

佐野中学区 上高場
高齢者 サロン

高齢者

ふれあいサロン のぞみ

サロンテーマ
「笑顔が満開」

サロンのPRポイント

とにかくよくしゃべりよく笑う！
そんなパワフルなサロンです。



▲クリスマスの時の集合写真です

サロンの情報

開催場所	対象	開催日時	参加費
市営鹿島台アパートの 一部屋（借用）	65歳以上の鹿島台アパート住民 もしくは、上高場自治会内及び 近隣の方	第2, 4 火曜日 9:30～11:30	無料
主な活動内容 リズム体操 ポール遊び 脳トレ 工作 塗り絵 健康チェックなど			

こんな人たちともつながって活動しています！

北部おとしより相談センター→健康講座、イベント
シルバーリハビリ体操→体操
ヤクルト→健康講座、地域の方→ストレッチ体操

サロンで工夫していること（運営や活動、内容について）

楽しく、ためになるサロンが理想ですが、私達スタッフが息切れしては大変です。そこで、さまざまな人達とつながり、ご協力をいただきながら、サロンを続けられるようにしています。

サロン参加者からの声（ひとこと）

「気持ちよく大声で笑えるのがいい!!」
「ここに来ると、心も体も元気になる」
「みんなと一緒にしゃべりするのが楽しい」

