

せっしゅうばし

雪舟橋ふれあいサロン 【益田市】

■活動の概要■

サロン活動を通じた健康で安心して暮らせるまちづくり

■活動の内容■

- 高齢者の集いの場づくりに浸透しつつあったグラウンドゴルフを中心として発足しました。
- 雪舟橋自治会館と乙吉公園を活動拠点として、毎週木曜日午前中活動しています。
- 100歳体操、健康講話、グラウンドゴルフなど、日々の健康・体力づくりに力を注いでいます。
- 参加者に地域の変わり事や訪問詐欺等の情報提供を行い、安心安全な地域生活が送れる一助になっています。
- 地域行事や季節行事も取り入れ、地域の子どもも参加しやすいプログラムを取り入れ、世代間の交流が図られる場にもなっています。
- 今後も、地域で健康で安心して暮らせることを目的に活動を継続していきます。

■活動の様子■



100歳体操



自治会内の小学生との交流を図る
グラウンドゴルフ



乙吉公園花壇の花植え



認知症についての学習会

■活動地域■

