

ささえあい

2022.10 第33号

発行：社会福祉法人
根室市社会福祉協議会
(生活支援体制整備事業)

〒087-0008

根室市有磯町2-6

☎ 24-0381

FAX 24-0551



合い言葉は
少しだけ
おせっかい

地域サロンへの提案、医療従事者等 と地域住民をつなぐことを目的に 「みんなのサロン」 を開催しています

根室市社協の生活支援体制整備事業では、地域サロンへの提案や、理学療法士や作業療法士等の医療従事者、市内で活躍する人材と地域住民とをつなぐことを目的として、昨年から「みんなのサロン」を開催しています。

コロナ禍のため、不特定多数が自由に集まり、お茶菓子とお喋りを楽しむような従来のサロンのかたちとは違い、毎回テーマを設けてさまざまな分野で活躍する方を講師に招いた体験講座等の形式で行っていますが、令和4年度は全4回の「みんなのサロン」を計画、これまで3回実施し、各講座に参加された方からは「初めての体験でとても楽しかったのでもた開催して欲しい」「自分の町内会でもやってみたい」等の感想が寄せられました。



1回目「手紙の書き方講座」



第1回は、手紙の書き方コンサルタントの安部砂緒里さんを講師に招き、お礼の手紙（ハガキ）の書き方についてアドバイスを受け、参加者間で実際にハガキを書いて投函する体験をしていただきました。



2回目「押し花体験講座」

第2回の講師は押し花インストラクターの小川むつみさんに依頼、小川さんが事前に作成した押し花を使いハガキとしおりを作成しました。

第3回は、パステル和(NAGOMI)アート準インストラクター資格を持つ理学療法士の村上奈緒さんに講師をお願いし、パステルアートの体験講座を実施。15×15cmの画用紙に「グラデーション」と「希望の丘」の2種類の絵を描きました。



3回目「パステル和(NAGOMI)アート体験講座」

今年度最後の「みんなのサロン」は、12月に「笑いヨガ体験講座」を開催予定です。笑いの体操とヨガの呼吸法を組み合わせた健康法「笑いヨガ」を体験してみませんか？

町内会や地域サロンへの講師派遣のご要望や、「笑いヨガ体験講座」に関するお問い合わせは根室市社会福祉協議会・電話 24-0381、担当・佐藤直美まで。

