

## 茶論(サロン) 大池東「となり組」

平成26年1月、向こう三軒両隣、6人で百歳体操を立ち上げました。毎週月曜日は百歳体操の後、高血圧対策の裏技「タオルグリップ」をしながら井戸端会議を楽しんでいます。毎月最終月曜日は茶話会や誕生日会などをしています。

開催日時：毎週月曜日 9時30分～

開催場所：大池東集会所

参加費：茶話会、誕生日会は

200円～300円

お問い合わせ先：武田 弘則

81-1880



● サロンに関するお問い合わせや相談は ●

玉野市社会福祉協議会（社協）

(0863) 31-5601

地域包括支援センター（包括）

(0863) 33-6600

※尚、今回のパンフレットのサロン紹介欄には、資料のご提供をいただいたところのみ、記載させていただいている。

### ～サロンまでの流れをご紹介します～

相談

私の地域にもサロンがほしいんだけど・・・?  
●下記のお問い合わせ先にお気軽にご相談ください。

準備

どんな準備が必要なの・・・?

- 中心メンバーを集める  
一緒にサロンを立ち上げるメンバーを募りましょう！
- 場所の確保（集会所、公民館、空き家など）
- 自治会などにサロンの説明及び、開設の了解を得る
- 地域の人に参加を呼びかける
- 活動開始前に、助成金の申請とサロン保険へ加入

活動開始

さあ、はじめよう！

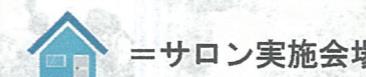
- サロンを開く  
「気軽に」「無理なく」「楽しく」「自由に」がサロンの魅力です  
担い手と参加者が一緒になって、サロンのルールを  
決めていきましょう！

## 楽しいでえ～うちのサロン！



「ふれあい・いきいきサロン」は、地域の高齢者がつどい、さまざま活動をとおして、日頃の楽しみや困りごとなどを話し合う、地域の縁側、お茶の間のような場所です。地域に気軽に集まれる場や交流できる場が増えることで、仲間づくりや介護予防につながります。

### 〈玉、奥玉、玉原、和田、日比エリアのサロンのご紹介〉



=サロン実施会場



=サロン・百歳体操実施会場

さくらサロン(玉原ニュータウン)  
(玉原ニュータウン集会所)

サロンさつき(玉原)  
(さつき集会所)

玉原愛サロン  
(玉原市民センター)

サロンつぶやき  
(玉原大池集会所)

奥玉サロン  
(玉市民センター奥玉分館)

サロン白砂  
(奥玉白砂会集会所)

市民会館

玉お元気クラブ  
(児童館)

大池東となり組  
(大池東集会所)

なごみサロン  
(日比市民センター)

高齢者ランチサロン  
(和田市民センター)

サロンすみれ  
(御崎シーサイド)

(平成29年3月末現在)