



ふれあい・いきいきサロン通信

ふれあい・いきいきサロンは地域の誰もが気軽に参加できる地域の楽しい集いの場です。

春らしく暖かい日が増えて、桜の開花が待ち遠しい季節となりました。気候の変化に気をつけて、元気に春を迎えましょう。どうぞ体調に気をつけてお過ごしください。



サロン交流会を開催しました♪



市内のサロンが一堂に会し、互いに活動などを報告し合い、意見交換を行う「サロン交流会」を開催しました。

2月4日(水)、総合福祉センターにてサロン交流会を開催し、25サロン39名の皆様と、6カ所の地域包括支援センター、多摩市高齢支援課の方々にも参加いただきました。

今回は「介護予防」をテーマとして、元気で過ごすための健康体操、体力づくりを実践している2つのサロン活動を紹介しました。(下記参照)

また、多摩市地域包括支援センターより「介護予防教室」「おたっしゃ健診」などの紹介と、多摩ボランティア・市民活動支援センター登録団体である筋力向上サポーターズクラブの方から座ったままでできる筋力向上体操をご紹介いただき、参加者で実際に体験してみました。



筋力向上サポーターズクラブの出張体操は、費用、時間、人数など調整が必要です。希望日の1カ月以上前に、多摩ボランティア・市民活動支援センターへご連絡ください。



★愛宕第一住宅サロン★

毎週水曜土曜の2回、ラジオ体操やDVDを見ながらストレッチ体操を行っています。第3土曜日は、リハビリデイサービス「笑う門」の協力による運動機能向上のための体操を行っています。



参加者の

もっと交流会で皆さんと話したかった。

体操もいいけど、散歩などウォーキング、トランプ、コーラスなども行っていきたい。

★桜ヶ丘まちネット・にこにこサロン★

第1～4木曜日の活動の中で、第3木曜日に「桜ヶ丘いきがいデイサービス」の協力のもと、介護予防体操を行っています。自由参加で、茶話会も同時進行で行っています。毎回、たくさんの参加者で、楽しく体操を行っています。





新しいサロンのご紹介



★落合4の3おはなし会★

住民が近くの集会所に集い、親睦をはかっています。高齢者や、おひとり暮らしの方に参加のお声掛けをしています。

読み聞かせ、紙芝居、茶話会、散歩などを行っています。

- 日 時： 第2、4火曜日 16:00～17:30
- 場 所： 落合4-3集会所
- 参加費： 100円/月



登録サロンの皆さまへ

下記の書類の提出はお済ですか？

- ①平成27年度 ふれあい・いきいきサロン登録カード
- ②ふれあい・いきいきサロン活動補助金交付申請書(第1号様式)] ①または②
- ③平成26年度 ふれあい・いきいきサロン開催報告書(第6号様式)
(平成26年4月～平成27年3月：未提出の月)
- ④平成26年度 ふれあい・いきいきサロン事業実績報告書(第7号様式)
- ⑤平成27年度 協力者名簿

※④は平成26年度助成金を交付されたサロンのみ

提出締切 ①または②と⑤・・・3月13日(金)
③と④・・・4月15日(水)



未提出のサロンの方は期日までに上記の必要書類をFAX、郵送または直接窓口に持参にてご提出下さい。

(④につきましては、押印があるため、FAX不可。郵送または直接窓口にお持ち下さい。)

なお、①または②と⑤のサロン登録申請の提出がないと、4月以降のサロン保険の手続きができませんので、お早目にご提出をお願いいたします。

▽問合せ (社福)多摩市社会福祉協議会 地域福祉推進課 まちづくり推進係
 多摩市関戸4-72ゲイタ・コミュニェ7階 多摩ボランティア・市民活動支援センター内
 TEL373-5616 FAX373-6629