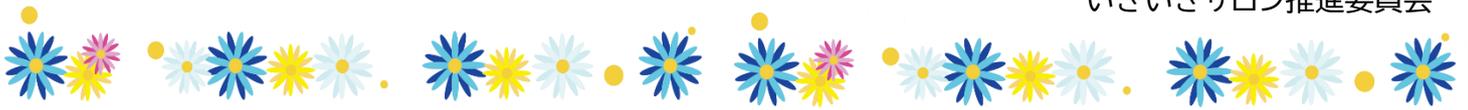


# サロン通信 第12号

令和7年7月1日 発行  
大野南地区社会福祉協議会  
いきいきサロン推進委員会



皆さまお元気でお過ごしですか。

6月に入ってすっかり夏もようです。今年も暑い夏がきそうですね。熱中症にはくれぐれもお気をつけください。こまめな水分補給と体温管理が大切です。

## お出かけ前に体調確認をお願いします

さて、サロン活動の運営も暑さに向けて工夫が必要ですが、お出かけになる皆さんの何よりもご自分の体調確認が大切です。是非ご協力お願いします。ムリはしない!!サロンは、冷房が効いた部屋で行っていますが、外気温が高いときは、温度差が大きくなります。気をつけたいものです。

## サロンが充実しています

ボランティアの皆さんの人材登録で、楽しいイベントが各サロンで行われるようになりました。体操や歌唱などによって手足の運動やお口の体操をする取り組みはもちろん、声を出して笑ったり仲間とお話をしあうことは、体の免疫力を高め、元気に過ごす基礎になります。

囲碁や将棋をご希望の皆さんもぜひお声掛けください。

いきいきサロン推進委員会 委員長 中村 洋子



第80号

# ほほえみだより

令和7年7月1日発行  
大野南地区社会福祉協議会  
ほほえみネット推進委員会



大野南地区社協のさりげない見守り活動「ほほえみネット」へのご理解・ご協力ありがとうございます。昨年度から、商店街の皆様チラシの掲示などご協力をいただくことができました。心強く、見守りの輪が広がることは嬉しいことです。

「最近、ひとり暮らしの方が増えましたね」などの声を聞くことが多くなったように思います。超高齢社会で、一人世帯、高齢者世帯は増えています。高齢になると足腰が弱ったり、体力が落ちたりと健康の不安も増え、外出が減りがちで、ご近所の方との交流の機会も少なくなります。地域に「いきいきサロン」や「百歳体操」など、定期的集える場所が増えていますが、積極的に参加できる方ばかりではありません。ご近所で変わった様子がないか気に掛け合うことは、地域の安心にもつながります。これからもご協力よろしくお願い致します。

「ほほえみネット」のチラシは、常時掲示板に張り出しを依頼していますが、風雨で破れたり、色褪せたりした時は、張替えをお願いします。

ほほえみネット推進委員会 委員長 大野 喜久子

