美乃浜学園学区 磯崎
高齢者 サロン

ホットサロンいそざき



▲ みんなで大盛り上がり

サロンテーマ

「いつまでも楽しく元気に」

サロンのＰＲポイント

健康体操、ゲーム等を通して、いつまでも健康で明るく生き生きと暮らすことができるようにしたいです。

サロンの情報

開催場所	対象	開催日時	参加費
旧磯崎小学校 会議室	磯崎地区在住の 65歳以上の方	第１土曜日 4月～10月 9:00～11:00 11月～3月 9:30～11:30	１回 100円

主な活動内容

健康体操や発声練習、輪投げをはじめ、認知症ミニ講座の開催をします。

こんな人たちともつながって活動しています！

おとしより相談センターにお願いをして、わかりやすい認知症のお話をしてもらったり、カラオケ大会をホテルニュー白亜紀で行ったり、外出支援事業ではみなさんが外で一緒に食事をするなど、参加者が楽しめるようにしています。



サロンで工夫していること（運営や活動、内容について）

活動がマンネリ化しないように変化のある内容を考えています。グループで固まらないように座席は番号札を引いて決めています。

また、スリッパを履いて滑ってけがをしないように、上履きを持参してもらっています。イスも滑ると危険なため、キャスターの付いていないものを使用しています。



サロンからの声（ひとこと）

コロナ禍により中止していましたが、R5より再開する事になりました。皆さまのご参加お待ちしています。