



湊本町いきいきサロン

高②⑥

サロンテーマ

「笑顔あふれるたまり場」

サロンのPRポイント

気軽に集まれるたまり場として、色々な活動を行えるロンを始めました。



▲腕を伸ばす体操に挑戦

サロンの情報

開催場所	対象	開催日時	参加費
湊公園ふれあい館 湊町内旧四丁目十字路	自治会会員及び 近隣の方	毎週 火・金曜日 火) 10:00~11:30 金) 10:00~11:00	無料 (行事の際は別途)
主な活動内容			
おしゃべりや健康体操をはじめ、各種講演を行ったり、歌声喫茶やハーモニカ演奏会などを行っています。			

こんな人たちともつながって活動しています！

防災パトロール隊や民生委員・保健推進員をはじめ、シルバーリハビリ体操指導士の方や地域包括支援センター（おとしより相談センター）とつながって活動しています。



サロンで工夫していること (運営や活動、内容について)

できるだけ多くの方が参加できるような企画を考えて活動しています。参加者が自主的に参加できるような雰囲気づくりを心がけています。

サロン参加者からの声 (ひとこと)

健康体操や認知症予防の講演会など、色々有効な企画をしていただき、ありがとうございます。

