



本宿コミュニティカフェふれあい

佐原地区

本宿地区社協（逸見 議 会長）では、月2回、本宿コミュニティにてコミュニティカフェ「ふれあい」を開催しています。

普段、おしゃべりや外出の機会が少ない高齢者にとって貴重なふれあいの場です。



細かい作業で脳トレ



丁寧に作りこんで



工夫を凝らした茶菓のご提供！



この看板が目印です！

開催場所・日時=本宿コミュニティ
月2回（第1・第3金曜日）午前10時～午後3時
対象=本宿地区在住の高齢者（概ね65歳以上）
内容=茶菓の提供など（茶菓代100円。
コーヒー、紅茶、日本茶はおかわり自由）



協議体「ふれあい山田」

山田地区

「ふれあい山田」では、地域支え合い活動の話し合いの場として地域の皆さんの他、高齢者クラブ、高齢者福祉施設、リハビリ協会、地域包括支援センター等で、情報交換や地域の課題解決に向けての話し合いを行っています。



5月17日
グループワークの様子



7月5日
話し合いの後に
ポッチャを体験！

NEXTかとり様よりご寄付を頂きました！

NEXTかとり様からパイプ椅子を60脚ご寄付いただきました。もりもり体操や地域サロン等への貸出用として大切に活用させていただきます。ありがとうございました。



多田先生
ありがとうございました！

おしらせ

- ・こんな活動をしてみたい！
- ・誰かに手伝ってもらいたい
- ・他の地区の情報をもっと知りたい！
- ・ご近所でお困りの方を知っている
- ・今の活動に行き詰まりを感じている
- ・どこに相談していいか悩んでいる

ぜひお気軽に下記までご相談をお待ちしています！



社会福祉法人香取市社会福祉協議会
電話 54-4410 FAX 54-4797

〒287-0003
香取市佐原134番地3
みんなの賑わい交流拠点コンパス 3階

ホームページ

香取市社協

検索



香取市生活支援体制整備事業広報誌

令和5年10月15日発行

6杯目

ごはんにふいかけ！

普段の生活をより良いものにするお手伝い



高齢者クラブの活動や香取もりもり体操の効果が出た！？

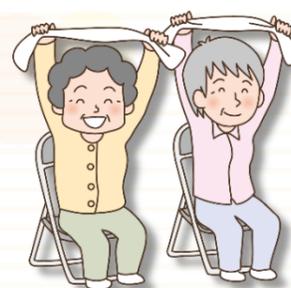
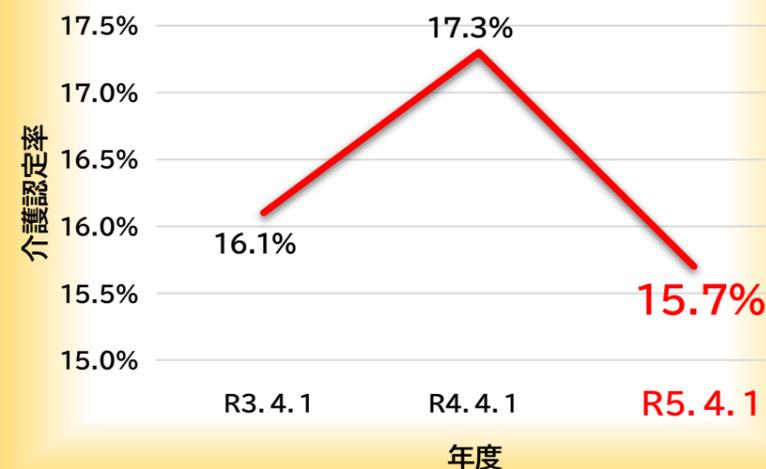
注目！東大戸地区で介護認定率が減少！

佐原地区

東大戸地区には、高齢者クラブの活動や香取もりもり体操など、様々な集いの場があります。

また、配食サービスの拡大や協議体会議を重ねることで、高齢者同士の支え合い活動が広がり、更には、この3年間で介護認定率が下がりました。これは、フレイルの予防に繋がり、健康寿命が伸びている証拠。これからも、たくさんの活動が繋がって、住み慣れた地域で元気に暮らせることを目指します。

東大戸地区介護認定率の推移



新寺さくらクラブ

森戸第一菜の花会・森戸第二福寿会



大戸なごみの会



ぞくぞく！スタート！話題の集まりの場をご紹介します！

個性が光る！各地域での取り組みをご覧ください！

NEW! 白井ピンコロ会 < 小見川西地区 >

今春より白井地区にて開始しました。印象深い名前は「ピンピンコロリ」が由来で、「人生の最期まで元気に楽しく生きよう！」という共通目標を表現しています。また、脳トレや健康講座をはじめ、様々な行事を実施するなど多彩な内容で参加者から「毎回来るのを心待ちにしている！」と次回まで待ちきれない様子でした。



準備体操から全力で挑む皆さん



後出しジャンケンって意外と難しい！？



多田先生のユーモアたっぷりの指導

【開催場所・日時】 白井青年館 毎週月曜日 午後1時～3時頃迄

NEW! 南四ツ塚もりもり体操クラブ < 山田地区 >

「みんなで楽しくおしゃべりして認知症予防。心も体も元気に!!」をモットーに4月からもりもり体操を中心に活動を開始。60代から90代の方が参加しています。9月25日には、市の介護予防講座「膝痛予防・腰痛予防体操」を多田先生にご指導頂き、参加された方から「おかげで膝痛が軽くなり、杖をバッグにしまって帰ります。ありがとうございました。」と嬉しい声も聞かれました。



ボッチャに挑戦！！



腰痛予防改善「だるまさん体操」を実演

【開催場所・日時】 南四ツ塚青年館 第2・第4月曜日 午前10時～11時半頃迄

NEW! さろん、よりみち < 佐原地区 >

瑞穂地区の谷中集会所で「さろん、よりみち」がスタートしました。手芸を中心に活動しており、季節を感じるお飾りや秋から冬には編み物など、代表の嶋村さんを中心に、参加者同士が得意なことをアドバイスしながら和気藹々と活動しています。

お時間あれば是非、「よりみち」してください。



朝顔をモチーフにした壁掛け



木目込み



手編みの帽子



五月人形飾り

次は、ちいめん de 鏡餅を作る予定です♪



集中しながら会話はずみずみ



様々な作品が創られています

【開催場所・日時】 谷中集会所 毎月第1・第3木曜日 午後1時30分～3時30分

NEW! 平台サロン < 佐原地区 >

4月から「平台シニアクラブ」のもりもり体操がスタートしました。健康促進と社会交流を目的に、幅広い年齢層の参加者が元気に活動しています！



動きのコツをつかんでじっくり筋力アップ！



みんなと一緒に楽しみながら「香取りもりもり体操」！！

【開催場所・日時】 平台自治会館 毎週火曜日 午前10時半～11時半頃迄