

# 回覧

## ☆ゆるボラナビ☆

～社協から地域のボランティア活動情報をお知らせします～

真庭市社会福祉協議会 久世支所 No.5



社協の「きょうちゃん」

### ★サロン活動紹介 ～スマイル上ヶ市～

スマイル上ヶ市は運動型のサロンです。毎週火曜日14時30分から上ヶ市公民館で活動しています。社協職員もサロンに参加させていただきました！

#### <真庭市がすすめる

#### 体操に取り組む様子>

様々な体操があつて、その日の気分で決められます。体が伸びて気持ちいいです！



#### <認知症予防講座を

#### 受講する様子>

講座も開催できます。今回は認知症について寸劇などを通じて楽しく学びました。

#### <福祉活動専門員が

#### ふくし巡回相談をする様子>

福祉活動専門員がサロンにお邪魔して困りごとや地域の方の福祉相談に乗ります。



#### <今までにあった相談、質問>

- ・福祉車輛はどうやって借りるの？
- ・他のサロンではどんな活動をしているの？

**お気軽にご相談ください！**

#### 久世地区サロン設置数

**34か所**



社協の「きょうちゃん」

R5.11.21 現在

## ★スマイル上ヶ市担い手 吉永さんにインタビュー



吉永 美貴子さん

もともと老人クラブがあったのですが、解散になりました。体操を続けたいという声があったので、サロンという形で誰でも集える場を作ろうと思い、立ち上げました。特定の人だけでなく、いろいろな人が参加してくれて嬉しいです。参加して下さるみなさんの協力があって出来ているので、これからも続けていけたらいいなと思います。

## ★参加者にインタビュー

- ・近所の人でも普段は見えない顔が見えるからとてもいいです
- ・元気が出るし、毎週火曜日が楽しみになっています
- ・ストレス解消になります
- ・このまま長く続けばいいなと思います



左から 河野さん、原田さん、吉永恵美子さん、吉永美貴子さん

スマイル上ヶ市のみなさん、お邪魔しました！

＜社協ではレクリエーション用具の貸出を行っております＞

グラウンドゴルフ、ペタンク、輪投げ、福笑い etc...



みなさんの地区でもサロン活動を始めませんか？

まずはお気軽にご相談ください！！

専門員のひとこと：もう12月ですね。あっという間に1年が終わります。急に寒くなったので、温かくしてよい年末年始をお過ごしください♪

＜連絡先＞ 久世地区ボランティアステーション（真庭市社会福祉協議会地域福祉課）

〒719-3201 岡山県真庭市久世2928 福祉活動専門員 乾

電話 0867-42-1005 FAX 0867-42-2263