

成東地区

あたたかい
愛宕台ほのぼのくらぶ

開設年月日:平成 29 年 4 月
活動拠点:愛宕台自治会館
活動回数:年 4 回
登録役員数:6 名

「愛宕台ほのぼのくらぶ」では、愛宕台自治会会員がサロンの会員です。バーベキュー、レクリエーションなどの活動を通して会員の交流を図っています。

”ニコニコサロン”や”ふれあいサロン”として活動をしていましたが、それを引き継ぎ今に至ります。

取材の際は、講師の方によるハーバリウム(ポトルに植物やビーズを入れ、専用のオイルで満たしたもの)製作の教室が行われていました。

参加者は「サロンが開かれるたびに、他のメンバーとより親しくなり、内容も充実してきた。これからも続けてほしい」と話しています。



ポトルに花をきれいに
入れるのがむずかしい!



振り付けも交えて歌いました!



ボランティアの方々による紙芝居

松尾地区

豊岡地区社会福祉協議会

開設年月日:平成 12 年 4 月
活動拠点:豊岡地区
活動回数:年 4 回
登録役員数:19 名

「豊岡地区社会福祉協議会」では、高齢者の方の健康増進や仲間づくりを目的に、ボランティアの方による、紙芝居や朗読、体操、熱中症対策講座などの活動が幅広く行われています。

代表の太田さんは、元消防士の経験を生かして、地域の防災意識を高めることに力を入れているそうです。非常時に動けない高齢者などは近所の方とすぐに連絡が取れるように、日頃から高齢者間のコミュニケーションを深める活動を重要視しています。

他にも山武市まちづくり出前講座を利用し、サロン参加者は基幹バスや乗合タクシーの使い方を学び、利用できるようになった方もいるそうです。

蓮沼地区

南八区いきいきサロン

開設年月日:平成 25 年 4 月
活動拠点:南八区区民館
活動回数:年 4 回
登録役員数:4 名



スクエアステップ



普段動かさない肩回りもよく伸びる!

「南八区いきいきサロン」では、食事会や日帰り旅行、クリスマス会などを行っています。取材の際は食事会や、講師を招いての脳トレ健康体操・スクエアステップ(マス目に沿ってステップする運動)、笑いヨガ(笑いながら体を動かすエクササイズ)などを通して、参加者の交流を図っていました。

「参加者の希望に合ったプログラムを多く取り揃えて活動し、地域のみなさんのふれあいの場を広げていきたい」と代表の小川さんは話していました。

さんむ市民活動 情報ひろば No.7

市内のふれあい いきいきサロンを紹介します!

「ふれあい いきいきサロン」とは、子どもから高齢者まで世代を問わず参加できる地元に着目したコミュニティです。山武市社会福祉協議会がふれあい いきいきサロン事業を実施する団体等に対し、継続運営のための財源を補助することにより、その活動を活発化することを目的としています。

▶ 現在山武市内には33団体が活動しています。今回は山武市旧町村地区から各1団体ずつ取材協力していただきました。

あなたの近くに参加できるサロンがあるかもしれません。興味がある方は下記まで。

お問い合わせ

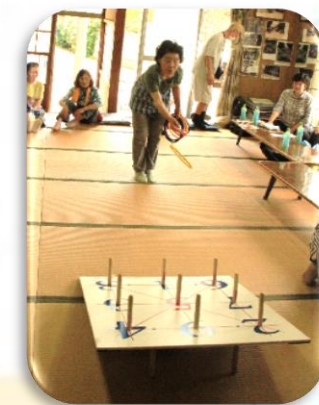
山武市社会福祉協議会 (山武市白幡 1627)

☎ 0475-82-7102

山武地区

ふれあいサロンあじさい

開設年月日:平成 21 年 4 月
活動拠点:井ノ上公民館
活動回数:年 6,7 回
登録役員数:8 名



景品ゲットを目指して



津軽三味線にあわせて
歌いました

「ふれあいサロンあじさい」では、食事会、輪投げ、サロンメンバーによる紙芝居や三味線伴奏などが行われていました。

地域の食材を使って、みんなで手作り弁当を提供しています。

輪投げなどレクリエーションも充実しており、参加者への景品は日用雑貨を持ち寄るなどしています。

代表の小川さんは「ボランティアさんの協力のおかげでここまで続けることができている。」と話していました。



栄養バランスを考えた
手作り弁当