

“ 教えてください すてきな年の重ね方 ”



西結・中組「いちょうの会」
会長 高橋 厚男 さん

地域のシンボルである「いちょうの木」の下に集うように、皆さんが楽しい時間を過ごせればいいと思います。



南今ヶ淵「友遊会」
会長 森 幹男 さん

皆さんが集まり「友」と楽しく遊びながら時間を過ごし、そして憩いの場となればいいですね。



▲食事をしながら交流を図る参加者（いちょうの会）

- ◆夫婦仲よく家庭円満が健康の秘訣
- ◆畑仕事や散歩をして体を動かす
- ◆毎日、適量のお酒を飲む
- ◆人を笑わせること



▲手品に挑戦する参加者（友遊会）

◆自分の気の向くままに、あわてずのんびり過ごす

◆趣味の山野草を育てることが元気の源 ◆おいしいものを食べ、孫たちの遊び相手になる

◆好きなゴルフをしてストレスをためないようにする

◆毎日早起し、散歩がてら田んぼを見に行く



北今ヶ淵「すみれ会」
会長 丹羽 義昌 さん

すみれの花言葉のように「無邪気」に仲間と過ごすことで童心に戻り「小さな幸せ」を見つけてみませんか？



▲投げ輪を楽しむ参加者（すみれ会）

ふれあいサロンとは？
安八町が地域のコミュニティづくりの新しいあり方として提案している社会福祉協議会の活動です。地域の高齢者が集まって講演を聞いたり、健康体操、昼食会など互いの交流を深めることで、地域の絆を強め、心と体の健康増進に取り組む場です。

