

大津支え協は、皆さんがいくつになっても住み慣れた町で、生き生きと生活をしていくことを目的に、生活支援サービスや通いの場(サロン等)を通じて高齢者の社会参加の促進を目指します。

大津地域でのご近所同士のふれあいやコミュニケーションなど人とのつながりが気軽に出来るいろいろな活動を紹介します。

地区社協の「ふれあい・いきいきサロン」は、お互い様の仲間意識の醸成、社会参加や支え合い活動の入り口であり、更には、災害時の助け合いに必要な「地域の顔見知り」を増やす機会にもなる「通いの場」の代表格です。

ふれあい・いきいきサロン — 地区社協の後援で、地域ごとに実施 —

・大津町3丁目町内会

— 『脳トレ・筋トレ・食トレ』で元気に！ —

楽しい時間を一緒に過ごす65歳以上の3丁目住民の集まりです。

“お断りの歌”と“なんでも食べる歌”の歌声が町内会館から響きます。

社会参加・無理なく体を動かす・閉じこもり防止の活動ですが、高齢者のパワーがみなぎっています。



毎月第4金曜日

- ・体力測定・ボッチャ・マジック・手話・七夕飾り・茶話会
- ・フレイル予防・懐かしのお正月遊びとビンゴ大会など



フリーマーケットを開催しました — 馬堀海岸4丁目助け合いの会 —

助け合いの会は2014年から活動を開始し、ボランティアを募ってゴミ出しや買い物支援などを行ってきました。

また、近年災害も多くなり、地域のコミュニケーションの大切さが一層増していることから、ご近所の「顔見知り」を増やすことを目的に、今回2回目のフリーマーケットを開催しました。



会場では、フリーマーケットの他に飲食の販売や「防災講話」の出前トークも催し、多くの方で賑わいました。

また、「お譲りします・お譲りください」のコーナーを自治会だよりに掲載して住民同士の繋がりをお手伝いしています。



大津地域のオレンジカフェ（認知症カフェ）

認知症の人やその家族、地域の人や専門職が集まり、お茶やコーヒーを飲みながら、お互いに交流を楽しみ、認知症について学んだり、相談したり、語り合い・支え合う場です。

1. オレンジカフェ フローラ・モントン

認知症のことでお悩みの方、認知症に関心をお持ちの方、ピアノ演奏を聴いたりゆっくりとお喋りしませんか？

不定期 2 か月に 1 回 13:00～16:00 ワンドリンク注文

場 所：スペースアンドカフェ モントン

（Space and Cafe MonTon）

馬堀町 2-2-9 雑賀ビル 1 階 馬堀海岸駅 徒歩 4 分



2. シャロームカフェ ホルトノキ

誰でも気軽に何でも語れる場です。

話すことで、より住みやすく優しい地域となるよう、みなさまの想いを聞かせてください。

毎月第 3 日曜日 14:00～15:30 参加費 100 円

場 所：シャロームひろば（京急大津駅前）



ラジオ体操に参加して、仲間づくりをはじめてみませんか!!

1. ラジオ体操は全身運動です

全身の筋肉をバランスよく動かして、筋力アップも

2. ラジオ体操は体にやさしい運動です

ご自身の体調に合わせて強度を調整しながら継続を

3. より効果的に行うために

みんなで楽しく行いましょう。

公園などでラジオ体操をしているグループもたくさんあります。



= ご近所の仲間と一緒にやってみませんか。=
ラジオ体操の後は、
ご近所の皆さんと楽しいおしゃべりも！！

大津支え協 問い合わせ先：大津地区社会福祉協議会 834-2487