

主なサロンの開催状況一覧

【旭ヶ丘】 地区社会福祉協議会

令和6年6月1日現在

No.	サロン名	内 容	
1	瞑想ヶ丘 「いきいきサロ ン」	開催時期	年6回（5, 7, 9, 11, 1, 3月）
		会 場	瞑想ヶ丘町内会集会所（住所：青葉区旭ヶ丘 1-42-29）
		参加対象	瞑想ヶ丘町内会のお住いの65歳以上の方
		内 容 等	講話、軽体操、演奏会、季節の行事等
2	旭ヶ丘 「高齢部サロン」	開催時期	年7回（4, 5, 6, 7, 8, 10, 3月）
		会 場	旭ヶ丘町内会集会所（住所：青葉区旭ヶ丘 2-9-23）
		参加対象	旭ヶ丘町内会のお住いの65歳以上の方
		内 容 等	手芸講習会、講話、茶話会、軽体操等
3	旭ヶ丘中央 「中央サロン会」	開催時期	年10回
		会 場	旭ヶ丘中央集会所（住所：青葉区旭ヶ丘 3-5-1）
		参加対象	旭ヶ丘中央町内会のお住いの65歳以上の方
		内 容 等	体操、茶話会、講話等
4	旭ヶ丘四丁目 「四丁目サロン」	開催時期	年18回（毎月1～2回開催）
		会 場	旭ヶ丘老人憩いの家（住所：青葉区旭ヶ丘 4-35-16）
		参加対象	旭ヶ丘四丁目町内会のお住いの65歳以上の方
		内 容 等	ゲーム、ストレッチ、昔遊び、歌等
⑤	「おトク体操 クラブ」	開催時期	毎月第2, 4火曜日 14:00～15:30
		会 場	旭ヶ丘町内会集会所（住所：青葉区旭ヶ丘 2-9-23）
		参加対象	旭ヶ丘にお住まいの高齢者
		内 容 等	ストレッチ、おトク体操、軽い運動、ゲーム、歌など 年に数回健康に関する講話、遠足も予定
6	四丁目健康サークル	開催時期	毎月第2・4水曜日 10:00～12:00
		会 場	旭ヶ丘四丁目町内会集会所（住所：青葉区旭ヶ丘 4-35-16）
		参加対象	旭ヶ丘四丁目にお住いの高齢者、会場まで歩いて来られる方
		内 容 等	前半は、ストレッチ・筋力トレーニング・ゲームなど 後半は、サロンを開催 しかし、コロナ禍でサロンは休み、1時間のみ運動

※他地区のサロンスタッフの見学受け入れが可能なサロンには番号に○をお付け下さい。

主なサロンの開催状況一覧

【旭ヶ丘】 地区社会福祉協議会

令和6年6月1日現在

No.	サロン名	内 容	
7	瞑想ヶ丘おりがみ会	開催時期	毎月第1・3月曜日 10:00～12:00
		会 場	瞑想ヶ丘集会所(住所:青葉区旭ヶ丘1-42-29)
		参加対象	瞑想ヶ丘町内会にお住いの高齢者
		内 容 等	おりがみを通して手先を動かし、脳の活性化をはかり、交流する。 夏まつり等町内会行事に協力
8	北根サロン	開催時期	毎月1回 第4木曜日 14:00～16:00
		会 場	県営黒松第一住宅集会所
		参加対象	北根3丁目、北根黒松にお住いの高齢者
		内 容 等	ゲーム、ストレッチ体操、おトク体操、ラジオ体操、サロン、 手作り講習会 等

※他地区のサロンスタッフの見学受け入れが可能なサロンには番号に○をお付け下さい。