

げんきサロン・みずき野

たより 97 号 (平成37年2月)

2月の予定

	月曜日	水曜日	木曜日	金曜日	
第1週	日			2月1日	
	午前			絵手紙 講師:貝塚 茂木	
	昼				
	午後				
第2週	日	2月4日	2月6日	2月7日	
	午前	健康マージャン	いきいきA級体操 インストラクター浅沼	いきいきA級体操 インストラクター小林	俳句 講師:小鷲
	昼	いきいきA級体操		お買い物:カスミ守谷店	★簡単クッキング ごちそうさん 講師:川名
	午後	健康マージャン			
第3週	日	2月12日	2月13日	2月14日	
	午前	健康マージャン (振替開催)	いきいきA級体操 インストラクター浅沼	いきいきA級体操 インストラクター小林	音楽 講師:青木
	昼	いきいきA級体操		お買い物:カスミ守谷店	
	午後	健康マージャン		囲碁	輪投げ
第4週	日	2月18日	2月20日	2月21日	
	午前	健康マージャン	いきいきA級体操 インストラクター浅沼	いきいきA級体操 インストラクター小林	スポーツ吹矢
	昼	いきいきA級体操		お買い物:カスミ守谷店	13:30~
	午後	健康マージャン		12:20~ ★ふれあい給食会	マジックを楽しもう 講師 藤本
第5週	日	2月25日	2月27日	2月28日	
	午前	健康マージャン	いきいきA級体操 インストラクター浅沼	いきいきA級体操 インストラクター小林	
	昼	いきいきA級体操		お買い物:カスミ守谷店	
	午後	健康マージャン			

げんきサロン運営時間

午前の部 10:00~12:00
午後の部 13:00~15:00

主 催: 守谷市保健福祉部介護福祉課

運 営: NPO法人 明日のみずき野を考える会

運営協力: 守谷市社会福祉協議会みずき野支部

げんきサロンへの参加申し込みは いつでも受け付けています(無料)

★印はご参加頂くのに別途申し込みが必要です(有料)

詳しくは担当スタッフにお尋ねください。

《 げんきサロンアンケート -今年1年にかける意気込み- 》

あけましておめでとうございます。今年もよろしくお願ひいたします。

げんきサロン・みずき野に参加されています皆様へ、今年にかける意気込みをお聞きしました。回答頂いた方は、56名で内訳は次のとおりです。

	60代	70代	80代	90代	計
男性	3	16	2	0	21
女性	7	18	8	2	35
計	10	34	10	2	56



I 去年はどんな年でしたか。(印象に残ったことなど)

- ① 良い年だった (18) ・楽しい毎日(一年)だった(多数) ・健康に恵まれた(多数)
・休まずサロンに出席 ・孫(曾孫)が産まれた
- ② 悪い年だった (21) ・本人・家族の病気(12) ・友との別(3) ・災害(5)
- ③ まあまあ (8) ・無事に過ごせた ・一日一日が夢中 ・忙しい年でした

II 今年はどうな年にしたいですか。

- 1 叶って欲しい夢(初詣に行けば何を祈願しますか)
・家族みんなの健康(ほぼ全員) ・家族仲良く ・日本、世界の平和(5)…スゴイ
・海外旅行
- 2 達成したい目標
・健康(15) ・一人で外出、元気で出かけ ・麻雀で好成绩 ・旅行をたくさん
・げんきサロンを休まない

III げんきサロンみずき野について

- 1 去年思い出に残ったこと(良いこと、悪いこと、楽しかったこと など)
・みなさんと楽しくたくさん笑ったこと(多数) ・元気になる、ストレス解消 ・クリスマス会
・友達がたくさん出来た ・指導者の皆さんに感謝 ・遠足 ・始まる前の小林さんの話
- 2 今年期待すること(講座の内容、新しい講座、遠足その他の行事)
・旅行(遠足)に期待(多数) ・サロン参加者同士の話し合い(体験談など)
・ばたかの水、木 交流 ・折り紙講座 ・参加者(利用者)増 ・今のままでよい(十分)

以上、回答を列挙しました。お読みになられてどのような感想をお持ちになったでしょうか。

げんきサロンみずき野の参加者も徐々に増え、皆さん楽しんでいらっしゃるようです。

期待に応えるべく、より楽しく、元気になるサロンを目指したいと思っています。

