

今だからこそ みんなで「つながろう！」

ぶんごおおの 第9号

「サロンだより」

(令和4年5月発行)

【作成】豊後大野市社会福祉協議会 (●●支部) ☎22-6677

気候もよくなり、3月以降は活動したサロンがグッと増えました☆ 今年度は市内で126サロンが登録し、会食や外出行事といった計画も増えてきました。梅雨入り間近で、ジメッとした日も続きますが、気持ちはスッキリ、サロンでみんなとワイワイ過ごしましょう(^o^)/

それいけ！サロン訪問記

No.①「しらゆいサロン」



ユニークな活動や、「へえ～」と興味がわく取組をされているサロンを、社協職員が取材して紹介するコーナーです。

「苔玉づくり」に挑戦！意外に簡単で1時間で2つもできちゃいました(^^)/*



平成20年4月に発足。当時、道いっばいに白ユリが咲いていたことが名前の由来です。みんなで協力してサロンを楽しもう！と、毎年リーダーを交替し、負担も軽減できています。区長さんらがサロンの日に合わせて公民館の草刈りをして、一緒に交流します。コロナ禍でも、心腹の友に会うため、できるだけ毎月開催を目標にしています。

おらせ



今年、社協が取り組むサロン支援の一部をご紹介します。

- ① サロンで使えるネタ帳（歌やレク、塗り絵などをまとめた冊子）を作成します。全サロンに配付します。
- ② 各町のサロン代表等の集まりで、スマートフォン（携帯電話）を使った講習会を開催します。
- ③ サロンの楽しさや大切さを多くの方に周知・参加・協力してもらえよう、サロンのチラシを作成します。

脱水対策（その1）

『隠れ脱水』に注意しよう！

『隠れ脱水』とは、体重の1～2%の水分が失われた脱水症になる手前の状態のことです。「トイレに行く回数を減らしたい」「夜間トイレに起きたくない」という思いから、水分を控えがちです。まずは、こまめに水分を取りましょう！

コップ一杯の水を
1日に6～8回



サロン活動で気になることがあれば社協までお気軽にお問い合わせください。サロンの活動写真や情報を大募集しています。次回は6/20頃発行予定です。