



ふれあいサロンで交流♪

毎週金曜日に高齢者の皆さんとカラオケ、おしゃべりを楽しんでいます。年に6回の食事会、敬老会、クリスマス会、餅つき大会など季節の行事も行っています。

第二地区

(山下町・元町・新山下一丁目・新山下ベイサイド)

山下公園芝生ボランティア

月に2回日曜日に山下公園での芝生の草取り等の手入れのボランティアに参加しています。作業前には体操を行い公園内をウォーキングもしています。



エコ石鹸「EM入り」を作ってみよう！
新山下一丁目

「松葉会おしゃべりサロン」で皆さまに排油を持ち寄って頂き、高齢者の方と保健活動推進員と一緒にエコ石鹸を作ってみました。この石鹸は食器洗い、フライパンなどの油汚れ、浴室の汚れ等大変良くおとせます。手にも体にも環境にも優しいエコ石鹸です。



ウォーキングを楽しんでいます！
新山下ベイサイド

毎週土曜日に山下公園、大槎橋方面へとウォーキングをしています。仲間とおしゃべりをしながら楽しく健康作り！福祉保健課によるウォーキング効果測定会（年3回）には定期的に参加し、日頃の成果を確認でき、やる気の継続に役立ちます。