



鶇

十王地区コミュニティ 推進会福祉部

発行責任者 川井 健一
編集 福祉広報委員会

TEL・FAX 0294-39-2155

新年度事業の参加者を募集

令和7年度も、「ふれあいサロン事業」「おもちゃライブラリー事業」「ふれあい健康クラブ事業」を実施します。

「ふれあいサロン」は、おおむね65歳以上の高齢者で近くにいる友達や同じ趣味を持つ同士などが集まり、みんなで楽しめる場所です。地域の身近な場所で仲間づくりを通しながら介護予防を目指し、軽運動、ゲーム、手芸などを行います。全部で15サロンでの活動となります。

「おもちゃライブラリー」は就学前の乳幼児を持つ家族などで、子ども同士や親子のふれあいを深めるとともに、子育て相談も行っています。

「ふれあい健康クラブ」は運動機能の低下・閉じこもり・認知症予備群など健康に不安のある方で、要介護認定を受けていない(介護保険サービスを利用していない)、おおむね65歳上の高齢者で行っています。

お問合せは、十王交流センター福祉部 電話(39)2155, 2411まで

ふれあいサロン事業

| No | サロン名 | 実施時間等 | 開催場所等 | 活動内容 |
|----|-------------------|---|-------------|---------------|
| 1 | いぶき台団地サロン | 毎週水 月4回 10:00～11:30 | いぶき台団地集会所 | 軽体操、ゲーム、脳トレ等 |
| 2 | すみれサロンA | 第1.2.3 木 13:00～16:00 | 池の端団地集会所 | ダンベル体操、ゲーム等 |
| 3 | すみれサロンB | 第2.4 水 10:00～12:00 | 池の端団地集会所 | シルリ八体操、ゲーム等 |
| 4 | 高原交友会A | 第1.3 月 10:00～12:00 | たかはら自然塾 | 軽運動、おしゃべり等 |
| 5 | 高原交友会B | 第2.4 木 10:00～15:00 | たかはら自然塾 | 手芸(パッチワーク)等 |
| 6 | 高原明笑会 | 第1.3 水 10:00～12:00 | たかはら自然塾 | 軽運動、男の料理等 |
| 7 | 友部ふれあいサロンA | 第1.3 火 9:30～11:30 | 十王交流センター | シルリ八体操等 |
| 8 | 友部ふれあいサロンB | 第2.4 火 9:00～11:30 | 十王交流センター | タオル体操等、脳トレ等 |
| 9 | お元気サロンひまわり | 第1.3 火 9:00～11:30 | 池の端団地集会所 | ボール体操等、脳トレ等 |
| 10 | ふれあいサロン山部A | 第2.4 水 9:30～11:30 | 山部生活改善センター | シルリ八体操、おしゃべり等 |
| 11 | ふれあいサロン山部B | 第2.4 水木 13:30～15:30 | 山部生活改善センター | 手芸(手編み)等 |
| 12 | サロン白藤 | 第1.3 金 10:00～12:00 | 十王交流センター | リハビリ体操等 |
| 13 | あたごサロン(伊師町) | 第2.4 月 13:00～15:00 | 伊師町田園都市センター | シルリ八体操、編み物等 |
| 14 | サロン伊師浜 | 第2火,27日 13:00～15:00 毎月27日 8:00～1,2時間 | 伊師浜生活改善センター | リハビリ体操、ゲーム等 |
| 15 | 太陽健康クラブ (十王団地) | 第2.4 月 10:00～12:00 | 十王団地集会所 | シルリ八体操、ゲーム等 |

ふれあい健康クラブ事業

「ふれあい健康クラブ」は、十王交流センターを会場に月2回市社会福祉協議会の指導員さんや看護師さんと一緒に楽しく活動しています。活動開始前には、看護師が血圧測定を行いその日の健康状態をチェックしてから活動を始めます。

毎回20名前後の利用者が健康保持のための体操や体や頭を使ったゲームなどを和やかに楽しい雰囲気の中で行なっています。また、市内の音楽団の演奏会などにも、乞うご期待です。



おもちゃライブラリー事業

「おもちゃライブラリー」は、ボランティアの保育士や指導員が毎月2～3回、木曜日の午前中10時から11時30分まで、ゆうゆう十王研修室で就学前の乳幼児同士や親子のふれあいを深めるとともに、保育士による子育て相談も行っており、予約なしで参加できます。是非、お気軽にどうぞご参加ください。年間予定表は「十王交流センター」や「ゆうゆう十王」で配布しています。

また、一緒に活動してくれるボランティアの方を募集しています。「天使の笑顔」に出会えますので、子ども好きな方一緒に活動（遊んでいる親子の見守り・おもちゃの出し入れなど）してみませんか？「天使の笑顔」から「元気」をもらえますので、是非いかがですか！



ご寄付

十王地区体育振興会ゴルフ部様

45,000円

地域福祉に活用させていただきます。

ありがとうございました。

リニューアルした十王地区コミュニティ推進会のホームページは
[\[https://juo.hitachi-community.jp/\]](https://juo.hitachi-community.jp/) へ

