

ふれあいサロン 中村

(都於郡3区)

便利



令和3年6月17日(木)、都於郡3区のふれあいサロン中村に行ってきました。

当日は、地元区長 山崎芳幸さんやサロン代表の原田美弘さん、民生委員児童委員の森康雄さん含め中村地区の方々が多く参加されていました。

この日の内容としては、宮崎市から「ミシェル日高&健康体操」が披露され、プロ並みの手品が決まるたびに歓声が挙がっていました。また、健康体操では、音の振動を手にするなど珍しい体験をされていました。

サロン終了後に、少し時間をいただき、西都市地域包括支援センターの紹介と**熱中症は予防が大切！『こまめな水分補給』を！**を紹介させていただきました。

(裏面に続く)



これが令和3年度「ふれあいサロン中村」の日程表です！

ふれあいサロン中村は、とても充実したサロン活動がなされています。前頁で紹介した「マジック」のみならず、「ひょっとこ」や「笑いヨガ」「健康体操」に「社会見学」や「遠足」もあり、そして、毎年、年末には子ども達も集い「年越しそば」が振舞われます。

ふれあいサロン中村では、毎年3月に年間日程表を作成し、地区住民に配布しています。**各地区のサロン事業でも年間日程表を作成してみませんか？**

日 程	時 間	活 動 内 容	備 考
4月16日（金）	10時～	アコーディオン（八田）&ひょっとこ（バラ寿司）	材料代（自己負担300円）
5月21日（金）	10時～	室内ゲーム	お茶菓子
6月17日（木）	10時～	マジック（ミシェル日高）健康体操	食事会（自己負担300円）
7月16日（金）	10時～	室内ゲーム&熱中症対策	お茶菓子
8月27日（金）	10時～	室内ゲーム	お茶菓子
9月 日（ ）	8時45分集合	社会見学会（ 人）	婦人部 9時出発
10月22日（金）	10時～	遠足（西都原・花見） 雨天延期10月29日	食事会（自己負担 500円）
11月19日（金）	10時～	笑いヨガ	お茶菓子
12月25日（土）	10時～	年越しそば「農・地・水夢つくる里中村」共催	
1月21日（金）	10時～	室内ゲーム	ぜんざい
2月18日（金）	10時～	おしゃべり&健康体操 宇田津真理子	食事会（自己負担 300円）
3月18日（金）	10時～	ハーモニカ演奏・室内ゲーム	お茶菓子



【生活支援コーディネーター（＝地域支え合い推進員）のコメント】

生活支援コーディネーターは、地域での「お互いさま」の関係や地域の支え合いの仕組みづくりをすすめています。

他地区でも、貴重な「お宝」（身近な支え合い）が沢山あるかと思います。貴重な「お宝」（身近な支え合い）を知っている方は、生活支援コーディネーターに教えてください。『支え合いのかたち』をつなげて・広めて、みんなで支え合う「西都」を目指していけたらと思っています。

【発行元・問い合わせ先】

西都市生活支援体制整備協議会



GoogleMapで
開催場所などを
見ることができます！



●西都市全体（第1層）生活支援コーディネーター
西都市社会福祉協議会

☎ 4 3 - 3 1 6 0

●地区別（第2層）生活支援コーディネーター

（妻北・穂北・東米良）

西都市北地区地域包括支援センター

☎ 3 2 - 9 5 9 5

（妻南・三納・三財・都於郡）

西都市南地区地域包括支援センター

☎ 4 1 - 0 5 1 1

●西都市役所 健康管理課 地域包括ケア推進係

☎ 3 2 - 1 0 2 8