



訪問取材で発見しました！

開催場所：中央集会所
開催日時：毎月第2・4土曜日
13：30～15：30
代表者：品川 嘉恵子

立ち上げて2年6ヶ月

中央 井戸端サロン

うちの自慢は **“人づてで参加者が集まることです”**

① サロン活動の動機

これまで中央地域では、2度ほどサロンが立ち上がりましたが、長く続きませんでした。「やっぱりサロンは必要」ということで、まちづくり委員会の活動をきっかけにサロンができました。今回は“三度目の正直”ということでがんばっています。



体操の指導は、世話人さんが高校生だったときの恩師の娘さんです。そのつながりでボランティアで来てもらいました

② 楽しかった内容

みんなで、いろいろな話をするのが楽しいです。地域の様々な方からの応援で、毎回、体操や演奏会など色々楽しんでいます。



③ うり・自慢

「楽しいことをやってるよ」という参加者からの口コミで新規の参加者が増えていくこと。世話人や参加者の知り合い、地域の方がサロンでいろいろな特技を披露しています。

④ 課題

今のところ、これといった課題は無いです。

⑤ 一言

参加されるメンバーやその季節などその時々に応じてサロンの内容を変えています。事前にプログラムを作らないことで、参加される方が「次のサロンは何があるんだろう」と楽しみにして来て下さいます。「ありがとう」の言葉が何よりもサロン活動の励みになっています。



人と人とのつながりが、新規の参加者やプログラムの充実にうまくつながっているサロンです。サロンのプログラムの計画を「あえて立てない」ことのメリットを生かしているのも特徴です。

ひよこ塾

平成25年度 講座の目玉は「コミュニケーション」 新たに豊浜地区・倉橋地区でも開催！

平成25年度は、引き続き川尻・安浦地区で、音戸・倉橋地区は1地区ごとに分けて、新たに豊浜を加え、4地区で開催する計画です。中でも高齢化が進む豊浜地区の活動を維持し、さらに活発化するように支援していきます。

新しく、「コミュニケーション講座」を計画しています。“傾聴”を学び世話人・参加者のコミュニケーションをさらに深めていきます。

平成24年度 報告

平成24年度のひよこ塾は、前年度に比べ参加サロン数・参加者数ともに大幅に増えました。特に、新たに開催した音戸・倉橋、川尻・安浦の2地区では、サロン数(44)、参加者数(198人)ともに驚異的に増加しています。また、研修内容も全講座をとおして「満足」という回答が9割を超えました。「最高に楽しく勉強できました」「さっそくサロンで使います」「同じことをもう一度してほしい」と高い評価を受けました。



3月5日(火) 音戸
サロンで使える
レクリエーション活動

研修満足度

「満足」「やや満足」と回答された方
957人(99%)

参加サロン数・参加者数ともに
大幅アップ!!!

参加状況

参加者総数 1,178人
(前年度921人) **1.3倍 UP!!**

川尻・安浦地区 117人 (前年度19人)
音戸・倉橋地区 81人 (前年度0人)

参加サロン総数 132サロン
(前年度78サロン) **4.6倍 UP!!**

川尻・安浦地区 25サロン (前年度6サロン)
音戸・倉橋地区 19サロン (前年度0サロン)



1月17日(木)
口は健康長寿の源!
「高齢者のための口食ケア」



2月5日(火)
思い出を手話(かた)ろう!



2月14日(木) 川尻
サロンで使える
レクリエーション活動



2月28日(木)
心に寄りそう音楽を!
「音楽療法」

人と人とのつながり, サロンのつながり

くれ福祉のまちづくりのつどい

国際医療福祉大学 医療福祉学部 医療福祉・マネジメント学科長 教授 小林雅彦 さん

2月12日(火) 広公民館で「くれ福祉のまちづくりのつどい」を開催しました。小林教授は「人と人とのつながり, サロンのつながり」をテーマに講演し, サロン世話人やボランティア, 地域福祉に関心のある人など270人が参加しました。

参加者から「考え方が180度変わりました」「お客様扱いの考え方を改めたい」「サロン活動のヒントをもらった」などの感想が寄せられました。

人と人がつながるには「ご近所福祉活動」が大切です。この「ご近所福祉活動」は日頃から皆さんがご近所で意識せずに行っている「おすそ分け」の精神です。

「おすそ分け」は食べ物に限らず, 時間や笑顔・力・知識・技術等があります。こうした何気なく行っている「おすそ分け」精神(活動)を意識的・計画的に行う事が大切です。

個人の「おすそ分け」活動を社会的に展開するのが「サロン」活動です。「サロン」は地域に暮らす住民同士が, 身近な場所で“ふれあい”, 共に“いきいき”と輝く場所です。

ご近所はおすそ分けの精神をもって

お互いを尊重し, 無理なく続けること, 見返りを期待しないことが大切です。
おすそ分けは, 食べ物に限らず, 時間・笑顔・労働力・知識・技術なども・・・。
いつもしていることを意識的に「ついで」を心がける。
誰かの「ために」ではなく, 「いっしょ」にしていきましょう。

人に会わなくても生活できる便利な社会が, 人と人とのつながりを希薄化させる要因になっています。

万が一の時に頼りになるのは, 遠くの公的機関や専門職より近くの他人(ご近所さん)です。

「地縁(地域で結ばれた人間関係)」がなければ, 新たに「地縁」を生み出す活動が必要です。その一つがサロン活動です。



訪問取材で発見しました!

開催場所: 石内老人集会所
開催日時: 毎月第3木曜日
13:30~15:00
代表者: 中河 敏子

立ち上げて3年11か月

広 白糸の滝 ふれあいサロン

うちの自慢は

“いろいろな体験をしながら交流を深める場です”

① サロン活動の動機

地区の民生委員の会議でふれあいサロンの話があり, 参加者を募ったところ80人余りの応募があり, サロンの必要性を感じたからです。

② 楽しかった内容

毎年, 運動会があります。障害物競走, 玉入れ, パン食い競争など, 広い公園で思いっきり体を動かします。折紙やお手玉作りも楽しかったのですが, 一番楽しいのは, なんとと言っても普段会えない人とのおしゃべりです。年に一回, 世話人さんたちが作ってくれる食事は, とても美味しいですよ。



ビンゴゲームの景品を持ってニコリ

③ うり・自慢

地域相談センター郷原の里の協力を得て, 運動会, 夏祭り, 折紙, お手玉の作成, 書き初め, 体操, 健康講座など様々なプログラムを実施します。楽しみながら介護予防ができます。

④ 課題

「ええのが当たったねえ」と大はしゃぎ
範囲が広い地域なので, 会場に来るのが大変です。寒い時期や, 農繁期は, 参加者が少なくなります。参加者の95%は女性で, もっと男性にも参加してほしいです。

⑤ 一言

世話人同士が仲良く和気あいあいとやっていて, 若い人の次期代表も決まり, 世代交代もスムーズにっています。



「近所に住んでいても日頃なかなか会えない人と会えるので, とても楽しみにしているんです」と, 参加者が話していました。地域交流の場として, もっともっと輪が広がるといいですね。



訪問取材で発見しました！

開催場所：沖友コミュニティーセンター
開催日時：月1回、日時未定
(世話人の畑仕事がない時とデイサービスのない時)
11:00~14:00
代表者：上神 アツカ

立ち上げて13年

豊 沖友福祉ヘルパー

うちの自慢は **“ゆったり のんびり 和気あいあい”**

① サロン活動の動機

平成9年、豊町は「町民皆ヘルパー」を目標にして、町民同士が支え合う組織づくりに取り組みました。それをきっかけに平成11年に町内で一斉にサロンを始めました。

② 楽しかった内容

大和ミュージアムに日帰り旅行に行ったこと。過疎の地域で交通の便が悪く、なかなか地域外に出かけることが難しいので一緒に出かけるのが楽しみです。



おしゃべりもごちそうの一つじゃねえ

③ うり・自慢

「旬を大切にし、へいぜい食べられない手の込んだ料理を心がけています。野菜はみんなの持ち寄りです」（上神さん）。3月のメニューは「ちらし寿司・ワケギの和え物・煮物・酢の物・ポテトサラダ・豚汁」と盛りだくさん。バランスの取れた栄養と食事の楽しさを提供しています。

参加者は「家で独りだと食が進まんが、ここではたくさん食べられる」と美味しそうに顔をほころばせていました。



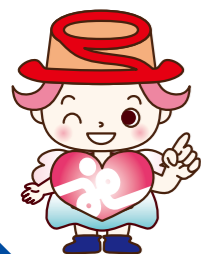
今度は“藤”を見に行きたいねえ

④ 課題

6人の世話人が自主的に手伝っています。もっと余裕をもってお世話をするために楽しい仲間を求めています。「遊んでいることが恥ずかしい」という地域性があり、新しい参加者が増えません。

⑤ ひと言

ひよこ塾で習った「お雛さま」や「鯉のぼり」などを世話人が作ってプレゼントします。「食卓や床の間に飾って楽しんじよるよ」（87歳 男性）



参加者の平均年齢 85 歳。一人暮らしの方が多いなか、食事の提供も地域性にならっていると思いました。「ふだんはもの言わん日があるんよ。ここに来ると気が晴れるんよ」と食後、のんびりとおしゃべりを楽んでいます。

サロンの役割

介護予防と健康作り

「きょういく」＝「今日行くところがある」
「きょうよう」＝「今日用事がある」
サロンは「きょういく」「きょうよう」を提供する場
外に出て人と交流することが元気で長生きの秘訣

参加者や世話人にとっての意義

誰かに喜んでもらえることが生きがいにつながります

安否確認

自宅を見られることに抵抗感がある
高齢者の有効な安否確認方法

防災・防犯

顔見知りになるだけでも役に立つ
気軽に相談し、助け合いの関係を作る
実際に防災や防犯を学び、生活に生かす

「自己放棄」に向かわせない

地域の見守りで周囲からの孤立や孤独死を防止します

サロンを活性化するために

サロンを活性化するために必要なもの

高齢者だけでなく若者や価値観・考え方の違う人を仲間に取り込み、さらに当事者以外の人の声を聞くことで、活動の見直しや改善を図ることができま

関係機関との連携・共同を大切にする

社会福祉協議会や行政・ボランティア団体などと連携することが大切です。

サロン同士のネットワークを生かす

サロン同士がつながることで地域の問題点や困りごとを発見・共有し解決していきます。サロンの枠を越えた住みやすい地域を作っていきます。

サロンは手段であって目的ではない

サロンを核として住みよい地域を作っていきます。



サロンの活動をおして「共創社会」をつくっていきましょう！

**サロン
訪問**

どうしよるん?
おいでえや!

2月7日(火)南隠渡友愛サロン(音戸)が塩焼ひまわりサロン(広)を訪問し交流を深めました。

友愛サロンの世話人さんの「他地域のサロンを訪問して活動の参考にしたい」という思いを塩焼ひまわりサロンの協力を得て実現しました。

当日は参加者と一緒に巻き寿司作りに挑戦。昔取った杵柄で、今は料理をしない方もおしゃべりをしながら楽しそうに作りました。出来栄は太いのやら、細いのやら形は不揃いですが味は「おいしい」と大好評でした。

向井道子さん(南隠渡友愛サロン)は「参加人数や会場の関係で同じようなことは難しいが、参加者の笑顔が一番の励みになりますね。今度は音戸に来てくださいね」。これからの交流が楽しみです。



真剣なまなざしで巻き寿司づくりに挑戦!

他地区のサロンを訪問したいと思われる世話人さんは、事務局にご相談ください。

呉市社会福祉協議会 地域福祉課 TEL25-3505



**惣付町サロンで
介護職員基礎研修課程の実習を実施**

3月8日(金)呉高等技術専門校 介護サービス科の訓練生8人が惣付町サロン(5地区)で実習しました。

代表の松浦勝子さんは「サロンを始めた頃は何かしないといけないと不安でした。今はみなさんが自由におしゃべりや手芸、軽運動などを楽しんでいます。みなさんはここに来て会えることが一番の楽しみなのです」。訓練生は「サロンが地域の大切な資源であり、顔が見える関係ができていることを理解しました」

平成25年度のサロンの取り組み

平成12年に始まった、ふれあい・いきいきサロン活動は、今年で13年目を迎えます。その間、社会情勢や地域福祉を取り巻く環境も大きく変わってきました。

現代の社会問題や福祉問題を解決する拠点としての機能を強化し、地域に密着した無くてはならない社会資源としてのサロン作りを「研修会」や「つどい」とおしてみなさんと一緒に考えていきたいと思ひます。

春号
2013

笑顔の



発行:平成25年4月 No.7



- P2 わがまちサロン**
 - ・沖友福祉ヘルパー(豊地区)
 - ・自糸の滝ふれあいサロン(広地区)
 - ・井戸端サロン(中央地区)
 - P5 ひよこ塾からのお知らせ**
 - P6 くれ福祉のまちづくりのつどい**
 - P8 サロン交流**
- 平成25年度のサロンの取り組み

ひよこ塾で学んで元気になろう!!

写真:ひよこ塾 「サロンで使えるレクリエーション活動」川尻会場



発行: **社会福祉法人 呉市社会福祉協議会**

広島県呉市本町9番21号すこやかセンター<くれ別館 電話:0823-25-3505

web: <http://www.kureshakyoy.jp/> mail: info@kureshakyoy.jp