

平成30年度  
地域サロン



真鶴で元気に暮らしていきたい方、ちょっとお茶でもしながら  
おしゃべりしたい方、気軽に誰かの役に立ちたい方など、誰でも

気軽にちょっと立ち寄れる場所。

【お問い合わせ先】 社会福祉法人 真鶴町社会福祉協議会 ☎68-3313

## 地域サロン「<sup>マリン</sup>真輪」ってなに？

### ◆名前に込められている思い

◇真鶴の人たちがたくさんの輪のようにつながるように。

◇真鶴 = 海（マリン）のイメージ。

### ◆地域サロン「真輪」って、どんな所？

#### ◇多世代交流の場

誰でも自由に参加でき、気軽に過ごせる場所です。

#### ◇フレイル予防の場

体操や脳トレ、食事の話などを通して、健康で元気に暮らしていくためにできることに楽しく取り組みます。

#### ◇情報発信・相談窓口の場

福祉に関する様々な情報を届けます。また地域や個人の「困ってます」や「困ってますに気づきました」の声を受け止める相談窓口となります。

#### ◇活動支援の場

真鶴町で趣味やボランティアなどの活動している人、これから始めたい人たちを支援します。

#### ◇人材育成の場

ボランティアをはじめとする地域の方々が、お互いにできることを行うことにより地域での支え合いの「心」を培い、地域の中で活躍できることを目指していきます。

## ◆平成30年度の日程等

場 所	町民センター1F 集会娯楽室
開催日	毎月2回 第1、3金曜日 (平成30年度：全20回予定 )
時 間	午前10:00 ~ 午後12:00
食 事	昼食の提供はなし。 (ただし、飲食は自由。ゴミは持ち帰り。)
内容や 目 的	<ul style="list-style-type: none"><li>• 予防体操（開催時間の内、1時間程度）</li><li>• コグニサイズ</li><li>• 町の趣味の団体等の発表の場</li><li>• おしゃべり、お茶</li><li>• 情報提供／情報交換</li><li>• 地域住民同士の交流の場</li></ul>
講 師	<ul style="list-style-type: none"><li>• (有) ビーアウェイク登録の先生 代表：久野 秀隆 (※平成30年度の毎月第3週の予防体操を担当)</li></ul>

## 平成30年度「真輪」開催予定日

4月	6日 (金)
	20日 (金)
5月	18日 (金)
6月	1日 (金)
	15日 (金)
7月	
	20日 (金)
8月	3日 (金)
	17日 (金)
9月	7日 (金)
	21日 (金)
10月	5日 (金)
	19日 (金)
11月	
	16日 (金)
12月	7日 (金)
	21日 (金)
1月	
	18日 (金)
2月	1日 (金)
	15日 (金)
3月	1日 (金)
	15日 (金)

※開催時間はすべて午前 10 時～午後 12 時です。