

今だからこそ みんなで「つながろう！」

ぶんごおおの「サロンだより」

第7号

(令和4年3月発行)

【作成】豊後大野市社会福祉協議会 (●●支部) ☎22-6677

梅の花や菜の花もあちらこちらに色づき始め、春を感じている今日この頃です。✿✿✿
さて、2月23日に**第10回豊後大野市地域福祉推進大会**が縮小開催されました。
サロンの表彰も行われ、5つのサロンが受賞されました。受賞サロンの代表の方にサロンの自慢やこれからの意気込みなどインタビューをしましたので、ご紹介します(^o^)/

令和3年度『サロン表彰』受賞 おめでとうございます

20年

なかまサロン (緒方町)

代表 進藤 和代さん

20年続いた秘訣は、みなさんのパワーと笑顔と協力です。心の潤いの源となるサロンは、高齢者唯一の集う場所です。元気で健康に…そして和やかに楽しく過ごせるように…みなさんと助け合いながら、これからも受賞を励みに続けていきたいです。



10年

清流サロン (清川町)

代表 佐保 悟朗さん

みんな和やかで楽しいことが大好き。健康の秘訣は毎回、血圧測定と健康体操をすること。レクや、みんなで作った料理を食べながらおしゃべりをしたり…みんなでサロンを盛り上げています。これからも、楽しいをモットーに現状維持をしていきたいです。



10年

なでしこサロン(朝地町)

代表 後藤 ナツ子さん

毎回、体操と歌を歌っています。みんなでたくさん話して、たくさん笑って、にぎやかに過ごすサロン。しばらくお休みをしていますが、みんなに会うのが楽しみで待ち遠しい声が多いので暖かくなったら再開予定です。これからもみんなでサロンを盛り上げます。



10年

中道サロン (大野町)

代表 坂本 俊光さん

みんなサロンが好きで、コロナ禍でも休んだのは2回だけ。みんなで話し合い、協力することを大切にしています。季節に合わせて、屋外で焼肉やソーメン流しなどもします。区の子供達にも声をかけたい！今年は大分市までバスツアーを計画したいです。



10年

若藤サロン (大野町)

代表 清水 久さん

みんなサロンが楽しみで、開始30分前には全員集合。自慢の漬物を持ち寄ってお茶飲みします。年1~2回の日帰り旅行が楽しみ。自治会も協力してくれるのでありがたいです。みんな元気で、少しでも長くサロンを続けていきたいと思ひます。



第6弾

〇〇食べて 免疫力UP↑↑

ビタミンE

コロナに負けるな!



「ビタミンE」には、抗酸化作用により、体内の脂質を酸化から守り、細胞の健康維持を助ける働きがあります。ナッツ類や魚介類などに多く含まれています。手軽にビタミンEを摂りたい場合は、ツナ缶を副菜として取り入れてみるのもおススメです！ぜひサラダや和え物にツナ缶をプラスで！

サロンの活動写真や情報を大募集しています。

次回は4/20頃発行予定です。