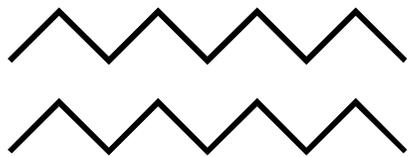


# 令和5年度 活動計画

シニア交流カフェ・いちごの会





# 報告目次

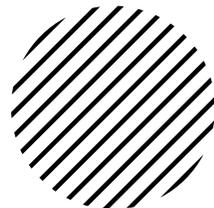
トピック 1 : 新たな門出

トピック 2 : 活動目的

トピック 3 : 活動内容

トピック 4 : お茶飲み友達

トピック 5 : 活動効果



# トピック 1

## シニア交流カフェ・いちごの会 新たな門出

会員が多くの地域サークルに  
所属し活動しております。  
その会員を介し新たな趣で  
コラボ交流活動を  
企画実施します。



# トピック 2

## 活動目的

シニア世代の  
交流仲間づくり



# タイトル 3

## 活動内容

- ① 宮崎台元気体操の実施
- ② パウンドケーキ作り講座の開催
- ③ 各種交流イベントの開催
- ④ 交流親睦会の開催



- 早朝公園体操：日曜日を除く毎日実施
- パウンドケーキ作り交流会：年6回隔月開催
- 各種交流イベント：自然観賞会・講演会・  
自主学習講座・新春初詣&講談鑑賞会
- 例会開催毎の昼食懇親会の開催



## トピック 4

### お茶飲み友達

小さな繋がりが大きな輪  
になって、交流仲間同士  
の素敵な笑顔が満ち溢  
れます。



○シニア世代の交流仲間は貴重な存在です。

ランチタイム・喫茶タイムを共有し、

**お茶飲み友達作りを推進します。**

諸々の事情で高齢者が抱える老後の不安や

孤立・孤独の課題から解放されます。

「いちごの会」が目指す究極の到達点です。



# トピック 5

## 活動効果

○シニア世代の健康 & 生き甲斐づくりにはお茶のみ友達が必要不可欠です。

○高齢者の老後の課題、一人で考えると憂鬱な事も、交流仲間と雑談するとユーモラスが伴います。

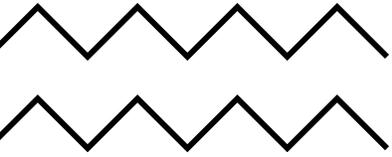


○協調性豊かな交流仲間同士の自助・互助が醸成されます。

○心身の健康と生き甲斐意欲の高揚を齎します。

○健やかに生きる喜びを交流仲間と共有できます。





ご清聴ありがとうございます

シニア交流カフェ・いちごの会