

“ひまわりシニアカフェ” の紹介！

大きな木の下で...  



藤岡市防災公園へ出掛けました！

毎月1回、美九里地区の牛田公会堂において、“ひまわりシニアカフェ”を開催しています。

一昨年、昨年とコロナの影響でやむをえず中止になったり、思うような内容を行えなかったりする中、高齢者の方に前向きな気持ちになってもらおうと、スタッフ一丸の温かい気持ちと努力で、できる限り開催してきました。

さて、去る5月19日、絶好のお天気に恵まれ、初めての試みで、近くの防災公園へ行き  、みんなでお昼  を食べてきました(*^-^*)。

コロナの影響で、外出する機会も減り、多くの方が『外に出たい！』という気持ちを持っていると思います。それで、今回、外での食事をとるという一歩踏み出したメニューを企画してみました！

“ひまわりシニアカフェ” スタッフ

5/19 スペシャル Menu

-  11:00～ : 牛田公会堂でカレンダーの色塗り 
-  11:30～ : 牛田公会堂出発！    **防災公園へ！**
-  12:00～ : **ランチ** 

『🌻ひまわりシニアカフェ🌻』

写真で紹介！ 5/19



最高のお天気です！



牛田公会堂

11:00 “オープン”

今日のカフェは、
特別メニューです！

初めての外出！
とっても楽しみ♡



有我代表さんのご挨拶から
始まります！
今日の話は、ウクライナのこと。
『幸せな時を過ごしたいですね。』



11:05 今日は3人の参加です。

11:10
毎月、カレンダーを作成します。

スタッフも一緒に♡



真剣です！

色塗りも、数字を入れるのも
いいリハビリになりますよ！

世界にたった1つのカレンダー



キレイなあじさいですね🌸

11:40 防災公園へスタート!



会員さんは🚗で送迎します!



最高のお天気ね

ちょうどよい距離ですね!

ゴールはもう少し👉



あそこだよ!



大きな木の下にゴール!!

木陰が気持ちいいね!



楽しいね♪

ボランティアさんもお昼です! (*1-1*)



おいしいね!

助六寿司

12:00 外での食事は、最高です!

取材のご協力、ありがとうございました!
美九里地区 SC 社協



『ひまわりシニアカフェ』は H30.4月に設立し、閉じこもりがちな高齢者が集える場を提供し、レクリエーションやおしゃべり、そして、お茶を飲み、昼食をともにすることで前向きな気持ちを持ってもらうことを目的とし、毎月1回、午前10時~午後3時迄開催しています。(コロナ感染予防時は時間を短縮し、感染防止等工夫して行っています。)

レクリエーションは脳トレ・簡単な体操等を行い、また、講話を聞いたり、歌や余暇を楽しみます。お昼は仕出し弁当ですが、支援会員が副食やデザートを作り、会員と一緒に食事を楽しみます。支援会員は会員数より多く20名。同じ地域の住民が協力することでやりがいと連帯感も生まれ、充実感を持って協力・参加をしています。

会員数も毎年減少し、現在7名になってしまいました。今年度は、新たな試みで、外での昼食を実施してみました。「おしゃべりは一番」という声も多いため、あまり肩肘張らずやって行きたいということです。