

13 サロンシナプス

サロン運営団体名称 エクセレント水戸



13 水戸市



舞踊の先生に依頼して
タオルを使って軽体操 (CDに合わせて)

開催日及び開催頻度	
月1~2回 月曜日または水曜日・金曜日	9:00~16:30
開催拠点	自宅 各地域の市民センター 他
代表者氏名	丹下 美津子
1回の参加人数	13人
参加費 (1人1回あたり)	100~200円
広報方法	●電話(月1~2回) ●FAX(〃)

開催地域の様子

- サロンシナプスの活動は、平成29年12月1日にオープン致しましたが、各地域の高齢者を対象として、料理教室、歌、軽いダンス、踊りなど、小物づくりをしており、特技を持っている方々にお願いしたり、講師依頼をして、自宅、市民センターなどを利用して楽しんで頂いております。

サロンに取り組む動機・サロンの将来像

- 種々様々なボランティア活動を20年近く行っており、グローバルに勉強させて頂きました事で、学んだ事がらを生かして、自宅から出かける事が出来ない方々、寂しい一人暮らしの独居の方々に、元気に明るく生き生きと寝たきりになることなく過ごしていただきたく、頑張っております。



サロン運営上の協力者

- いる
・水戸市社会福祉協議会担当者

連携先・協働先

- 平成30年4月総会にて自治会長などに報告発表をし、徐々に広め始まった所です。

団体やサロンのPRポイント

- 特技を持つスタッフが多い為に、スタッフ同士の助け合いにもなり、皆やりがいがあります。
- 年々、車の運転をしなくなる方々が増えておりますので、各地域の市民センターを利用した活動を中心にしていきたいです。
- 声をかけてほしい方々をお誘いすることが大事です。



市民センターにて 料理教室

運営費の確保方法

- 水戸市の社会福祉協議会から準備金を頂いておりますが、益々、地域町内の一人暮らしが増える中、自宅を中心に町内にもおおいに知って頂き、身近な所にも、力を入れて行きたく思っております。

サロンのウリ

- スタッフが、シルバーリハビリ指導者、シナプソロジー普及員、音楽活動中、料理の特技を持った方など、かたよらない中身の濃い活動ができると確信しております。

- ◆助成金の活用によりパワーアップした活動
- ◆サロン活動で使える豆知識
- ◆サロン活動の醍醐味

など、これからサロン活動を
予定している方へのメッセージ

- 午前中にお料理をして楽しく昼食をとり満足した後に、午後4:30まで毎月予定を音楽、体操、小物作り、健康マージャン等、変化をつけて次回の楽しみと希望を持たせています。



自宅サロンにて 新聞紙を利用したブローチ作り