



順化地区社会福祉協議会 ゆうゆうサロン



5カ条



充実した時間

順化で活動されている「じばクラブ」の方による「回想法」と順化の方で他方で活躍されている終活コーディネーターによる「エンディングノート」の書き方を教えていただきました。

「ピンピン老いるために」(5カ条) 宣言「方言カルタ」「お手玉」で笑いのつぼは皆一緒。大きな声で笑い、脳も活性化されて楽しい時間でした。

「エンディングノート」は死についてみなさん真剣ということがわかりました。

自分のことを見つめ、考えた、充実した時間でした。

順化地区専任職員 森下 龍子

酒生地区社会福祉協議会 咲こうサロン



楽しく歌って

「咲こうサロン」では特技ボランティア「さわやかアンサンブル」の方に来ていただき、ギターとハーモニカの演奏に合わせて皆で歌いました。

年齢を尋ねると93歳を筆頭に皆さん80歳代だとか。

利用者の方々も「私達も負けていられない」と刺激を受けられた様子でした。

アンコールにも応えて頂き、あっという間の楽しいひとときでした。

仲間と共に、趣味を生かした生活が、生きがいにつながっていることを実感いたしました。

酒生地区専任職員 宮浦 幸子

