

令和7年度の「みんなのサロン」が 終了しました

令和7年度の『みんなのサロン』事業が終了しました。

この『みんなのサロン』は、医療従事者や各サークル、起業家など様々な分野で活躍する人材と地域住民とをつなぎ、高齢者の社会参加、子育て世代や障がい者、引きこもりの方など誰もが気軽に参加できる場をつくることを目的に、令和3年度から根室市社協が毎年開催している事業です。

令和7年度は、5月に「椅子に座って簡単にできるヨガ」、7月に「手紙講座」、11月に「健康ボイストレーニング講座」の3講座を実施しました。令和8年度も、市内で活躍する方々を講師に招いて、皆さんが楽しくなるような企画を考えていきますので、ぜひご参加ください。



↑ (左) 椅子に座ってできるヨガ
(第1回)

↗ (右) 手紙講座 (第2回)

→ 健康ボイストレーニング講座
(第3回)

生活支援コーディネーターの 市内たんさく Vol.8



根室市大正町にある「こころ」は、カウンターに6~7席、2つのボックス席に8人が座れるくらいの小ぢんまりとした喫茶店。毎日午前中は全席が埋まるほど、シニアの男性に人気のお店です。皆さん口をそろえて「通うのが日課」と話し、居心地の良い“憩いの場”となっているのだとか。

女性店主の温かな笑顔とコーヒーの良い香りに包まれ、皆が楽しく談笑する「居場所」がそこにありました。

ささえあいの地域づくり情報誌

ささえあい

2026.2 第57号

発行：根室市社会福祉協議会

ささえあいネット



〒087-0008

根室市有磯町 2-6

電話(0153) 24-0381

FAX(0153) 24-0551

合い言葉は

「少しだけおせっかい」



地震対策その1(家の中)

出入口や通路をふさぎ
避難のさまたげ
になるような
物を置かない



広報誌を持って行くと、午前中はいつも男性客でいっぱいのお茶店「こころ」で、お話をうかがってきました。



はなまるカレンダー

2026年2月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9  みんなのふまねっと	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
						

2026年3月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9  みんなのふまねっと	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23  みんなのふまねっと	24	25	26	27	28
29	30	31				