



# いきいき通信



## 3地区サロン座談会を開催しました！



暖かく気持ちのよいばかばか陽気と共に新年度がスタートしました。  
今年度もみなさんの活動を本通信にて発信していきますので、よろしくお願いいたします。

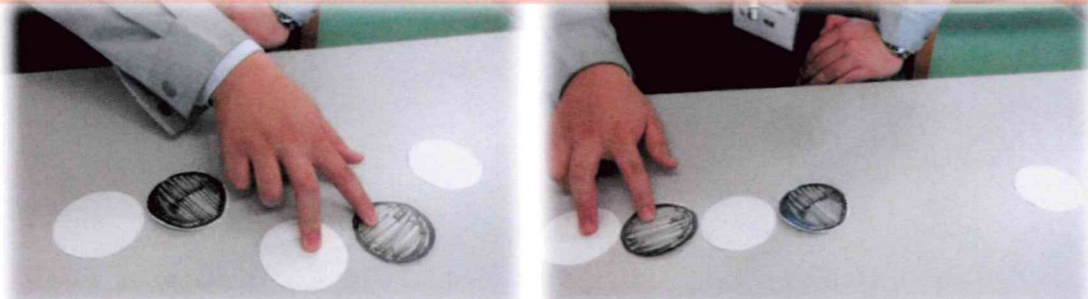
### サロン錦ヶ丘

2023年 3月 8日(水) 晴れ

サロン錦ヶ丘では、お茶飲み、茶話会を中心に脳のトレーニングや体操に取り組んでいます。この日は碁石を使った脳のトレーニングに挑戦しました！ルールに従って白と黒の碁石を動かして正解の形にするという脳トレです！

#### ルール

- となりあった白と黒をセットで5回動かす。
- 動かした後、空いたスペースはつめてはいけません。
- 白と黒のセットは列の上を半円状にしか動かさない。



一度答えを見た上で、実際に碁石を動かしてチャレンジ！！  
みなさん隣の人と相談しながら考えていきます。「あれ？元に戻ったね」「なんでか上手いかない・・・」みなさんが悩んでいる間に脳はぐんぐん活性化していきます😊



「こりゃあ難しい！今日できても明日は忘れてるね(笑)」とみなさん笑いあっていました。サロンで碁石の脳トレに挑戦したい！というところがありましたら、訪問した社職員にお聞きください。一緒にやってみましょう！

3月22日(水)豊津地区、23日(木)犀川地区、24日(金)勝山地区でサロン座談会を実施しました。令和5年度の出張講座紹介、レクリエーションの紹介をした後に、自由な意見交換を行いました。各サロンが取り組んでいる独自の遊びなどを紹介し、お互いに工夫している点を共有することができました。近隣のサロン同士でレクリエーションの対抗戦を開催してみようか！など、楽しい提案もされました。  
令和5年度もみやこ町内、心を一つにふれあいいきいきサロンを盛り上げていきましょう！

豊津地区



勝山地区



犀川地区



#### 生活支援コーディネーターからみなさんへ

暖かく気持ちの良い季節になってきましたが、皆さん春を満喫されていますでしょうか😊  
みやこ町社会福祉協議会 生活支援コーディネーターの野中です。  
私事で大変恐縮ですが、5月に出産を控えているため令和5年3月いっぱい退職させていただくこととなりました。昨年の7月からという短い間でしたが、サロンの皆さまには大変お世話になりました。本当にありがとうございました。  
おもに火・水・金曜日のサロンにお邪魔して皆さんと一緒に体操やゲーム、お話しをさせて頂いたり、とても楽しく充実した時間を過ごさせて頂きました。  
どのサロンに行っても皆さまの温かい心遣いに触れることができ、笑顔あふれる元気な皆さんからパワーを頂いておりました😊コロナ禍で様々な変化への対応が求められ、大変なことも多々あったと思いますが、その中でも人との繋がりや支え合いを大切にされている皆さんのお姿に、多くのことを学ばせて頂きました。

どうかこれからも地域を支える皆さんが、末永く健康でお元気でいて下さるようお祈りしています！

野中