



## 4 ナルクみとサロン

サロン運営団体 ナルク水戸



### 4 水戸市

開催日及び開催頻度	
月1回(第3土曜日) 10:00~11:30	
開催拠点	
ナルク水戸事務所	
代表者氏名	
和田 修身	
1回の参加人数	
20名	
参加費 (1人1回あたり)	
200円	
広報方法	
<ul style="list-style-type: none"> <li>●チラシ(毎月)</li> <li>●広報誌(ナルク水戸:毎月)</li> <li>●広報誌(水戸市、みんなの水戸:年3回)</li> </ul>	



### 開催地域の様子

●事務所は少し寂れた商店街に面していますが、近辺には竹限市民センター以外に雑談の場はなく、買い物や病院等の外出はするが、デイサービスが楽しみの一つではないかと思えます。ご近所の方との交流の場を持つ事は、不可欠ではないでしょうか。



### サロンに取り組む動機・サロンの将来像

●事務所は土・日曜日は空いており、しかも新築2年目ですので明るくきれい。駐車スペースは7~8台と条件が整っておりますので、空室を利用しサロン活動をとスタートいたしました。毎月、参加者の楽しそうな笑い声がとまうれしく、幸せな場である事を確信いたしました。将来は、月2~3回を目標に参加者を募っております。



### サロン運営上の協力者

- ナルク水戸
- 水戸市社会福祉協議会
- 東部高齢者支援センター



### 連携先・協働先

●水戸市社会福祉協議会には開設するにあたり、大変お世話になりました。また、サロン継続には東部高齢者支援センターの助言や研修(講師も含む)を依頼しており、連携・協働は不可欠でした。将来は自治会(町内会)との連携を考えています。



### 運営費の確保方法

- 水戸社会福祉協議会からの助成金(3年後には半額となります)。
- 参加者から1回200円の参加費。
- ナルク水戸事務所からの無償の事務所使用、光熱水費等の援助、その他いろいろな事にかかわっていただいています。



### サロンのウイ

- サロン運営の母体であるナルク水戸は、公共機関や住民に信頼されてきておりますので、地域の高齢者への呼びかけ、またナルク会員の特技をフルに回転し、郊外学習(経験済み)などをとり入れ、いこいの場に加え、アクティブなサロンに展開して行きたいものです。
- 笑い声が飛び交うサロンでありたいものです。



### ◆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



### コロナ禍でのサロン活動について

●コロナ禍により、令和2年3月から6月まで休止。7月は皆様の要望に応え、脳トレ、フレイル予防体操、雑談と軽食。10月は東部支援センターの方にお世話になり、介護保険のお話と認知症に関する動画の視聴、雑談と軽食。2回とも久しぶりの再会のため、2時間オーバー。主催者側は体温測定、消毒、40分に1回の換気を徹底し、私語はつつむはずが、笑い声が飛び交い、何かできないかと知恵をしばらく開催できた事は私達も幸せでした。来月は郊外学習です。「ありがとう」の一言で疲れも忘れてまいります。

