



16 陽だまりルーム



サロンのテーマ・目的

楽しみながら住み慣れた地域でお互いがお互いを見守り、助け合い、励まし合いながら、いつまでも元気で暮らしていくことです。

開設年月日 平成9年6月11日
 開催拠点 利根ニュータウン自治会集会所
 連絡先 TEL：0297-68-2251
 代表者 荒木 昭江

1回の参加人数 平均 13人
 1回運営スタッフ数 平均 7人
 利用料（参加費） 500円
 年間予算額 250,000円
 （平成20年度実績）（内訳） 助成金 50,000円
 参加費 200,000円

活動の概要

主に高齢者、日中独居者、一人暮らしの方々の交流の場としているため、認知症予防にハンドベル練習を取り入れ、脳の活性化を。また発症された方もスタッフが見守り支援をし、家族や福祉関係者との連携もしています。

なお、健康維持のためにはシルバーリハビリ体操を導入。年5～6回は食材の見極めと栄養バランスを考えた手造り昼食。

サロンの特徴

- ハンドベルで脳の活性化を。
- シルバーリハビリ体操で介護予防を（地域住民にも門戸を開いている）。
- 健康に配慮した手造り昼食で食の安全を。
- 遠くの親戚より近くの他人になっていること。

身近な人材や施設など地域の社会資源の活用

- 自治会集会所の無償提供（大変助かる支援を受けています）。
- 県の介護予防施策であるシルバーリハビリ体操士の活用。
- 保健師による健康チェック、相談、健康講座等。行政側は地域の実態把握に相互活用。
- 町内のプロピアニ講師の活用（ボランティア）。
- 他サロンとの交流で相互活用。

サロンに来てみませんか
ふれあいサロン
陽だまりルームへどうぞ！！

利根ニュータウンにお住まいの高齢者の方々と7名のボランティアが定期的にサロンを開催し、おしゃべりをし、交流を促し、孤独の解消をしています。大勢で食べる手造り昼食はまた格別の楽しみです。ゲームで大変いし、ハンドベルの練習に集中してストレスを吹き飛ばします。そして、皆でお互いを応援し、見守り合い地域で元気に暮らしていきます。
こんなサロンにお一人でも、お友達と語り合っても参加してみませんか。楽しい場所ですよ。お待ちしております。

陽だまりルーム
代表 荒木 昭江(68-2251)

開催日	月2回 第2木曜日と第4木曜日（8月はお休み）
開催時間	午前10時～午後3時
場所	ニュータウン自治会 集会所
会費	500円（昼食代） （手洗料費代等は別途個人負担）
対象者	ニュータウンにお住まいの高齢者
内容	午前 体操教室 シルバーリハビリ体操 午後 おしゃべり お楽しみ会 ハンドベル練習 ゲーム等

※成郷から転居された親御さんたちの地域でのお知り合いが出来るキッカケにもご利用下さい。

問合せ先 荒木 幸子（13-8） 木村 久子（18-4）
 高橋 茂子（26-6） 千葉 貞美子（40-12）
 杉崎 寿子（47-11） 長沢 明恵（51-12）
 荒木 昭江（42-1）
 お近くのボランティアスタッフにお気軽にお問い合わせ下さい。

～～政治と宗教は持ち込まないのがお約束です～～

H21.10



サロン実施にあたって苦労したこと

人集め

居住する団地自治会の高齢者意識調査に実名でボランティアの意思表示をした者達が立ち上げたサロンのため、障害はありませんでした。

参加者集めに関しましては、目的が明確だと集まりやすいのではと・・・との考えから「手芸」を取り入れ、もの造りを中心に「おしゃべり」を楽しむようにしました。

活動拠点

上記の理由で、集会所の利用は障害にはなりません。

財源

利根町社会福祉協議会のサロン活動助成金、歳末たすけ合い助成金。

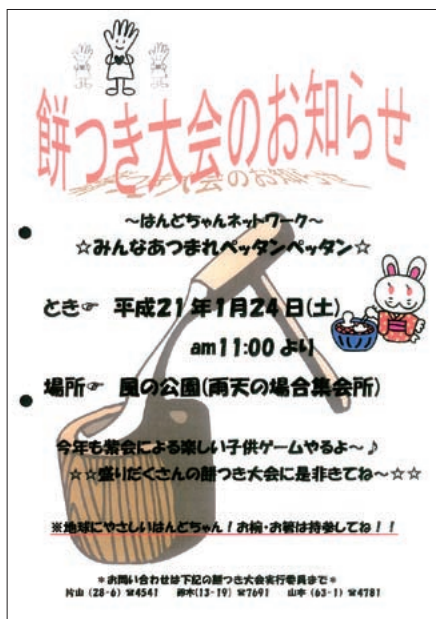
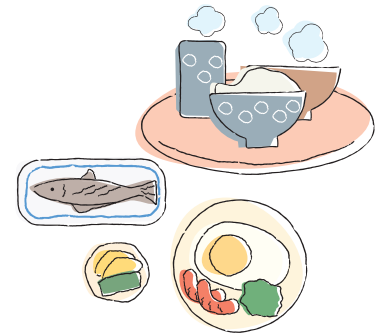
- 地域の篤志家による継続支援金。
- 利用者・スタッフ全員の会費。

サロン開催の効果

地域でのお互いの見守りが自然に出来ることは一番の強みです。また、認知症発症者でも出来るだけ長く地域で生活できるよう支援しています（茨城型地域ケアシステムの中での支援場所になっています）。

サロン開催の課題、今後のサロン活動への想い

- 男性の居場所がこれからの検討問題。
- ふれあいサロンはもっと様々なサロンが出来ることが望めます。
- 私達のサロンはスタッフの行く場所として育てます。
- 出来ることなら、子育て支援も視野に入れて活動して行きたいと考えています。



委員からのプレゼント

昭和50年代～60年代に移り住んだ方々が多い町内で、今は子供の声すら聴くことの出来ない、少子高齢化問題が大きな課題となる中で、月2回多くのボランティアの方々に参加して、それぞれに楽しく体操、音楽をしながら一日を過ごしている皆さんにお会いして、心が和みました。その中で町内の皆さんが認知症の方の見守りも自然に出来、安心して生活出来るこれこそがたまり場だと思いました。

(染谷 桂子委員)