

## サロン紹介

支部名/校区名	佐伯支部 / 八幡校区	サロン活動から得たもの(効果)
サロン名	いきいきサロン カスミ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・年齢に関係なく仲良くなった</li> <li>・明るくなった</li> <li>・杖がいなくなった人もいる</li> <li>・膝がよくなった</li> </ul>
サロン開始時	平成19年9月～	
実施形態	自主型 毎週1回	これからの課題
サロンの特色	みんな元気で笑いのあるサロン。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・このまま続けていけたら良い</li> </ul>
参加者数	約 28名	<p>〈活動の様子〉</p>  <p style="text-align: center;">健康体操を中心にがんばっている様子</p>
支援者数	約 2名	
実施場所	霞ヶ浦公民館	
活動内容	健康体操(ボール・タオル・リズム) 筋トレ、カラオケ、ゲーム イベント開催 など	

支部名/校区名	佐伯支部 / 大入島校区	サロン活動から得たもの(効果)
サロン名	いきいきサロン久保浦	<ul style="list-style-type: none"> <li>・小地区で少人数ですが月1回の集まりを楽しみにしてくれています</li> <li>・一人暮らしの方が多いので、にぎやかに食事をするのがボケ防止に良いかと思えます</li> </ul>
サロン開始時	平成15年9月～	
実施形態	自主型 月1回	これからの課題
サロンの特色	まとまりが良く、明るく元気です。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・男性の参加が欲しいです</li> </ul>
参加者数	約 14名	<p>〈活動の様子〉</p>  <p style="text-align: center;">参加者が支援者による読み聞かせをしている様子</p>
支援者数	約 4名	
実施場所	久保浦地区公民館	
活動内容	健康体操(ボール体操) お手玉づくり、歌、輪投げ ゲーム、手話 など 手作り昼食会	

## サロン紹介

支部名/校区名	佐伯支部 / 西上浦校区	サロン活動から得たもの(効果)
サロン名	いきいきサロン 彦岳	<ul style="list-style-type: none"> <li>近隣の関わりが深くなった</li> <li>健康への意識の向上</li> <li>月に1~2回の楽しみになっている</li> <li>地区の行事にサロンとして参加し社会参加ができた</li> </ul>
サロン開始時	平成19年9月~	
実施形態	自主型 月1~2回	これからの課題
サロンの特色	みんな明るく元気なサロン。	<ul style="list-style-type: none"> <li>男性の参加が少ない</li> </ul>
参加者数	約 23名	〈活動の様子〉 
支援者数	約 3名	
実施場所	狩生地区公民館	
活動内容	健康体操、歌、ゲーム 紅葉狩り、日帰り旅行 地域の歴史の講習 地区行事に参加(施設訪問、演芸会)	

地区のわらべの会との交流会でだんご汁づくりの様子

支部名/校区名	佐伯支部 / 青山校区	サロン活動から得たもの(効果)
サロン名	青山 一五会	<ul style="list-style-type: none"> <li>月に1~2回の楽しみになっている</li> </ul>
サロン開始時	平成19年11月~	
実施形態	自主型 月1~2回	これからの課題
サロンの特色	元気で雰囲気の良いサロン。	<ul style="list-style-type: none"> <li>サロンの内容を、どの参加者の年齢や状態にあわせれば良いのか</li> </ul>
参加者数	約 15名	〈活動の様子〉 
支援者数	約 1名	
実施場所	蔵六庵	
活動内容	庵の掃除をしてサロンの歌を歌って談話 談話、グランドゴルフ 持ち寄っての昼食会	

庵の前でグランドゴルフを楽しむ様子

## サロン紹介

支部名/校区名	佐伯支部 / 木立校区	サロン活動から得たもの(効果)
サロン名	寿会	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 地区の行事等に積極的に参加するようになった</li> <li>• 月に1回の楽しみになっている</li> <li>• 地元の食材で手作り料理し協調性ができた</li> </ul>
サロン開始時	平成18年7月～	
実施形態	自主型 月1～2回	
サロンの特色	皆明るく、元気なサロン。	これからの課題
参加者数	約 22名	<p>〈活動の様子〉</p>  <p>サニーハウスとの交流会で昼食会</p>
支援者数	約 2名	
実施場所	岡地区センター	
活動内容	健康体操(ボール・タオル体操) 歌、ゲーム、イベント 地区の季節の行事、神社他の掃除 サニーハウスとの交流会他	

### 参加者の声

- ★子どもとの交流で、地域の教育力の向上→「挨拶をしましょう！」合い言葉
- ★サロンに参加→こころも身体も健康になる。→みんなが楽しみ！
- ★60歳代の男性の参加→花壇作り、灯籠作りなど→役割分担→地域活動の広がり
- ★地域の方が手作りゲームの製作や手作りスロープの設置、ゲームや体操の指導をしてくれてありがたい。
- ★サロンの開催日だけでなく日頃もサロン友達として参加者同士のつながりができた。
- ★ゲームをして童心にかえって真剣に遊ぶ→勝負のゲームが楽しい！
- ★身体が丈夫になった。(参加者)→その声が聞けて嬉しい！(支援者)



## サロン紹介

支部名/校区名	上浦支部	サロン活動から得たもの(効果)
サロン名	夏井サロン	・外出の機会が増えた
サロン開始時	平成17年8月～	・みんなで笑ってゲームができて楽しい
実施形態	支援型 自主型 各1回(月2回)	これからの課題
サロンの特色	道具を使ったレクレーションを多く取り入れている。	・役員が交代した際にうまく引き継ぎができるか
参加者数	約 20名	〈活動の様子〉
支援者数	2名	
実施場所	夏井地区公民館	
活動内容	じゃんけんペタンク スカットボール 輪投げ、工作、体操 グラウンドゴルフ、ペタンクなど	

支部名/校区名	弥生支部	サロン活動から得たもの(効果)
サロン名	細田いきいきサロン	・介護予防活動のサロンが地域貢献に目を向けるようになり、地区全体の理解を得られるようになりつつある
サロン開始時	平成21年4月～	これからの課題
実施形態	支援型 自主型 各1回(月2回)	・支援者の今後の担い手
サロンの特色	地区への貢献として、花づくりなども行っている。	〈活動の様子〉
参加者数	約 18名	
支援者数	1名	
実施場所	細田地区公民館	
活動内容	花づくりや、竹燈籠づくり 地域に必要なものを話し合いながら実施している	
		年末に参加者で竹燈籠づくりした様子

## サロン紹介

支部名/校区名	本匠支部	サロン活動から得たもの（効果）
サロン名	ふれあい（上津川）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・月に1回の楽しみとして定着している</li> <li>・地区の中で結束が強くなった</li> <li>・子どもと高齢者の交流がうまれた</li> </ul>
サロン開始時	平成18年10月～	
実施形態	自主型 月1回	これからの課題
サロンの特色	参加者それぞれに次回までの役割を持たせるような企画をし、みんなでサロンを盛り上げている。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・支援者の今後の担い手</li> <li>・サロン参加者の更なる高齢化</li> </ul>
参加者数	約 20名	〈活動の様子〉
支援者数	5名	
実施場所	上津川ふれあいセンター	
活動内容	健康体操 歌、ゲーム、イベント開催 三社参り、お花見、盆踊り 忘年会 など	

サロンで炭作り！完成が楽しみですね。

支部名/校区名	宇目支部	サロン活動から得たもの（効果）
サロン名	第三百年会（木浦、落水）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・月1回のサロンを楽しみに、参加者が協力して行っている</li> </ul>
サロン開始時	平成11年12月～	
実施形態	支援型 月1回	これからの課題
サロンの特色	参加者が食材を持ち寄り、お昼ご飯を作って食べるなど、楽しく仲の良いサロン。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・部屋が狭いので何をするにもスペースがとれない</li> </ul>
参加者数	約 15名	〈活動の様子〉
支援者数	支援員2人、保健師2名	
実施場所	旧木浦小学校	
活動内容	健康チェック、体操 軽スポーツ、昼食づくり 季節の物づくり 健康講話や駐在さんのお話など	

カルタ取りでみんな童心にかえって真剣に！