

今だからこそ みんなで「つながろう！」

# ぶんごおの

# 「サロンだより」

## 第18号

(令和5年2月発行)

【作成】豊後大野市社会福祉協議会 ☎22-6677

暖かい日も増えてきて、少～しずつ春を感じられるようになりましたね❀ **地域の集い場「サロン」**も **8割近くが開催**しています。来年度は、この数年我慢してきた**外出行事**や**早苗饗**、**忘年会・新年会**などを計画してみたいかがでしょうか？ 今からワクワクしますね(^^)/

## それいけ！サロン訪問記

### No.6 『小福手サロン』



ユニークな活動や、「へえ～」と興味がわく取組をされているサロンを、社協職員が取材して紹介するコーナーです。



ディスコンで  
大笑い★



血回しに  
挑戦中！

## 「集まりたいね」の声で 昨年6月からサロンを再開しました！

10年近く開催したサロンをお休みし、昨年6月に再開！きっかけは、毎週の**体操教室**でのひと声！**「みんなで集まりたいね」**の声から、**区の応援もあり、サロンが復活！**「春は花見がしたいな～」と**みんなの笑顔が印象的**でした(^^)/



コロナに  
負けるな！

## 第12弾 免疫力を高めて ウイルスから身を守ろう!!

- ①まずは、**3食**しっかりとりましょう
- ②そして、**いろいろな食品**を食べましょう

### 主食にプラス

10の食品群の覚え方は「さあ、にぎやかにいただく」



コロナだけでなくインフルエンザも流行期を迎えました。ウイルスから身を守るには、**食事(栄養)**が必須です。それぞれの食品に含まれている栄養素は1種類ではありません。多様な食品を組み合わせて食べることで**必要な栄養素をまんべんなく摂取**することができます。**毎日3食の食事**でいろいろな食品を食べましょう。

## おらせ

①これまで、サロンで調理をしていない場合は、助成金は2,000円が上限でしたが、**令和5年4月より、上限額が撤廃**されることとなりました。  
例えば…サロンに23名参加した場合は、**100円×23名=2,300円**となります。

②現在、『**サロン助成金受け取り回数**』に関するアンケート調査を実施しております。各サロンご協力よろしくお願ひします。**3月中に社協各支部へご提出**ください。

サロンの活動写真や情報を大募集しています。次回は3/20頃発行予定です。