



ふれあい・いきいきサロン伍楽

土浦市

| | |
|------------|-----------------------------|
| サロン開設年月日 | 平成18年11月18日 |
| 開催日及び開催頻度 | 毎月1回 第3土曜日 (10:00~12:00) |
| 開催拠点 | 神立中央五丁目公民館 |
| 代表者氏名 | 宇留野 富士子 |
| 1回の参加人数 | 平均22人 |
| 1回の運営スタッフ数 | 平均9人 |
| 参加費 | 100円 |



事業名

利用者交流事業

目的(趣旨)

- 地域住民の交流と仲間づくりに心掛け、参加者が長年の経験や知識を活かせる場をつくり、健康で楽しく過ごせる様に介護予防にも取り組んでいます。
- 参加者間の交流を深めるためにバス旅行を初めて企画しました。

対象者や具体的内容

- 町内に住む65歳以上の方で、日中独居の方・夫婦世帯の方・1人暮らしの方を特に対象とし、目的に沿って毎回プログラムを構成し、工芸品作成や演芸鑑賞、介護予防体操を行なっています。
- 市の福祉バスを借用し、県内(茨城空港・ひたちなか海浜公園)の観光地を訪問しています。

財源の確保

- 助成金(社協)30,000円と町内補助金30,000円(昨年まで10,000円)を頂き、運営財源としています。参加者からは毎回100円を負担して頂いています(厳しい財源です!)



生活課題への対応

- 高齢者がいつまでも元気に参加することにより、町内の活性化にも繋がっています。交流の輪から町内の行事に積極的に参加して頂き、（祭り、パトロール等）地域の住民との交流や学童の防犯対策にも貢献しています。

継続させるための工夫

- 季節感のあるプログラムを構成して、昔の話しや故郷の話し等で、和やかな雰囲気を保つ様に心掛けています。また、毎回介護予防の体操を取り入れ好評を得ています。
- 年に1度体力測定をして、各自の記録を残し、励みにしています。

サロンのPRポイント

ちょっと良い話

- part 1
参加者が家で転び、腰痛でうつ状態になり引きこもっており、暗い気持ちでサロンに参加したら、フラメンコ鑑賞の日で、大好きな氷川きよしの曲で踊って頂き、とても元気が出たと本人と家族から感謝の電話を頂きました。
- Part 2
公民館にも花壇を造り、誰かが後からひまわりを植えてくれました。根付きが悪くグッタリし

ていたら、近所の方から『棒の支えを付けました or 水をやりました』等の話しを頂き、地域住民との見えない絆を感じました。

地域の社会資源の活用

- 地域のボランティア活動をしている大正琴やフラメンコ踊りの発表を鑑賞し、一緒に相互交流を図っています。
- 町内の公民館を利用しているので、駐車場の一部に花壇を造り、皆で花を育てています。

他のサロンにはない特徴

- 参加者も増え、仲間同志で明るく和やかな場をつくっています。
- 参加者が昔の経験を生かして、積極的に出来るプログラムを構成し、年齢の垣根を越えて、楽しく元気のでるサロンです。



委員からの一言コメント

スタッフの方々の気配りの良さもあり、20人くらいの方が楽しそうに集まり、その時その時の催しを楽しみにしているようでした。訪問当日のメインイベントは、

筑波大落語研究会の女子学生中心の落語で、馴染みの話もあり、可愛さもあって受けていたようです。場所も規模も手頃で雰囲気もよく、毎回介護予防の軽い体操があり、小旅行もあるようで、長く続けて欲しいサロンです。

（上方仁 委員）