

サロン名【 ふれあいサロン 】

<<基本情報>>

自治会名	西香住(115世帯、35.1%)	開催場所	コミュニティ2階洋室	トイレ	洋式、2階
開催日(開催頻度)	1回/2週間くらい(不定期だが年間予定あり)				
参加費	100円/1回				
参加者(1回あたり)	13, 4名	男女比	男性5, 6人	年齢	70~80代くらい
運営スタッフ	3名	代表者	老人会長		
		スタッフ	老人会役員		
運営資金	参加費100円/1回、社協助成金				
活動内容	囲碁ボール、茶話会(休憩)、体操、子どもと交流会				
	食事	交流会時にはあり。			
	世代間交流	夏休みに交流会あり			
周知の方法	春に年間予定を配布。				

囲碁ボールの良いところは、
見ている人も一緒に楽しめる
ところ。みんなでボールの行方
を見守り、一喜一憂します。



五目並べのように、連続して
ボールが並ぶと得点が高
くなる囲碁ボール。黒チ
ーム大量得点なるか!?チ
ームメイトも思わず立ち上
がり、「ここを狙うんだ!」と
白熱しています。

【大切にしていること・工夫】

.

【運営者の声】

・囲碁ボールは年に何回か大会があります。基本的には2週間に1回集まりますが、大会前になると毎週集まって練習することもあります。

みなさん、とても熱心です。

・みなさん、楽しんで参加してくれているので、良いことだと思います。

【参加者の声】

・毎回囲碁ボールをしているが、なかなか上手にならない。でも、上手くできなくても楽しい。

・グランドゴルフもしているよ(しおかぜ公苑)

・お寺の行事や子ども会との交流会も年間計画に入っています。

【これから】

サロン名【 サロン もり 】

<<基本情報>>

自治会名	森(204世帯、25.8%)	開催場所	公民館1階 洋室	トイレ	洋式 1つ
開催日(開催頻度)	1回/月(毎月第2水曜日の10:00~12:00)				
参加費	100円/1回				
参加者(1回あたり)	約20名	男女比	男性は3割程度	年齢	60代後半~90代
運営スタッフ	7名	代表者	福祉委員長		
		スタッフ	福祉委員		
運営資金	参加費100円/1回、社協助成金				
活動内容	茶話会。				
	食事	無し			
	世代間交流	無し			
周知の方法	1回目開催前に回覧板でお知らせ、前日に区長が区内放送				



初回から大盛況！
 「こういう場所が欲しかった！」
 「良い所ができてうれしい！」
 男性も多数参加され、それぞれおしゃべりを楽しんでおられました♪

「靴下がうまく編めないの～。教えて～」と、即席編み物講座が始まりました。自作の手芸品を持って来られた方もありました。みなさんとってもお上手！



【大切にしていること・工夫】

- ・毎回、参加された方を記録しています。
- ・独居の方など、来て欲しいと思う方には声かけをしています。
- ・全体で何かをするよりも、のんびりおしゃべりをして自由に過ごしてもらえたら、と思っています。

【運営者の声】

- ・福祉委員会で話し合い、平成29年7月から、喫茶型のサロンを始めました。
- ・最初は、どれくらい人が来てくれるのか、スタッフは何人くらいいけば良いのか、やってみないとわからないことが多くて不安でしたが、初回から多くの方が参加してくださり、ありがたいです。
- ・男性も多く参加してくださっており、サロンを始めて良かったと思います。
- ・たくさんの方が来てくださるので、スタッフもやりがいを感じていると思います。

【参加者の声】

- ・こういう場所が欲しいと思っていたので、とてもありがたい。
- ・ここなら歩いて来れるし気兼ねなく過ごせるので、良い。
- ・ここに来たら、みんなに色々なことを教えてもらえる。
- ・大乘寺の和楽庵でも、毎月21日に茶話会をしていて、そっちにも参加している人がある。



【これから】

- ・このまま、サロンが定着していったら欲しいと思う。
- ・サロンに来て欲しいと思う方はたくさんいるが、距離や足の問題で来れていない方もあり、もう一か所くらいサロンが作れたら理想的だと思うが...

サロン名【 さつき会】

<<基本情報>>

自治会名	油良(28世帯、45%)	開催場所	公民館1階和室	トイレ	洋式
開催日(開催頻度)	大体月1回25日前後				
参加者(1回あたり)	7, 8名	男女比	女性のみ	年齢	70代後半~90代
運営スタッフ	1名	代表者	有志		
		スタッフ	スタッフと参加者の区別がほぼ無い		
運営資金	社協助成金				
活動内容	調理、食事会、茶話会				
	食事	あることが多い。公民館でみんなで作ったり、お弁当を購入したり。			
	世代間交流	無し			
周知の方法	訪問して声かけ、または電話				



普段はなかなかゆっくり話すことも無いから、こうして話をするのが一番楽しみ！！



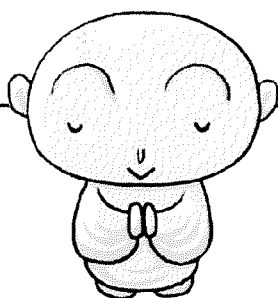
美濃谷の地藏祭り。毎年、町外からも多くの参拝客があります。

【大切にしていること・工夫】

- ・最高齢94歳の方の参加がある。かなり足腰は弱くなっているが、サロンを毎回楽しみにされているので、必ず声かけはしている。
- ・家では一人で食事をする人が多いので、サロンの時にはなるべく食事会をしている。今回は簡単に済まそうか、という時にはおにぎりや漬物、という時もある。それでも、みんなで作って、みんなで食べるのが楽しい。

【運営者の声】

- ・高齢の方が増えてきているが、みんな集まって話すのを楽しみにしている。
- ・普段はみな畑や仕事で忙しく、同じ集落内においても、ゆっくり話をする機会はあまり無い。
- ・今はまだ車に乗れるから良いが、車に乗れなくなったら、世話役も難しいと思う。



【参加者の声】

- ・1、4、7、10月は20日にお太師講がある。午後から公民館で開催。参加者は5名ほど。お太師講も、30分ほどご詠歌をあげて、その後茶話会をしています。お太師講のメンバーはサロンに来ている人もいますが、もう少し年の若い人たちが来られます。
- ・美濃谷のお地蔵さんも、4月20日のお参りや8月の祭りの前には掃除をしたり、花を飾ったりしている。

【これから】

- ・90代の方が2名もおり、他の参加者もみな高齢だが、集まることを楽しみにしているので、出来る限り続けていこうと思う。
- ・普段はデイサービス等で参加しにくい方も、参加できそうな時には参加してもらおうように声をかけていこうと思う。

サロン名【 なかよし会 】

<<基本情報>>

自治会名	間室(38世帯、41.8%)	開催場所	公民館2階和室	トイレ	1階 洋式
開催日(開催頻度)	第3週の水曜日 13:30頃～				
参加費	200円/1回 クリスマス会などは500円。				
参加者(1回あたり)	約13名	男女比	女性ばかり	年齢	70代後半～80代
運営スタッフ	2名	代表者	有志		
		スタッフ	有志		
運営資金	参加費200円/1回、社協助成金				
活動内容	ゲーム、レク、茶話会など				
	食事	無し			
	世代間交流	無し			
周知の方法	日程変更がある時のみ声かけ				

お茶やおやつの準備は、みんなで手分けをして行っています。
参加者全員に、役割があるんですね！



次回の予定も、みんなで相談して決めています。

「来月は12月だし、クリスマス会でもしょうか」

「ケーキは生クリームかチーズケーキ、どっちがええ？」

「ケーキ代があるしけ、参加費は500円でええか」

【大切にしていること・工夫】

- ・欠席者にお菓子などを帰りに届けています。
- ・参加者で、準備や片付けなどできることは自分達でやっています。
参加者＝お客さんになってしまわないよう、机を出したり掃除機をかけたり、なるべくみんな
で協力しています。

【運営者の声】

- ・参加者がお客さんになってしまわないように、気をつけています。最初から、「お客さんじゃないから、できることは自分で」と参加者のみなさんに言い続けています。
- ・毎回、参加者の方に喜んでもらえるような内容にしたいと、相談しながら企画しています。
- ・サロン講師や貸出物品など、活用していきたいと思っています。

【参加者の声】

- ・こうやって集まって、遊ばせてもらえるのはありがたい。
- ・毎回、色々なことを考えて準備してもらっている。
- ・神社の行事や、油良との両村会の行事がある。

クリスマス会に、サンタさんがやってきたー！みなさん、いい笑顔ですね。



【これから】

- ・これまでひとり暮らしなど気になる人があっても「迷惑だろうか」と声をかけにくかったですが、サロンを始めてからは毎月顔を合わせるようになり、気軽に声をかけられるようになりました。サロンをきっかけに、日頃の見守りやつながりが広がっていけば良いと思います。

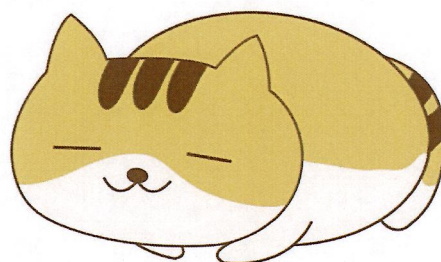
サロン名【 きらく会 】

<<基本情報>>

自治会名	矢田区(28世帯、35.6%)	開催場所	公民館1階 和室	トイレ	1階 洋式
開催日(開催頻度)	1回/月 10時頃~14:30頃(不定期)				
参加費	無料				
参加者(1回あたり)	7名	男女比	女性ばかり	年齢	70代~80代
運営スタッフ	2名	代表者	有志		
		スタッフ	有志		
運営資金	社協助成金				
活動内容	茶話会、のんびりおしゃべり。				
	食事	あり(お弁当)			
	世代間交流	無し。			
周知の方法	世話役が声かけ				



時間になれば、ぽつぽつと人が集まり、お茶を入れ、畑の話や昔の話で和やかに盛り上がり、疲れてきたら横になり・・・「きらく会」という名前が本当にぴったりな集まり。昼食後にはお昼寝タイムもあるとか。



【大切にしていること・工夫】

- ・毎回、特にやることは決めずにのんびりと過ごすことにしています。
- ・何をするため、ではなくて「おしゃべりがしたいね」ということで集まっているので、みんなが気楽に過ごせるようにしています。
- ・認知症の症状がある方にも、声をかけるようにしています。

【運営者の声】

- ・婦人会が無くなって、老人会も役員だけが出席しているような状態になり、それまで老人会がやっていた神社の掃除も高齢化に伴い区がしてくれるようになり、集まる機会が無くなってしまった。「集まりたい」「おしゃべりがしたい」との声を受けて、きらく会が始まった。
- ・何といってすることは無いけれど、とても気楽な良い会です。

【参加者の声】

- ・ここは気楽でとっても良い会。
- ・おしゃべりをしている、横になっても良いので、自分の親の家に来たより気を遣わない。
- ・サロン以外に観音講で集まることある。春、盆、秋と年に3回、21日にご詠歌をあげている。
- ・8月23日には地藏盆があり、バザーがあつたり子どもも多く集まる。

【これから】

- ・高齢化に伴いメンバーが減ったりもしていますが、新しい人も入っていただいたし、気楽でとても良い会なので、今後ものんびりと続けて行けたらと思います。

サロン名【 三田浜サロン会 】

《基本情報》

自治会名	下浜(193世帯、29.8%)	開催場所	公会堂1階 和室	トイレ	1階 洋式
開催日(開催頻度)	1回/月(不定期) 11:00~15:00				
参加者(1回あたり)	6~10名	男女比	女性ばかり	年齢	80~90代
運営スタッフ	1名	代表者	有志		
		スタッフ			
運営資金	社協助成金、材料代など必要に応じて実費徴収				
活動内容	食事会、小物作り、健康講座、茶話会など				
	食事	年1, 2回はお弁当をとって会食会。 それ以外は各自お弁当持参。			
	世代間交流	無し。			
周知の方法	代表者が手紙を作成し、配る。その際に出欠確認もする。				



みんなで小物作り。手先を使うのは、認知症予防にも良いですよ
ね！
おしゃべりしながら作業をしていると、あっという間に時間が経ちます。

それぞれの個性が光る、ステキな作品ができました♪



【大切にしていること・工夫】

・年を重ねても、自分でできる限り健康であり、地域だけでなくちょっと遠くへのお出かけも試みながら、いきいきと自分らしく生活できるように支援したいと考えています。

【運営者の声】

・お出かけに行く時には、代表者の車と、参加者の方のお嫁さんが車を出してくださっています。普段のサロンは代表者が一人で準備や運営等していますが、必要な時には協力してくださる方がいてくれます。

・高齢な方が多く、あまり騒がしいことは好まれず、いつものメンバーで集まって、のんびり過ごすことを希望されています。

【参加者の声】

・

講師に来ていただいて、3B体操。
みんなで音楽に合わせて身体を動かして、ちょっとしんどいけど、楽しい！



【これから】

・足が痛い、歩くのが辛い、座るのが辛い、という方が増えてきますが、施設の改善やいきいき講座での学習会も兼ねて、一人でも参加できる条件等も考えていきたいと思っています。

・30年度は公会堂が建て替え工事で使用できないため、段差が極力少ない所や歩く距離が少ない所など、皆が参加しやすい場所で開催したいと考えています。

サロン名【 婆ちゃんサロン 】

<<基本情報>>

自治会名	下浜(193世帯、29.8%)	開催場所	公会堂 1階和室	トイレ	洋式と和式(1階)
開催日(開催頻度)	1回/月(不定期)				
参加費	無し				
参加者(1回あたり)	約10名	男女比	男性1名(代表者)	年齢	80代以上が多い
運営スタッフ	2名	代表者	老人クラブ会長		
		スタッフ	代表者の奥さん		
運営資金	社協助成金、必要に応じて徴収				
活動内容	食事会、茶話会、脳トレ毎回ラジオ体操				
	食事	2回に1回くらいお昼を食べる。お弁当。			
	世代間交流	無し			
周知の方法	声かけ				



ラジオ体操は毎回必ず行っています。
きちんとすると、ラジオ体操って結構いい運動になるんですよ。みなさん毎回やっているだけあって、しっかり腕が上がっていますよ！

身体の運動の後は頭の運動も・・・
間違い探しをしたり、懐かしい歌を歌ったり。
もちろん、コーヒータイムとおしゃべりも欠かせません♪



【大切にしていること・工夫】

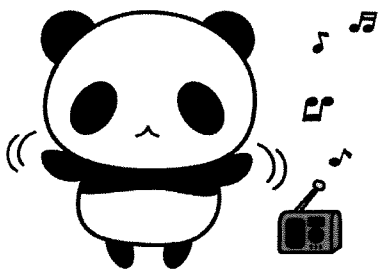
- ・一人暮らしの方も何人かおられるので、なるべく声をかけるようにしています。
- ・お弁当を用意する時には、欠席者の方にもお届けするようにしています。

【運営者の声】

- ・以前はみんなで調理をしていたこともありましたが、高齢化に伴いお弁当を購入するようになりました。無理はせず続けたいと思っています。
- ・公会堂が2月から建て替えのため使用できなくなるので、開催場所をお寺にします。
- ・家にいる時よりサロンに来ている方が声も出ているし、調子が良いように思います。

【参加者の声】

- ・家に一人でいたらテレビと話すくらいしかできないので、こうして集まる機会があります。
- ・避難訓練の際に、消防団の方が家まで来て声をかけてくださって、とてもうれしかったです。
- ・足が悪くて長い距離は歩けませんが、公会堂くらいなら何とか来ることができます。
- ・サロンが終わってからも、ついつい道端で話しこんで「二次会」をしてしまいます。



【これから】

- ・現在の参加者の方は、かつてサロンの代表をされてきた方々。これまでみなさんのお世話をしてきた方々なので、できる限り続けていけたら、と思います。