

## サロンテーマ

「気軽におしゃべりができるたまり場」

## サロンのPRポイント

誰でも参加でき、気軽にお茶を飲みながらおしゃべりを楽しみ、健康や生きがい、仲間づくりの場になるように活動しています。



▲三味線に合わせてみんなで歌います

## サロンの情報

開催場所	対象	開催日時	参加費
3710屋（湊泉町）	開催場所に自由に来られる方	第1火曜日 13:30~15:30	1回 100円~200円
<b>主な活動内容</b> 健康体操や三味線の伴奏ありの歌、カルタ取りや認知症すごろくなどのゲーム、他にも牛乳パックを利用した小物づくりやお茶飲みやおしゃべり等いろいろ取り入れて活動しています。			

## こんな人たちともつながって活動しています！

東部おとしよりセンターの方に来ていただき、認知症予防のお話や体操をお願いしています。ヤクルト販売の方に腸や免疫のお話をさせていただきました。



## サロンで工夫していること（運営や活動、内容について）

活動内容がマンネリにならないよう、講座や物づくりを取り入れ、年間計画をもとに楽しく参加できるようにしています。

## サロン参加者からの声（ひとこと）

人との触れ合いが減ってきている生活の中で、サロンに参加することは私にとって心身の健康に良く、ホッとできる居場所になっています。健康教室や、小物づくり等の生活に役立つ講座があり、開催される日が楽しみです。

