



# 西太美 サロンだより

第24号（令和5年5月1日）  
主催 福祉の里西太美  
共催 西太美そくさい会  
開催場所 西太美交流センター

## 学び、体操、交流で健康寿命をのばしましょう！

交流

### —5月サロン—

#### 第2週「脳トレ教室」

本誌の◆脳トレコーナーでおなじみ、  
楽しみながら脳を活性化させましょう

講師 なんと脳トレクラブ

日時 5月11日(木)

午後1時30分～3時30分



#### 第4週「回想法」

記憶をよみがえらせ心の活性化を図ろう

講師 なんとマイスターの会

日時 5月25日(木)

午後1時30分～3時30分



#### 【お知らせ】

「そくさい会」は「サロン」と名称を変更し、月2回の開催になります。  
どなたでも参加できます。

学び

### —タブレットかふえ—

・スマホやタブレット、パソコンなど  
わからないところありませんか？  
講師がマンツーマンで教えます

講師 まとめる専門家

経田 唯(つねだ ゆい) 先生

日時 5月18日(木)

午後1時30分～3時30分



交流

### —石楠花の会—

講師 食生活改善推進協議会

日時 5月19日(金)

午前10時30分～

対象者 石楠花の会員

新規会員募集中！

毎月第3金曜に、講話、手芸などを楽しみます



### ◆ 脳トレコーナー 「一角を加えて別の漢字にしましょう」 ◆

一角を加えて別の漢字にしてください。答えが複数ある漢字もあります。

\*多少変形が必要な場合もあります。

【例 牛 → 生】

① 舌 → □

② 止 → □

③ 木 → □□

④ 大 → □□□

⑤ 且 → □□

⑥ 未 → □□

⑦ 音 → □

⑧ 予 → □

⑨ 司 → □

⑩ 日 → □□□□□□□□□□



各教室とも送迎あります。希望される方は、交流センターまでお申し込みください

【お申込み・お問合せ先】 西太美交流センター（平日 9:00～17:00）

TEL・FAX 0763-55-1126

メール [nishifutomi.kmn@gmail.com](mailto:nishifutomi.kmn@gmail.com)

裏面も  
ご覧ください

地域の身近な場所で、誰もが気軽に集う

「だれでもサロン」

つくってませんか？



### ☆事業の内容

1. 目的 地域の身近な場所で誰もが気軽に集うことができる居場所づくりに取り組み、地域での孤立を防止する。
2. 内容 参加者の希望を取り入れながら実施する。  
【例】体操、手芸、おしゃべり、お食事など
3. 対象 参加者が5人以上で、年間4回以上の活動を行うこと  
(趣味の会などは対象外です)
4. 活動場所 集落内の公民館・集会場など、参加者が徒歩で集まりやすい場所
5. 助成金 南砺市社会福祉協議会から1回あたり2千円の助成金が支払われます。  
(1年に24回分まで)  
他に西太美地域づくり協議会からの助成もあります。
6. 申込み 南砺市社会福祉協議会への申請、報告が必要です。  
※実施の流れや書類の作成方法等、詳しい説明をお聞きになりたいときは  
西太美交流センターまでご連絡ください。
7. 申込期限 10月31日(火)
8. その他 この事業は赤い羽根共同募金の助成により実施しています。



福祉の里西太美では、令和5年度サロン事業として「貯筋運動教室」「サロン」「タブレットかふえ」など、様々な催しを計画しています。健康寿命をのばし、身体も頭もより健康で長生きしましょう！  
送迎も行っていますので、お気軽にお申し込みください。



申込み・問合せ 西太美交流センター

TEL・FAX 0763-55-1126

メール nishifutomi.kmn@gmail.com

