



9 ふれあいサロンみなづき

取手市

サロン開設年月日	平成15年6月24日
開催日及び開催頻度	毎月第4金曜日（原則月1回）
開催拠点	取手市 藤代商工会館 2階会議室（ホール）
代表者氏名	真船 フミ子
代表者電話番号	☎ 0297-83-2781
1回の参加人数	平均 18人
1回の運営スタッフ数	平均 9人
参加費	平均100円（時に変動あり）

年間予算額及び主な財源

年間予算額	100,000円
(内訳) 助成金	67,000円
参加費	33,000円

※ボランティアの方の持ち寄り食材に甘んじている部分が大きい。



サロンのテーマ・目的

一人暮らし高齢者・日中独居の高齢者に、外出の機会と場所を提供して「いつまでも自分のことが自分で出来る生活を送りたい」という希望を持ち続けるための活動です。

活動の概要

- 介護予防には高齢になっても運動が欠かせないとのことで、足腰の筋肉の衰えを防ぐ為に、高齢者にも無理にならない、やさしい太極拳を継続的に体験しています。

サロンの特徴

- 継続的に運動することをメインに取り入れていきます。参加者全員、共通の話題で終始するように心掛け、個人の雑談は出来るだけ避けるように気をつけています。



身近な人材や施設など地域の社会資源の活用

- ボランティアとして協力して下さる方の中に、太極拳の指導者が居られるので、その方の指導のもとに実施しています。





サロン実施にあたって苦労したこと

人集めに関して

- 運営スタッフ…社会福祉協議会から、民生委員の立場の私への呼びかけがあり、自治会の中で、同世代の思いを同じにする方々と発足に至りました。
- 利用者集め……自治会内で独居高齢者や、日中独居の方々に呼びかけたところ、賛同して下さいました。問題は、本当に出かけて頂きたい方に、なかなか人の輪に入ってもらえないということがあります。

活動拠点に関して

- 自治会内に古い小さな集会所があり、発足当時はそこを利用していましたが、時に自治会会員でない方もサロンに参加され、集会所利用にクレームがあり、社会福祉協議会に相談し、現在の場所をお借りして開くことができています。

財源に関して

- 出来るだけお金をかけないで楽しく出来れば、それに越したことは無いが、ちょっとボランティアの方に甘え過ぎているかもしれません（ボランティアの方が「利用者の皆さんに喜んでもらえることが、「うれしい」という言葉を受けて）。

サロン開催の効果

- 同じ自治会内に長年居住して高齢になられて、今までは、通りすがりに挨拶程度の関係だった方々が、サロンの日以外でもお互いの家を訪ねあったり誘いあって、町の行事に参加したり、親しい関係が出来て心強いとのことなどを、耳にして喜ばしく思っています。

サロン開催の課題、今後のサロン活動への想い

- 自分たちの世代以降の若い方々にいずれ引き継いで頂けたら…と思うのですが、その次の世代の方々が興味を示してくださらない感じで、それが気がかりです。



委員からの一言コメント

6月から開始したので、「みなづき」と名付けたこのサロンは、プログラムの最初に、参加者の介護予防として「高齢者にも無理のない太極拳」を取り入れていました。昼食はボランティアの方々の心のこもった手作りの料理も並び、和気あいあいでの食事。そして食事の後には、男性ボランティアによる小話。自宅で話しの材料を考え資料を作成し、当日お話しをしているとのことで、訪問した日は「蕎麦の話し」でした。

最後に「サロン運営上困ったことは？」との質問に対し「特にないです。それは、ある人材・ある予算で運営しているから」とのこと…背伸びせず身の丈にあった運営するという、サロン運営の基本を垣間見ることができました。（事務局 中村英一）