

件名 **ふれあい・いきいきサロン推進会議 7月15日(金) 主催：福祉対策部**

令和4年度 ふれあい・いきいきサロン推進会議が愛宕供用会館で開かれました。現在、ふれあい・いきいきサロンは愛宕地区の9ヶ所で行われています。各地区の福祉員さんが中心となり、およそ2ヶ月に一度のペースで近くの自治会館や供用会館を利用して、高齢者の皆さんが気軽に参加し楽しく過ごせるよう、それぞれのサロンが色々な工夫をされて開かれています。お食事会（現在はコロナによりお弁当配布）や健康体操、ゲーム、歌のほか、季節行事を取り入れた七夕飾りを作り短冊に願いを書き込み楽しいひとときを過ごしましたとの報告もありました。

今後、ますます、1人2人暮らしの高齢者が増え、家の中にひきこもりがちになることを防ぐためにも、ふれあい・いきいきサロンはその受け皿として、一歩外に出て身近な楽しみを作ることができます。

サロンに参加して、体を動かす、話をする、笑うなどのことが認知症予防にもつながります。特に、男性の方の参加は少ないようで、サロンでは男手が必要（椅子や机の準備など）でもあるそうです。恥ずかしがらずにどうぞ近くのサロン会場に足を運ばれてみてください。

楽しい時や人と出会うことができ、気持ちも若返るのではないのでしょうか？



出張所の玄関に鉢植えのハスの花が咲いています。愛宕らしくて、暑い中、とても涼やかです ↑