

みんなボランティア 176号 ティア

新しい発見・出会いの場を創造するボランティア情報誌
発行：宝塚社協ボランティア活動センター

みんなで楽しく！ 笑って元気に！！ 脳活性化ゲームの会 うらら宝塚

「あはははは〜」「あれ〜！」「また間違えた〜」と、楽しそうな笑い声が響きわたります。笑い声のもと、この春、ボランティア活動センターに新しく登録された『脳活性化ゲームの会 うらら宝塚』さんによる、スリーA方式の脳トレゲーム。スリーAとは “あかるく” “あたまを使って” “あきらめない” をモットーとした、認知症予防・脳活性化ゲームプログラムのことで、うらら宝塚さんは、地域のサロンなどでこのスリーAを実施されています。

「これから高齢化になるこの時代だからこそ、スリーAをもっと地域に広げていきたい。高齢者だけでなく、小学生や子育て世代の方にも知ってもらいたい。そして、お家でおじいちゃん、おばあちゃんと一緒にやって、楽しい時間を過ごしていただきたい。」とメンバーさん。

小さな子どもから大人までみんなで楽しめるスリーA。ご依頼は、宝塚社協ボランティア活動センターまで。



はじめは自己紹介から！
名前と好きな野菜を右回りで順番に♪



右手はチョキ、左手がグーで、かたつむりの出来上がり。歌に合わせてチョキとグーを入れ替えます。



「つまんで右」お手玉を右に回します。
これがなかなか難しい！！



うらら宝塚さん手作りの名札。参加者のみなさんに名前を書いてもらいます。

「安倉第1団地サロン やまぼうし」



おいしいお菓子を食べながらティータイム。ご近所のみなさんとの会話がはずみます。ティータイムが終わったら、みんなで歌を歌います。



コーヒーは、ボランティアさんが点てるドリップコーヒー。サロン内に、コーヒーと紅茶のいい香りが広がります。

開催日時：毎週金曜日

13:30～15:30

開催場所：安倉第一団地集会所

参加費：100円

「ふじが丘ふれあいサロン」



おしゃべりをしながら、楽しく昼食をいただきます。みなさん、アツという間に完食です。メイン料理のあとは、デザートもあります。



ボランティアのみなさんによる、手作りのお昼ごはん。今日は、ハンバーグ！メニューは毎回変わります。

開催日時：毎月第4水曜日（12月のみ第3水曜日）

10:00～15:00

開催場所：ふじが丘自治会館

参加費：100円

ボランティアメンバー募集中。詳細はボランティア活動センター（0797-86-5001）まで。