

サロン名【鹿田区いきいきサロン】

<<基本情報>>

集落名	鹿田区(23世帯 25.6%)		色々	トイレ	
開催日(開催頻度)	年間4回				
参加者(1回あたり)	バラバラ	男女比	女性だけ	年齢	60代~80代
運営スタッフ	3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	花見会、講師依頼、茶話会				
	食事	あり(1月、4月)			
	世代間交流	なし			
周知の方法	スタッフが口頭で伝える				



鹿田にある村岡温泉には、観光客がたくさん来られて、とても賑やかです♪



### 【大切にしていること・工夫】

- ・若い方が多い。
- ・次世代のお世話役が負担にならないように考えている。

### 【運営者の声】

- ・男性の参加が少ない。
- ・人数が少ないから参加者がサロンのある時はおやつを手作りで持ってくる。
- ・区自体の高齢化率が低く若い方が多いので閉じこもっている人がいない。
- ・みなさん、外に出ているし、行動している。  
わざわざ集らなくても、それぞれに集っている。  
本当に気になる人が出てこない。それが問題。

### 【参加者の声】

- ・外出するのは、気分転換にもなり楽しいです。
- ・みなさんと話をすると、いつも花が咲きます。



### 【これから】

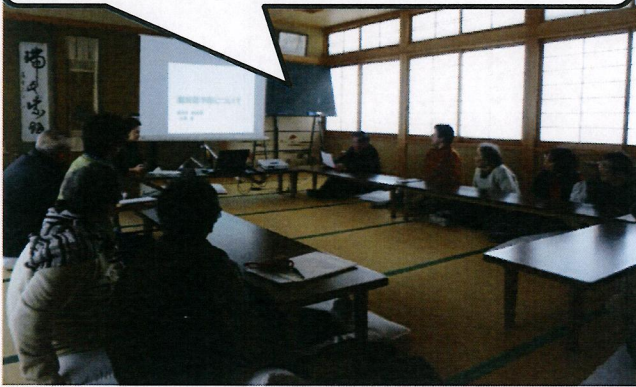
- ・男性の参加者が少ないのが課題。
- ・区には、1人暮らし高齢者が2人、高齢者だけの世帯も少ないので区全体で把握でき、見守りも出来ている。

サロン名【相田区いきいきサロン】

<<基本情報>>

集落名	相田区(20世帯 34.0%)	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6回 (13:30~16:00まで)				
参加者(1回あたり)	12名	男女比	男性1割/女性2割	年齢	60代~90代
運営スタッフ	1名	代表者	福祉委員長		
		スタッフ	ボランティア		
運営資金	社協助成金				
活動内容	食事会・茶話会・カラオケ・ゲーム				
	食事	1回(サロンの最終月に食事会)			
	世代間交流	なし			
周知の方法	案内チラシを回覧板で回す。集まったときに案内する				

出前講座で保健師さんの健康講話を聴きました。



コタツにあたりながらビンゴゲーム



みんなで体操をやってみよう!



### 【大切にしていること・工夫】

- ・なるべくみなさんが参加できるように簡単な内容でできるように工夫している。
- ・来た人から自然に座布団を出し、協力してくれる。
- ・孫をもうりしている人が、子供を連れて参加するので賑やかになるし雰囲気明るくなる。

### 【運営者の声】

- ・なるべく地区の多くの方に参加をしてもらいたい。お世話役は、順番でまわしているが、若い人が少ないので、どうなることやら……。その時は、その時で考えたらいい。
- ・普段からのつながりも、しっかりしており何かあってもすぐに集まるので安心です。
- ・区長が参加してくれるので助かります。
- ・毎年6月に区民でBBQ。8月敬老会  
11月9日、3月9日は山の神様(公民館に集って茶話会)

### 【参加者の声】

- ・普段は会わないけど、会えば色々な話ができる。
- ・人の顔を見て話すのが一番。
- ・普段のつながりが大切。
- ・地域の人が元気だと分かると安心する。笑うことが良い。



### 【これから】

- ・体を動かすことが少ないように感じるので、体操みたいなことをしてみたい。
- ・皆さんで協力しながらやっていきたい。



サロン名【 神坂区いきいきサロン】

＜＜基本情報＞＞

自治会名	神坂区(19世帯 31%)		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5回					
参加者(1回あたり)	4～10	男女比			年齢	40代～70代
運営スタッフ	名	代表者	福祉委員長			
		スタッフ				
運営資金	社協助成金					
活動内容	茶話会中心					
	食事					
	世代間交流	なし				
周知の方法	区長が放送					

こたつでゆっくり、まったり・・・  
おしゃべりで花が咲いています♪



男の料理教室！三角巾は奥様方が手作りしてくれました。



みんなで作って食べて♪  
ワイワイガヤガヤ！



【大切にしていること・工夫】

- ・参加者もスタッフも負担にならないようにしている。
- ・できるようにしている

【運営者の声】

- ・きらかに顔を合わせて楽しく談笑できたらいい。
- ・老人会は月に1回のペースで集って、話をしたり、花壇の手入れをしたり、お宮の掃除をしている。
- ・以前は男の料理教室があった。三角巾は奥様方の手作り。(今現在は、お休み中)



【参加者の声】

- ・老人会の集まりは、いつも楽しみにしています。みなさんの顔を見るだけで、元気がでます。
- ・花壇の手入れをしても、あっという間に時間が過ぎていきます。
- ・なるべく参加するようにしています。

【これから】

- ・できるだけ、参加の幅を広げていきたい。子どもからお年寄りまでが参加できるようなつどい場になればいいなあ……。



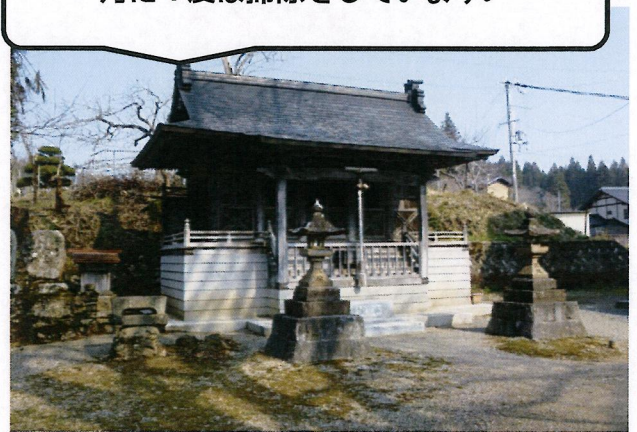
サロン名【萩山区いきいきサロン】

＜＜基本情報＞＞

集落名	萩山区(34世帯 42.0%)		開催場所	公民館2階	トイレ	1階 洋式
開催日(開催頻度)	年間6回					
参加者(1回あたり)	20名	男女比	男性1割/女性9割		年齢	バラバラ(世代間交流あり)
運営スタッフ	5名	代表者	老人会長			
		スタッフ	愛育班			
運営資金	社協助成金					
活動内容	花見、講話、茶話会、ゲームなど					
	食事	あり(1. 2回)				
	世代間交流	あり(子供との交流会)三世代交流				
周知の方法	放送、案内チラシ配布					



月に1度は掃除をしています♪



区民が講師！正月の飾り作り♪



北村保健師の講話を聞きました。



### 【大切にしていること・工夫】

- ・区民全体で行なうようにしている。
- ・無理のないように内容を考えている。
- ・冬場はすることがないので、集る機会を増やしている。

### 【運営者の声】

- ・どうしても老人会が主になってしまう。
- ・無理のないようにみんなが楽しめるような内容を考えていきたい。
- ・月に1回は老人会で集るようにしている。



### 【参加者の声】

- ・お互いが無理のないようにしています。集まることで、安否確認にもなるし、情報交換にもなります。
- ・お宮の掃除をしても、話をしながらするので楽しく作業ができます。
- ・みなさんの顔を見るのが楽しみです。

### 【これから】

子供が少なくなってきているが、子供との交流会は続けていきたい。子供が参加すれば親も参加して三世代交流になる。愛育班と話し合いながら、「楽しい」「来てよかった」と言ってもらえるような内容を考えていきたい。



サロン名【板仕野区いきいきサロン】

<<基本情報>>

集落名	板仕野区(34世帯 46.3%)		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	火曜日の13:30～				
参加者(1回あたり)	15名	男女比	男性1割／女性9割		年齢	60代～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	参加費、社協助成金					
活動内容	茶話会が中心。たまに、サロン講師を依頼した。夏休みに子ども達とゲームをしたり、囲碁ボールをしたりする。					
	食事	春に2回(内1回はお弁当)秋に1回は手作り ※食事の時は100円集金				
	世代間交流	あり 夏休みに子供達とゲームやカルタ				
周知の方法	お世話係りさんが地区放送					

夏休みに子供達と  
囲碁ボール対決!



サロン講師の板坂さんのマジック♪



話しだすと止まらない!!  
気が付けばいつも4時(笑)



ハワイアン♪ 気分で  
ゆっくりダンス♪



### 【大切にしていること・工夫】

- ・毎週火曜日の1時30分から体操サークルがあり、体操終了後にサロンを開催しているので開催日が分かりやすい。
- ・年に3回は食事会があり内2回は手作りで料理を作って食べる。皆で作るので賑やかで楽しい。材料はあるものを持ち寄っている。
- ・茶話会だけでも皆さんがとても楽しみにされており、情報交換ができたり先輩の方から色々な知恵を教えてもらえる。

### 【運営者の声】

- ・色々しようと思うと内容を決めるのが大変だけど、茶話会だけでも十分楽しいし充実している。特に冬場は家にいても何もすることがないから集まった方が良く、という声が上がります。
- ・皆さんサロンをとても楽しみにされており家に居て閉じこもるよりはずっと良いと思う。

### 【参加者の声】

- ・みんなの顔を見て話せるのが一番良い！  
隣の人とも話す機会がなく、会う機会もないが、サロンに来たらみんなに会える。
- ・同じ地区内で気心が知れていて、話しやすいし、情報交換ができる。
- ・冬になって雪が降っても公民館に行こうかなと思う。野菜の作り方や、漬物の作り方、料理の仕方を教えてもらえるのでありがたい。

### 【これから】

- ・今後も現状を維持しながら、難しいことは考えずお互いに苦にならないように続けていきたいです。
- ・皆さんの意見を取り入れたり、社協に相談しながらポチポチやっていきたいです。

サロン名【しゃんなる会】

<<基本情報>>

集落名	大糠区(26世帯 41.6%)	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7回				
参加者(1回あたり)	12名	男女比	男性4割/女性6割	年齢	70代~80代
運営スタッフ	4名	代表者	福祉委員長		
		スタッフ	福祉委員		
運営資金	参加費、社協助成金				
活動内容	茶話会中心、たまに食事会。サロン講師を依頼したり、参加者、スタッフが講師になったりする。講話や、季節感を感じてもらうようなイベント。				
	食事	3回(4月のお花見・6月さんきら餅・12月忘年会)食事の時は集金あり。			
	世代間交流	なし			
周知の方法	案内チラシを配布、会った人に声かけ				

桜の木の下にて  
乾杯~♪



インド人は認知症が少ないだって・・・  
カレーライスを食べているから・・・  
クルクミン=うこんがいいんだって♪



そりゃ、知らなんだあ〜!

カレーライスバイキング♪  
たくさん食べてね!



### 【大切にしていること・工夫】

- ・季節を感じてもらうように、その季節に合わせてイベントを考える。(お花見や、さんきら餅作り、クリスマス会等)歩いて参加しにくい方は車で送迎をする。
- ・参加者やスタッフの方が講師になって講話。

### 【運営者の声】

- ・出てこない人を無理に参加させるわけにはいかない……。70代の参加者が少ない。
- ・もっと気軽に参加してもらえると嬉しいな。
- ・さんきら餅をつくるのも、みんなでワイワイガヤガヤ言いながらつくるので、みなさんがとても良いお顔をしている。
- ・やっぱり、1人でするよりは、みんなで話しながらするのが良い。
- ・月に2回火曜日13:30から体操サークルがある。

### 【参加者の声】

- ・参加しない方が多い……。参加したら楽しいのに。参加するメンバーが決まっている。
- ・こういうサロンがあれば、いつでも集まりたいし、楽しみにしている。
- ・デイサービスと重ならないのでありがたい。やっぱり、同じ地区内の人と会って、話をするのは、ホッとする。色んな情報を教えてもらえるし、面白い。
- ・体操サークルも2週間に1回しているが、参加が少ない。せつかく体に良いことをしているのに……。

### 【これから】

- ・これからも楽しく運営ができればいいなあ。70代の方が参加してもらえるように考えたい。できることをできるようにしていきたい。

サロン名【 陽だまりの会 】

<<基本情報>>

集落名	光耀区(38世帯 13.6%)		開催場所	公民館	トイレ	1階	洋式
開催日(開催頻度)	年間5回						
参加者(1回あたり)	5~6名	男女比	5割/5割		年齢	60代~90代	
運営スタッフ	名	代表者					
		スタッフ	みんなで協力しながらしている				
運営資金	社協助成金						
活動内容	食事会、茶話会、カラオケなど気軽になことをしている						
	食事	あり					
	世代間交流	あり					
周知の方法	案内チラシを配布。						

恒例の夏祭り♪  
そうめん流しやBBQで、区民みんなが  
ワイワイ・がやがや楽しみました！



ええかあ！ゆっくり回せよ！



クリスマス会&お餅つき大会だ  
よ♪



### 【大切にしていること・工夫】

- ・のんびりと負担にならないようにしている。
- ・できる人ができることをして協力している。

### 【運営者の声】

- ・村岡の中でも若い世代が多く、70代の方でも働いている方が多いのでサロンに参加する方は少ない。
- ・みんな仲が良くポチポチしている。
- ・元気な若い方が多いので夏にはお楽しみ会や冬にはお餅つき大会などをして交流している。

### 【参加者の声】

- ・区のみなさんととても仲が良いので、何かあるとすぐに集まります。
- ・若い方が多く、何をしてもワイワイがやがやと楽しく、賑やかでとても楽しいです。
- ・とにかく元気で、楽しい！の一言です。
- ・みなさんととても協力的です。



### 【これから】

現状維持のまま、お互いが負担にならないようにポチポチやっていきたい。

サロン名【高井区いきいきサロン】

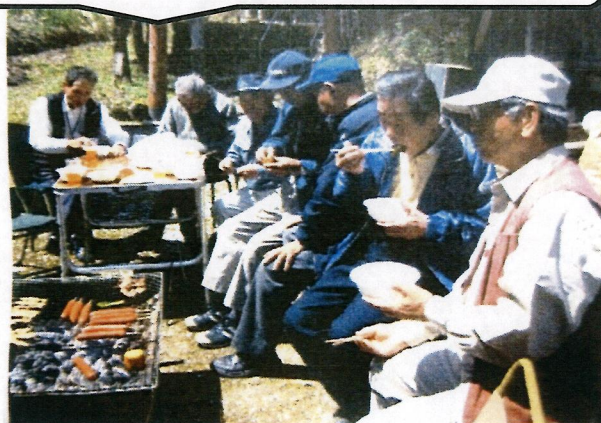
<<基本情報>>

集落名	高井区 (37世帯 44.9%)	開催場所	公民館/お堂	トイレ	洋式
開催日(開催頻度)	年3回(4, 6, 11月)				
参加者(1回あたり)	20名	男女比	男性8割/女性2割	年齢	50代~80代
運営スタッフ	5名	代表者	福祉委員長		
		スタッフ	福祉委員		
運営資金	参加費、社協助成金				
活動内容	お花見(BBQ)、観音様を拝んで食事会、ゲーム、茶話会。				
	食事	あり(BBQの時は1人2000円集金, お弁当を取る)			
	世代間交流	なし			
周知の方法	案内のチラシを配布。				



みんなで掃除をして、みんなで  
拝んで、みんなで食事をします。

区民！全員集合～！！バーベキュー大会♪



みんなで集まると、楽しいなあ♪



### 【大切にしていること・工夫】

男性の参加者が多い(食事が出ると多い)  
婦人会、老人会、福祉委員の各会に分かれて開催している。  
花見の時だけ参加費を集金している。

### 【運営者の声】

- ・人が集まりにくいけど、食事を出すと集りやすい。
- ・1人暮らしの方や80歳を超えると参加しにくくなるようだ。
- ・担い手がないこと、人を集めることが難しく今後の課題である。
- ・個人のガレージに集って食事をしている。

### 【参加者の声】

- ・たまにしかないけど、集まって話をするのが楽しいです。
- ・足が痛くて参加するのをやめようと思うけどみんなに会いたいので参加してしまいます。
- ・みなさんと、食べる食事は、本当においしく色々な話ができ楽しいです。



### 【これから】

・誰でも年々年をとってくるので、参加者が少なくなっているが、今後も各会でよく話し合いながら  
ポチポチとできることをできるようにやっていきたい。



サロン名【なかよし会】

<<基本情報>>

集落名	寺河内区(41世帯 44.1%)	開催場所	公民館・お堂前	トイレ	1階 洋式
開催日(開催頻度)	年間2回(8月2月に開催)				
参加者(1回あたり)	バラバラ	男女比	男性4割/女性6割	年齢	バラバラ
運営スタッフ	7名	代表者	福祉委員長		
		スタッフ	福祉委員、愛育班		
運営資金	社協助成金				
活動内容	公会堂前の広場でレクリエーション、サロン講師依頼。1回は食事会				
	食事	1回			
	世代間交流	あり。夏休みに夏祭り			
周知の方法	案内のプリント配布、区の放送。				



### 【大切にしていること・工夫】

夏休みの町一斉の防災訓練後にサロンを開催するので、子供からお年寄りまで多くの方が参加する。

1回は食事をして親睦を深めている。

### 【運営者の声】

・サロンの回数を増やして欲しいと要望も出ているが、仕事をしているため中々難しい。

・土、日に開催しても他の行事が重なってしまい難しい。

・気楽にやっていきたい。

・夏には、区民全員で夏祭りを開催。流しそうめん、焼肉、カラオケ、お菓子のつかみ取り、カキ氷がある。材料はあるものを持ち寄りみんなで協力している。

・11月には、文化祭あり。区民の方の得意なことや趣味を展示し、落語会も開催。

・倉庫の2階をカラオケルームにして、100円でカラオケができる。区民が集っている。

### 【参加者の声】

・皆さんの顔を見れるし、話せるし大変良いこと。

・色んな世代の方が集り話しが出来て交流が出来るので楽しい。

・みんなと集ってお菓子を食べながら話すのが良い。

・公民館ですると近いし集りやすく安心出来る。

### 【これから】

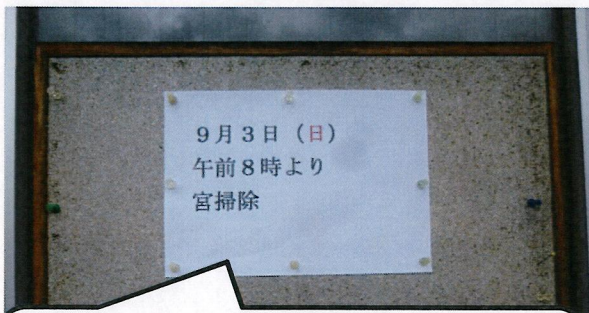
・平日の昼間に、愛育班を中心に実施する方が人数が集りやすく評判が良い。今までは申し込みをしてもらっていたが、申し込みなしで参加できるようにして行いたい。

・サロンの回数を増やして欲しいという要望を進めていきたい。

## サロン名【和良会】

### <<基本情報>>

集落名	耀山区(28世帯 46.4%)	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7回 ※農繁期以外で開催				
参加者(1回あたり)	15名	男女比	男性2割/女性8割	年齢	60代~90代
運営スタッフ	7名	代表者	福祉委員長		
		スタッフ	愛育班、福祉委員		
運営資金	参加費、社協助成金、地区助成金				
活動内容	毎回ではないが食事会。歌、簡単なゲーム、たまにサロン講師を頼んだり、知人を頼んだり、耀山出身の名取さんを頼んで踊りを踊ってもらったり、参加者が講師になって盆踊りの音頭だしを聞いたり、踊ったり。1回は介護予防の講話を保健師にしてもらう。社協の遊び道具を借りて楽しむこともある。				
	食事	1月 3月 7月 8月 12月 ※イベント時の食事会(食事の時は300円集金)			
	世代間交流	なし			
周知の方法	公民館前に案内を掲示。スタッフが声かけ 地区放送				



お知らせなどは公民館に張ってあるから  
分かりやすいね!

うちげえで、採れたスイカだでえ。



ラクターで参加してまー  
す。  
縦列駐車も上手でしょ♪

個人でハーモニカ演奏の講師を頼みました!



### 【大切にしていること・工夫】

- ・歌集を作っているのので、歌いたい時にすぐに歌える。食事やおやつは全部手作りにこだわっている。  
ある材料は持ち寄りしている。ただ、ゲームをするのではなく、頭の体操やコグニサイズ、手遊びをする。
- ・耀山出身の方や参加者の方に講師になってもらう。参加者にもできることをできる範囲ですらって役割り分担をしている。

### 【運営者の声】

- ・今後段々と人数が減る。ゲームをするのも足腰が弱くなっており動くのが大変。新しいことを取り入れたいが教えてくれる所がない。
  - ・スタッフ同士で気がよく合うので、楽しくてやめられない。歳を忘れる。若い人の中にいると若返るし、「ああ若い人はこんな『考えなんだ』と勉強になる。お互いの気持が分かるのが良い。
  - ・スタッフ同士でも情報交換ができる。
  - ・おやつも食事も手作りにこだわっている。また、ある材料は持ち寄り、簡単にボリュームのある料理になる。
  - ・サロンがきっかけで色んな集いが広がっている。例えば、93歳のおばあちゃんが編み物の先生になって教えてくれたり、また着物のリメイクを教えてくれる。
- サロン以外にも公民館で集まっている。  
区長さんも参加してくれるのでありがたいし  
全体的にまとまりがあると思う。

### 【参加者の声】

- ・楽しい！の一言です。みなさんと顔を合わせることが楽しみで、元気が出ます。
- ・ご飯やおやつも手作りで、とても美味しいです。時間があつと言う間に過ぎてしまう。  
サロンをすることで、安否確認にもなっている。足が悪くても、老人車を押しながらポツポツ歩いて行きます。
- ・最近、体操サークルも始まり、91歳の方も元気に参加しています。

### 【これから】

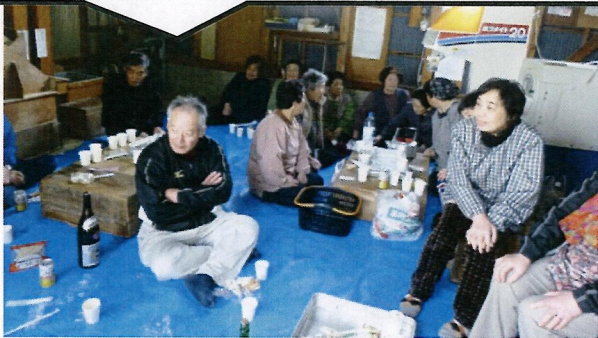
年配の方は、足腰が悪くて参加しにくくなるが、2~3人だけでも集まったら食べたり、おしゃべりをしたりして続けたい。スタッフが高齢になっても協力しながらコツコツしていきたい。  
みなさんが楽しみにしてくれている限り続けていきたい。  
会員の勧誘にも努力したい。

サロン名【おしゃべり会】

《基本情報》

集落名	市原区(36世帯 50%)	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	金曜日14:00～(体操サークル終了後)			
参加者(1回あたり)	13名	男女比	男性2割/女性8割	年齢	60代～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 ボランティア		
運営資金	社協助成金				
活動内容	茶話会が中心。				
	食事	あり(2回)			
	世代間交流	なし			
周知の方法					

み～んなでお花見♪  
酒が飲める！酒が飲める♪酒が飲めるぞ～！！



わいわい・ガヤガヤ  
みんなで会食！



いつの間にかガレージに  
集ってきて、話しがはず  
みます！  
ザ・ガレージサロン♪



元気体操サークルで今日も元気に1, 2, 3, 4



### 【大切にしていること・工夫】

体操サークル終了後に開催している。気心が知れているので、和気あいあいとお話しをする。

### 【運営者の声】

- ・体操サークル終了後にするので、だいたい同じメンバー。
- ・逆に気心が知れているので、話しやすい。
- ・野菜作りの話や、世間話、たまに相談や情報交換の場になる。
- ・参加者が、お茶出しなどを手伝ってくれる。  
みんなで協力しながらしている。
- ・桜やもみじがきれいな時は、炊き込みごはんを炊き、おかずを持ち寄って花見などをする時もある。



### 【参加者の声】

- ・家に1人いるよりは、こうして参加することで気晴らしにもなるし刺激にもなる。
- ・1人暮らしには本当にありがたく効果があると思うし、心強い。
- ・サロンの時の話しがきっかけで、野菜やおかずのおすそ分けにつながったり、色んな情報交換になったり、色んなことを知るきっかけになっている。
- ・サロン以外でもガレージに集まって話をしたり、ローソンでコーヒーを飲んだり、お弁当を買って神社などで食べたりもする。
- ・ご近所で野菜やおかずのおすそ分けをする。

### 【これから】

- ・今後ももちろん続けていきたい。
- ・みんなで協力しながらやっていきたい。
- ・冬場は特にすることもないので、サロン以外でもカラオケをすることで集りたい。