンをやってみてよかったこと

地元の高齢者の交流の輪が広がった。
多方面の勉強、ゲームができるのが楽しい。
各専門家の講話を聞き健康増進に役立っている。

これから居場所活動をはじめの方へのメッセージ

体力をつかいますので、情熱が大切です。

