

ご近所助け合い型サロン(絆サロン)助成金



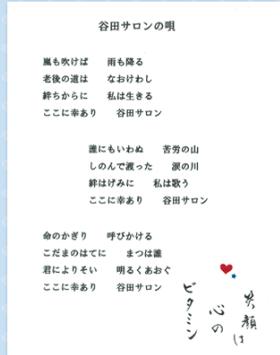
1 谷田町サロン

サロン運営団体 谷田町サロン



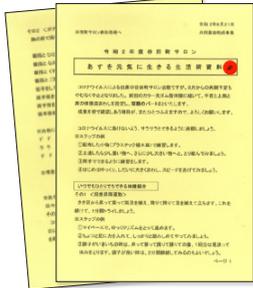
開催日及び開催頻度	
月1回(火曜日) 10:00~11:30	
開催拠点	
熊野神社社務所	
代表者氏名	
菊池 勇三	
1回の参加人数	
18名	
参加費(1人1回あたり)	
0円	
広報方法	
<ul style="list-style-type: none"> ● 広報誌 (水戸市東部高齢者支援センター: 月1回) ● チラシ (全戸配布: 年2回) ● あすを元気に生きる生活術資料 (随時) 	

1 水戸市



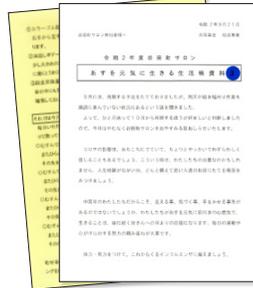
開催地域の様子

- かつての町内事情により、亀裂を残した住民感情修復をめざし、地域の絆再構築を図ろうとしたのがきっかけ。しだいにふれあう機会が減少する高齢者や、支援を必要とする人達が、引きこもりがちな生活から脱し、自立した日々を長く楽しめるようにと、谷田町サロンを開設しました。
- 設立当初は、望ましい仲間づくりを中心とし、参加費用をとらず進めましたが、軌道に乗り次第サロン活動として自立する為、参加費用を集めて運営したいと考えています。立ちあげるに際し、度々支援をいただき、更に運営の具体的な手順を明示し続けて下さった事を一同感謝しています。



サロンに取り組む動機・サロンの将来像

- サロン愛唱歌三番にあげたように、支援を受け頼るだけでなく、自分達から働きかける事を基本とした。「命の限り呼びかける こだまのはてに待つは誰 君に寄り添い明るく仰ぐ ここに幸あり谷田サロン」を相互に自覚しあい、愛唱歌一番のとおり厳しい老後を乗り越えたいです。
- 今までの苦勞や涙を思いやっでこだわりから卒業し、将来の楽しみ実現を託したいです。町内行事や諸活動、下校安全パトロール等の協力を繋ぎます。
 - ① 名で呼び合う
 - ② 声をかけよう
 - ③ 親戚・近所より強く確かなサロンの絆(ギブミーちょこっとヘルプ、笑顔で発し笑顔で受けよう!)が目標。



サロン運営上の協力者

- 自治会
- 民生委員
- 水戸市東部高齢者支援センター



運営費の確保方法

- 社会福祉協議会からの助成

連携先・協働先

- 自治会や民生委員は高齢者に声掛けし、サロン参加の呼びかけに協力してくれ、サロンの開催場所の提供もしてくれます。
- 水戸市東部高齢者支援センターにはサロンの立ち上げから運営等、後方支援をしていただいています。



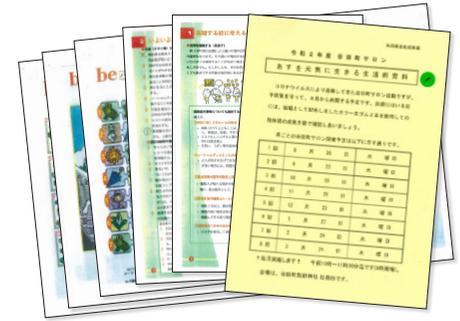
サロンのウリ

- 参加者には役割を持って、掃除・お茶入れ・歌・脳トレ・開会閉会の挨拶などを分担しあいます。毎回、水戸市東部高齢者支援センターに来てもらい、血圧測定・健康相談・介護相談等を気軽に行う様にします。



コロナ禍でのサロン活動について

- コロナウイルスにより自粛していたサロン活動を、8月から再開したいと準備してきましたが、様子を見ながら順延している状況です。その間、「あすを元気に生きる生活術資料」を皆さんに配布し、生活に役立つ情報、自宅のできる脳トレや誤飲防止の体操などを紹介しています。また、身近な道具で取り組める簡単な体操を宿題に出し、サロン再開時には成果発表をしてもらうようお願いしています。サロン活動はできなくても、皆さんが目標を持って過ごしてもらえるように取り組んでいます。



- ◆ 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



- 明日を元気に生きる生活術のひとつに、サロン活動があります。地域の皆で楽しく生きたい私共ですが、「いかにすれば、どう行動したなら」と考えると、多少の難しさを感じるのが通常でしょう。サロン活動か、そうだ！この手があったかと、気づいて欲しいです。
- 世の中は益々便利になって、スマホひとつでフェイスブック・ライン・ツイッターから情報を入手できるようになりました。結構なことではありますが、スマホ情報に片寄って過多に陥ってはなりません。車両の両輪で、人肌の交流から得られる生の声と、バランスよく保持する必要があるため、多方向から交流がかなう、サロン活動の存在が大事です。便利さだけを先行し、情報過多から抜けるに抜けられなくなり窮地にはまる例が、現にトラブルとなって最近続出しています。
- 転ばぬ先の杖と言いますが、これは老人向け教訓に限らないと考えます。人間生きていければ、誰も不安を感じる時はあります。つまづかない為の足固めは、いつでもどこでも当然備えてかかるべきです。サロンという場があるだけで、即地域一帯はずい分風通しが良くなりますし、この交流のなかから、目くばり気くばりで相互に助け合える絆がうまれます。このシステムを提唱し、支援される茨城県と水戸市の社会福祉協議会が、二段構えでサポートして下さる事を、深く感謝しています。転ばぬ先の杖を、転ばぬ先のサロン活動と踏まえてトライしましょう。