

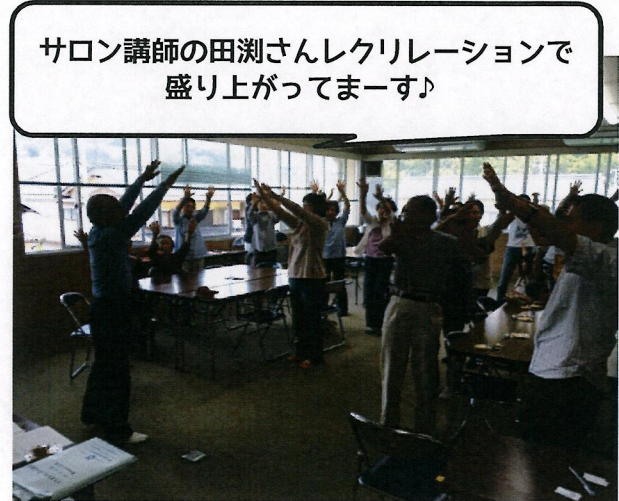
サロン名【福ふくサロン】

<<基本情報>>

集落名	福岡区(118世帯 40.1%)	開催場所	兔塚会館2階	トイレ	各階 洋式/和式
開催日(開催頻度)	年間5回				
参加者(1回あたり)	30名	男女比	男性1割/女性9割	年齢	40代~90代
運営スタッフ	12名	代表者	福祉委員長		
		スタッフ	福祉委員		
運営資金	社協助成金				
活動内容	季節のイベントに合わせて開催。歌をうたったり、ゲームをしたり、地区内の方を講師に依頼して講話など。手作りのおやつで茶話会。				
	食事	1回(ひなまつりの時にチラシ寿司)			
	世代間交流	あり			
周知の方法	案内のチラシを配布。地区放送。				



季節に合わせて言葉ビンゴゲーム♪  
頭を使うなあ・・・☆



サロン講師の田淵さんレクリレーションで  
盛り上がってまーす♪

毎回恒例のお札ゲーム！  
福ふく銀行の百万円札が何枚貯まるかな！？



じゃんけんホイッ！勝った♪  
百万円札ちょうだい～！



### 【大切にしていること・工夫】

来られた方から血圧測定をする。手作りを心がけている。おやつはもちろん、少しでも季節を感じてもらいイベントを楽しんでもらえるように七夕飾りやクリスマスツリー、お雛様など部屋の飾りつけも意識して手作りをしている。

区内の住民さんをゲストに迎えて、作業療法士さんのお話しや音楽療法などを楽しんでもらう。同じ区内の住民さんなのでお互いが気さくで心安く話しが盛り上がる。

また、多種多様な職業のスタッフがそろっているので、仕事を活かしたりレクリエーションゲームをしたりアイデアを出し合う。

お札ゲームでは、1人に10枚のお札を配り、時間内に誰とでもジャンケンをして、勝てばお札がもらえて負ければお札を1枚渡す。毎回最後にこのゲームをして、枚数を記録し、最後のサロンに集計し総合枚数が多い人が優勝。景品有り。みんなが、とても盛り上がる。

### 【運営者の声】

・スタッフが12名いる。若いスタッフの方もいるので色々なアイデアが出る。手作りを心がけているので、温もりがあり、スタッフ自身も楽しんでいる。毎回1人でも多くの方に参加してもらえるように工夫したり、雰囲気作りに気をつけている。手作りサロンを心がけてこれからも少しでも参加者の方に喜んでもらえるようにしたい。

・毎週金曜日の10時から兎塚会館にて体操サークルあり。

・また八幡地区では毎週火、木曜日の10時から八幡会館にて体操サークルあり。

・ウォーキングをしている方が多い。

### 【参加者の声】

・「楽しい！」の一言。みんなの顔が見れて話ができるし、知らないことでも教えてもらえる。その時その時の季節を感じられて心がホッパリできる。家では感じないこと。

・週1回の体操サークルで会う顔ぶれだけど、男性の参加者もいて、また違う顔ぶれと会える。貴重な休みなのに、サロンを開催してくれて感謝でしかない。

・素敵な招待状が届くので、それだけでウキウキする。また、外出せず家にいると、顔が老けている。髪もとかないし、セットもしない。サロンがあると、化粧もするし、着ていく服を考える。出掛けたついでに足を伸ばすし、外にでると充実感を得られ、張り合いがある。出掛けるチャンスがあることはありがたいこと。

・コミュニケーションがとれて、心安い。外であ会っても気軽に声をかけてくれて、つながりが生まれる。

### 【これから】

・色々なアイデアを考えて楽しんでもらえるように、また、健康に役立つような内容のサロンを心がけていきたい。

・今は若い方がスタッフとして参加しているけど、今後の後継者がどうなるのか心配。

・区民の方を巻き込んでサロン講師として参加。一緒に楽しむことをこれからも大切にしていきたい。

・参加するメンバーが同じ、参加したくてもできない方々をどうするのか、送迎の問題など…。将来的には花見をするなど、外出もしてみたい。

サロン名【ひまわりの会】

<<基本情報>>

集落名	八井谷区(24世帯 45.0%)	開催場所	公民館1階	トイレ	1階 洋式
開催日(開催頻度)	月に1回				
参加者(1回あたり)	22名	男女比	男性3割/女性7割	年齢	50代~90代
運営スタッフ	5名	代表者	ひまわりの会会長		
		スタッフ	ひまわりの会		
運営資金	参加費、社協助成金				
活動内容	食事会、茶話会、サロン講師、ゲーム。				
	食事	6回(手作り) ※200円集金と米1合。			
	世代間交流	あり			
周知の方法	案内のチラシを配布しながら安否確認を兼ねて声かけ。				

サロンで作成した小物が並んでいます。  
みなさん上手に作ってるね♪



それぞれが、それぞれに時間を過ごしています。  
囲碁をするもよし！雑談をするもよし！



### 【大切にしていること・工夫】

- ・季節感を感じるよう食事にもみじを飾るなどして工夫している。食事もなるべく手作りをしている。
- 安否確認を兼ねて、声かけをスタッフで手分けをして、丁寧に行なっている。参加できない方とも十分話しができる。
- ・行事に合わせて、8月に夕涼み会を開催。子供からお年寄りまで多くの方が参加する。食事の時は200円と米1合を集める。
- ・スタッフ同士話し合いがしっかりできている。

### 【運営者の声】

- ・スタッフも若い方がいるので色々なアイデアが出る。
- ・8月の夕涼み会は、各会の方の協力を得ながら多くの方の参加があり、世代間交流になっている。
- ・普段会わない方とも1ヶ月に1回会うことで、日常会話が弾み、年配の方々に教えてもらうことが沢山あり、大変勉強になっている。
- ・それぞれがそれぞれに楽しんでいる。  
スタッフ自身が自ら楽しんでやっているしやりがいと達成感を感じている。
- ・サロンに参加しない人がとても心配。
- ・毎週月曜日9時30分から体操サークルがある。(冬場は休み)
- ・毎年11月3日には文化祭を開催。

### 【参加者の声】

- ・毎月のサロンが、とても楽しみです。サロンがある日は、朝から気持ちが、シャンとします。
- ・みなさんに会って話すことが、とても楽しいです。会話も弾んで、いつも時間が経つのが早いです。
- ・スタッフの方が作ってくれる、手作りの食事が、いつも美味しくありがたいです。1人で食べるより何倍もおいしいです。スタッフのみなさんいつもありがとうございます。

### 【これから】

- ・スタッフ自身も段々年をとってきているので、若い世代の方に世代交代していかないといけないが…。若い方は仕事をしているので難しい。
- ・サロンを皆さんがとても楽しみにされているが、たまには、みんなで盛り上げられるような内容を考えてみたい。
- ・せっかく先輩方がここまでサロンを続けて来られたので、スタッフみんなで協力しながら無理のないようにやっていきたい。
- ・色々な方が、リーダーを経験して色々と学んで欲しい。

サロン名【大野区ふれあいの会】

<<基本情報>>

集落名	大野区(23世帯 53.7%)	開催場所	公民館1階	トイレ	1階 洋式
開催日(開催頻度)	月に1回 冬場は月に2. 3回				
参加者(1回あたり)	15~20名	男女比	男性3割/女性7割	年齢	50代~80代
運営スタッフ	5名	代表者	区長		
		スタッフ	福祉委員、老人会長		
運営資金	社協助成金				
活動内容	サロン講師、茶話会、ゲーム、カラオケ、食事会				
	食事	あり(BBQ、お弁当)			
	世代間交流	あり			
周知の方法	案内チラシ配布				

サロン講師の西谷さん。手作りカルタで救急法を説明中！良いアイデアですね！



冬場はコタツサロンで心も体もホっこりしています♪



サロン講師の井上さんの紙芝居♪とても面白い！！



### 【大切にしていること・工夫】

- ・話し合いをしながら開催をしている。
- ・冬までは、若い方も参加するが、冬場はお年よりはすることもないので公民館に集る。
- ・気軽にできるようにしている。
- ・それぞれが、それぞれに楽しんでもらう。

### 【運営者の声】

- ・冬までは、区が中心となりサロンを開催するが、冬場になるとお年よりは、することもなく、家から出にくくなるので、冬場は老人会長が中心となりサロンを開催し、月に2. 3回あつまっている。
- ・老人だけで気軽に開催している。耳が遠いから参加しにくかったり、若い方ばかりいると参加しにくいところもある。
- ・11月には、芋煮会が毎年ある。



### 【参加者の声】

- ・「楽しい！」の一言。  
みなさんの顔を見てお話しをすると、笑えるし、サロンのあった日は、良く寝れます。
- ・サロンがあると、お洒落をしようと思う。



### 【これから】

- ・役が続く限り続けていきたい。
- ・気軽に考えていきたい。

サロン名【口大谷いきいきサロン】

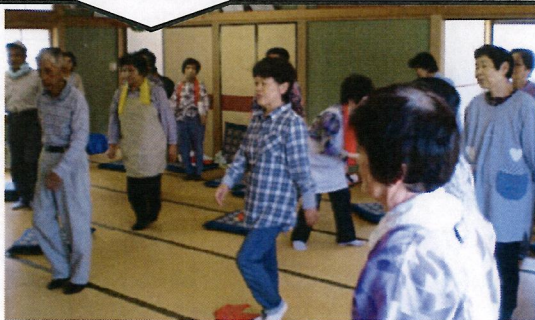
<<基本情報>>

集落名	口大谷区(45世帯 46.3%)	開催場所	公民館2階	トイレ	1階 和式
開催日(開催頻度)	月に1回				
参加者(1回あたり)	17名	男女比	男性4割/女性6割	年齢	60代~80代
運営スタッフ	7名	代表者	福祉委員長		
		スタッフ	愛育班		
運営資金	社協助成金				
活動内容	茶話会中心、講師依頼、ゲーム、歌、囲碁ボール				
	食事	あり(夏休みにカレー)			
	世代間交流	あり(夏休みに子供達とカレー作り)			
周知の方法	地区放送				

役場の出前講座で認知症の話を見ました。



みんなで体操すると楽しいねっ！  
体操後の茶話会が楽しみ♪



茶話会は色々な情報交換ができるね！  
時間がたつのもあっという間！！



### 【大切にしていること・工夫】

- ・口大谷には愛育班があり、定期的に声かけをしている。何かあればすぐに集まる。参加して当たり前、参加しないと逆に心配する。男性の参加者も多い。みなさん元気で協力的。
- ・夏休みの子ども達との交流会は10年以上続いている。体操サークル後にサロンを開催。男性の参加者が多い。

### 【運営者の声】

- ・内容を考えるのが大変。自分の為はみんなの為だと思いながらしている。楽しいことは1人でも多くの方に参加して欲しいからこそ、一人ひとりに声かけを丁寧に行っている。
- ・普段から愛育班の声かけやつながりがあるので、集ろう！となると皆さんとても協力的で男性の参加者も多い。
- ・毎月第1・第3火曜日は体操サークル、第2・第4木曜日は囲碁ボールがある。

### 【参加者の声】

- ・みんなの顔が見れるのでありがたい。
- ・暑かったり、寒かったりしたら「出たくない」と思うけど、サロンがあるからと出るきっかけになる。
- ・サロンに出るとなると、服装や身だしなみを意識する。
- ・公民館まで声をかけあって歩いて参加するので介護予防にもなる。



### 【これから】

- ・このまま維持をしていきたい。サロンにしても集まり事は、本当に大きな効果があると感じている。
- ・自分の為は、人の為だと思ってみんな参加している。
- ・それぞれに役があるということは良いこと。みんなで意識しながら認知症予防や介護予防をしていきたい。



サロン名【中大谷区いきいきサロン】

<<基本情報>>

集落名	中大谷区(33世帯 31.8%)	開催場所	公民館2階	トイレ	1階 洋式
開催日(開催頻度)	月1回 (10日の10:00~)				
参加者(1回あたり)	10名	男女比	男性4割/女性6割	年齢	60代~80代
運営スタッフ	1名	代表者	老人会長		
		スタッフ	参加者が協力		
運営資金	社協助成金				
活動内容	9:00からお宮の掃除をしてから10:00から開催。ラジオ体操、茶話会中心。たまにサロン講師を依頼、食事会。				
	食事	あり(3回程度)			
	世代間交流	なし			
周知の方法	日時が決まっているが地区放送。				

出前講座で体操をしました。  
1.2...1.2...



みんなでコグニサイズ...♪



こたつでワイワイガヤガヤ楽しい  
な♪



### 【大切にしていること・工夫】

- ・日にちを10日に決めた。サロンの前にお宮のそうじとラジオ体操をする。
- ・参加者のみなさんにも協力してもらいながら、お茶やお菓子をだしてもらい役割分担をしている。

### 【運営者の声】

- ・福祉委員長がいるのだけど、老人会が中心になってするのに気が引ける。

### 【参加者の声】

- ・サロンに参加すると世間のことも分かるし、情報交換にもなる。
- ・みなさんの顔を見ると安心するし、楽しい。
- ・人と話しができるし、聞けるしありがたい。
- ・遠い所には行けないけど、こうして近場だと参加しやすい。



### 【これから】

- ・今後、サロンのやり方を考えていく必要があるように感じる。

サロン名【ハチ北いきいきサロン】

《基本情報》

集落名	大笹区(58世帯 34.4%)	ふれあいセンター1階かハチ北会館2階	トイレ	1階 洋式	
開催日(開催頻度)	年間12回(不定期)				
参加者(1回あたり)	20名	男女比	男性3割/女性7割	年齢	60代~80代
運営スタッフ	4名	代表者	区長		
		スタッフ	福祉委員長、民生協力委員、婦人会長		
運営資金	社協助成金				
活動内容	茶話会中心、講師依頼、食事会				
	食事	あり			
	世代間交流	なし			
周知の方法	区長が放送				

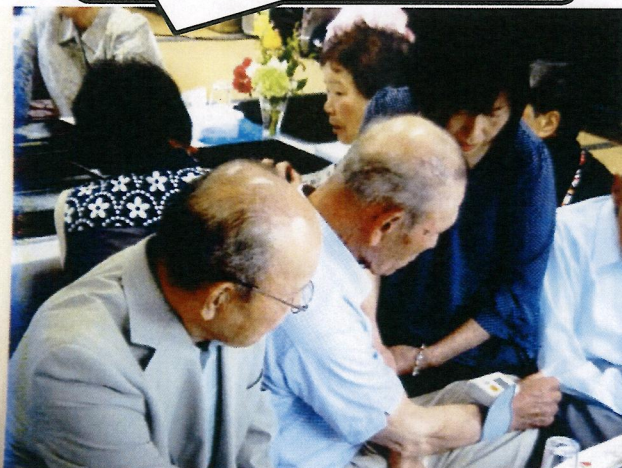
みんなでワイワイガヤガヤすると楽しいね♪



劇団ハチ北による、シンクロナイミング♪  
毎年期待を裏切りません!



血压測りますね~♪



花壇の手入れもワイワイガヤガヤあつという間に終わっちゃいます!



### 【大切にしていること・工夫】

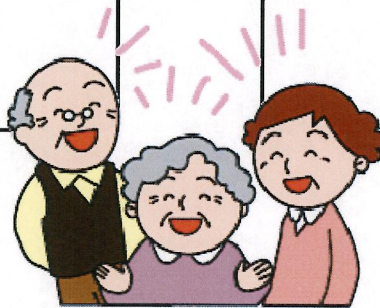
- ・各会（福祉委員会、婦人会、老人会）が分担しながら開催。
- ・区の行事の後や老人会のお宮の掃除の後に開催。
- ・炊き込みご飯を1人暮らし方に子供達とお配りする。

### 【運営者の声】

- ・みなさんが少しでも元気になれるようにやっていきたい。
- ・足腰が悪く参加する方が減った。
- ・参加しにくい方が参加してもらえないのが残念。
- ・外に出ることは良いことなのに……。冬場は、それぞれ仕事が忙しく参加しにくいのが現状。

### 【参加者の声】

- ・お宮の掃除でみなさんに会うのが、楽しみです。作業も話しながらするので、気が付いたら終わっています。楽しいのが一番です。
- ・普段、みなさんに会うことがないので、みなさんに会うと、話がとまりません。話をするだけで、元気をもらえます。
- ・冬場は、みなさんに会う機会が減りますが、春になるのを楽しみにしています。



### 【これから】

- ・老人会の枠だけではなく、若い方が参加してもらえるように考えていきたい。
- ・誰でも気軽に参加してもらいたい。

サロン名【高坂区】

<<基本情報>>

集落名	高坂区(20世帯 50.9%)		トイレ	
開催日(開催頻度)	今現在サロンは行なっていない。			
参加者(1回あたり)	名	男女比	年齢	
運営スタッフ	名	代表者		
		スタッフ		
運営資金				
活動内容				
	食事			
	世代間交流			
周知の方法				



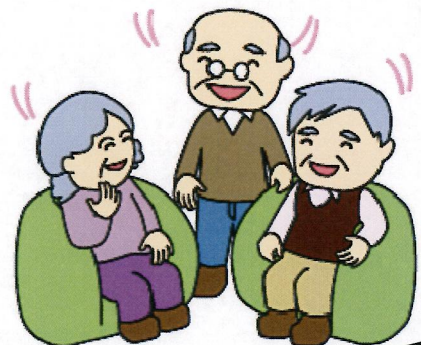
老人会でお宮の掃除・・・。  
暑いので、一休み、一休み・・・。



腹が減っては掃除ができません！

【大切にしていること・工夫】

- ・老人会で集ってお宮の掃除をしている。
- ・年に1回和池株で集って、森脇の公民館で合同サロンを開催。
- ・池ヶ平の老人会と合同で日帰り旅行あり。





サロン名【池ヶ平区いきいきサロン】

＜＜基本情報＞＞

集落名	池ヶ平区(10世帯 46.6%)		開催場所	公民館1階か2階	トイレ	1階 洋式
開催日(開催頻度)	月に1回(不定期に開催)					
参加者(1回あたり)	5名	男女比	女性だけ		年齢	50代～80代
運営スタッフ	1名	代表者	福祉委員長			
		スタッフ	参加者がボランティア			
運営資金	社協助成金					
活動内容	公民館の掃除をしてから茶話会が中心					
	食事	なし				
	世代間交流	なし				
周知の方法	スタッフの声かけ					



### 【大切にしていること・工夫】

- ・公民館の掃除をしてから茶話会をしている。
- ・区内に廃材に絵を描いたり、ペーパークラフトをしたりする手先の器用な方がいて、教えてもらう。
- ・気軽に集まれること。

### 【運営者の声】

- ・参加人数が少なく、男性の参加者がいない。  
高齢の方が足腰が弱くなり、サロンに参加しない方が増えてきた。家が離れているのもあり、「送迎しますよ」と声をかけても遠慮される。迷惑をかけたくない様子。
- ・若い方の参加が増えた(50代)  
昔は、車に乗り合わせて花見に行ったりもしたが、今は茶話会だけで十分。
- ・老人会もあるが、サロン同様に参加者が減っている。年に1回高坂区の老人会と日帰り旅行をしている。
- ・体操サークルをしていたが今はお休み中。  
また、再開させたい。

### 【参加者の声】

- ・同じ地区内にいてもなかなか会う機会がない。サロンがあると話しが盛り上がり、野菜の作り方や子供、孫の話など話しが尽きない。
- ・何でも話せる仲間がいてありがたい。



### 【これから】

人数は少ないですが、サロンは必要だと感じるので今までどおりやっていきたい。参加者も若くなったので、物作りなども増やしてみたい。



サロン名【和敬会】

＜＜基本情報＞＞

集落名	和池区(35世帯 42.0%)	開催場所	公民館2階	トイレ	1階・2階 洋式
開催日(開催頻度)	月に1回				
参加者(1回あたり)	20名	男女比	男性1割／女性9割	年齢	
運営スタッフ	4名	代表者	福祉委員長		
		スタッフ	福祉委員、参加者が協力		
運営資金	参加費、社協助成金				
活動内容	茶話会中心、ゲーム、歌、囲碁ボール、花見、食事会				
	食事	あり(2回) お弁当は個人負担。			
	世代間交流	なし			
周知の方法	スタッフが口頭で連絡				



得意な踊りを披露しました。  
男おどり・・・  
力強いでしょ！



茶話会をしていると「踊りたい！」  
と声上がりみんなで踊りました♪



みんなで茶話会♪ ワイワイガヤガヤ、楽しいね



分かる？

えへっ

### 【大切にしていること・工夫】

- ・何より連携ができていいる→普段からのつながりがある。
- ・介護保険の話を積極的に話し合っって勉強をする。
- ・手作りの歌集があり、いつでも歌がうたえる。
- ・誰もがお互いに気にかけて合う。

### 【運営者の声】

- ・とにかくみなさんと話し合いながら、協力しながらしている。
  - ・週1回の体操サークルや月1回のサロンがあり、多くの方に参加してもらっているので大体の情報は分かる。
  - ・区内で、何かあってもこうして普段のつながりがあるので、連携ができており、対処が早い。だから、サロンはとても大事で必要なこと。
  - ・顔を合わせることで参加しない人が分かり参加しない方のことが気になる(良い意味で)声かけや、安否確認につながる。
  - ・男性の参加者が少ない。
- 参加しない人は、遠慮している。階段が上がれない。
- ・月に2回1・15日の13時から囲碁ボールをしている。

### 【参加者の声】

- ・家に居ても何もすることがなくボツとしていることが多いが、サロンに参加すると皆さんの顔が見れて安心する。
- ・普段の世間話がとても重要だと思う。情報交換にもなるし、相談もできるし、問題も解決できることもある。
- ・お互いの安否確認にもなる。

### 【これから】

- ・みんな歳をとって行くけど、できる限り続けていきたい。
- ・足腰が弱くなって、階段を上がれない方が増えていることが課題。
- ・自分の体は自分が維持していかないといけないし、お互いが声をかけ合っって健康長寿でいれるように頑張りたい。

サロン名【森脇区いきいきサロン】

<<基本情報>>

集落名	森脇区(14世帯 36.8%)	開催場所	公民館1階	トイレ	1階 洋式
開催日(開催頻度)	月1回				
参加者(1回あたり)	10名	男女比	男性1割/女性9割	年齢	60代~80代
運営スタッフ	1名	代表者	老人会女性部会長		
		スタッフ	参加者がお手伝い		
運営資金	社協助成金				
活動内容	茶話会、カラオケ、歌、トランプ、ウノ講話、和池のお寺の奥さんのお話し。				
	食事	あり			
	世代間交流	なし			
周知の方法	スタッフが口頭で連絡				

ウノで大盛り上がり♪  
真剣勝負！で大笑い♪



3B体操(筋力運動)で  
転倒予防しましょう！！



和池株合同サロン♪で全員集合！  
手品鑑賞で大笑い！！



ウケるっ

花見〜♪ 楽しいねっ！



2017/04/21

### 【大切にしていること・工夫】

- ・少人数なのでまとまりやすい。
- ・近くのお寺の奥さんの講話(介護保険の勉強会)を聞く。
- ・ウノやトランプをして、頭の体操をする。
- ・俳句遊びをして盛り上がる。(5.7.5の句をそれぞれ作り、混ぜてバラバラに読み上げる)  
年に1回近隣の地区と合同でサロンを開催している。

### 【運営者の声】

- ・内容に気を使う。一人ひとり価値観が違うので、合う合わないがある。
- ・協力的な人達ばかりなのでありがたい。
- ・できることはなるべくしてもらおう。座布団を出す、コーヒーを出すなど役割り分担をするようにしている。

### 【参加者の声】

- ・すごく楽しみにしている。
- ・出るところがないので、サロンがとても楽しみ。次回はいつするのか・・・と待ち遠しい。
- ・個人宅に集り、ウノやトランプをしたり、ご飯を作っておすそ分けをしたりしている。



### 【これから】

- ・このまま現状維持でできる限り続けていきたい。
- ・自分達で何かをするのは難しいので、講話や体操を増やしていきたい。
- ・近隣の地区との合同サロンを続けていきたい。

サロン名【 】

＜＜基本情報＞＞

集落名	黒田区(44世帯 47.4%)	開催場所	公民館1階	トイレ	
開催日(開催頻度)	現在サロンは行なっていない。				
参加者(1回あたり)	バラバラ名	男女比		年齢	バラバラ
運営スタッフ	名	代表者			
		スタッフ			
運営資金					
活動内容					
	食事				
	世代間交流				
周知の方法					



シルバーカーがズラリッ！！  
 シルバーカーで来ようが、歩いて来ようが  
 集える場所や仲間がいるって  
 素晴らしいねっ！！



「ゴミの分別が今ひとつ分からない」という声  
 が上がり、体操サークル終了後に役場の方に来て  
 頂いてゴミの分別の講座を開催しました。



笑和会の集つといゅ  
 おかずを持ち寄り夕方まで過ごしています。



体操サークルの帰り道♪  
 素敵な写真でしょ☆

**【大切にしていること・工夫】**

・サロンは開催していないが、毎週火曜日9時から体操サークルがある。最近「囲碁ボールがしたいなあ」という声上がり、体操サークル終了後に雨が降るなど暇な時に囲碁ボールをしている。

・仲良しグループ「笑和会」が月に1回公民館に集っている。お弁当を注文し、おかずやおやつなどは持ち寄り、話をしたり歌を歌ったりして1日ゆっくり過ごしている。

・体操サークルに参加した人の中から「ゴミの分別が難しい」という声上がり、体操終了後に役場の方に来てもらい講習会を行なった。

**【運営者の声】**

**【参加者の声】**

**【これから】**

サロン名【宿区いきいきサロン】

＜＜基本情報＞＞

集落名	宿区(54世帯 38.8%)	開催場所	公民館2階	トイレ	1階 洋式
開催日(開催頻度)	月に1回				
参加者(1回あたり)	35名	男女比	男性4割／女性6割	年齢	5歳～90代
運営スタッフ	6名	代表者	福祉委員長		
		スタッフ	民生委員・愛育班・老人会・婦人会・子供会の代表者		
運営資金	社協助成金				
活動内容	茶話会中心、ゲームをしたり、歌をうたったり、子供会、老人会合同グラウンドゴルフ大会(景品有り)、ビンゴゲーム、サロン講師を依頼。				
	食事	あり			
	世代間交流	あり			
周知の方法	区長が地区放送。約1ヶ月まえよりスタッフが声かけ。				

夏休みに三世代間交流！  
毎年恒例のグラウンドゴルフ大会♪



さあ！恒例の歌をうたいながらお  
手玉をまわしましょう！



宿の吉本軍団（銭太鼓グループ）皆さんを笑いの世界へと誘いま～す！！



僕の自慢！  
手作りの輪投げ☆



毎回するのビンゴゲーム♪  
豪華景品のトイレトペーパーが当たるよ！



### 【大切にしていること・工夫】

- ・各会の代表が相談しながらサロンの計画をしているので、ひとりだけに負担がかかることはない。また、みなさんがとても協力的で自主的なので内容も次々と案を出してくれたり考えたりする。
- ・輪投げ1つにしても手作り。サロンをしているというよりは、サロンを作っている。歌集も手作り。
- ・農閑期になると週1回のペースで「お楽しみ会」と題してサロンを開催し10年以上継続している。

### 【運営者の声】

- ・各会の代表と話し合いながらできるので負担が少ない。
- ・毎回参加率が良く、老人会の8割以上が参加し、男性の参加率も良い。
- ・いかに会を楽しくし、また来たい！と思わせる雰囲気を作り上げられるかが大切。
- ・飽きさせないように毎回内容を吟味し、反省や話し合いを繰り返し、嫌な思いをしないように工夫している。
- ・輪投げやお手玉などを手作りし、ゲームをしている。
- ・毎週木曜日の9:00から体操サークルをしている。
- ・毎週木曜日14時頃にしともさんの移動販売ありその後、個人宅にてコーヒーを飲もう会をしている。

### 【参加者の声】

- ・みんなで集まって笑い合うと生きている実感が沸く。楽しいのでつい足を運んでしまう。
- ・夏休みに子供達と一緒にグラウンドゴルフをすると元気をもらえる。三世代の参加で、普段話さない人とも話せる機会があり、大変良い。
- ・冬場は、家にいても何もすることがないので、集まる日が待ち遠しい。
- ・テレビを見るより、みんなの顔を見て話をして、笑って満足です。また、銭太鼓のグループがあり、週に1回冬場だけ(毎週月曜日の9:30~)練習をしていて、サロンで披露している。

### 【これから】

- ・このパターンで無理なく続けていけたら良いと思う。各会の代表が変わっても引継がしっかりとできるように、サロンスタッフの会議をしっかりしているので、次期代表者の負担も少ないと思う。
- また、サロンは高齢者だけではなく、地域住民の誰もが参加できるように工夫し、三世代交流事業も続けていきたい。



サロン名【日影区いきいきサロン】

≪基本情報≫

集落名	日影区(64世帯 37.3%)	開催場所	公民館2階	トイレ	1階 和式／洋式
開催日(開催頻度)	月に1回				
参加者(1回あたり)	20名	男女比	男性2割／女性8割	年齢	70代～80代
運営スタッフ	8名	代表者	老人会長		
		スタッフ	老人会役員		
運営資金	参加費、社協助成金				
活動内容	茶話会・囲碁ボール・ノルディックウォーキング・食事会				
	食事	3回(お弁当を取る 個人負担)			
	世代間交流	なし			
周知の方法	老人会会報に記載し、地区放送。				

昔を思い出して・・・  
みんなでお手玉をしました。



猿尾滝や日影の歴史について勉強しまし  
た♪



天気も景色も気分も最高～！！  
ノルディックウォークで気分爽快♪

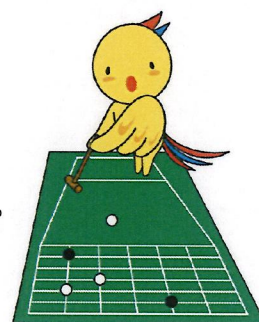


国道沿いの花壇の手入れもみんな  
ワイワイがやがや・・・♪



### 【大切にしていること・工夫】

- ・区内の方に、区の観光地や歴史の話をしてもらうこともある。
- ・囲碁ボールは簡単にできて盛り上がる。
- ・ノルディックウォーキングは、猿尾滝までの素晴らしいコースがある。



### 【運営者の声】

- ・内容を考えるのが大変。
- ・高齢化が進んでおり、また足腰の悪い方も増えて、参加する人が減りつつある。
- ・サロン講師も同じ人ばかりになるので、最近は頼んでいない。

### 【参加者の声】

- ・いつまでも元気にいられるように、みんなまで体を動かす体操がやってみたい。
- ・もう少し参加をして欲しい。
- ・日中1人であるのが退屈なので、なるべく参加したい。
- ・集った時にゲームか何かをしたい。同年代の方が少ないので集って話したい。

### 【これから】

- ・高齢化が進んでおり、参加する人も減少してきつつある。後継者の問題もある。もう少し若い方が参加してくれたら良いのに・・・

サロン名【のめっちゃ】

≪基本情報≫

集落名	作山区(9世帯 55.5%)	開催場所	公民館1階	トイレ	1階 洋式
開催日(開催頻度)	年間12回(1月～3月は休み)				
参加者(1回あたり)	5名	男女比	女性だけ		年齢 80代
運営スタッフ	2名	代表者	福祉委員長		
		スタッフ	福祉委員		
運営資金	社協助成金				
活動内容	茶話会が中心、お誕生日会、食事会				
	食事	あり(5回 手作りやお弁当) お弁当の時は個人負担。			
	世代間交流	なし			
周知の方法	案内のチラシを配布、口頭で連絡。				

コタツサロンでゆっくりおしゃべり♪



みんなで作るお弁当は格別ですね♪



さんきら餅を作って、皆さんに配りました♪



### 【大切にしていること・工夫】

- ・気楽に話せて遠慮しない。食べることをして話しをすること。参加人数は少ないが、料理を作るときは、とても賑やかに話をしながらみんなで作る。
- ・さんきら餅やピーマン味噌をたくさん作って、区の方に配る。
- ・寒くなったらコタツで話をする。
- ・お誕生日の方に合わせてサロンをする。参加できない方には、家までプレゼントを持っていってお話しをする。

### 【運営者の声】

- ・色々な事をしたら良いのだけど、思い切ったことができないのが現状。昔は大勢いたのに・・・。
- ・少ない所は少ないなりに、おしゃべりだけでも十分だと思う。
- ・何かを作っても皆さんに配れて皆さんで味わえるから良いのかな・・・。
- ・なるべく違う内容でお互いが負担にならないようにしている。
- ・男性の参加者がいない。
- ・毎年恒例でお誕生日会を開催し、みんなでお祝いをする。参加できない方には、家にプレゼントを持って行き話をする。ちょこっと出張サロンあり。

### 【参加者の声】

- ・サロンで集まって話すことが本当に楽しい。
- ・1人暮らしだから話すことが楽しい。世話してくれる人が大変だけどありがたい。
- ・お餅などをつくるのもやりがいがあり楽しい。
- ・人数が少ないのでさみしい。こうして、顔を見てはなすだけで十分。

### 【これから】

- ・男性の参加は、なかなか難しい。集まれる人で現状を維持しながら、できるようにしていきたい。茶話会だけで十分だけど、今まで通りたまには、みんなで料理を作りながら賑やかに、過ごし達成感を得ることもたまには必要だと思うので今まで通り続けていきたい。
- ・人数が少ないからこそ出来ることがあるので、続けていきたい。