



# 21 わくわくサロン松原

神 栖 市

サロン開設年月日	平成21年1月19日
開催日及び開催頻度	毎月1回第3月曜日
開催拠点	神栖市 若ノ松区民会館
代表者氏名	瀬尾 豊子
代表者電話番号	☎ 0479-46-0020
1回の参加人数	平均50人
1回の運営スタッフ数	平均15人
参加費	500円

### 年間予算額及び主な財源

年間予算額	410,000円
(内訳) 助成金	20,000円
参加費	32,500円×12回



### サロンのテーマ・目的

家にひきこもりがちのお年寄りを集めて、お友達とのお話、健康体操、交通安全のお話、カラオケ、踊り、寸劇のボケ防止等を行っています。

### 活動の概要

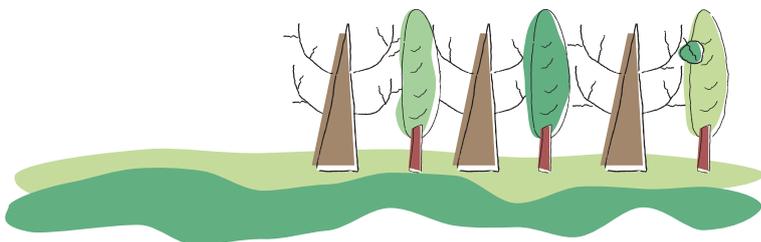
- お年寄りの足腰の痛みをやわらげ、また、会話の少ない毎日を解消し、身の回りのおしゃれ等生きる張合を深め楽しい毎を送れるよう活動しています。

### 身近な人材や施設など地域の社会資源の活用

- 地区の中心に有る区民館を利用しています。区長さんの理解を頂き無料にて使用させていただいています（交通安全母の会による交通安全指導、老犬のダンス、踊り等）。

### サロンの特徴

- 他のサロンの見学等、心掛けていますが、まだ一度も行っていないので、近々、見学させていただきたいと思っています。



**「わくわくサロン 松原」**  
参加者募集のおしらせ

区民館を利用して、高齢者が  
歩いて出かけられる  
**わくわくサロン**  
をオープンします。

屋敷、唄、ゲーム、おしゃべり  
などをいっしょに楽しみませんか

日時：毎月 第3月曜日 11:00~14:00  
初回開催日・平成20年1月19日(月)

場所：若ノ松区民会館  
神栖市、若ノ松地区にお住まいのかたでしたら、ご自宅でも参加できます。

参加費：500円(お弁当・おやつ代)

なお、サロン活動に協力していただける  
ボランティアさんも募集しております。

参加申込・問い合わせ

小峰：0299-96-0850  
社会福祉協議会 波崎支所  
狩野：0479-48-0294



## サロン実施にあたって苦労したこと

### 人集めに関して

- 歩くのが大変でシニアクラブや、友達とお茶会等から身を引いて家に引きこもりがちの人達を、各小班に2人のボランティアの人達をお願いし、該当者の家を訪問し参加する事を進めました。

### 活動拠点に関して

- 地域の公民館をお借りするため、区長さん・シニアクラブの会長さんに主旨を説明し賛成していただき、協力をお願いしました。また、公民館の使用料を免助していただき、大変助かっています。

### 財源に関して

- 毎回出席者に1人500円を会費としていただき、お弁当とおやつを出し、ボランティアの皆さんでおいしいお味噌汁を作って大変喜ばれています。寒い日には、お汁粉またはすいとん等を作り、夏は冷たい冷奴・プリン等を供し、大変喜ばれています。



## サロン開催の効果

- 月1回のサロンに集る友達との交流で楽しい一時を送っている様子が分かります。
- ボランティアの余興に大いに笑ったり、ボール送り競争に大はしゃぎし、健康体操を積極的に参加し、全員で盛り上がっています。
- 月1回のサロンが待ち遠しい、大変楽しいと言われ、ボランティアと会員の楽しい会話が有り、お互いにやりがいを感じています。

## サロン開催の課題、今後のサロン活動への想い

- 少ない会員ですが、味噌汁の具の野菜や漬物等はボランティアの差し入れで大変助かっています。
- 今回、茨城県社会福祉協議会から助成を頂き大助かりです。今後ともサロンの活動を理解し、助成の上乗せをお願いし期待しています。



### 委員からの一言コメント

12人のスタッフで、毎回50人程度の高齢者の生きがいに励んでいるので、その頑張りが地域からの理解も得て、様々なボランティアもサポートしてくれています。健康体操をとおして体調の維持・引きこもりがちな高齢者に芸能や会食談笑を交えての社会参加支援と安心・安全、楽しい地域づくりにも貢献しています。地区公民館には、笑い元気な声がうずまき、利用者はもちろんのこと、地域の人にも活力を与えています。利用者の参加体験型が、介護予防にも寄与しています。「わくわくサロン松原」は名前のとおり、松林に囲まれ、そこに集う方々の心が躍る温かい心の居場所です。(事務局 清水正三)