



## サロンの様子

毎週異なったプランを立てています。  
○シルバーリハビリ体操、出前サロン、シナプソロジー、スクエアステップ、防犯講話、音読、地域散策、バス旅行、フラダンス、演奏鑑賞、祭りや昔遊び、歌唱を実施。○守谷小学校区の地区長に協力いただき、手つくりのチラシを回覧して頂きました。対象は50人の参加での“ピアノに合わせてみんなで歌いましょう。”のイベント開催、そして、守小PTA主宰もりっこフェス参加等広がりを持ちました。オープンガーデンも早10年、会員にて今年も春にマリーゴールド・ニチニチソウ、秋にパンジー・チュウリップをきれいに咲かせることが出来ました。

## サロンのウリ

会員にカルテ（住所、氏名、電話番号、緊急連絡先、体調不良部位の登録）記入依頼し、緊急事態が起きた時、誰でも活用できるように管理しています。守谷小学校行事（まつり、昔遊び）への参加、小学校の設備利用、学童教室を利用しています。運営に関しては、シルバーリハビリ指導士が企画、その指導士も会員です。市、警察からの情報も会員にお知らせしています。最近は認知機能、体力強化に力を入れ、シナプソロジー、スクエアステップを多く取り入れています。

## 運営費の確保

## 会費、自己負担

## 助成金よりパワーアップしたこと

活動内容が多岐にわたり、講師依頼ができるようになりました。

## サロンをやってみてよかったこと

多くの地域の方々との繋がりが出来た。協力者との繋がりが深くなったと思います。

## これから居場所活動をはじめる方へのメッセージ

まずは、少人数からでも、狭い場からでも始めるといいと思います。自分の趣味、特技を有効活用すると、そこに人が集まってくるのだな、と思いました。また、仲間の力の活用もとても大切です。

