



糸ざくらサロン



水戸市



サロン運営団体
名 称

さくらいふ「なでしこ」

1回の参加人数

12名

開 催 日
及び開催頻度

月1回 第3木曜日
10:00~11:30 (12:00)

参 加 費
(1人1回あたり)

200円

開 催 拠 点

青柳コミュニティセンター

広 報 方 法

チラシ(月1回)
社協広報誌

開催地域の様子

- 少子高齢化が進み地域の繋がりがほとんど無い状態でした。
- 高齢者同士の交流もなく、子供会も活動できない状況です。

サロンの取り組む動機・サロンの将来像

- H31.2~4月、市高齢福祉課主催の地域支え合い活動勉強会後、グループ「なでしこ」を結成。何回かの話し合いの結果、青柳コミュニティセンターをお借りすることができ、住民同士の繋がりを大切にしていくことをテーマに「糸ざくらサロン」を開催。今後は多世代間交流の場として、更に多彩な取り組みを考え、地域の発展に貢献したいと考えています。

主な活動内容

- 地域の高齢者が集い、シルバーリハビリ体操、輪投げ、健康教室、グランウンドゴルフや季節ごとの行事を実施。
- 7月は視察研修、8月は地域の子供会の参加も予定しています。

サロンのウリ

- 運営は「なでしこ」会員(ボランティア)と「糸ざくら」(地域参加者)と共に運営していますが、会長、副会長は糸ざくらの会員(地域参加者)が担当し、会計は「なでしこ」(ボランティア)からも1名担当、なでしこと糸ざくらと共に運営会議を催し運営にあたっています。

サロン運営上の協力者

- 自治会から場所の提供、光熱水費を無償で提供していただいています。
- 輪投げセットやチラシ、その他必要な器具は市社協から提供。
- 高齢福祉課にも支援してもらっています。
- 民生委員
- 区長

運営費の確保方法

- 参加者からの参加費
- 寄付



感染対策上の工夫点

- マスク、消毒、手洗い、検温
- 感染拡大時には活動休止したが、状況を見て活動をしてきました。

助成金の活用によりパワーアップした活動

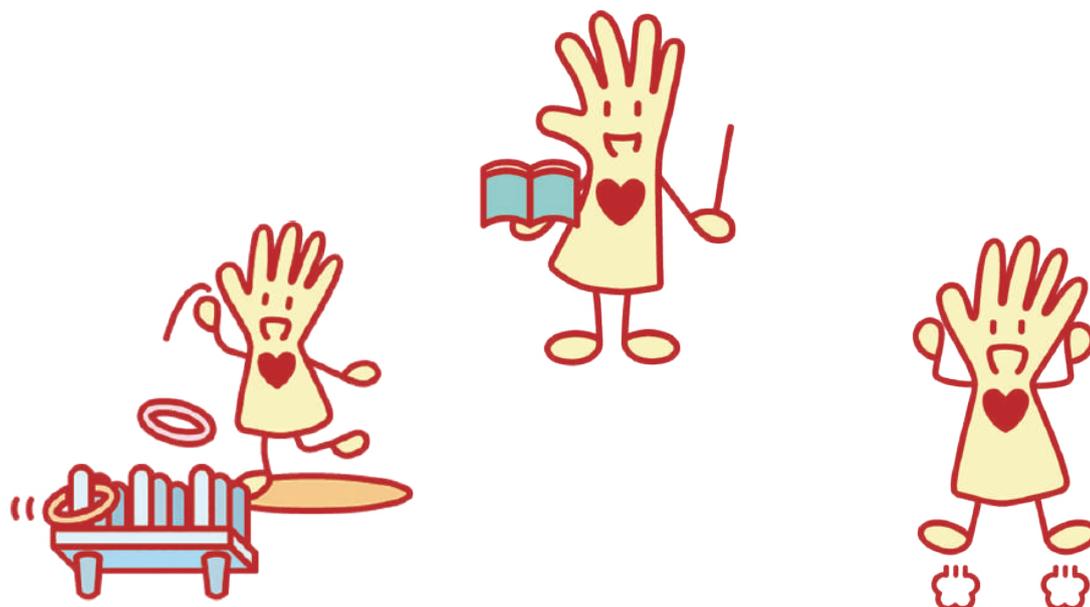
- コロナで活動が制限される中、感染対策を取りつつ状況の変化に対応できて、多世代交流まで発展できたことは自信になりました。これからも回数を増やせていけたらと思っています。

サロンをやってみてよかったこと

- 住民同士の交流がほとんどなかった状態の中で、地域参加の会員が回を重ねて、会の運営計画に積極的に係ってくれるようになった。
- 多世代交流では親も子供もサロンを楽しみにして参加してくれる。

これからサロン活動を始め方へのメッセージ

- 地域の人々の様子もわかり、サロンへの参加も呼びかけが出来るようになるので住民同士の交流の場は必要だと思います。





みかげサロン



桜川市



サロン運営団体名	さくらいふ真壁「みかげ」	1回の参加人数	18名
開催日及び開催頻度	月1回 第3月曜日 10:00~11:30	参加費 (1人1回あたり)	100円 (令和5年4月より集金する)
開催拠点	真壁福祉センター	広報方法	チラシ、社協広報誌(随時)

開催地域の様子

- 高齢者世帯が多い地区で、交通の便も悪く、外出できない高齢者も多いです。車の乗り合せなどで参加。

サロンの取り組む動機・サロンの将来像

- 外に出られない高齢者が集まる場所を作ろうと立ち上げたが、送迎の問題があり、まず福祉センター近くの高齢者から声をかけ、サロンを立ち上げました。

主な活動内容

- シルバーリハビリ体操指導をはじめ、脳トレ、レクリエーション(輪なげ、健康紙芝居等)、講演会、茶話会を行っています。

サロンのウリ

- 毎回シルバーリハビリ体操、脳トレを取り入れている。これから高齢者のための健康紙芝居を取り入れていきたいです。レクとして輪なげも…



サロン運営上の協力者

- 桜川市社会福祉協議会
- 在宅介護支援センター
- 高齢者クラブ
- ボランティア有志

運営費の確保方法

- 参加費を収集することで、その中よりお茶、茶菓子等を購入

感染対策上の工夫点

- マスク、消毒、手洗い、検温
- 感染拡大時には開催中止

助成金の活用によりパワーアップした活動

- 助成金の使い方について、皆さんと相談し、レクリエーションとして毎回輪なげを取り入れたいとの希望もあり、輪なげを購入し楽しい笑いのある会になっています。

サロンをやってみてよかったこと

- 立ち上げまでは開催場所についても、なかなか話し合いがまとまらず、補助金（お金）もないため大変でしたが、真壁福祉センター会場で近くの高齢者から口コミで地域の方々も増えて、参加者皆さんより喜んで頂いて、口コミで地域の方々も増えて参加者皆さんより喜んで頂いて、やりがいを感じました。

これからサロン活動を始める方へのメッセージ

- 立ち上げは、とても大変ですが回を重ねていく中で有意義な内容で進めていくことで、少しずつ参加者も増えていきます。

桜川市生活支援体制整備事業（さくらいふ）

さくらいふ「みかげ」サロン

先ず だまり場「みかげ」の名称で、地域の方々との交流の場として進めてきて、参加者皆様と一緒に、シルリハ体操や脳トレ、そしてレクリエーション、茶話会と、交流を深めながら楽しい時間を過ごすことが出来ています。そこで毎月一回、住民交流の場として、「誰もが気軽に集い、交流できる場みかげサロン」と名称変更をし開設する運びとなり、参加者さんも徐々に増えて来ています。これから気軽に友達をお誘い頂き、楽しい会へご参加くださるようよろしくお願いいたします。

開催日 令和6年4月17日(月)
10:00~11:30

会場 桜川市真壁福祉センター
2階会議室
桜川市真壁町山尾 604-1

対象 桜川市真壁町にお住まいの方

内容 シルリハ体操・脳トレ・レクリエーション(輪投げ等)・茶話会
※受付で検温し、消毒、マスク着用で参加してください。
※今月より、参加費100円徴収する事になりました。



さくらいふ
Saku Life

問合せ・申し込み先
桜川市社会福祉協議会
さくらいふ「みかげ」事務局(担当:鈴木)
桜川市鎌田612 電話76-1357

桜川市生活支援体制整備事業（さくらいふ）

さくらいふ「みかげ」

さくらいふ「みかげ」の活動も、コロナ感染防止対策をとりながら、参加者の皆様との交流の場として、シルリハ体操や脳トレ、レクリエーション、茶話会等で経験も深まりつつ、昨年4月18日にはヤクルト健康講話も開催する事ができました。しかしコロナ感染状況が悪化し、延期を余儀なくされましたが、また10月より再開するにあたり、さくらいふ「みかげ」は、下記日程で視察研修を予定しましたので、お申し込み頂きたくよろしくお願いいたします。参加費につきましては、1,000円(昼食込み)徴収になります。

さくらいふ「みかげ」視察研修日程表

期日：令和5年1月23日(月)

真壁福祉センター ⇨ 地域交流センターともべ「トモア」
10:00 出発 11:00~12:00 見学
トモア内『カフェ&キッチンともあ』昼食 ⇨ トモア発 ⇨
12:00~12:50 13:00
道の駅 かさま(休憩) ⇨ 真壁福祉センター
13:20~14:00 15:00 到着・解散

※コロナ感染防止対策を考慮し、人数制限を考慮し先着15名様までとし、事前申し込み10月31日(月)までをお願いします。
※参加者の方は検温、マスク着用のうえよろしくをお願いします。

問合せ・申し込み先
桜川市社会福祉協議会さくらいふ「みかげ」事務局担当：鈴木
桜川市鎌田612 電話76-1357

