

～ふれあいサロン参加者の方に聞きました～



牧「ほうれんそうの会」
会長 金森 正美 さん

ふれあいサロンで地域の情報を「報告、連絡、相談」
することによりコミュニケーションを深めています。



東結・芝原「きずなの会」
会長 岡田 弘 さん

地域のことは地域で解決し、住民同士の「きずな」を
深め地域住民がともに支え合うことを目的としています。



▲牧保育園児とっしょに
(ほうれんそうの会)

◆笑うことを忘れず毎日明るい心で過ごす

◆家族とっしょに食事をする

◆体のことを考えて食事をする

◆女性の顔を見る

◆畑に行って近所の人と話をする

◆早寝早起きをし、また毎日体操をする

◆いっしょに遊ぶ仲間を大切にする

◆交流の場に出向き、人との会話を楽しむ

◆仲良し3人で毎日集まり話をし、ときには大きな声で笑う

◆規則正しい生活をし、笑顔でいられるように気を付けている

◆20年以上ゲートボールを続け、今では生きがいになっている

◆安八温泉や喫茶店で世間話を楽しんでいる



▲手遊びを通して健康づくり (きずなの会)

ふれあいサロンで

生きがいづくり!!

