

電話：042-516-0062

「お互いさまサロン」に参加しませんか？

★「お互いさまサロン」とは？

高齢者の介護予防や情報の共有、さまざまな世代が交流することで「地域の助け合い」を広げることなどを目的として、様々な活動を行っています。市内には現在68か所のサロンがあります。

いくつになっても自分ができる「役割」を担い、地域に「活躍の場」があることは、高齢者の介護予防にも繋がるため、「だれもが地域の担い手」という考えのもと、**参加者全員が、「お客様」ではなく、「協力者」としてイキイキと活動しています！！**



体操



ボッチャ



多世代交流



手芸

住民同士のちょっとしたお手伝い(生活支援)を始めてみませんか？

ゴミ捨て、草取り、買い物等、専門家ではなく、**住民同士で、無理のない範囲で「お互いさまの気持ち」で行うちょっとした助け合い活動**が始まっています。



包丁とぎ



通院や買い物の付き添い



庭掃除

脳トレドリルを一緒に作りませんか？

「お互いさまサロン」で活用できる「脳トレドリル」を有志の方々と作成しています。**問題作成、印刷、製本等を一緒に行ってくれる人を募集しています。**



製本の様子

ドリル

