

主なサロンの開催状況一覧

【 太白区 】 向山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	ふれあいサロン若葉	開催頻度	毎月 1 回 第 2、第 3 水曜日 10：00～12：00
		会 場	八木山神社前集会所 （住所：八木山香澄町 3-33 ）
		参加対象	地域にお住まいの方どなたでも（現在の参加者は高齢者中心）
		内 容 等	・茶話会 会費 400 円 ・食事会 ・カラオケ ・包括支援センターより「低栄養」「地域包括ケアシステム」
2	サ ロ ン い き い き 弥生・青山	開催頻度	毎月 1 回 第 3 木曜日 10：00～12：00
		会 場	弥生・青山集会所 （住所：八木山弥生町 14-19 ）
		参加対象	地域にお住まいの方どなたでも（現在の参加者は高齢者中心）
		内 容 等	・準備運動 ・ストレッチ ・脳トレ ・筋トレ ・軽体操 ・杜のお得体操 ・包括支援センターより「仙台市のサービスについて」「介護保険について」「認知症について」「口腔についてのお話」 ・エバグリーンより「自宅でできる転倒予防体操」 ・講話「うつ病のはなし」「ノロウイルスについて」「認知症の話」 「実践栄養バランス生活」「消費者被害について」 ・「環境による福祉用具の体験」
3	ふれあいサロン長嶺	開催頻度	毎月 1 回 第 3 水曜日 10：00～12：00
		会 場	長嶺集会所 （住所：長嶺 20-26 ）
		参加対象	地域にお住まいの方どなたでも
		内 容 等	・軽運動 ・茶話会 ・蓮台寺見学とお花見 ・軽運動 ・宅配クックの試食 ・臨床絵画 ・料理教室 ・クリスマス会 ・作品展見学 ・ひな祭り ・勉強会「認知症について」 ・包括センターより「運動」
4	サロンあたご	開催頻度	毎月 1 回 （日程は前の月に決める）10：00～12：00
		会 場	向山コミュニティ・センター （住所：萩ヶ丘 9-1 ）
		参加対象	地域にお住まいの方どなたでも（現在の参加者は高齢者中心）
		内 容 等	・折り紙（飾りBOX ひな人形） ・歌 ・八木山動物園散策 ・軽いストレッチ ・おしゃべり ・食事会 ・口腔ケア ・口腔トレーニング ・高齢者の交通事故についての話合い ・白地のうちわに夏らしい折り紙で飾り付け ・ケーキの作成 ・音楽と映像を流してクリスマスの雰囲気を楽しむ ・軽い体操 ・初釜 茶話会（会費：普通 100 円 弁当有りの日 200 円）

※内容等については、これまでの実績を記載しております。

主なサロンの開催状況一覧

【 太白区 】 向山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	
5	いきいきサロン向山	開催頻度	毎月 2 回第 1、第 3 火曜日 10：00～12：00 会費：月 1 0 0 円
		会 場	経ヶ峯親交会館 （住所：向山 1 丁目 9-32 ）
		参加対象	地域にお住まいの方どなたでも （現在の参加者は高齢者中心）
		内 容 等	・包括支援センターより 「見守りについて」 「消費者問題」 ・エバーグリーンより 「低栄養 脱水について」 ・レイス宮本氏より筋トレしながらの脳トレ ・筋トレ ・軽体操 ・棒体操 ・ラジオ体操 ・童謡 ・スクワット ・ウォーキング ・脳トレ ・お口の体操 ・スリスリ ・トントシ ・歌 ・おトク体操 ・ストレッチ ・お口の体操 ・ズンドコ体操 ・足指の訓練 ・早口体操 ・早口言葉 ・ロコモ体操 ・食事会 ・口腔体操 ・言葉発声
6	サロンいきいき かすみ	開催頻度	月 1 回 第 2 木曜日 10：00～12：00
		会 場	八木山神社前集会所 （住所：八木山香澄町 3-33 ）
		参加対象	地域にお住まいの方どなたでも （現在の参加者は高齢者中心）
		内 容 等	・準備運動 ・準備体操 ・口腔体操 ・ストレッチ ・筋トレ ・軽体操 ・脳トレ ・歌 ・茶話会 ・反省会 ・季節の歌 ・ホットケアマッサージ ・お口の体操 ・世界に一つだけの花 ・福祉用具の商品説明、紹介等 ・ズンドコ節 ・包括支援センターより 「仙台市の福祉サービスについて」 「介護保険について」 「認知症について」 「消費者被害について」 「栄養について 老人の低栄養について」 ・エバーグリーンより 「口腔ケアについて」 「うつ病 閉じこもりについて」

※内容等については、これまでの実績を記載しております。

主なサロンの開催状況一覧

【 太白区 】 向山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	サロン・桜	開催頻度	毎月 1 回 第 2 金曜日 10：00～12：00
		会 場	越路第 2 町内会集会所（住所：越路 1 ）
		参加対象	みなし仮設の方々、地域にお住まいの方どなたでも（現在の参加者は高齢者中心）
		内 容 等	・包括支援センターより「包括支援センターの役割り 仙台市のサービスについて」「介護保険認定申請について」「介護予防について」「介護保険サービスについて」「消費者被害について」「認知症について」 ・エヴァグリーンより「口腔ケアについて」口腔体操等 ・明治乳業 管理栄養士より「低栄養の予防について」 ・ストレッチ ・リズム体操 ・口の体操 ・歌 ・茶話会 ・体操 ・ラフティヨガ ・筋トレ ・簡単な運動 ・ひなまつり会 ・脳トレ ・福祉用具の説明と展示 会費：100 円～200 円
8	イージークラブ	開催頻度	毎月 1 回 第 4 水曜日 14：00～15：30
		会 場	エバーグリーン・ヤギヤマ（住所：八木山香澄町 1-20 ）
		参加対象	会場周辺の方
		内 容 等	・自己紹介 ・脳トレ ・ストレッチ ・筋トレ ・口腔体操 ・ロコモ体操 ・体力測定 ・片足立ち ・アイスブレイク（ラフターヨガ、とんとんすりすり、脳トレあんたがたどこさ、聖徳太子、指折り、グーパー、曜日引き算、鼻つまみ、自己紹介ゲーム、足踏み 50 音） ・もしもしカメよ ・しりとり段だん ・整理体操 ・スクワット ・世界にひとつ体操 ・包括支援センターより講話「体力測定結果説明」 ・リズム肩たたき ・リズム体操 ・エバグリーン P.T「ロコモティブシンドロームって何」 ・講話「カルシウムの講話」 ・クリスマス会 ・血圧測定 ・クリームチーズマフィン作り ・腹式呼吸 ・手ぬぐい遊び ・骨盤底筋 ・「ブンブンハチがとぶ」腕まわし 保険料 100 円（初回のみ）

※内容等については、これまでの実績を記載しております。

主なサロンの開催状況一覧

【 太白区 】 向山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	
9	いきいきサロン 萩ヶ丘	開催頻度	奇数月第4金曜日 10:00～12:00
		会 場	向山コミュニティー・センター（住所：萩ヶ丘9-1）
		参加対象	地域にお住まいの方どなたでも（現在の参加者は高齢者中心）
		内 容 等	・ストレッチ ・筋トレ ・脳トレ ・お食事会 ・介護予防 ・栄養についての講和（在宅管理栄養士） ・包括支援センターによる消費者被害についての講和 ・軽体操 ・おしゃべり ・歌 ・リズム体操 会費：普通 100 円 弁当有りの日 200 円
10	サロン みどり	開催頻度	月1回 10:00～11:30
		会 場	八木山神社前集会所（住所：八木山香澄町3-33）
		参加対象	地域にお住まいの方どなたでも
		内 容 等	・ストレッチ ・筋トレ ・おとく体操 ・脳トレ ・茶話会 ・包括支援センターより 「包括支援センターについて」 「介護保険認定申請について」 「介護保険サービスについて」 「仙台市のサービスについて」 「栄養について」
11	サロン ひまわり	開催頻度	月1回（第1月曜日） 14:00～15:30
		会 場	まほろばの里向山
		参加対象	高齢者
		内 容 等	・ストレッチ ・口腔ケアなど
12	歌声サロン ドレミ	開催頻度	月1回（曜日は不定） 10:00～11:30
		会 場	越路第1集会所
		参加対象	町内会会員
		内 容 等	・歌 ・体操など

※内容等については、これまでの実績を記載しております。