

ふれあいサロン通信



苦社協マスコットキャラクター
ハートマちゃん
(サンタバージョン)



No. 5

●編集・発行／苦小牧市社会福祉協議会 ●2017年（平成29年）12月発行

苦社協ふれあいサロン 開催中！！

職員一同、心を込めて
おもてなしいたします♪

苦小牧市社会福祉協議会では、本年8月より社協サロンを開設いたしました。毎月第3木曜日 10:00～12:00 に市民活動センター3階で開催しております。

お住いの地域に関係なく、どなたでもご参加ただけて、時間自由、出入りも自由な気楽なサロンです。何時に来て何時にお帰りいただいても構いませんので、お近くにお越しの際はぜひお立ち寄りください。お一人でご参加いただいている方もたくさんいらっしゃいますよ！

外はとても寒いですが、楽しいおしゃべりでたくさん笑い、ゲームで軽く体を動かして心も体もリフレッシュしましょう！温かいお茶をご用意してお待ちしております。

苦社協 ふれあいサロン

内容

ふまねっと運動、ふくししく用品を使ったゲーム、圖射し、各種講座など
サロンについての相談（立ち上げ、運営）

場所

市民活動センター 3階

日時

12/21(木)10:00~12:00

1/18(木)10:00~12:00

2/15(木)10:00~12:00

どなたでも参加
いただけます。
参加費は無料です。

ふれあいサロンは 身近な場所で、

気軽に集まり、仲間と楽しむ 地域の憩いのたまり場です。

お問合せ 苦小牧市社会福祉協議会地域福祉課地域福祉係（担当：千寺丸）
住所：苦小牧市若草町3丁目3-8 市民活動センター内
電話：32-7111 FAX：34-8141



サロンレポート



ふまねっと運動サークル(光洋町内会)

5月24日(水)

開催場所	光洋町総合福祉会館 (光洋町2-1-16)
開催日	毎月1回 第4水曜日 10:30~11:30
対象	町内在住者(介護の必要のない方)



ふまねっと運動は、網を踏まないように注意して歩く運動で、全身のバランス機能や認知機能の向上が期待できます。初めは簡単な動作から、徐々に難しい動作(手をたたくなどの動きをつける)になっていきます。歌と手拍子で盛り上げて、みんなで楽しく脳とからだの健康づくりをしています。

ふれあいサロン美光(美光町内会)

7月21日(金)

開催場所	美光町総合福祉会館 (美園町1-10-10)
開催日	毎月1回 第3金曜日
対象	美光町内会地域にお住まいの概ね65歳以上の方



平成29年5月に設立された新しいサロンです。今回は、約25名が参加。みんなで美味しい昼食をいただいた後、ゲームをしました。ボールボードゲームと麻雀に分かれ、大きな歓声が会館を包んでいます。開設して間もないサロンですが、和気あいあいと楽しい時間を過ごしました。

社協に登録いただいているふれあいサロンの様子を毎回少しずつご紹介いたします。
 今回は、今年度立ち上げの新サロンから老舗サロンまで、バラエティ豊かにご紹介いたします。
 掲載にご協力をいただきましたサロンの皆さま、どうもありがとうございました。

ふれあいサロン (しらかば西町内会)

11月8日 (水)

開催場所	しらかば総合福祉会館 (しらかば町 5-6-8)
開催日	毎月 1 回 第 3 水曜日 10:00~12:00
対 象	町内在住者 (年齢問わず誰でも)



平成 29 年 9 月設立の新しいサロンです。今回は、苫小牧市役所の方から『食のチカラ』について講話を頂き、大変興味深く聴かせていただきました。「輪投げ 4WD」や「あいうえおカードを使った脳トレ」を行い、楽しい時間を過ごしました。好天に恵まれ、約 40 名もの方が参加、小さなお子さんも一緒にゲームをするなど、素敵な一日となりました。

桜坂ふれあいサロン (桜坂町町内会)

11月15日 (水)

開催場所	桜坂町センターハウス (桜坂町 2 丁目)
開催日	毎月 1 回 第 3 水曜日 10:00~12:00
対 象	町内在住者誰でも



平成 29 年 9 月設立の新しいサロンです。今回は、ふまねっと運動や「あいうえおカード」を使つての脳トレなどで盛り上がりました。年内最後の開催ということで、昼食にはみんなでカレーライスを食べ、午後からはカラオケを楽しみました。初参加の方も 4 名参加していただきました♪

サロン花園 (花園町内会)

10月21日(土)

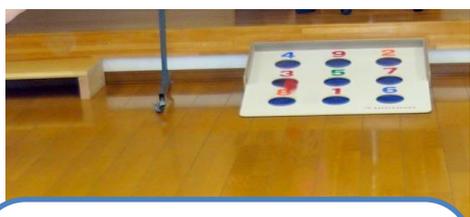
開催場所	花園町内会館 (花園町 3-1-3)
開催日	毎月1回 第3土曜日 10:00~12:00
対象	花園町にお住まいの方



今回は、2回目のふまねっと運動を行いました。ほとんどがふまねっと運動を初めて体験される方で、サロンにいらしていた方の半数くらいがチャレンジされました。毎回、カラオケやおしゃべりを楽しみに、たくさんの方が参加しています。

ふくしレクリエーション物品 貸出しをしています！！

地域の貸出対象者に対して、ふくしレクリエーション物品(37品目)を貸し出しております。その中で、最近、人気の3品目をご紹介します。この3品目以外にも福祉レクリエーション物品を貸し出しておりますので、詳細につきましてはホームページをごらんいただくか、地域福祉課までお問合せください。



ボールボードゲーム！！

専用のクラブを使ってボールを打ち、得点の書かれた9つの穴に入れて競うゲームです。座ったままでも楽しめます！



ストライクボードゲーム

お手玉のような軽い球を投げて、数字の書かれた的に当てるゲームです。チームを作って、対抗戦にしても盛り上がります！

とまこまい ご当地かるた！

ご当地である苦小牧にちなんだ「かるた」です。

解説豆本が付いており、みんなで楽しみながら郷土について学ぶことができます。



お問合せ 苦小牧市社会福祉協議会地域福祉課地域福祉係 (担当：千寺丸)