

健康寿命延伸プロジェクト優良事例紹介

<地域部門（介護予防分野）>

【団体名】 中沢自治会中沢サロン

【所在地】 栗東市

会員数 : 約25名
活動開始年 : 2006年
代表者名 : 上籾 淳一郎

【取組・活動の概要】

○100円喫茶の開催

毎月第二金曜日に「100円喫茶」を開催。
体操、歌、ゲーム、誕生日会、茶話会、
新年会などを定期的に開催している。

○効果

ひきこもり予防、認知症予防、楽しく暮らす
ことができている。特に一人暮らしの方が
喜んで参加され、社会参加の機会を提供する
ことができている、生きがいの創出にも
つながっている。

令和元年7月27日

中沢サロン 8月	
(毎月 第2金曜日を予定しています)	
開催日	8月9日(金)
時間	10時～14時
場所	中沢公民館・あたか飯店
	中沢サロン150回記念 ★リズム体操・歌 昼食は あたか飯店 ★誕生日会 茶話会
参加費	食事代 2500円
100円喫茶 開催時間 1時～4時 & 8月26日 健康推進委員 寺田一子	
エコ活動に参加しましょう ペットボトルのキャップを毎回持参下さいね 約800個位で ワクチン1人分に値します	

