



29 台（うてな）クラブ

利根町

サロン開設年月日	平成17年3月1日
開催日及び開催頻度	毎月1回 第一月曜日 但し1月度は休会
開催拠点	利根町布川1647の個人宅 (22年2月度に初めて遠出して実施)
代表者氏名	佐藤 信子
代表者電話番号	☎ 0297-68-8788 (浜崎 照元宅)
1回の参加人数	平均7人
1回の運営スタッフ数	平均2人
参加費	300円

年間予算額及び主な財源

年間予算額	43,100円
(内訳)	
助成金	20,000円
参加費	23,100円



サロンのテーマ・目的

- テーマ：全員参加の楽しいおしゃべりを通じて元気を保つこと。
- 目的：
 - 1 生活機能の維持，改善。
 - 2 認知症の予防。
 - 3 連帯感による老後不安の軽減。

活動の概要

- 朝10時から昼食をはさんで夕方4時まで、お茶をいただきながら全員参加のおしゃべりを楽しむ。昼食は利用者有志の持ち寄りボランティアの手料理。
- 日頃孫たちに不人気な煮物、酢の物、漬物もここでは「おいしい!」「上手!」「懐かしい!」の連続で参加者の自信と共感を生む。有効な認知症予防。

サロンの特徴

- 小規模で実質的な全員参加が実現できていること。
- 個人宅で行っているため、アットホームな感じが出ること。
- 平均年齢80歳であるが地元に住いたため、共通の「昔話」ができること。昔話の効用は非常に大きい（精神のカンフル剤）。

身近な人材や施設など地域の社会資源の活用

- 毎回30分の椅子リハビリ体操－利根町リハビリ体操指導の会。
 - 年1～2回の特別イベント。
(過去の例)
 - ハンドベル－ハンドベル同好会。
 - やさしい法話－在住僧侶。
 - そば打ち実演－漢（おとこ）の料理研究会。
 - 健康講座－利根町保健士。
 - 福祉イベントへの参加
- ☆ 22年2月、実践事例助成金を得て初めて遠出して特別イベント実施





サロン実施にあたって苦労したこと

人集めに関して

- 当初より個人宅での小規模なサロンを考えているため、運営スタッフは夫婦2人で十分。
- 今回（22年2月）茨城県社会福祉協議会の実践事例指定を受け、初めて竜ヶ崎市のスーパー銭湯「湯ったり館」に遠出しました。温泉に入るため、介助員の手助けが必要だと考えましたが、利用者の皆さんに相談したら大丈夫です、という返事だったので、現スタッフだけで実施した。特に問題はありませんでした。
- この特別イベントでは、企画書をつくり利用者以外にもお声掛けをした結果、新しく3人の方が参加されました。

活動拠点に関して

- 定例のサロンは当初から個人宅に決めている。
- 今回初めて竜ヶ崎市の「湯ったり館」に遠出するにあたっては、温泉があること、リハビリ体操や輪投げなどのレクリエーションをする場所があること、カラオケ可能なこと、送迎バスが利用できることなどが決め手となった。利用者の自主運営を大切にしているので皆さんに意見を出してもらい、全員一致で決めていただいた。

財源に関して

- 利根町社会福祉協議会からの助成金。
- 利用料は1人300円、当初は250円であったが利用者さんが自発的に増額された。
- 今回の特別イベントに関しては通常とは比較にならない費用が見込まれたため（26,000円）、茨城県社会福祉協議会の助成金を充当させていただきました。



委員からの一言コメント

3月1日は月の1回のサロンの日。午前10時から午後3時までの長時間、お邪魔してしまいました。午前中は、おしゃべりと40分ほどの健康体操、午後は可能な限り一品の持ち寄りでの昼食会とおしゃべり。気がつくとなあという間に午後3時近くになっていました。

こうしたサロンが可能なのは、サロンの場が個人のお宅だからに他なりません。浜崎さんご夫婦がご自宅で昼食や茶菓、お花や人形などで飾られたお部屋（この日は七段飾りのお雛様もありました）を用意し提供してくださっているのです。そして何よりも、サロンはメンバーの皆さんが主人公になるようにと、ご夫婦の配慮された振る舞いが印象に残りました。サロン代表の佐藤さんからも、ご夫婦への感謝のお気持ちが伝わってきました。私自身もゆったりと、心地よい時間を過ごさせていただきました。感謝申し上げます。

こうした、ご近所でのふだんのくらしのしあわせづくりが、他の地域にもできたらよいなあと思います。

（池田幸也 委員）

サロン開催の効果

- 定例会はもう、開始して5年になるが利用者の老化は見られない。全員、毎月第一月曜日を楽しみにしておられるようでスタッフからは念を押すことはない。
- 3月1日に茨城県社会福祉協議会のほうから視察に見えたが、いつもより張りきっておられる印象を受けた。「自分たちのサロン」という意識が見える。
- 初めての遠出イベントは成功であった。ごく一部の人を除いては、めったに行かないスーパー銭湯「湯ったり館」であったようで大変喜んでおられた。茨城県社会福祉協議会にも感謝したい。

サロン開催の課題、今後のサロン活動への想い

- たまに野外にお連れしたいし、機会があれば遠出して喜んで頂きたいと考えています。
- 現在、2人の方を送迎させて頂いていますが、皆さん年々生活機能が衰えるのは間違いない。衰えの速度を少しでも遅く出来ればと考えています。自発的に自分たちの会だと思って頂く事にこれからも留意したい。

