

シニアクラブ御殿場市

- 総人口 85,828人 ○65歳以上人口 22,220人 ○高齢化率 25.9%
○シニアクラブ会員数 3,997人 ○シニアクラブ加入率 18.0%

～シニアクラブ御殿場市 鮎沢シニアクラブ～

《概況》

○安心・安全ネットワークの構築

毎月第2火曜日に「ふれんどカフェ」を開催。健康体操、脳トレ、管理栄養士の講演、歯科衛生士の講演、折り紙、マジックショー見学、ハーモニカ、コーラス等毎回内容を変えたサロンを実施。地域の高齢者の絆を高めました。

令和4年4月12日	10時～12時	お花見	鮎沢公民館～富士霊園
5月10日		「ふれんどカフェ」	健康体操、お食事
6月14日		「ふれんどカフェ」	健康体操、昭和歌謡曲、コーヒータイム
7月13日		「ふれんどカフェ」	ラベンダー畑散策
7月30日		第1回お誕生日会	早口言葉、指体操、英語の歌、ビンゴ
8月9日		「ふれんどカフェ」	体操、紙パックづくり、マックのバーガーランチ
9月13日		「ふれんどカフェ」	健康体操、脳トレ、お食事
9月18日		社会奉仕の日：公民館・神社の清掃、草取り、ゴミ拾い	
10月11日		「ふれんどカフェ」	健康体操、本川桂子博士「低栄養予防」のお話、お弁当
10月12日		鮎沢シニアクラブ：グラウンドゴルフ大会	
10月22日		鮎沢神社祭典用しめ縄づくり	
11月8日		「ふれんどカフェ」	健康体操、東京よりの歯科衛生士の講演、お弁当
11月26日		第2回お誕生日会	マジックショー、ビンゴゲーム、ハーモニカ、合唱
12月13日		「ふれんどカフェ」	東京都健康長寿医療センターよりの栄養管理士の講演
令和5年1月10日		「ふれんどカフェ」	健康体操、脳トレ、折り紙、お食事
1月26日		鮎沢シニアクラブ新年会：手作り料理、カラオケ	

《成果》

○安心・安全ネットワークの構築

- ・鮎沢シニアクラブのスポーツ行事、社会奉仕活動、お誕生日会等とは別に毎月第2火曜日という日を決めて「ふれんどカフェ」の活動を1年間行いました。
- ・月に1度の「ふれんどカフェ」の日が楽しみで、いつもは朝寝坊の会員も、その日だけは朝早くから目が覚め、お出かけ準備をしているというお言葉を頂きます。
- ・今年で96歳になるおひとり暮らしの会員さんは、毎回どんな行事にも参加してくれます。東京にいる息子さんから地域の方々が見守ってくださるので安心して頂きますとお礼の言葉を頂きました。
- ・一人暮らしの方や、昼間一人になってしまう高齢者にとって、歩いて集まれる近くの公民館が一番の憩いの場になり、地域の高齢者の絆が深まりました。

市老連広報いきいき通信 今年9月9日



手作りのマクドナルドバーガーランチがこちら。

令和4年8月9日(火) 11:00～13:30 鮎沢フレンドカフェがオープン。毎月一回開催するフレンドカフェは、鮎沢町民の交流の場として、毎月色々なお料理の紹介も行なっています。今回は、マクドナルドバーガーランチの紹介を行いました。バリエーションが豊富なメニューは、1つ約230円、30円お会計になります。フレンドカフェでは、毎月色々なお料理の紹介も行なっています。毎回の講座のメニューも異なります。毎月一回、フレンドカフェ開催予定です。

鮎沢フレンドカフェ



市老連広報いきいき通信 今年10月11日

チェック項目が何かが分かります。

令和4年10月11日(水) 11:00～13:30 鮎沢フレンドカフェが鮎沢公民館で開催されました。本報編集委員と鮎沢町民の交流の場として、毎月色々なお料理の紹介も行なっています。今回は、鮎沢町民の交流の場として、毎月色々なお料理の紹介も行なっています。今回は、鮎沢町民の交流の場として、毎月色々なお料理の紹介も行なっています。



市老連広報いきいき通信 今年11月10日



市老連広報いきいき通信 今年10月22日

令和4年10月22日(土) 9:00～11:00 鮎沢公民館において、日原町(鮎沢町)と交流する機会を創出し、交流の場として、毎月色々なお料理の紹介も行なっています。今回は、鮎沢町民の交流の場として、毎月色々なお料理の紹介も行なっています。今回は、鮎沢町民の交流の場として、毎月色々なお料理の紹介も行なっています。



市老連広報いきいき通信 今年10月12日

令和4年10月12日(日) 9:00～11:00 パレットでんがて、鮎沢シニアクラブでシニアゴルフ大会が開催されました。今回は、鮎沢町民の交流の場として、毎月色々なお料理の紹介も行なっています。今回は、鮎沢町民の交流の場として、毎月色々なお料理の紹介も行なっています。今回は、鮎沢町民の交流の場として、毎月色々なお料理の紹介も行なっています。



市老連広報いきいき通信 今年12月13日



市老連広報いきいき通信 今年11月26日



市老連広報いきいき通信 今年11月18日

