

だい・でん♥ささえ愛



「ふれあい・いきいきサロンで楽しく元気に」

ふれあいいきいきサロンとは

ひとり暮らしや家の中で過ごしがちな高齢者と地域住民が、自宅から歩いていける場所、例えば公民館・集会所等が集まってレクリエーション、おしゃべり、ゲーム、体操など「気軽に」「無理なく」「楽しく」話して笑い、わきあいあいとした時間を過ごし、地域の「仲間づくり」をする場所です。

サロンに参加することにより、孤立・閉じこもりの防止や生活に役立つ情報の交換の場を得ることができます。まずは、ご近所でサロンを開催しているところがないか探してみましょう。社会福祉協議会、地域包括支援センターでもサロンを見つけるお手伝いをいたします。

自治会単位のサロン始めませんか

ふれあいを通した生きがいがづくり・仲間づくりの輪が益々広がります。

サロンに参加したいけど近所がない、そんなときは自治会単位でサロンを立ち上げてみましょう。運営の担い手はサロンに集まる住民の皆さんです。

現在 37 自治会でサロン活動を行っています。

手順 1 参加者に声を掛ける

まずは、参加者を募りましょう。「最近、テレビをぼんやり見ていることが多い」「地域で交流がしたい」などと考えている知り合いはいませんか？いろいろな方に声を掛けてみましょう。

手順 2 サロンの開催場所を決める

サロンの開催場所は、参加者が仲間と会うために歩いていける範囲です。

(例：公民館・集会場・空き家など)

手順 3 相談する

サロンを立ち上げるための相談を受け付けています。お気軽にご相談ください。

錦江町社会福祉協議会…………… Tel 0994-22-2000

錦江町地域包括支援センター…………… Tel 0994-22-3030

「笑喜いきいきサロン」

町内で唯一空き家でサロンを開講した笑喜いきいきサロンを紹介します。



笑喜サロンでは空き家を利用し、週 2 回サロンを開催しています。はじめの頃は月 1 回でしたが少しずつ集まる回数が増えてきました。会員は男性 1 名女性 8 名ですがとても雰囲気良く賑やかです。体操・コーラス・花壇づくり・塗り絵折り紙・踊りなど皆で話し合い楽しく活動しています。作品が出来上がると飾り付けしたりするので部屋の中でも季節を感じられます。

昼食を皆でつくり楽しい時間を過ごしています。最近では古民家の敷地でグランドカーリングをすることが楽しく、サロン以外の日でも集まることがあります。

(代表 笑喜 清春さん)