



いきいき交流会♪



3月10日にふれあい・いきいきサロン交流会を開催しました。

普段、地域のふれあい・いきいきサロンで活動いただいている皆さまに、楽しく体を動かしてもらおうとたんけん倶楽部の田中康雄先生を講師にお迎えし「自分に合った運動・筋トレ・歩き方を学ぼう」と題して体の動かし方のコツや、無理のない歩き方など、ふれあい・いきいきサロンだけでなく日々の暮らしに活かせるためになる講演をしていただきました。

身体を動かした後は、お茶を飲みながら情報交換会を行いました。

ふれあい・いきいきサロンで工夫されていることや、心配なこと困っていること、日々の近所づきあいの大切さなど様々なことをわいわい話していただきました。

社協ではこれからも、ふれあい・いきいきサロンという大切な地域の集いの場を交流会やレク講師の調整出張ふくし教室や助成金などを通して支援していきます！

お伺いします！出張ふくし教室

丹波市社会福祉協議会では、ご依頼をいただいた場所、時間、内容で出張ふくし教室を行います！

「地域の福祉について学びたい」「いきいき百歳体操やふれあい・いきいきサロンなどの集いの場づくりについて教えてほしい」「介護のことについて教えてほしい」「脳トレゲームなどで楽しく」などな要望に合わせたふくし教室を行います。ふれあい・いきいきサロンや自治会の集まり、企業の研修など様々な場面に行かせていただきますので、

お気軽にお問い合わせください♪

西部支所：TEL 0795 - 82 - 4613

FAX 0795 - 82 - 4755



出張ふくし教室で学びと脳トレ

3月2日に地頭ふれあいサロンで出張ふくし教室を行いました！

地頭自治会で行なった出張ふくし教室がきっかけでふれあい・いきいきサロンが始まり、始まってからも今回で3回出張ふくし教室を利用いただいています♪

みなさんと和気あいあいとした、楽しい時間を過ごさせていただきました♪



いきいき百歳体操スタートのきっかけは…!?

西田井 いきいき百歳体操
がんばろう!!



3月12日に幸世地区の西田井自治会でいきいき百歳体操がスタートしました!

西田井自治会が百歳体操を始められたきっかけは、幸世地区のほっこりさちよサポート会議で実施された各自治会の支えあい活動をまとめたアンケートです。

アンケートをまとめた一覧表を基に、ほっこりさちよサポート会議で自治会長、民生委員児童委員、民生児童協力委員との交流会が行われ、他自治会の取り組みを聞かれた自治会長の藤本大助さんが西田井自治会でもいきいき百歳体操が実施ができればと始められました。

当日は男性の参加も多く、19名の方が参加されていました。今後は、体操の後にお茶を飲みながらみんなで気軽にわいわい話ができる場になればと話されていました。

このように他の自治会の取り組みを参考にしながら少しずつ集いの場や支えあいの活動などが地域にひろがっていくと良いですね♪

本郷なごみ会サロン寄席

3月3日「ひなまつり会」サロンが本郷公民館で行われました。食事会の後はお楽しみの落語寄席です。落語を披露してくださったのは一般社団法人 am*am で就職に向けて頑張っておられる大垣拓夢さん。巧みな話術に皆さん引き込まれ、落語三席を聞き、大笑いされました。大垣さんは一度聞いたものは覚えられるそうで、二席の落語は3日前に初めて聞いたものを披露したと言われていました。ボランティアの代表者が大垣さんが小学1年の時の音楽の先生だったことがわかり、人の繋がりと同時に世の中の狭さを実感されていました。



令和6年度も大変お世話になりました。地域の皆さまに支えていただき、様々な取り組みを実践することができました。来年度も丹波市社会福祉協議会西部支所をよろしくお願いいたします。

