

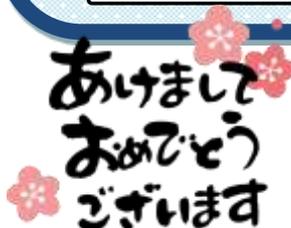
ふれあい・いきいきサロンだより 第27号 (平成29年1月号)

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/>



今年も、社協は皆さまのサロン活動を応援していきます！

サロンだよりでは、今後も、すてきなサロン活動やサロンに参考になりそうなメニューを紹介させていただきます。どうぞよろしくお願いいたします。

新しく登録したニューフェイスサロン紹介！

マンション管理組合のプロジェクト発！

えがおサロン「モンテラス」(豊平区南平岸地区) 高齢者サロン／4月登録

開催日時：月1回(毎月10日前後の平日：10時～12時)

問い合わせ：豊平区社会福祉協議会

区社協職員から一言

サロン運営は「モンテベルデ澄川管理組合」から立ち上がった「高齢者サポートプロジェクト」の皆さんです。マンション居住者の半数が65歳以上の高齢者。独居者も次第に増えつつある中で、「同マンションの居住者同士がサロンを通して、少しでも顔なじみとなり気軽に声を掛け合える雰囲気を作っていきましょう」という目的で開設されました。えがおサロン「モンテラス」は「遠くの身内より近くの知り合い！」をモットーに、一人でも多くの顔なじみをマンション内で増やしてもらうため、気軽に集まっておしゃべりを楽しめるサロンです。



サロン名に「えがお」と付けたのは、参加する人たちが「いつも笑顔で過ごせる」という願いから。また、マンション名の「モンテベルデ澄川」と「カフェテラス」を合わせて愛称を「モンテラス」と名付けましたが、実は“天国の門を照らす”という、もうひとつの意味も込められています。

これまで、「高齢者サポートプロジェクト」が何回かにわたって開催してきた介護保険や認知症、老人ホーム等についての“高齢者のための勉強会”の参加者に声掛けをした事もあって、最初から30名近くの参加者が集まりました。私が訪問した第1回は参加者全員が輪になって座り、順番に自己紹介。ラジオ体操で体をほぐした後は

お好きな椅子に腰掛けてお菓子を食べながらのおしゃべり。サロン開設場所である集会室は大勢の方でいっぱいになり、雑談を楽しむ皆さんの元気で明るい笑顔で、「モンテラス」の愛称どおり集会室が明るく照らし出された心地よい空間となっていました。

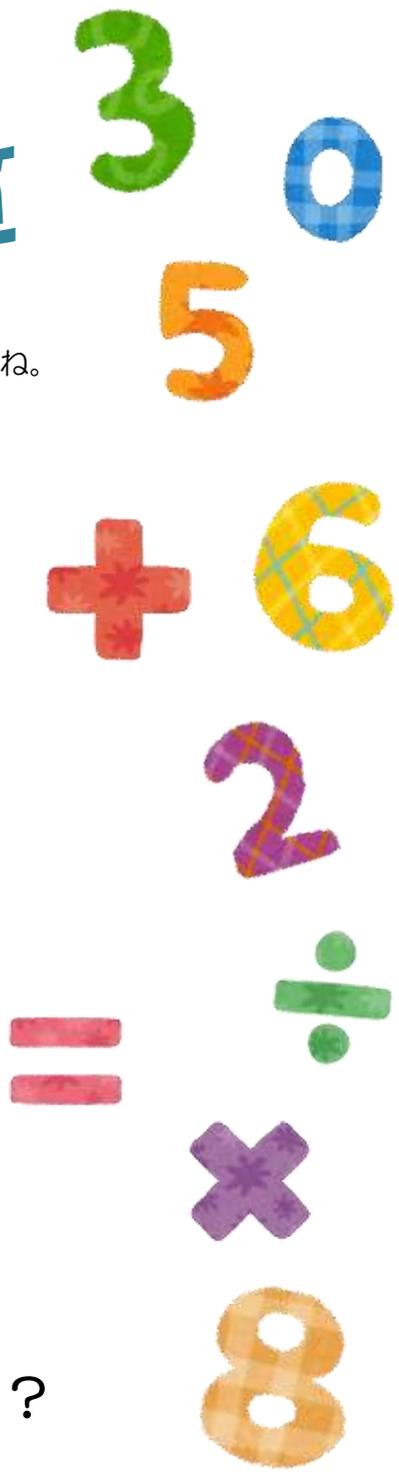


サロンで使えるメニュー

ひらがな足し算

簡単な足し算でも、数字ではなく「ひらがな」にしたら意外と難しい！
頭の中で数字に直して、それから計算… 脳トレにも効果がありそうですね。
お正月で、少しお休み気味の脳に、良い刺激を与えてみませんか？
足し算だけでなく、引き算や掛け算も、問題は簡単に作れるので、
サロンでも是非、お試しください！

- (1) じゅうたすし = ？
- (2) にじゅうしちたすじゅうに = ？
- (3) ごじゅうろくたすにじゅうさん = ？
- (4) じゅうはちひくきゅう = ？
- (5) さんじゅうしちひくにじゅうし = ？
- (6) よんたすごたすろく = ？
- (7) じゅうごたすじゅうしひくく = ？
- (8) ろくたすしちひくにたすいち = ？
- (9) ひゃくろくじゅうさんかけるいち = ？
- (10) にじゅうかけるにわるし = ？



メニュー紹介：介護予防センター北栄

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!

