



各サロン参加者募集中です！

西部ブロックのサロン活動を紹介



ふれあいサロン交流会～私たちこんなことやってます！～ 地域包括 鹿浜



それぞれのサロン活動の発表

鹿浜地域の7つのサロンが、定期的に意見交換会を開催する中、「地域に向けてサロンの存在をもっとアピールしていきたい」との熱い思いが高まってきました。

それが結実したのが、10月10日に谷在家福祉園で開催された“ふれあいサロン交流会（鹿浜地域）～私たちこんなことやってます！～”です。

スタッフそれぞれが企画、周知活動、運営、活動発表を担当しました。当日は、食育セミナー「チョコレートの世界へよ



展示品のお披露目

うこそ」や展示品コーナー等の盛りだくさんの内容で、参加者は100名を超え、賑やかな交流会となりました。

地域包括支援センター鹿浜からは、「サロンスタッフの中には、絆のあんしん協力員として活躍中の方も多く、これからも地域での見守りを行いつつ、サロン活動も普及させ、高齢者にとって、より住みやすい地域づくりを目指していきたい」との力強い言葉も聞かれました。

鹿浜地域のサロン

連絡先
 地域包括支援センター鹿浜
 5838-0825

サロンいろいろ

第1：「親父のカラオケ」
 第3：体操、脳トレ、おしゃべりなど
 日時 第1・3木曜日
 13時～15時

サロンさくら

体操、歌、脳トレ、
 おしゃべりなど
 日時 第1・3水曜日
 10時～11時30分

サロンつばき

おしゃべり、茶会、手芸、折り紙、
 転倒防止の体操など
 日時 第1・3火曜日
 10時～12時

サロンなごみ

体操、脳トレ、季節の飾り物の工作、おしゃべりなど
 日時 第2月曜日
 13時～15時

サロンひばり

体操、脳トレ、歌、折り紙、
 おしゃべりなど
 日時 第1・3月曜日
 10時～11時30分

手話と体操で若返ろう会

手話、指先の体操、脳トレ、
 おしゃべりなど
 日時 第3日曜日
 13時～15時

体操クラブつどい

体操、脳トレなど
 日時 毎週金曜日(第5除く)
 14時30分～16時

サロンで
活躍する

今回の担当は… 西部ブロック！
(入谷・扇・江北・鹿浜・西新井・西新井本町)



絆のあんしん協力員&協力機関

絆 集まって元気に歌い続けてほしい！

地域包括 西新井本町

興野北町会のサロン『5（ファイブ）チューリップ』は、町会事務所のカラオケの機械を新たに借りることになったことをきっかけに「サロンをやってみよう」と立ち上がりました。

早川会長は、「最近、町会内でも単身高齢者世帯が増えており、交流の場が必要となってきた。とにかく集まって元気に歌い続けてほしい」と、町会内はもとより、他の地域からの参加も歓迎していて、チラシを作ったり、近隣町会に呼びかけたりしています。

メンバーは当初、5名程度でしたが、今では約20名の方々が集まって、好きな歌を一緒に口ずさみ、フルコーラスを歌い上げます。曲の合間の会話も弾み、まったく年齢を感じさせない歌声が時間いっぱい響きます。



会話も弾みます

会長は、「サロンをやっていく中で、いつまでも歌い続けてほしいとの思いが強くなり、これからも続けていきたい」「歌うのが得意ではない方の、聴くだけの参加も歓迎します」「男性の参加が増えるとうれしい」と話されていました。

参加者からは、「90代の方も多く、皆さん元気いっぱいとてもいい声で楽しく歌っています」と。毎月第三土曜日に町会事務所で一緒に楽しい時間を過ごしましょう。



早川会長（後列右から4番目）と
スタッフ・参加者の皆さん

「5（ファイブ）チューリップ」情報

日時 毎月第3土曜日
13時～15時

場所 興野北町会事務所
(興野1-8-17)

参加費 100円

連絡先 地域包括支援センター西新井本町
3856-6511



『サロンあじさい』は、絆のあんしん協力員である栗原団地自治会の酒井会長が中心となり立ち上がったサロンです。当初はおしゃべり会やものづくりが中心でしたが、体を動かしたいという声もあり、体操サロンも始まりました。現在は月3回開催しています。

体操サロンは、地域包括支援センター西新井主催の介護予防体操サポーター講座を受け、新たに絆のあんしん協力員として登録された女性3名のきめ細やかな声かけのもとなごやかに進みます。「ここは高齢者が多いからみんなで助け合っていかないとね」と地域の力を大事にしている酒井会長。優しい笑顔で皆さんをお待ちしています。



酒井会長（左から2番目）と
介護予防体操サポーターの皆さん

「サロンあじさい」情報

日時	毎月第2、3、4木曜日 10時30分～12時
場所	UR都市機構栗原団地集会所（栗原2-6）
参加費	第2木曜 体操 100円 第3木曜 講師による体操 300円 第4木曜 お茶会 100円
連絡先	地域包括支援センター西新井 3898-8391



『茶でいっぴく』は、地域包括支援センター扇のオレンジカフェで活動中の絆のあんしん協力員安木一美さんが代表を務められ、お茶を飲みながらおしゃべりなどを楽しみます。同じく絆のあんしん協力員の濱綾子さん、岩田恵美子さんと一緒に毎月開催しています。「一服（いっぴく）する気持ちで、また行きたいなと思ってもらえる場所にと頑張っています」とスタッフの皆さん。



安木さん（左）と萩原さん（右）

同じくオレンジカフェで活動中の絆のあんしん協力員の萩原さんがサロンの応援に来ていました。萩原さんもご自宅でサロンを開催しています。

■代表の安木さんにインタビュー！■

Q:サロンを始めたきっかけは？

A:毎月手伝いに行っているカフェで、参加した方から毎回のように「他にもこのように集まれる場所がほしい」という声がありました。私も以前からサロンをやりたいと思っていたところ、一緒にサロンを開催する仲間が見つかったので始めました。

「茶でいっぴく」情報

日時	毎月第2金曜日 13時～15時
場所	個人宅（興野二丁目）
参加費	100円
連絡先	地域包括支援センター扇 3856-7007

絆 みんな元気！みんな明るい！おしゃべりが楽しい！ 地域包括 入谷

『いいとこサロン』は、平成25年に発足した地域の集いの場です。岸美代子さんと石井寛康さんが代表を務め、7名のメンバーで運営されています。

この『いいとこサロン』のアピールポイントは、**みんな元気！みんな明るい！おしゃべりが楽しい！**の3点です。

「いいとこサロン」情報

日時 毎月第1、3、5金曜日
13時30分～15時
場所 足立翔裕園 地域交流スペース
(入谷9-15-18)
参加費 月100円
連絡先 地域包括支援センター入谷
3855-6362

ハーモニカやギター演奏などの催しものを定期的に開催し、みんなが楽しめる工夫をしています。

地域にお住まいの方が気軽にお越しただけるサロンです。皆さまのご参加をお待ちしています。



みんなで元気に明るく体操

絆 みんなで一緒に野菜づくり！

地域包括 江北

『江北ベジサロン』は、絆のあんしんネットワーク連絡会で話し合いを重ね、令和元年5月に誕生したサロンです。障がい者施設「江北ひまわり園」との共催で、地域での居場所づくりの一環として月2回開催しています。



畑での作業を通して絆が生まれます

参加者の皆さんで体操をしたり、お借りした地域の畑で大根やジャガイモなどの野菜を植え、収穫後に参加者同士で調理して食べたりと、**仲間づくりの場**になっています。皆さん苦勞されながらやり遂げた達成感を感じたようで、「今後も楽しみ」という声が多く聞かれています。

まだまだ参加者を募集しています。一緒に畑で野菜づくりを楽しみませんか。

「江北ベジサロン」情報

日時 毎月第2、4木曜日
10時～12時
場所 江北ひまわり園
(江北1-26-22)
参加費 100円
連絡先 地域包括支援センター江北
5839-3640

足立区は、「孤立ゼロプロジェクト推進活動」に取り組んでいます。
詳しくは、足立区HPをご参照下さい。 <http://www.city.adachi.tokyo.jp/chiiki/korituzero.html>

