

HELLO
SALON
MATE

2025年

秋

号 vol. 9

(不定期発行)

今年は6月に梅雨明けしてから、
記録的な暑さが続きました。
皆さま、体調はいかがでしょうか。
みんグラ第4弾のご案内です。
みんなで集まって楽しんでくださいね。

サロン対抗選手権!
みんなで
なんたんグラフ pri

キャッチ THE ペーパー



南丹市内のサロンが、
それぞれの場所で同じゲームをしてナンバーワンを競います。
上位3チームには賞状による表彰を行います。

ふるってご参加ください。
挑戦お待ちしています！！

略して「みんグラ」って呼んでね



社会福祉法人 南丹市社会福祉協議会

使うもの

- 見開きの新聞紙 41枚ほど

※およそ朝刊7日分です。
念のため、
多めにご用意ください。



- ラインとなるもの

※例ええば…養生テープ、ビニールテープ
タオル、ハチマキ等

- メジャー1つ

※3メートル測れるものを
ご用意ください

やりかた

① 投げる人1人以上、受ける人2人を決めます。

② 新聞紙を丸めた玉を 40個作ります。

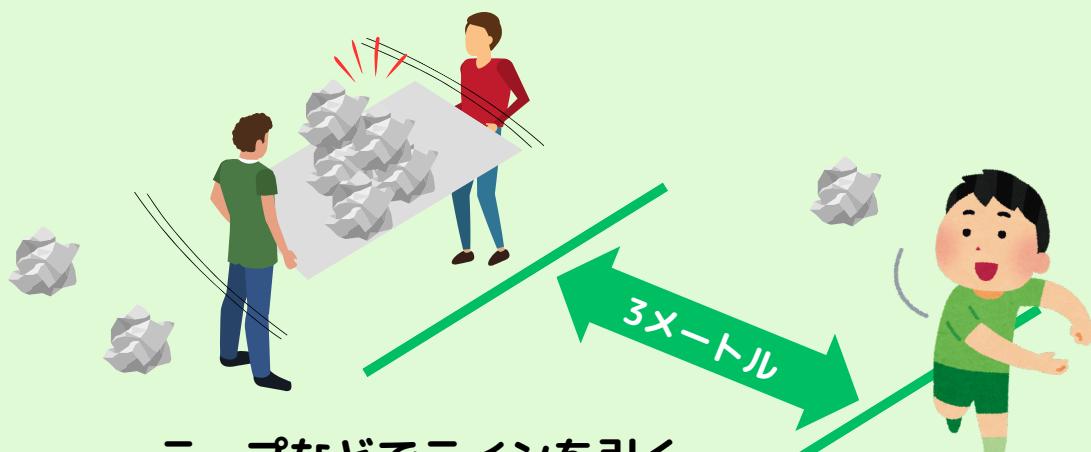
(糊やテープを使わずに丸めてください)



③ ラインから玉を1個ずつ投げます。

座って投げても、立って投げてもOK。

④ 広げた新聞紙を2人で持ち、投げた玉をキャッチ！！



テープなどでラインを引く。
足がラインから出ないように
気を付けてください。

⑤ 新聞紙にのった玉の数を数えて、
社協へ報告

期間中に何度も報告できます。
たくさん挑戦してください！



投げる

投げる回数の振り分け方は自由です
例えば…

1人目30球 2人目6球 3人目4球



のように合計40回になるよう投げてください。

※5人で取り組む場合の例

動画で
取り組み方法を
詳しく
解説しています！



キャッチする



玉をキャッチする人は
交代することもできます。



新聞紙の上に乗った玉を
途中で別のところに移すのは
禁止です。

応募について

令和8年 2月 27日 (金) 必着

※ 応募先は次ページをご覧ください。

①結果、②参加人数、③感想、(④あれば写真・動画)をお知らせください。

結果発表

社協だより ふくしまライTV
インスタグラム 公式LINE
などで発表します。

上位3サロンに表彰状を贈らせていただきます！

南丹市社会福祉協議会 公式LINE



応募先

園部事務所



0771-62-4125

nantan_sonobe@nantan-shakyo.or.jp

LINE



八木事務所



0771-42-5480

nantan-yagi@nantan-shakyo.or.jp

LINE



日吉事務所



0771-72-0947

hiyoshi_jimusyo@nantan-shakyo.or.jp

LINE



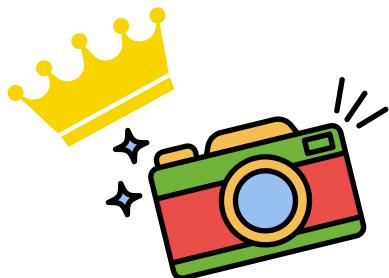
美山事務所



0771-75-0020

miyama_jimusyo@nantan-shakyo.or.jp

LINE



ぜひぜひ写真・動画を送ってください！

みんぐらに取り組んでいる写真や動画を社協に送ってください！

応募の中から、特別賞を厳選して表彰します！

オープンチャットで
交流しよう！

す す ご し も せ だ 準
♪ ぐ 利 ！ おん 感 備
に 用 N 気 か 想 し
参 の E 軽 。 な て
加 方 ア に 競 ど い
で な プ ど 技 を る
き ら リ う に 気 様
ま 、 を ぞ つ 楽 子
！ い に 、
て お 取 の 話 り
質 し 組
問 ま ん



社協までご相談ください

サロン活動を始め、いろんな地域活動に携わる中で、新たなつながりや交流が生まれてきます。活動されている中で「どうしたらしいのかな？」「少し気になることがあるけど…」といったことが出てくるかもしれません。そんな時はぜひ、社協までご相談ください。

私たちは地域の皆さんと一緒に悩みながら、福祉のまちづくりをすすめたいと思っています。今年度のみんぐらも楽しんで取り組んでいただけたうれしいです。

