

～藤井寺に住んでよかった!いくつかになってもいきいき笑顔で過ごせる情報をお届けします～

気軽に立ち寄れる「居場所」があれば、とんとん外出したくなる!

「サロンたなか」をご紹介します



一緒にお話しませんか♪

田中さん(写真中央)がサロンを始めたのは、「みんなが美味しいご飯を楽しんで食べられる場所を作りたい」という夫婦共通の夢を実現するため。家に帰って来たような雰囲気や、つらいことがあってもサロンの出るときには笑顔になっていられるような居場所になることをめざして、こだわりのコーヒーでおもてなし

「こは嫌なことがあっても、来ればホッとする場所」と常連の坂本さん(写真右)

長生きしていると周りに迷惑をかけたりのいろいろ考えることもあるけど、ここに来れば何もかも忘れて笑顔になります。

毎日のように入り浸って、「ご近所の津村さん(写真左)

ここは一人暮らしの私にとっては、いつも誰かが迎えてくれるリビングみたいな場所です。



地域の方の「居場所」になっていくサロンたなか。名物である毎週木曜日のカレーも、みなさん楽しみにされています。決して無理はせず、出来ることをコツコツ続けていきたいと田中さんは話してくださいました。

サロンたなか
 藤井寺1-8-21
 (クリーニング屋さんの隣)
 ☎955-0314
 定休日:日・祝・第3木曜
 毎月3日13日23日
 ★喫茶のお手伝いボランティアも募集中です★



コーヒー一杯100円

新聞を読んだりお話ししたり、たまには物作りも自由で家庭的な雰囲気です!



行政からの情報コーナー

藤井寺おしゃべりミーティング

少子高齢化が急速に進み、高齢者の一人暮らしが増加する中で、人々が出会い、集い、対話し、地域の支え合いのカタチをつくるきっかけとして「居場所」が注目を集めています。藤井寺市の「居場所」をテーマに楽しく語り合しましょう!

- 対象** 藤井寺市内在住・在勤の方
日程 ①9/3(火) 10時～12時 →開催終了
 ②11/25(月) 14時～16時
 ③1/22(水) 14時～16時
 ④3/27(金) 14時～16時
場所 市役所3階305会議室など
申込 藤井寺市高齢介護課

いきいき☆コラム

担当 理学療法士

みなさん、**自助具**って聞いたことありますか?

自助具とは、「自分自身を助ける用具」。手や足が動きにくくなり、今まで使っていた道具が使いにくくなった時に、自分自身の力を活かしながら日常生活の動作を維持できるように、使いやすく工夫された道具のことをいいます。



持ち手が曲がる包丁

持ち手の角度を変えられることができるので、自分の力の入れやすい角度で包丁が使えます



つまみやすいお箸

握りやすく、かつピンセットのように先端を合わせやすい形なので簡単に「つまむ」動作ができます

自助具の種類はたくさんあり、その人の持つ力によって選び方が異なります。不便は、道具で解決できるかもしれません。困っていることは療法士やケアマネジャーにご相談ください。