

## 元町のインフォーマルサービスのご紹介

### 高齢者ふれあい・いきいきサロン 第1号

#### 『サロンもとむら』

今年3月、元村町内会の方がお世話役で立ち上げました

5月からは、「元町福まち」が高齢者支援事業として応援しています

場所： 元村公園会館 1階

回数： 毎月 第3火曜日 10:00~12:00

内容： 決まりごとはありません

参加している方で相談して決めています

おしゃべりが一番楽しそうです

【時には・・・】いろいろあります！

6月は食支援教室と共催参加、6月は大腸がん予防学習

費用： お茶菓子代 100円

### 生活協同組合 コープさっぽろ ふれあいサロン

今年1月に、組織活動部担当で立ち上がりました

対象者は限定していません。親子参加、主婦の方が参加されています

場所： コープさっぽろ 元町店 2階

南側入口（駐車場）の向かって左ドアを開けて階段を上る

階段手すりはありません

回数： 毎月 第3水曜日 10:30~12:00

内容： 簡単おやつ作り

作りながら、食べながらのおしゃべりを楽しんでいます

コープ商品を使い食の安全やエコについての話題もあります

費用： 100円程度

サロンは、定期的集まることで顔なじみの輪が広まり  
いきいきした日々を送ることを目指しています

周りにちょっと気になる方がいましたら、町内に関係なく  
是非お声をかけて、ご参加下さい

高齢者の皆さんはいろいろな人生の中、歴史や知恵を  
知り、様々な特技をもっていらっしゃいます  
サロンを通して、個々のもつ力を発揮、新しい事  
にチャレンジする場になれば良いと思います  
当センターは、サロン紹介や内容の相談等の支援  
そして、一緒に参加し、おしゃべりもします

老人クラブ、サロン、すこやか倶楽部・転倒予防教室・・・  
出かける場を増やし、閉じこもり防止！

