

ふれ合いサロンを豊かにする法

	サロンを豊かにする法	具体的なやり方
1	健康状態を確認する	血圧測定や検診。看護師に「異常なし」と言われると安心する
2	生活習慣の偏りを修正	食生活や体の使い方、運動の仕方などをチェック
3	新しい趣味を習得	趣味を教え合う時間を設ける
4	サロンに来ない日の過ごし方を学ぶ	豊かさダイアグラムで本人の豊かさを点検した後で、それに沿った活動を提示。お互いの過ごし方を発表し合う
5	友達づくり	相性の合う者同士が親しくお話しする機会を設けてあげる。同じご近所同士でふれあう機会を設ける
6	生涯学習の場に	メニューに学習講座も設定
7	夫婦のあり方を考える	夫婦で参加する機会も設ける。お互いの夫婦生活の問題を語り合う機会を設ける
8	ボランティアのチャンスも	サロンを通してボランティアのテーマも提供する。サロンへの参加がそのまま活動になるような設定も