

令和6年度ひまわり基金助成事業 実施レポート

1	団体名	みんなの夢ハウス
2	居場所等の名称	コミュニティサロンみんなの夢ハウス
3	実施場所	さいたま市浦和区針ヶ谷 4-4-14
4	活動年月日	2024年4月12日～2025年3月21日
5	内容	まちの保健室事業
6	参加人数	・参加者 延べ60名 ・ボランティア 名 ・団体メンバー 延べ34名 ・その他 延べ34名
7	HP アドレス等	https://www.facebook.com/profile.php?id=100066550615079
8	活動の様子	4月12日 認知症予防 4月26日 体のつくりと筋肉をつけるコツ 5月17日 口腔機能を老化させないお口の体操 6月14日 いつまでも美しく♪ 6月28日 相続・贈与・個別相談 7月12日 夏を乗り切る食事と水分補給 7月26日 看護師と考える終活 9月13日 お薬相談会・ハンドマッサージ 9月27日 頭と体を動かしてゲーム 10月11日 体幹トレーニング 10月25日 健康食品を知ろう 11月8日 散歩のススメ 11月22日 お灸体験 12月13日 音楽で楽しく脳トレ・認知症予防 1月10日 お薬相談会 2月14日 転ばぬ先の知恵 2月28日 美味しく食べるためのお口の体操 3月14日 身近にある転倒しやすい場所の確認と転倒予防 3月21日 いつまでも綺麗でいるために 医療とつながるプチ講座を年 19 回開催しました。 主に 80 代、90 代の方にご参加いただきました。 難しいテーマの時も、専門職の方にやさしくお話しいただき、質問も飛び交うなど、和やかに進みます。 美容の会はとても賑やかで、場も華やきます。 参加者の皆さんが、楽しく健康維持をしていただけるような講座を開催しました。  6月14日  9月27日  10月11日

★写真の大きさや数は自由です（構成も自由です）。

★当センターホームページに公開する場合がありますので、写真については掲載の許可をいただってください。