

ふれあい・いきいきサロンだより 第26号 (平成28年11月号)

札幌市社会福祉協議会 地域福祉課 地域福祉係 発行

住所：札幌市中央区大通西19丁目1-1 札幌市社会福祉総合センター3階

電話：011-614-3344 FAX：011-614-1109

ホームページ：http://www.sapporo-shakyo.or.jp/

新しく登録したニューフェイスサロン紹介！

参加者のペースを
最優先に！

ワクワクサロン（北区屯田地区） 高齢者サロン／7月登録

開催日時：月4回（第1、3土曜日：10時～14時 第2、4土曜日：9時30分～12時）

問い合わせ：北区社会福祉協議会

区社協職員から一言

『体操』『発声』『叩いてかぶってじゃんけんポン』『ダンス』『歌』・・・元気であるために楽しく集まろう！それが「ワクワクサロン」のモットーです！一見「体を動かす内容が多くて難しいかも・・・」と思われるかもしれませんが、そんなことはありません。「歌の先生」や「ダンスの先生」とそれぞれ教えてくれるメンバーがいて、初心者の方でも、その方のレベルに合わせて参加できるように工夫がされています。



その他の内容も、皆さんが楽しめるよう、意見を出し合いなるべく簡単に参加できるように工夫されています。また、サロン当日だけでなく、家に帰ってからも楽しめるようなお土産もつくっています。

まだできてから日が浅く、様々な町内会の方が集まっているサロンですが、参加者同士のかかわりも自然で、初めての方でも気軽に参加しやすい雰囲気になっています。内容は参加者で話し合っていて決めているので、これからメンバーが増えていくと、さらにサロンのメニューも楽しさも広がっていくと思います。

次の開催日が待ち遠しくなる「ワクワクサロン」。会場も広く、まだまだたくさんの方が参加できますので、お一人はもちろん、お友達を誘って気軽に参加してみませんか？

活動中サロンからの報告 あたたかな雰囲気がわかります！

～厚別区「友和会ふれあいサロン」から素敵な活動報告書が届きました～

月一回、日を決めずに、都合の良い日に合わせて活動しています。出席して下さる方は年配で、一人暮らしの方も多いため、普段家で作れないもの、また温かいものを…と考え、食事に力を入れています。料理は参加者全員で作ることもありますが、台所も狭いので、料理担当する方4～5人、その間手の空いている方は折紙や刺し子、リース等の色々な小物作りをしています。

❖4月の食事 ワカメごはん（じゃこ入り）、とんぺい焼き、三平汁、漬物、デザート・・・

報告書にはサロンで作ったコースターなどのイラストも描いてくれました！

サロンの様子を、社協にもそして多くの方にお伝えください！

サロンで使えるメニュー

アナグラムクイズ

有名人の名前をひらがなに
順番を入れ替えると・・・
不思議な日本語に！！
思わず、「くすっ」としてしまう
クイズです。

「アナグラム」とは「言葉のつづりの順番を変えて、別の語や文を作る遊び」です。言葉遊びの一種ですが、今回は、有名人の名前を並び替えてみましょう！

次の名前を並び替えてできる言葉は、1～4のどれでしょうか？

例) みかん→みんか もりた→たもり というように順番を変えると違う意味になります。

① 伊藤博文 (いとうひろぶみ)

- | | |
|----------------------|---------------------|
| 1. ヒロシぶつかる (ひろしぶつかる) | 2. ヒロシ海飛ぶ (ひろしうみとぶ) |
| 3. 広島風味 (ひろしまふうみ) | 4. 広い海飛ぶ (ひろいうみとぶ) |

② 稲垣五郎 (いながきごろう)

- | | |
|----------------------|----------------------|
| 1. 老人が来ない (ろうじんがこない) | 2. イナゴを食おう (いなごをくおう) |
| 3. 老後長生き (ろうごながいき) | 4. ローンが長い (ろうんがながい) |

③ 木村拓哉 (きむらたくや)

- | | |
|--------------------|--------------------|
| 1. やむなく来た (やむなくきた) | 2. やたらキムチ (やたらきむち) |
| 3. 来たら悔やむ (きたらくやむ) | 4. 暗闇きた (くらやみきた) |

④ 郷ひろみ (ごうひろみ)

- | | |
|-----------------|-----------------|
| 1. セミ拾う (せみひろう) | 2. ゴミ拾う (ごみひろう) |
| 3. ゴマ拾う (ごまひろう) | 4. 孫拾う (まごひろう) |

⑤ 森鷗外 (もりおうがい)

- | | |
|-------------------|---------------------|
| 1. イモリが王 (いもりがおう) | 2. ヤモリが王 (やもりがおう) |
| 3. タモリが王 (たもりがおう) | 4. モリモリが王 (もりもりがおう) |

⑥ 松井秀喜 (まついひでき)

- | | |
|-------------------|-------------------|
| 1. いつもきつい | 2. まじできつい |
| 3. 暇できつい (ひまできつい) | 4. 服がきつい (ふくがきつい) |

⑦ 田中角栄 (たなかかくえい)

- | | |
|---------------------|--------------------|
| 1. 田中真紀子 (たなかまきこ) | 2. 内閣変えた (ないかくかえた) |
| 3. 日本を食べた (にほんをたべた) | 4. 田舎戦え (いなかたたかえ) |

サロンのメンバーの名前も順番を入れ替えると・・・どんな楽しい日本語になりますか？

是非、試してみてくださいね！

メニュー紹介：介護予防センターまこまない

介護予防センターは身近な相談窓口！ ～社協は6か所のセンターを受託しています～

介護予防センターは、介護保険法に基づき運営している公的な機関で、札幌市の委託事業です。

地域の高齢者の皆様の健康づくりを目的に、介護予防教室や出前講座の開催、福祉活動を支援するとともに、地域のボランティア等の育成支援にも努めています。

～毎月3日は見守り・訪問の日～ サロンも見守り活動のひとつです！

