



笑顔が素敵なメンバーです



コミュニティサロン105



新サロン『笑顔のひろば』が誕生

地域包括 中川

『笑顔のひろば』は、誰でも気軽に集えるサロンです。大谷田一丁目団地自治会内にある交流スペース（コミュニティサロン105）の利用者の中から、絆のあんしん協力員である田邊さん、野路さんが中心となって今年3月に新しく立ち上げました。

立ち上げのきっかけは、田邊さんの「子どもから高齢者まで集まることができるこの貴重なコミュニティサロン105を大切にしたい。もっと有効活用していきたい」という思いでした。

3月1日の立ち上げ記念イベントで

「笑顔のひろば」情報

日時 毎月第一金曜日

10時30分～13時

場所 コミュニティサロン105

(大谷田1-1-2)

参加費 無料

連絡先 地域包括支援センター中川

3605-4985

は「歌とギターの音楽会」が開催され、約100人の参加者で賑わいました。

立ち上がって5ヶ月が経過しましたが、毎回お茶会や折り紙、みんなで歌ったり、読書の話などで盛り上がっています。ぜひ『笑顔のひろば』へお立ち寄りください。笑顔の素敵なメンバーが皆さんをお待ちしています。



みんなで楽しくイベントを企画しています

各地で活躍する

今回の担当は… 東部ブロック！
(さの・東和・中川・西綾瀬)



絆のあんしん協力員&協力機関



健康麻雀で『孤立予防』

地域包括 東和

『よつ葉サロン』は、「麻雀を通して地域の方々と楽しい1日を過ごしてほしい」という思いと、定年退職後の男性の孤立予防を目的に、絆のあんしん協力員である大岡さんが中心となって、立ち上げました。

毎回約30人の方が参加しており、参加者からは「これまでほとんど外に出る



麻雀で楽しく交流！！

機会がなかったが、誘われて参加したところ楽しくなり、今では毎回参加している」「毎回違う人と雀卓を囲むから友達がたくさんできて良かった」と好評です。

「よつ葉サロン」情報

日時 毎月第一、二、三金曜日
概ね13時～16時
場所 東和住区センター（東和3-12-9）
参加費 200円
連絡先 地域包括支援センター東和
5613-1200



『みんなで体を動かそう』

地域包括 東和

『おさんぽサロン』は、地域密着型デイサービス「さんぽ道」にて毎月1回開催されています。体を使った高齢者向けの簡単な運動や脳トレ、ゲームや替え歌作りなども行っています。



運動を楽しんでいます

デイサービスと共同で「夏祭り」や「芋煮会」を開催することで、互いの参加者にも交流が生まれています。

「おさんぽサロン」情報

日時 毎月第三土曜日
13時30分～15時
場所 デイサービス さんぽ道
(谷中3-8-18)
参加費 150円
連絡先 地域包括支援センター東和
5613-1200

週1回の寄り添い支援訪問や弘道一丁目自治会内でのお茶会の開催など、精力的に活動されている石山さん。そのパワーに包括職員はいつも元気もらっています。

寄り添い支援訪問先では、石山さんの来訪を毎週楽しみにされているとのお話がありました。また、定期的なお茶会では、会場まで来られない方へも声かけを続けてくださり、足を運べなくても「声をかけてくれることが嬉しい」と喜ばれていました。

困っている高齢者を見かけたら、ご本人へ声かけをして、心配な方は地域

包括支援センターへ連絡するなど連携を心掛けています。

石山さんは、地域の方からも信頼されている、頼りになる存在です。



絆のあんしん協力員 石山さん

絆 『見守り活動しています』

地域包括 さの

北加平町会老人会「千歳会」では友愛活動として、孤立ゼロプロジェクト実態調査開始前から町会内の一人暮らし高齢者などの訪問をしていました。

孤立ゼロプロジェクト開始後は、全員が「絆のあんしん協力員」に登録して、月1回20世帯程の訪問を続けています。

絆のあんしん協力員の方々は「人と話す機会が少ない一人暮らしの方は、30分お話をされる方もいます。訪問を喜んでくれることがとても嬉しいです」「介護相談を受けた時は地域包括支援センターを紹介します」と話していました。

見守り活動にあたり、川田会長は「家

族のために」「地域のために」「社会のために」という合言葉をいつも大切に、「見守り活動の必要性をもっとみんなに知ってもらい、活動を続けていきたい」と心の内を語って下さいました。



北加平町会の川田会長（前列中央）
絆のあんしん協力員の青木さん（後列左）
植木さん（後列中央）、平林さん（後列右）



地域の居場所 サロン紹介

第15回 「サロン 友&友」



絆 足立区初の『管理組合サロン』

地域包括 さの

グリーンパーク新綾瀬管理組合は、平成27年11月に「絆のあんしん協力機関」に登録しました。『サロン 友&友』は、「日頃から挨拶や声かけを行うことで、一人暮らしの高齢者等の不安を軽減し、孤立の無い安心できる暮らしに向けて活動したい」という理事長や役員の思いから、昨年8月に「わがまちの孤立ゼロプロジェクト」に登録して立ち上がった足立区初のマンション管理組合によるサロンです。

グリーンパーク新綾瀬集会室を開放して開催しています。主催者の方も含めて毎回10名程が参加して、楽しく交流しています。

今回はギター伴奏とともに、「明日があるさ」「上を向いて歩こう」などの懐メロを全員で楽しく合唱しました。『あだちらくらく体操』では、脳トレやストレッチをして体を動かします。

参加者の方からは「マンション内にこういった居場所ができて嬉しい」「雨が降っても濡れないし、気軽に参加できる」との感想が聞かれました。

主催者である相原理事長は「これまでは顔は知っていても名前を知らない方が多かったが、顔と名前が一致してきたので、いざという時に助け合えれば良い。今まで来たことのない人にも声掛けを図りたいです」と話されていました。



ギター伴奏で合唱



体操で体のトレーニング

「サロン 友&友」情報

日時	毎月第三木曜日	13時～16時
場所	グリーンパーク新綾瀬集会室 (辰沼2-18-18)	
参加費	100円	
連絡先	地域包括支援センターさの	5682-0157

※今回紹介したサロンは、足立区社会福祉協議会の「ふれあいサロン」に登録しています。

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/koritzero.html>

