

取組の概要

高齢者の健康の維持・増進及びとじこもり予防の中核組織となることで、住民同士の「顔がみえる」助け合いのある地域づくりを目指す

グループについて

人数：12名
年齢層：50～90歳代
活動年数：16年6月

取組の詳細

- 地域の交流の場として1月と8月を除き月1回のペースで活動している（年10回）
- 健康チェック：サロンの利用カードに体温と血圧の記入欄を設け、各自で測定・記入
- 屋内での軽スポーツ：座位でもできるスカットボールを行い、皆お腹の底から笑いあっている
- 各種講話：町保健師・警察・社協・医師から情報提供、アドバイスを受けている
- 料理教室：会員の半数を占める男性も難なくできるよう、なるべく簡単なレシピで調理（R7年度～）
- 手芸教室：サロン会員が講師となり編み物やカゴ作り、クリスマスリース作りなどに取組む
- ミニ文化祭：サロン活動で作った手芸作品・木工作品等の展示 来場者へ軽食のふるまい
クリスマス会、お花見会等



<主体性>

サロンの世話役を固定せずに4人1組の輪番制にし、内容も月の担当組が決めている。世話役の負担を分散し、参加者全員でサロンの企画・運営に関わることで積極的な活動が継続している。

<独自性>

輪番で世話役をする事で、いろいろなアイデアのもとマンネリ化せず活動ができています。また、西田地区独自の「西田区行事予定表」を全戸配布することで働き盛り世代でも興味のある回へ参加ができる。

<地域貢献度>

サロン参加者を中心にミニ文化祭を行う事で地区内外の親子連れや手芸・木工に興味のある人が西田地区を訪れ、交流を深めている。料理教室は簡単なレシピを選ぶ事で独居高齢者のサポートとなっており、とじこもり予防や住民同士のつながりになっている。

<将来性>

全戸配布による活動内容の周知やミニ文化祭の開催など、働き盛り世代が気軽にサロンに参加できる環境づくりができています。参加者全員が会の運営に携わる仕組みは安定した活動の継続につながっており、今後も期待できる。

PR ポイント

- 世話役を輪番制にする事で負担の分散ができています。自分達が興味のあること、やってみたい事をサロン活動に入れやすく、魅力のあるサロン活動につながっている。
- 地区内に子どもがいなくなり、児童との世代交流が難しくなったが、ミニ文化祭や働き盛り世代が参加しやすい運営など、サロン会員以外との交流も無理のない範囲で行われ、住民同士のつながりづくりに貢献している。