

さくら★サロン

支えあい ともに咲かそう えがおのまち へさか



戸坂桜西町 8 番 4-101 号



さくらサロンでは、毎週火曜日に楽しいイベントをやっています！

外に出かける事や、人と話をする事は脳の活性化になります。

どなたでも、無料で、利用できます。ぜひ、のぞいて下さい！！

★11月のイベント情報

1 (火)	★桜が丘愛育園の園児さんと遊ぼう ～作って楽しもう☆マリオネット！！～
8 (火)	★長寿活動のすすめ ② ～脳若返り体操～ 東保健センター 保健師
15 (火)	★総合個別相談 ～戸坂地域包括支援センター～ 長寿のためのプラン提案☆血压測定・健康相談
22 (火)	★おしゃべりカフェタイム ～聞いてみよう！おばあちゃんの子育て知恵袋
29 (火)	★1・10万人のエコ講座 ② ～新聞紙でエコバックづくり～

★時間は、いずれも 10 時から 12 時

★参加費無料、どなたでもご参加ください。

★さくらサロンの開所時間は、月曜～金曜日の 10 時から 15 時です。

(ボランティアスタッフが常駐しています。)

主 催：戸坂学区社会福祉協議会

共 催：戸坂地域包括支援センター、桜が丘愛育園、東保健センター

問合せ：東区戸坂地区福祉推進委員 山中 電話 229-0625



多のこはらは未来の私
立憲市民福祉推進会



さくら＊サロンだより⑤

早いもので、今年も残すところ2か月です。山々の紅葉が楽しい季節がやってきました。そして、「食欲の秋」「行楽の秋」ですね。

さくらサロンは、「気晴らしができる」「認知症の予防になる」「子育ての悩みを人生の先輩に聞いてもらえる」そんな心休まる温かな居場所づくりを目指しています。サロンの様子を少し紹介します。遊びに来て下さい！

● 10月のイベントの様子 ●

NHKの取材があり、4日のイベントの様子が10月7日「お好みワイド広島」で放映、10月17日「NHK ラジオ NHK ジャーナル」で放送されました！！

4日の★桜が丘愛育園の年長さんとの楽しい工作では、万華鏡を作りました。NHKの取材もあり、いつも以上に張り切ってがんばりました。

11日の★遺言状の書き方では、地元の上村行政書士さんに来てもらい、普段はなかなか聞けない話を伺いました。財産があっても、なくても遺言の大切さについて学びました。

戸坂地域包括支援センター職員の出張出前個別相談や小さい子どもとのふれあいなどのイベントも毎月実施しています。

さくらサロンは、ボランティアさんが、皆さんをお待ちしています。



● 季節の健康お役立ちメモ ● 東保健センター

インフルエンザの予防接種について

冬場は、インフルエンザが流行します。早めに医療機関で予防接種を受けましょう。高齢者は、一部負担金のみで受けることができます。

対象:65歳以上または60歳～64歳で心臓、腎臓、呼吸器などに身体障害者手帳1級相当の障害がある人
(※上記対象者のうち生活保護世帯または市民税所得割非課税世帯の人は無料です。)

実施期間:来年1月31日(火)まで
一部負担金:1,000円(1回限り)

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆
スポーツの秋

ウォーキング大会&食育展ご案内

11月6日(日)午前9時半～正午

(参加者には健康スープの試食あり)

集合場所 東区役所正面玄関

定員 150名

コース 約4キロコース

(東区役所→天神川駅→MAZDA Zoom-Zoom スタジアム広島→東区役所)

申込・問合せ 東保健センター

(082) 568-7729