

(高齢者サロン)

ボランティアグループ・ミズメ

サ

目指すところ 高齢者の皆さんが、健康で明るく元気に声かけ支え合えるふれあいの場。

活動内容 ニギニギ体操、歌、ゲーム、屋外レク（バスで外出）、講師の話聞く、グラウンドゴルフ、各地区に別れミニサロン（年3回）

連絡先 0773-55-0025（白猪）

結成年月日 平成12年6月

ボランティア数 20名（男性9名 女性11名）



活動日	活動・行事名	主な内容	場所
月1回	高齢者サロン・ミズメの集い	皆で会食をして・1日ゆっくり体操・歌・ゲーム・室内レク等	林業者等健康管理センター（故屋岡町）
月1回	グラウンドゴルフ大会	グラウンドゴルフ	二王公園または清山荘
年3回	各地区ミニサロン	各地区（全10会場）毎の高齢者の交流	

P R 誰でも好きな時に参加でき、皆で昼食を美味しく食べて、お互いが元気をもらい合い、安心の輪を作ります。