



レクリエーション物品

# ボールボードゲーム リニューアルしました

ボール・クラブが  
新しくなりました



本体は今までと  
同じです



専用のカーペット  
を追加しました

ボールが軽量化  
しました



ふれあいサロンや地域の交流の場で  
ぜひご活用ください

苫小牧市社会福祉協議会では、サロン活動に関わる各種相談や情報提供を行っています。活動のサポートも行っておりますので、お気軽にご相談ください。

3 すべての人に  
健康と福祉を



11 住み続けられる  
まちづくりを



## SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

苫小牧市社会福祉協議会は、持続可能な社会の実現に向けて  
SDGs を支援しています。

# ふれあいサロン通信

## No.28

発行者：苫小牧市社会福祉協議会 地域福祉課  
住所：苫小牧市若草町3-3-8  
電話：84-6635（直通）



## ふれあいサロン研修交流会

ご参加お待ちしております

昨年度の研修交流会では、他市のサロン運営者との交流を実施しましたが、今年は苫小牧市内のサロン運営者同士がより深い連携をはかっていくことを目的に、実施することとなりました。



写真：昨年の研修交流会

日時：令和6年11月28日（木）

13時30分～15時30分

場所：苫小牧市民会館小ホール  
（苫小牧市旭町3-2-2）

内容：サロンの取組み事例紹介、  
情報交換会

**※サロンの相談を受付**

現在サロン活動をしている方  
今後サロン活動を検討している方  
サロン活動に関心のある方  
ご参加お待ちしております！



お申込みは、下記までお電話ください  
※申込み用紙をお持ちの方は、FAXにて送信願います



申込み・お問合せ

苫小牧市社会福祉協議会 地域福祉課 地域福祉第1係

電話：84-6635

# ふれあいサロン活動ご紹介!

## ハートフル啓北 啓北町内会

啓北町内会のサロンは、毎回**リズムダンス**で体を動かすことから始まります。

大きなスクリーンに映し出された映像をみながら、「川の流れのように」「年下の男の子」などの名曲に合わせて楽しくダンスしています。



名曲を  
口ずさみながら  
ダンス♪♪



寸劇鑑賞

この日は消費者協会による振込詐欺の寸劇、消費者センター職員による、最新の消費者トラブルについて講話がありました。参加者は真剣に話を聞きながら「**気をつけようね**」と声をかけあっていました。

## にしんふれあいサロン 日新町町内会



ボッチャも  
楽しみました

セラピューティックケア協会による癒しのケアを受けることもでき、参加者は心身共に癒しのひとときを過ごされていました。

この日は和やかな雰囲気の中、レクリエーションを楽しみました。特に、**コーンボウル**（社協で貸出中）を使ったボウリングゲームでは、ストライクが連発し、思わずガッツポーズをする参加者がたくさんいました。拍手と歓声があがるなど大盛り上がりでした。



ねらいをさだめて  
それ~!!

令和6年10月現在、苫小牧市内には90箇所のサロンがございます。職員が訪問させていただいたサロンについて御紹介させていただきます。

## わいわい亭 船見町港北町内会

モルックも大人気



わいわい亭  
② 防災を皆で考えよう



みんなの  
意見が  
たくさん  
できました

わいわい亭では、毎回参加者のみなさんとの**対話**を大切にしています。この日は「**防災を皆で考えよう**」というテーマのもと、苫小牧で災害が起きた際に「どのように避難するか」、「日頃からの備えは」などを、**一人一人が防災を「じぶんのこと**」としてとらえ、皆で具体的な考えを共有しました。その後は、モルック（社協で貸出中）で体を動かし、参加者同士の交流をはかりました。

## 新明町ふれ合いサロン 民生委員有志

新明町のサロンでは、講師の指導により毎回**笑いヨガ**を行っています。「ワッハッハ」と大きな声で笑うことで健康効果が期待でき、参加者は子ども時代に戻ったように元気な声で笑い、**心も体もすっきり**とした表情をされていました。

このほか、おしゃべりを楽しんだり、モルックを行ったり、和気あいあいとした雰囲気の中楽しんでいました。



笑顔の花が  
咲いていました



モルックで対戦

バンザーイ!