

# ニコニコサロン

平成26年7月より発足したサロンです。  
 私たちは、日常の運動不足解消にと、いきいき百歳体操を取り入れ高齢者が健康で毎日をニコニコ過ごすようにとニコニコサロンと名付けました。つきまして、活動もいきいき百歳体操が主体です。毎週水曜日の午前10時より、いきいき百歳体操を実施しています。その中で毎月最後の水曜日を参加された人の親睦の場として茶話（おしゃべり）会を開いています。

開催日時：毎週水曜日 10時～いきいき百歳体操  
 毎月最終水曜日 いきいき百歳体操後  
 開催場所：大藪公会堂  
 参加費：200円  
 お問い合わせ先：三宅 妙子、三宅 愛子



いきいき百歳体操



茶話（おしゃべり）会

# 後閑サロン

後閑サロンは、平成26年9月開始です。百歳体操を毎週月曜にし、奇数月の第4月曜にサロンをしています。お花見は弁当を注文し楽しく会食しました。誕生日会で自己紹介の後、故郷の話に盛り上がりました。親睦を深めました。

開催日時：毎週月曜日 13時30分～  
 開催場所：後閑公会堂  
 参加費：実費徴収  
 お問い合わせ先：代表 豊田陽子  
 41-2413



お花見会食



誕生日会

# しおさとサロン

塩作りの里、山田。塩の専売庁舎、文庫は国の登録有形文化財です。希少価値の高い産業遺産となっています。塩の歴史と共に「しおさとサロン」と命名。昨年11月に発足し、地域と共に歩み、ふれあい、楽しんでいます。

開催日時：第3火曜日  
 13時30分～15時30分  
 開催場所：しおさい 7月～9月は「夢」で開催  
 参加費：200円～300円  
 お問い合わせ先：成山 佳子  
 41-2533



いきいき百歳体操



ひなまつり会

私達もサロンを作りたいわ

どこに相談すればいいのかしら



● 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）31-5601  
 地域包括支援センター（包括）33-6600

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

# 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。

## ＜ 山田、東児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

