

地域のサロン活動紹介



東・南・手城・深津・旭・千田・桜丘
西深津・西・霞・樹徳・光・久松台・明王台
川口・箕島・曙・多治米・新涯・川口東

サロン活動とは…

地域にある交流館や集会所、空き家などを活用した、高齢者を中心とした集いの場です。

活動内容はそれぞれのサロンで参加者の皆さんが楽しめるように工夫して取り組んでいます！

○ふれあい・いきいきサロン（月1回以上開催）

○喫茶店風サロン（毎週1回開催）

○居場所づくり事業（毎週2回以上開催）

目次

東学区	1～6
南学区	7
手城学区	8～9
深津学区	10～12
旭学区	13
千田学区	14～17
桜丘学区	18～19
西深津学区	20～21
西学区	22～25
霞学区	26～28
樹徳学区	29～30
光学区	31～32
久松台学区	33～35
明王台学区	36
川口学区	37～39
箕島学区	40
曙学区	41～43
多治米学区	44～46
新涯学区	47～48
川口東学区	49

東学区 ふれあい・いきいきサロン

名 称	本町いきいきサロン
実 施 場 所	本町会館
実 施 日	毎月第2・4日曜日 13:00~15:00
参 加 費	必要なときだけ徴収
参 加 者	70歳以上 誰でも参加してよい(1回あたり…20人)
ボランティア数	4人(1回あたり)
ひとこと解説	町内の人と顔を合わせておしゃべりをする。年に一度、お弁当を広げ一緒に食べる。講師を招いて話を聴く。話しやすい、相談しやすい地域を目指す。

名 称	ADL体操
実 施 場 所	東交流館
実 施 日	毎週火曜日 10:00~11:30
参 加 費	無料
参 加 者	誰でも参加してよい(1回あたり…18人)
ボランティア数	1人(1回あたり)
ひとこと解説	日常に即した健康体操を行っている。

名 称	陽だまりサロン
実 施 場 所	東交流館
実 施 日	毎月第3火曜日 10:00~13:00
参 加 費	300円
参 加 者	誰でも参加してよい(1回あたり…10人)
ボランティア数	1人(1回あたり…1人)
ひとこと解説	調理・会食・おしゃべり・

名 称	ひまわりサロン
実 施 場 所	個人宅
実 施 日	毎月第1・3火曜日 15:30~17:00
参 加 費	無料
参 加 者	誰でも参加してよい(1回あたり…8人)
ボランティア数	2人(1回あたり)
ひとこと解説	お茶やコーヒーを飲みながら、歌や詩吟やおしゃべりをする。

東学区 喫茶店風サロン

名 称	東雲サロン
実 施 場 所	東雲会館
実 施 日	毎週火曜日 10:00~11:30
参 加 費	無料 必要に応じて徴収
参 加 者	誰でも参加してよい(1回あたり…8人)
ボランティア数	3人(1回あたり)
ひとこと解説	茶話会中心のサロンですが、皆さんが楽しくおしゃべりをされ、交流されている。包括支援センターの協力で多岐にわたる企画を立てていただいている。

いばしよ
高齢者 居場所づくり事業 活動紹介票

居場所の名前	なごやかサロンの会		学区	東
ところ	名称	個人宅		
	住所	胡町3-17		
	【どんな建物？】	空き家を改装した古民家		
とき	月～金（9：30～15：00）			
参加対象	近隣住民のどなたでも			
参加費	無料	参加者	1回あたり平均10人	
		協力者	1回あたり平均2人	
内容	<input checked="" type="checkbox"/> 百歳体操 <input type="checkbox"/> 百歳体操以外の体操 <input checked="" type="checkbox"/> 茶話会 <input type="checkbox"/> 会食 <input type="checkbox"/> カラオケ <input checked="" type="checkbox"/> 創作（絵手紙・編物など） <input type="checkbox"/> 将棋・囲碁・麻雀 <input checked="" type="checkbox"/> 講話・講演 <input checked="" type="checkbox"/> レクリエーション（脳トレなど） <input checked="" type="checkbox"/> その他（パソコン・スマホ勉強会、お茶会・花見会・月見会・新年会・忘年会(当日会費徴収)）			
わが居場所の特徴	<p>百歳体操は毎日実施し、参加者ひとりでも行っています。その後、茶話会で盛り上がっています。毎月「なごやかサロンの会 カレンダー」を作成し、絵手紙教室・編物教室・茶の湯の手ほどき・スマホ教室など講師を招いて続けています。また、出前講座も随時開催。大正4年～14年生まれの5人の方が、毎週1回以上続けて参加してくれています。</p>			
わが居場所の様子	  			
問い合わせ先	名前	近藤 洋子	連絡先	090-2004-6507

いばしよ
高齢者居場所づくり事業 活動紹介票

居場所の名前	ひと息サロン 平安の家		学区	東
ところ	名称	特定非営利活動法人ほんまち平安の家		
	住所	福山市丸之内 2 丁目 5-6		
	【どんな建物?】以前、グループホーム・デイサービスをしていたのでバリアフリーです。二階には、ピアノと卓球台があり利用することができます。また駐車場もあります。			
とき	火曜日・日曜日（10 時～17 時）/木曜日（13 時～16 時）			
参加対象	子どもから高齢者まで誰でも参加できます。			
参加費	コーヒー代 100 円	参加者	10 人前後	
		協力者	3 名	
内容	<input type="checkbox"/> 百歳体操 <input checked="" type="checkbox"/> 百歳体操以外の体操 <input checked="" type="checkbox"/> 茶話会 <input type="checkbox"/> 会食 <input type="checkbox"/> カラオケ <input type="checkbox"/> 創作（折紙・編物など） <input checked="" type="checkbox"/> 将棋・囲碁・麻雀 <input type="checkbox"/> 講話・講演 <input checked="" type="checkbox"/> レクリエーション（ゲーム・脳トレ・軽スポーツなど） <input checked="" type="checkbox"/> その他（ビデオ上映会・音楽会など）			
わが居場所の特徴	<p>火曜日は主に茶話会の日。ご近所の方が立ち寄って、話に花が咲きます。携帯電話の使い方が分からないなんて困りごとも一緒に解決いたします。</p> <p>木曜日は主に囲碁をしています。初心者の方には参加されている方がいちから教えてください。</p> <p>日曜日は催し物が開かれます。第一日曜日の午後は“ほっこり体操”という椅子に座って体をゆる～く動かす体操。それから月 2 回、2 階の大スクリーンを使い、プロジェクターでビデオ上映会を開催しています。その他、2 階を使っていない時には、卓球をしたり、ピアノを弾いたり、曜日に関係なく 1 階でのんびりお茶を飲んだりして頂けます。</p>			
わが居場所の様子				
問い合わせ先	名前	山本・三島	連絡先	084-928-7576

いばしよ 高齢者居場所づくり事業 活動紹介票

居場所の名前	ふれあいサロンの会		学区	東
ところ	名称	誠北町内会「ふれあい会館」		
	住所	三吉町二丁目 2-28		
	【どんな建物？】	誠北町内会「ふれあい会館」		
とき	月・水・金（10:00～12:00）			
参加対象	近隣住民のどなたでも			
参加費	100円（必要に応じて）	参加者	1回あたり平均7人	
		協力者	1回あたり平均1人	
内容	<input checked="" type="checkbox"/> 百歳体操 <input checked="" type="checkbox"/> 百歳体操以外の体操 <input checked="" type="checkbox"/> 茶話会 <input type="checkbox"/> 会食 <input type="checkbox"/> カラオケ <input type="checkbox"/> 創作（絵手紙・編物など） <input type="checkbox"/> 将棋・囲碁・麻雀 <input checked="" type="checkbox"/> 講話・講演 <input checked="" type="checkbox"/> レクリエーション（脳トレなど） <input checked="" type="checkbox"/> その他（パソコン・スマホ勉強会、お茶の手ほどき・世代間交流）			
わが居場所の特徴	<p>わが自治会は、高齢者の割合が高く、年々ひとり暮らしの人も増えています。こうした人たちと交流を図り、お互いが見守り合うことで孤立する人をなくしていきたいと思っています。</p> <p>茶話会では、防犯・防災・日々の困りごとを話し、助け合っています。</p>			
わが居場所の様子	 			
問い合わせ先	名前	西山 邦夫	連絡先	090-1186-7059

いばしよ 高齢者 居場所づくり事業 活動紹介票

居場所の名前	吉津ふれあいプラザ		学区	東
ところ	名称	吉津ふれあいプラザ		
	住所	福山市吉津町 1 1 - 5		
	【どんな建物?】 吉津町つるかめ会館 木造 2 階建ての 1 階部分			
とき	偶数日（日曜日を除く）の 10 時から 12 時			
参加対象	誰でも参加してよい			
参加費	無料	参加者	約 10 名	
		協力者	約 4 名	
内容	<input checked="" type="checkbox"/> 百歳体操 <input type="checkbox"/> 百歳体操以外の体操 <input checked="" type="checkbox"/> 茶話会 <input type="checkbox"/> 会食 <input type="checkbox"/> カラオケ <input type="checkbox"/> 創作（折紙・編物など） <input checked="" type="checkbox"/> 将棋・囲碁・麻雀 <input checked="" type="checkbox"/> 講話・講演 <input checked="" type="checkbox"/> レクリエーション（ゲーム・脳トレ・軽スポーツなど） <input checked="" type="checkbox"/> その他（ 歴史の勉強など ）			
わが居場所 の特徴	急激な少子高齢化のため、認知症防止を目的に福祉部と寿会（老人会）が主体となって、週 3 回百歳体操等の運動を行うとともに町内の親睦を図る。			
わが居場所 の様子	<p>現在、4 年目。皆、楽しく活動し、中には体操の効果を実践されたりして熱気にあふれて楽しんでいます。</p> <p>コロナ対策として体温測定や手の消毒等を行うとともに三密の注意喚起等しながら開催しています。</p>			
				
問い合わせ先	名前	井口	連絡先	090-2006-2439

南学区 ふれあい・いきいきサロン

名 称	ふれ愛サロン「みなみ」
実 施 場 所	南町 稻荷神社
実 施 日	毎月第1土曜日 14:00~16:00
参 加 費	無料
参 加 者	70歳以上の高齢者（1回あたり…15人）
ボランティア数	7人（1回あたり）
ひとこと解説	健康に良い軽い運動やコロナ・フレイルに対する理解を深めたり、時には器楽演奏に合わせて歌を歌ったり、シルバー川柳クイズで笑いを誘ったり楽しい時間を過ごしてもらう。

名 称	みかどサロン
実 施 場 所	銀河学院研修センター
実 施 日	毎月第4週 日曜日 13:30~15:00
参 加 費	100円
参 加 者	65歳以上（1回あたり…15人）
ボランティア数	5人（1回あたり）
ひとこと解説	地域密着型で、どなたでも気軽に参加でき、楽しい時間が一緒にワイワイと過ごせる。

手城学区 ふれあい・いきいきサロン

名 称	北の茶屋
実 施 場 所	手城町北公民館
実 施 日	毎月第3金曜日 10:00~12:00
参 加 費	100円
参 加 者	誰でも参加してよい(1回あたり…20人)
ボランティア数	9人(1回あたり)
ひとこと解説	茶話会が基本。奇数月は包括の健康体操, 偶数月は地域の方や施設職員・医師が講師となり, 音楽や健康の話聞く。脳トレ・手遊びなども取り入れ, ボランティアも一緒に楽しんでいることが特徴。

名 称	ゆるり庵
実 施 場 所	沖自治会集会所
実 施 日	毎月第2水曜日・第4土曜日 10:00~11:30
参 加 費	100円
参 加 者	65歳以上の高齢者(1回あたり…20人)
ボランティア数	7人(1回あたり)
ひとこと解説	毎回テーブルにお花を飾り、季節ごとに設営を工夫して皆さんに喜んでもらっている。年に2回は、オープンカフェで集会所の庭で行い、抹茶を点てて楽しむ。

名 称	交流館へ寄ってみませんか
実 施 場 所	手城交流館
実 施 日	毎月第3水曜日 10:00~13:00
参 加 費	無料
参 加 者	75歳以上の高齢者(1回あたり…20人)
ボランティア数	6人(1回あたり)
ひとこと解説	毎回、様々な分野の指導者・講師を招いて、活動内容も豊富であり、みなさん楽しく交流を持つことが出来ている。

(手城学区の続き)

名 称	西茶屋
実 施 場 所	手城西町内会集会所
実 施 日	毎月16日 9:30~11:30 ※16日が土日祝の場合はその翌日
参 加 費	100円
参 加 者	70歳以上の高齢者(1回あたり…40人)
ボランティア数	15人(1回あたり)
ひとこと解説	自由に席に着いていただき、コーヒーや好みの飲み物とお菓子を提供し、会話を楽しむ。誕生日の方にはプレゼントを渡してお祝いし、歌を歌ったり、軽い体操をする。

名 称	おもちゃサロン
実 施 場 所	手城交流館
実 施 日	偶数月第3水曜日10:00~11:30
参 加 費	無料
参 加 者	未就園児の子どもと保護者(1回あたり…10人)
ボランティア数	4人(1回あたり)
ひとこと解説	おもちゃで遊んだ後、ボランティアによる絵本の読み聞かせや紙芝居を必ずするようにしている。

深津学区 ふれあい・いきいきサロン

名 称	宮の端遊悠サロン
実 施 場 所	宮之端会館
実 施 日	毎月第1水曜日 13:30~16:00
参 加 費	1回 100円
参 加 者	65歳以上の高齢者 (1回あたり…20人)
ボランティア数	3人(1回あたり)
ひとこと解説	基本、茶話会、講話講演などしている。

名 称	沖組いきいきサロン
実 施 場 所	沖組会館
実 施 日	毎月第1土曜日 10:30~12:00
参 加 費	200円
参 加 者	誰でも参加してよい (1回あたり…23人)
ボランティア数	5人(1回あたり)
ひとこと解説	高齢者の安否確認と居場所づくり、世代間交流と各種勉強の場、趣味の集まりと役員会の場。

名 称	王子サロン ひだまり
実 施 場 所	王子会館
実 施 日	毎月第4金曜日 13:30~15:30
参 加 費	100円
参 加 者	誰でも参加してよい (1回あたり…15人)
ボランティア数	5人(1回あたり)
ひとこと解説	自分たちの手づくり(脳トレ・体操など)の内容。地域の方を主に講師をお願いしている。

名 称	いきいきサロン 喜楽
実 施 場 所	エル洋裁教室 東深津町5-8-21
実 施 日	毎月第3日曜日 10:00~12:00
参 加 費	100円
参 加 者	誰でも参加してよい(1回あたり…10人)
ボランティア数	5人(1回あたり)
ひとこと解説	体操・レクリエーション、干支のおりがみ作成など手作り品を作成している。

(深津学区の続き)

名 称	梅の葉ふれあいサロン
実 施 場 所	宮之端会館
実 施 日	毎月第1・2土曜日 15:00~16:30
参 加 費	200円
参 加 者	誰でも参加してよい
ボランティア数	5人(1回あたり)
ひとこと解説	まちづくり・福祉活動に関わるDVD放映

名 称	西いきいきサロン
実 施 場 所	西集会所
実 施 日	毎月第1・3木曜日 13:00~15:00
参 加 費	無料
参 加 者	65歳以上の高齢者(1回あたり…10人)
ボランティア数	1~2人(1回あたり)
ひとこと解説	歌を皆で合唱することにより、健康保持とコミュニケーションをはかる。

名 称	浜いきいきサロン
実 施 場 所	深津交流館
実 施 日	毎月第3水曜日 13:00~16:00
参 加 費	必要なときだけ徴収
参 加 者	75歳以上の高齢者(1回あたり…10人)
ボランティア数	2人(1回あたり)
ひとこと解説	茶話会・輪投げをして楽しむ。

旭学区 ふれあい・いきいきサロン

名 称	長寿キッサ旭
実 施 場 所	東ふれあいプラザ
実 施 日	毎月第3木曜日 10:00~11:30
参 加 費	100円
参 加 者	60歳以上の高齢者 (1回あたり…20人)
ボランティア数	6人(1回あたり)
ひとこと解説	長寿キッサ旭歌(自作)を歌って、四季の歌を歌ったり、紙芝居、頭の体操・ゲームで楽しい時間を過ごしています。

名 称	おしゃべりふれあいサロン
実 施 場 所	旭交流館ほか
実 施 日	毎月第2木曜日 13:30~15:00
参 加 費	徴収していない
参 加 者	60歳以上の高齢者 (1回あたり…30人)
ボランティア数	4人
ひとこと解説	2009年7月発足。毎月、様々な講演を聴き、お茶やビンゴゲームなどを楽しむ。

旭学区 喫茶店風サロン

名 称	御船町いきいきサロン
実 施 場 所	大道館
実 施 日	毎週火曜日 10:00~11:00
参 加 費	年間 600円(50円/月×12ヵ月)を一括徴収
参 加 者	75歳以上の高齢者(1回あたり…27人)
ボランティア数	8人(1回あたり)
ひとこと解説	参加者の一人ひとりが主役であり「みんなが隣人!みんなが友だち!」参加することに喜びを感じられるようなサロンです。 「いきいき百歳体操」に合わせて「健康体操」・「茶話会」を実施。 特に独居老人の引きこもり防止に努める。

千田学区 ふれあい・いきいきサロン

名 称	ふれあいサロン もみじ
実 施 場 所	紅葉ヶ丘集会所
実 施 日	毎月第1月曜日 13:00~15:00
参 加 費	必要な時だけ徴収
参 加 者	70歳以上の高齢者(1回あたり…12人)
ボランティア数	4人
ひとこと解説	年数回は、出前講座を開催。その後は茶話会。最後はキーボードで、昔懐かしい童謡等を歌っています。 毎月日程や開催内容を会場玄関に案内板でお知らせしています。

名 称	お茶サロン
実 施 場 所	緑陽会館
実 施 日	毎月第3木曜日 13:00~15:00
参 加 費	無料
参 加 者	誰でも参加してよい(1回あたり…25人)
ボランティア数	2人
ひとこと解説	1時間は催物。1時間はお茶を飲みながら、おしゃべりタイム

名 称	つどい食堂
実 施 場 所	緑陽会館
実 施 日	毎月第2土曜日 11:30~14:00
参 加 費	300円
参 加 者	誰でも参加してよい (1回あたり…90人)
ボランティア数	20人
ひとこと解説	手作りランチ。食後のコーヒーは無料。おしゃべりを楽しめる場所になっています。

(千田学区の続き)

名 称	手芸サロン
実 施 場 所	緑陽会館
実 施 日	毎月第4水曜日 13:00~15:00
参 加 費	100円
参 加 者	誰でも参加してよい (1回あたり…10人)
ボランティア数	2人
ひとこと解説	お互い教え合いながら、楽しく物づくりやおしゃべりを楽しんでいます。

名 称	町カフェ まる
実 施 場 所	岩明神集会所
実 施 日	毎月第4火曜日 9:30~11:30
参 加 費	100円
参 加 者	誰でも参加してよい (1回あたり…18人)
ボランティア数	6人
ひとこと解説	くつろぎの居場所、交流空間を提供。美味しいコーヒーを味わっていただく。ゆっくりできる雰囲気がつくられている。

名 称	宝ふれあいいきいきサロン
実 施 場 所	宝住宅集会所
実 施 日	毎月第2・4金曜日 13:30~15:00
参 加 費	無料
参 加 者	誰でも参加してよい (1回あたり…13人)
ボランティア数	4人
ひとこと解説	体操・茶話会

名 称	憩いのサロンさかた
実 施 場 所	坂田公民館(集会所)
実 施 日	毎月第3週火曜日10:00~11:45
参 加 費	100円
参 加 者	70歳以上の高齢者 (1回あたり…18人)
ボランティア数	5人
ひとこと解説	茶話会・ゲーム・ワークショップ

(千田学区の続き)

名 称	峠の茶屋
実 施 場 所	峠町内会 集会所
実 施 日	毎月第3火曜日 9:30~11:30
参 加 費	無料
参 加 者	70歳以上の高齢者 (1回あたり…12人)
ボランティア数	2人
ひとこと解説	川柳クイズ・漢字クイズなど。時にはカラオケ・ビンゴゲーム。世間話と元気な姿を見せてください。

名 称	おもちゃサロン
実 施 場 所	千田公民館
実 施 日	毎月第3金曜日 10:00~11:30
参 加 費	徴収していない
参 加 者	就学前親子 (1回あたり…10人)
ボランティア数	4人 (1回あたり)
ひとこと解説	絵本の読み聞かせやリズム遊び。保護者の皆さんがお友達になっておもちゃサロンを通して、子どもの成長など色んな話合いの場になればよいと思います。

千田学区 喫茶店風サロン

名 称	小池クラブおしゃべり会
実 施 場 所	小池クラブ
実 施 日	毎週木曜日 10:00~11:30
参 加 費	徴収していない
参 加 者	誰でも参加してよい (1回あたり…6人)
ボランティア数	2人 (1回あたり)
ひとこと解説	いきいき百歳体操、手芸、おしゃべりを楽しくしています。

(千田学区の続き)

名 称	清水ヶ丘うたごえサロン
実 施 場 所	清水ヶ丘町内会館
実 施 日	毎週月曜日 10:00~12:00
参 加 費	食事や材料費が必要な時だけ徴収 平均500円
参 加 者	65歳以上の高齢者 誰でも参加してよい(1回あたり…20人)
ボランティア数	6人(1回あたり)
ひとこと解説	うたごえ中心のサロンですが体操も取り入れ、声を出すだけでなく体を動かして日頃のストレス発散をしている。テーマ曲「ふるさと」を最後に必ず歌います。七夕やクリスマス、桜が満開な時は町内会館内外に飾りつけをして楽しむ。ボランティアが全て行うのではなく、片付けなどは参加者も一緒に協力して行います。

名 称	喫茶店風サロン「さくらカフェ」
実 施 場 所	横尾町二丁目集会所
実 施 日	毎週火曜日 9:30~11:30
参 加 費	100円
参 加 者	誰でも参加してよい(1回あたり…12人)
ボランティア数	11人(1回あたり)
ひとこと解説	超高齢化時代に突入しているが、このサロンこそ時代にマッチしたものと認識している。おしゃべり会・百歳体操を主に取り組んでいるが、徐々に浸透しており、新規加入者はもとより、充実化の傾向にあり、町内会あがての行事に理解の輪が広がりつつある。

名 称	喫茶店風サロン 横尾駅前カフェ
実 施 場 所	横尾集会所
実 施 日	毎週木曜日 10:00~11:30
参 加 費	100円
参 加 者	誰でも参加してよい(1回あたり…15人)
ボランティア数	8人(1回あたり)
ひとこと解説	地域の方による演奏会、読み聞かせ、外部講師を招いて音楽療法の実施。百歳体操。

桜丘学区 ふれあい・いきいきサロン

名 称	なかよしサロン
実 施 場 所	元吉津コミュニティ館
実 施 日	毎月第1日曜日 13:30~15:00
参 加 費	無料
参 加 者	65歳以上の高齢者 (1回あたり…15人)
ボランティア数	2人(1回あたり)
ひとこと解説	茶話会・体操・レクレーション

名 称	奈良津茶屋「つどい」
実 施 場 所	個人宅別宅
実 施 日	毎月第1・3土曜日 11:00~14:00
参 加 費	1回 200円
参 加 者	70歳以上の高齢者 (1回あたり…15人)
ボランティア数	3~5人(1回あたり)
ひとこと解説	自宅で採れた野菜等を持ち寄り、昼食を作る。おしゃべり、レクレーションなど、参加者の生きがいのひとつになるようにしている。

名 称	サンスイ
実 施 場 所	個人宅
実 施 日	毎月第3水曜日 9:30~10:30
参 加 費	100円
参 加 者	65歳以上の高齢者 (1回あたり…10人)
ボランティア数	1人(1回あたり)
ひとこと解説	参加者がギターで歌声喫茶になる。

名 称	なかよし体操
実 施 場 所	奈良津町自治会館 2階
実 施 日	毎月第2・4水曜日 9:30~11:30
参 加 費	100円
参 加 者	70歳以上の高齢者 (1回あたり…17人)
ボランティア数	3人(1回あたり)
ひとこと解説	<ul style="list-style-type: none"> ・百歳体操のDVDで全員で体操、唄のしおりで童謡を大きな声で歌う。 ・クイズ・ゲーム・漢字ドリル等でその時間を楽しく過ごす。 ・年4回施設を利用した懇親会を実施する。

桜丘学区 喫茶店風サロン

名 称	高美台ふれあい茶屋
実 施 場 所	高美台町内会館
実 施 日	毎週水曜日 10:00~15:00
参 加 費	無料
参 加 者	誰でも参加してよい(1回あたり…8人)
ボランティア数	2人(1回あたり)
ひとこと解説	誰でも気軽に立ち寄ってください。

西深津学区 ふれあい・いきいきサロン

名 称	くれないサロン
実 施 場 所	西深津交流館他
実 施 日	毎月第2金曜日 9:30~11:30 毎月第4木曜日 14:00~16:00
参 加 費	必要な時だけ徴収
参 加 者	65歳以上の高齢者 (1回あたり…15人)
ボランティア数	5人(1回あたり)
ひとこと解説	お出かけ行事(2回)とカラオケ中心の行事(16回)という内容で楽しいですよ。

西深津学区 喫茶店風サロン

名 称	カフェ「サンキュ」
実 施 場 所	市営深津住宅39号棟集会室
実 施 日	毎週水曜日 11:00~15:00
参 加 費	無料
参 加 者	誰でも参加してよい(1回あたり…6人)
ボランティア数	3人(1回あたり)
ひとこと解説	どなたでも参加してもらっても大歓迎です。楽しく色んなお話をしています。

西学区 ふれあい・いきいきサロン

名 称	西桜町銀齡クラブふれあいサロン
実 施 場 所	西桜町集会所
実 施 日	毎月第1・3土曜日 10:30~12:00
参 加 費	無料
参 加 者	60歳以上の高齢者(1回あたり…18人)
ボランティア数	4人(1回あたり)
ひとこと解説	毎週土曜日は軽い運動でグランドゴルフを行い、月2回のサロンの日は茶話会を行い、お互いの親睦を図っている。

名 称	さわやか西サロン
実 施 場 所	西交流館他
実 施 日	不定期
参 加 費	無料
参 加 者	誰でも参加してよい(1回あたり…20人)
ボランティア数	2人(1回あたり)
ひとこと解説	茶話会、おりばらづくり、手作り講座、スマホ教室、講話

名 称	西北サロン
実 施 場 所	西町北町内会館
実 施 日	毎週土曜日 10:00~10:40
参 加 費	無料
参 加 者	65歳以上の高齢者・町内会会員(1回あたり…5人)
ボランティア数	2人(1回あたり)
ひとこと解説	いきいき百歳体操を中心に健康づくりを図っている。

名 称	いけいけサロン
実 施 場 所	池之淵町内会館
実 施 日	毎月第3土曜日 10:00~11:30
参 加 費	無料
参 加 者	誰でも参加してよい(1回あたり…20人)
ボランティア数	4人(1回あたり)
ひとこと解説	体操・ゲーム・スカットボール・おしゃべりなどで交流を深めている。

(西学区の続き)

名 称	佐波町ふれあいサロン
実 施 場 所	佐波町公民館・市老人福祉センター他
実 施 日	実施する日が不定期
参 加 費	食事や材料費が必要な時だけ徴収
参 加 者	65歳以上の高齢者(1回あたり…30人)
ボランティア数	3人(1回あたり)
ひとこと解説	毎週土曜日は軽い運動でグランドゴルフを行い、月2回のサロンの日は、グランドゴルフをしないひとたちと共に茶話会を行い、親睦を図っている。

名 称	長者町「ときめきサロン」
実 施 場 所	長者町荒神社境内
実 施 日	実施する日が不定期
参 加 費	食事や材料費が必要な時だけ徴収
参 加 者	誰でも参加してよい(1回あたり…25人)
ボランティア数	5人(1回あたり)
ひとこと解説	町内会全体で「引きこもりゼロ」を目指してお互いに顔が見え、心が通い合えるまちづくりをしています。

名 称	ふれあいいいきき寿サロン
実 施 場 所	本庄町中2丁目町内会館
実 施 日	毎月第2・4水曜日 10:00~11:30
参 加 費	100円
参 加 者	60歳以上誰でも参加してよい(1回あたり…10名)
ボランティア数	1人(1回あたり)
ひとこと解説	平均年齢が82歳、前向きな考えの方が大半で盛り上がる。皆さん元気で公園の草取り・散歩を自立的にされる。明るさと思いやりが大きな特徴。

名 称	サロン西町南老人クラブ
実 施 場 所	西交流館
実 施 日	毎月第2金曜日 10:00~12:00
参 加 費	無料
参 加 者	65歳以上の高齢者(1回あたり…15名)
ボランティア数	0人(1回あたり)
ひとこと解説	茶話会。毎月第2金曜日に集まることで、閉じこもりにならないように努めている。

(西学区の続き)

名 称	おもちゃサロン
実 施 場 所	西幼稚園
実 施 日	毎月第1月曜日 10:00~11:30
参 加 費	無料
参 加 者	未就学園児とその保護者 (1回あたり…10人)
ボランティア数	4人(1回あたり)
ひとこと解説	子育て中のママを応援しています。

西学区 喫茶店風サロン

名 称	『今日は!』
実 施 場 所	西町協和会町内会館
実 施 日	毎週水曜日 10:30~11:30
参 加 費	無料
参 加 者	70歳以上の高齢者・百歳体操参加者(1回あたり…13人)
ボランティア数	0人(1回あたり)
ひとこと解説	百歳体操参加者の水分補給中の井戸端会議が楽しく、健康促進の糧になっている。今後、益々フレイル予防塾の開催が必要と痛感している。

名 称	老いなあ~ず
実 施 場 所	西神島公民館
実 施 日	毎週月曜日 10:00~11:00
参 加 費	無料
参 加 者	誰でも参加してよい(1回あたり…12人)
ボランティア数	3人(1回あたり)
ひとこと解説	百歳体操の他、パタカラ体操とかみかみ百歳体操をしている。

霞学区 ふれあい・いきいきサロン

名 称	霞 ふれあいいきいきサロン
実 施 場 所	旧霞幼稚園 遊戯室
実 施 日	毎月第2・4水曜日 9:30~11:30
参 加 費	必要な時だけ徴収
参 加 者	65歳以上の高齢者 (1回あたり…13人)
ボランティア数	14人(1回あたり)
ひとこと解説	地域の方や地域包括支援センターの協力により、多様で充実した内容になっている。

名 称	霞 おもちゃサロン
実 施 場 所	霞幼稚園 遊戯室
実 施 日	毎月第2・4木曜日10:00~11:30
参 加 費	無料
参 加 者	未就園の子どもと保護者 (1回あたり…9人)
ボランティア数	7人(1回あたり)
ひとこと解説	<ul style="list-style-type: none"> ・食生活改善推進員の協力で、毎回手作りおやつを提供している。 ・休園中の幼稚園を利用しているため、水遊びや砂遊びができる。 ・園庭の菜園を利用して芋ほり体験ができる。 ・遊歩道を利用した散歩や全員参加のクリスマス会が好評である。

霞学区 喫茶店風サロン

名 称	ふるのがみ茶ロン
実 施 場 所	古野上町町民館
実 施 日	毎週木曜日 14:00~16:00
参 加 費	100円
参 加 者	誰でも参加してよい(1回あたり…13人)
ボランティア数	6人(1回あたり)
ひとこと解説	素晴らしいスタッフ陣が良く動き、笑い、皆さんに気楽に参加してもらっています。

名 称	わくわくカフェのがみ
実 施 場 所	野上町1丁目集会所
実 施 日	毎週土曜日 9:30~11:30
参 加 費	100円
参 加 者	誰でも参加してよい(1回あたり…16人)
ボランティア数	3人(1回あたり)
ひとこと解説	茶話会中心のサロン。 日常の話題で親睦が深まり、楽しい時間を過ごしている。 百歳体操により、筋力がつき、脚・腰が強くなっている。 毎回、検温・血圧・脈拍を測定し健康チェックし、健康維持を図る。

名 称	『ふれあい広場 温知館』
実 施 場 所	野上町二丁目・三丁目集会所『温知館』
実 施 日	毎週月曜日 10:00~12:00
参 加 費	100円
参 加 者	60歳以上の高齢者(1回あたり…18人)
ボランティア数	4人(1回あたり)
ひとこと解説	百歳体操の後、実施することで健康増進に役立つ。 防災・交通安全の講座を行い、意識の向上に役立つ。

いばしよ
高齢者 居場所づくり事業 活動紹介票

居場所の名前	霞くらぶ ふれあい喫茶		学区	霞
ところ	名称	元霞幼稚園		
	住所	霞町四丁目6-1		
	【どんな建物?】	霞幼稚園（休園中）の職員室・保健室と遊戯室（百歳体操会場）		
とき	火・木・土（9:00～12:30）			
参加対象	高齢者			
参加費	100円 （百歳体操は無料）	参加者	平均30人	
		協力者	平均8人	
内容	<input checked="" type="checkbox"/> 百歳体操 <input type="checkbox"/> 百歳体操以外の体操 <input checked="" type="checkbox"/> 茶話会 <input type="checkbox"/> 会食 <input checked="" type="checkbox"/> カラオケ <input checked="" type="checkbox"/> 創作（折紙・編物など） <input checked="" type="checkbox"/> 将棋・囲碁・麻雀 <input type="checkbox"/> 講話・講演 <input checked="" type="checkbox"/> レクリエーション（ゲーム・脳トレ・クイズなど） <input checked="" type="checkbox"/> その他（みんなで歌おう2～3曲（10分）、季節のイベント5～6回）			
わが居場所の特徴	<ul style="list-style-type: none"> ・高齢者対象だが、どなたでも歓迎です。 ・時節のイベント実施「ひなまつり」「鯉のぼり」「七夕」「お月見」「ハロウィン」「クリスマス」など ・おもちゃサロンの親子と世代間交流のふれあい茶話会（年4回） ・クイズ・なぞなぞで正解者にサービス券2回を渡し、新しい友だちの勧誘を促す。 ・初めての人でもスタッフや参加者が話しかけ、親しみをもって接するので『一人で来ても一人にならない 一人ぼっちにさせない』楽しい居場所です。 ・かすみ塾を開設し（毎週木 10:00～16:00）、将棋・麻雀で男性客が増えた。 			
わが居場所の様子				
問い合わせ先	名前	枝廣 稔	連絡先	084-922-1915

樹徳学区 ふれあい・いきいきサロン

名 称	ひまわりサロン
実 施 場 所	城北ふれあいプラザ、元本庄保育所、龍王会館
実 施 日	毎月第2木曜日 10:00~12:00
参 加 費	必要な時だけ徴収している
参 加 者	65歳以上の高齢者 (1回あたり…25人)
ボランティア数	5人(1回あたり)
ひとこと解説	毎回、担当の福祉会が参加者の要望や季節感を盛り込み内容を打ち合わせしています。翌月の福祉活動として回覧。

名 称	どんどんサロン
実 施 場 所	樹徳交流館
実 施 日	毎月第4木曜日 9:30~11:30
参 加 費	無料
参 加 者	誰でも参加してよい (1回あたり…10人)
ボランティア数	2人(1回あたり)
ひとこと解説	写経をすることにより、精神の安定と同好者同士の懇親。 当日の最後には15分間程度の勉強会“本の朗読”等

名 称	おもちゃサロン
実 施 場 所	旧本庄保育所
実 施 日	毎月第4金曜日 10:00~11:40
参 加 費	徴収していない
参 加 者	未就園の子どもと保護者 (1回あたり…12人)
ボランティア数	8人(1回あたり)
ひとこと解説	絵本の読み聞かせ・使ったおもちゃの消毒を参加者全員で行う。 認定こども園「つくし」の先生に指導していただいています。 町内会回覧による広報&認定こども園「つくし」の広報で周知

いばしよ
高齢者 居場所 づくり事業 活動紹介票

居場所の名前	みんなの家どんどん		学 区	樹徳
と ころ	名 称	みんなの家どんどん		
	住 所	木之庄町三丁目6-5		
	【どんな建物?】	樹徳交流館東側で、山吹色とごげ茶色の2階建て。		
と き	月・火・水・金 (10時~12時)			
参加対象	年齢制限なし, 樹徳学区以外の方でもOK			
参 加 費	200円 (必要に応じて)	参 加 者	1回あたり平均20人	
		協 力 者	1回あたり平均3人	
内 容	<input type="checkbox"/> 百歳体操 <input checked="" type="checkbox"/> 百歳体操以外の体操 <input checked="" type="checkbox"/> 茶話会 <input checked="" type="checkbox"/> 会食 <input type="checkbox"/> カラオケ <input type="checkbox"/> 創作 (絵手紙・編物など) <input type="checkbox"/> 将棋・囲碁・麻雀 <input type="checkbox"/> 講話・講演 <input checked="" type="checkbox"/> レクリエーション (ゲーム・脳トレ・軽スポーツなど) <input checked="" type="checkbox"/> その他 (パソコン教室: 月2回)			
わが居場所 の特徴	<ul style="list-style-type: none"> ・月曜: ホットサンド・コーヒー ・火曜: サンドイッチ・コーヒー ・水曜: 厚切りサンド・コーヒー ・金曜: おむすび・コーヒー ・行事 (年3回イベントあり 年末年始・クリスマス会など) ・月2・3回, 野菜を売りに来られます。 			
わが居場所 の様子			 	
問い合わせ先	名 前	松尾・宮沢・徳井		連絡先
				084-999-9900 (事業所 電話 直通)

光学区 ふれあい・いきいきサロン

名 称	すばる光サロン
実 施 場 所	光交流館
実 施 日	毎月第1木曜日 10:00~11:00
参 加 費	100円
参 加 者	75歳以上の高齢者(1回あたり…8人)
ボランティア数	20人(1回あたり)
ひとこと解説	毎回、講座を開催。 コロナ等の影響で食事の提供をせず、手作りおやつを提供する。

光学区 喫茶店風サロン

名 称	光ふれあいカフェ
実 施 場 所	光交流館 2階会議室
実 施 日	毎週水曜日 9:30~11:30
参 加 費	100円
参 加 者	65歳以上の高齢者(1回あたり…30人)
ボランティア数	5人(1回あたり)
ひとこと解説	お茶を飲みながら、会話を楽しむ。例年は折り紙を楽しんだり、クリスマス会などの季節のイベントも行っている。準備と片付けは、まちづくり推進委員会の役員・公民館職員・ボランティアが当番でしている。

名 称	サロン「親和」
実 施 場 所	沖六健作や(占部さん)
実 施 日	毎週火曜日 14:00~15:00
参 加 費	100円
参 加 者	80歳以上の高齢者(1回あたり…4人)
ボランティア数	3人(1回あたり)
ひとこと解説	楽しく過ごす。まちがいさがしやゲームで脳を活性化。折り紙。七夕・クリスマス・ひな祭りには特別な飾りや食物や催しを用意している。

いばしよ
高齢者 居場所づくり事業 活動紹介票

居場所の名前	あしだべり場		学区	光
ところ	名称	芦田町内会館		
	住所	草戸町 1 - 3 - 19		
	【どんな建物?】	芦田町内会 会館		
とき	①木曜日 パソコンカフェ (19:30~21:30) ②土曜日 芦田カフェ (9:30~11:30) ③日曜日 ヨガカフェ (13:00~15:00)			
参加対象	芦田町内会員であればどなたでも			
参加費	①木曜 150円	参加者	1回あたり平均	
	②土曜 100円		①5人 ②15人 ③10人	
	③日曜 150円	協力者	1回あたり平均 1~5人	
内容	■百歳体操 □百歳体操以外の体操 ■茶話会 □会食 □カラオケ □創作(折紙・編物など) □将棋・囲碁・麻雀 □講話・講演 ■レクリエーション(ゲーム・脳トレ・軽スポーツなど) ■その他(①木曜 パソコン, ②土曜 カフェ, ③日曜 ヨガ)			
わが居場所の特徴	芦田町内会の拠点である, 町内会館に集まり, パソコン:各自がノートパソコンを持参し, エクセル活用・年賀状作成・写真加工をしながら楽しくパソコンの基礎を繰り返し学んでいます。 ヨガ:健康を保つため, 大型鏡の前で各自の格好を見ながら楽しんでいます。 カフェ:飲食をしながら, おしゃべり・脳トレ・百歳体操を実施しています。 年3回イベント実施: 4月 桜まつり, 7月 七夕, 12月 クリスマス会)			
わが居場所の様子	<div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  <p>パソコン</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>ヨガ</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>カフェ</p> </div> </div>			
問い合わせ先	名前	花谷 忠厚	連絡先	090-4699-4115

久松台学区 ふれあい・いきいきサロン

名 称	いきいきサロン 久松台クラブ
実 施 場 所	久松台交流館より各例会の行き先で実施
実 施 日	毎月第3金曜日 9:00~13:00
参 加 費	必要な時だけ
参 加 者	誰でも参加してよい(1回あたり…25人)
ボランティア数	0人(1回あたり)
ひとこと解説	健康維持と人々の親睦を深める

名 称	健康体操
実 施 場 所	久松台交流館
実 施 日	毎週水曜日 10:00~11:30
参 加 費	無料
参 加 者	誰でも参加してよい(1回あたり…11人)
ボランティア数	4人(1回あたり)
ひとこと解説	体操を通して健康・体力維持と参加者同士の親睦を図っている。 楽しく身体を動かし、脳トレをする。

名 称	喫茶「笑い」
実 施 場 所	久松台交流館
実 施 日	毎月第2・4土曜日 14:00~16:00
参 加 費	100円
参 加 者	誰でも参加してよい(1回あたり…20人)
ボランティア数	5人(1回あたり)
ひとこと解説	お茶を飲んで、話の輪、情報交換等をする。

名 称	おもちゃサロン(遊びの広場)
実 施 場 所	久松台交流館
実 施 日	毎月第3木曜日 10:00~11:30
参 加 費	無料
参 加 者	未就園の子どもと保護者、イベント時は地域住民の参加 (1回あたり…10人)
ボランティア数	4人(1回あたり)
ひとこと解説	広報紙で啓発。参加者を募集し子育て支援実施。ボランティアがそれぞれの 専門性(保健師・教師・保育士)を生かし、横のつながりや孤立を防ぐ。

久松台学区 喫茶店風サロン

名 称	サロン「だんかい」
実 施 場 所	久松台倶楽部（旧久松台幼稚園…毎週日曜日、久松台交流館…毎週水曜日
実 施 日	毎週日曜日 9：30～14：00、毎週水曜日 12：30～16：30
参 加 費	100円
参 加 者	65歳以上の高齢者（1回あたり…10人）
ボランティア数	2人（1回あたり）
ひとこと解説	健康麻雀サロン・住民の交流の場であるとともに認知症予防。

名 称	久松台倶楽部 百歳体操カフェ
実 施 場 所	久松台倶楽部（旧久松台幼稚園）
実 施 日	毎週月曜日 8：30～10：30
参 加 費	無料
参 加 者	誰でも参加してよい（1回あたり…15人）
ボランティア数	2人（1回あたり）
ひとこと解説	脳トレ DVD・百歳体操後、茶話会。

いばしよ
高齢者居場所づくり事業 活動紹介票

居場所の名前	ふれあい広場 喫茶ピース		学 区	久松台
と ころ	名 称	銀栄会館		
	住 所	木之庄町6丁目10-23		
	【どんな建物?】	集会所		
と き	月・木（10:00～12:00）			
参加対象	子どもからお年寄りまでどなたでも			
参 加 費	100円（必要に応じて）	参 加 者	1回あたり平均15人	
		協 力 者	1回あたり平均 4人	
内 容	<input checked="" type="checkbox"/> 百歳体操 <input checked="" type="checkbox"/> 百歳体操以外の体操 <input checked="" type="checkbox"/> 茶話会 <input type="checkbox"/> 会食 <input type="checkbox"/> カラオケ <input checked="" type="checkbox"/> 創作（折紙・編物など） <input type="checkbox"/> 将棋・囲碁・麻雀 <input type="checkbox"/> 講話・講演 <input checked="" type="checkbox"/> レクリエーション（ゲーム・脳トレ・軽スポーツなど） <input checked="" type="checkbox"/> その他（季節の行事 花見・クリスマス会・ひな祭り ）			
わが居場所 の特徴	百歳体操や脳トレ 幼児に帰ったような遊びをした時には、高度な遊びを好まれ、笑いの絶えないサロンで週2回を楽しみに来られています。 花見・クリスマス会・ひな祭りなど季節にあったイベントを行っています。			
わが居場所 の様子	<div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>			
問い合わせ先	福山市社会福祉協議会 福祉のまちづくり課（084）928-1333			

明王台学区 ふれあい・いきいきサロン

名 称	いきいきサロン
実 施 場 所	明王台交流館
実 施 日	偶数月第3火曜日 9:30~11:30 奇数月第3金曜日 13:00~15:00
参 加 費	必要な時だけ徴収
参 加 者	65歳以上の高齢者 (1回あたり…10人)
ボランティア数	7人(1回あたり)
ひとこと解説	ミニコンサート・DVD鑑賞 明るく元気に参加する

名 称	おもちゃサロン このゆびとまれ
実 施 場 所	明王台交流館 和室・調理実習室
実 施 日	毎月第2火曜日 10:00~12:00
参 加 費	必要な時だけ徴収する 平均100円
参 加 者	未就園の子どもと保護者 (1回あたり…10人)
ボランティア数	4人(1回あたり)
ひとこと解説	毎月内容を変えて運営(工作、料理、遠足など)している。 ボランティアの子育て支援グループがおやつ作り、開催中の見守り、保護者の相談相手として活躍している。 孤立しがちなお母さんがホッとできる時間になることを目指している。

川口学区 喫茶店風サロン

名 称	奏音倶楽部
実 施 場 所	川口町3丁目8-11 種本住宅 3号
実 施 日	毎週木曜日 10:00~12:00
参 加 費	毎回参加費を徴収している 1回100円
参 加 者	誰でも参加してよい(1回あたり...8人)
ボランティア数	3人
ひとこと解説	会話が多い。移動販売パン屋さんを楽しみにしている。幼児も時々参加あり。

名 称	西三なかよしサロン
実 施 場 所	川口西三町内会館
実 施 日	毎週金曜日 10:00~11:30
参 加 費	毎回参加費を徴収している 1回100円
参 加 者	誰でも参加してよい(1回あたり...15人)
ボランティア数	6人
ひとこと解説	百歳体操で体力維持をする。おいしいコーヒーを飲みながら楽しく交流の茶話会、毎回短時間でも脳トレ・本読み・紙芝居・楽しい音楽他を企画し皆さんと交流を深めています。

名 称	川口ふれあいサロン
実 施 場 所	旧川口幼稚園
実 施 日	毎週火曜日 9:30~12:00
参 加 費	毎回参加費を徴収している 1回100円
参 加 者	65歳以上の高齢者(1回あたり...38人)
ボランティア数	4人
ひとこと解説	<ul style="list-style-type: none"> ・休園中の幼稚園施設を利用しているため活動スペースが広い。また、活動の内容に合わせた複数の部屋があり、園庭に駐車することもできる。 ・麻雀や囲碁、カラオケ等の活動が活発で男性の参加も多い。 ・民生委員が必ずスタッフとして参加しており、生活で困ったことがあれば気軽に相談することができる。

(川口学区の続き)

名 称	たじめ仲よしサロン (カラオケサロン、スポーツ健康サロン)
実 施 場 所	多治米中町内会館
実 施 日	毎月第1・3木曜日 9:00~11:00 (スポーツ健康サロン) 毎週水曜日 13:30~15:30 (カラオケサロン)
参 加 費	毎回参加費を徴収している 1回100円 その他、食事・材料費が必要な時は別途徴収
参 加 者	65歳以上の高齢者 (1回あたり…10~15人)
ボランティア数	2~3人
ひとこと解説	○カラオケサロン *町内会館装備のカラオケセットを使用 (3500曲あり) *町内会秋祭り前夜祭の演芸大会や老人施設慰問への出演などの企画・リハーサル ○スポーツ健康サロン *GG、室内スポーツゲーム、脳トレ、出前講座 (講話、体操等)等 内容多彩。 脳トレゲームのグッズを独自で多数制作。*スポーツ・脳トレゲームのグッズを独自で多数制作。

名 称	みんなの家
実 施 場 所	多治米町3丁目21-20 みんなの家
実 施 日	毎週木曜日 10:00~12:00
参 加 費	食事や材料費が必要な時だけ徴収している 平均100円
参 加 者	70歳以上の高齢者・誰でも参加してよい (1回あたり…10人)
ボランティア数	4~5人
ひとこと解説	コロナのため現在は食事なしですが、落ち着いたら月一回食事を出したいと考えています。百歳体操の後、毎回絵本の読み聞かせをしています。好評なので続けますが、もう少し工夫して行事内容を充実させたいと思っています。

名 称	みち草
実 施 場 所	沖野上東町内会館 館原宅
実 施 日	毎週月曜日 10:00~12:00
参 加 費	1回100円
参 加 者	誰でも参加してよい (1回あたり…10人)
ボランティア数	5人
ひとこと解説	参加者の中から講演などをしてもらおうようにしている。地域のボランティア・民生委員が自主的に参加して下さるようになった。2023年5月は、学区公民館で作品展 (まちづくり) をしているが、高齢者は遠くで行くことができないのでサロンで作品展をすることにした。

いばしよ
高齢者 居場所づくり事業 活動紹介票

居場所の名前	和団我家サロン		学区	川口
ところ	名称	川口町西中央町内会館		
	住所	福山市川口町四丁目16		
	【どんな建物?】	住宅街にある集会所		
とき	月(10:00~16:30)・金(13:30~16:30)			
参加対象	65歳以上の高齢者			
参加費	100円(必要に応じて)	参加者	13名	
		協力者	4名	
内容	<input checked="" type="checkbox"/> 百歳体操 <input type="checkbox"/> 百歳体操以外の体操 <input checked="" type="checkbox"/> 茶話会 <input type="checkbox"/> 会食 <input type="checkbox"/> カラオケ <input type="checkbox"/> 創作(折紙・編物など) <input checked="" type="checkbox"/> 将棋・囲碁・麻雀 <input type="checkbox"/> 講話・講演 <input checked="" type="checkbox"/> レクリエーション(ゲーム・脳トレ・軽スポーツなど) <input checked="" type="checkbox"/> その他(イベント等)			
わが居場所 の特徴	<ul style="list-style-type: none"> ・年数回のイベントを実施している。 ・参加者に役割をもってもらい全員参加型としている。 ・毎回コーヒー・菓子・飲み物を提供している。 ・年数回, 世代間交流を図っている。 			
わが居場所 の様子	<ul style="list-style-type: none"> ・参加されている人は和気あいあいと気楽に過ごされています。 ・イベント時は多くの方が参加されます。  			
問い合わせ先	名前	石川 悦男	連絡先	084-953-7781

箕島学区 ふれあい・いきいきサロン

名 称	南丘ほのぼのクラブ
実 施 場 所	箕島町南丘集会所
実 施 日	毎月第4土曜日 13:30~15:00 (年間12回)
参 加 費	1回 200円 特別な時500円
参 加 者	65歳以上の高齢者 誰でも参加してよい(1回あたり…7・8人)
ボランティア数	1人(1回あたり)
ひとこと解説	料理・お菓子作りを楽しんでいます。 町内の人達と親睦を深めている。

名 称	箕島学区ふれあいいきいきサロン
実 施 場 所	テクノ公園・交流館・釜屋公園・箕島第2公園
実 施 日	毎月第4土曜日9:00~12:00 (年間11回) 他、実施する日が不定期
参 加 費	月1回のふれあい喫茶店のみ1回100円
参 加 者	誰でも参加してよい(1回あたり…10人)
ボランティア数	10人(1回あたり)
ひとこと解説	誰でも気軽に参加してもらう会をモットーに、特に一人暮らしの高齢者および若年親子に声掛けをしております。

箕島学区 喫茶店風サロン

名 称	栗木いきいきサロン
実 施 場 所	栗木集会所
実 施 日	毎週水曜日 9:00~11:00
参 加 費	一年間で2、400円
参 加 者	誰でも参加してよい (1回あたり…25人)
ボランティア数	6人(1回あたり)
ひとこと解説	体重・体温・血圧を測り、体操を皆さんでし、講演会・脳トレ・ゲーム等を行っています。参加者皆様で茶話会の準備をします。地域のサロン、皆さんのサロンをめざせるように。参観者みんなで頑張っているサロンです。

曙学区 ふれあい・いきいきサロン

名 称	曙 GG サロン
実 施 場 所	曙第2公園
実 施 日	毎週月曜～土曜日 8：45～10：30
参 加 費	会員は1ヶ月お茶代500円
参 加 者	誰でも参加OK (1回あたり…18人)
ボランティア数	全員(1回あたり)
ひとこと解説	参加する人全員毎日マスク、検温、手洗いをしています。 楽しくプレー運動しています。

名 称	曙町一丁目東イキイキふれあいサロン
実 施 場 所	曙町一丁目東集会所
実 施 日	毎月第1日曜日 13：00～16：00
参 加 費	1回 300円
参 加 者	70歳以上の高齢者 (1回あたり…10～18人)
ボランティア数	3人(1回あたり)
ひとこと解説	会員の生きがいを高め、介護予防を進める活動や、地域を豊かにする活動を推進する。ただし、コロナ禍の状況を確認しながら臨機応変に実施する。

名 称	生きがいサロン
実 施 場 所	曙交流館
実 施 日	毎月第3木曜日 9：00～11：00
参 加 費	必要な時だけ徴収している 平均100円 学区外研修の時、バス代一部負担
参 加 者	誰でも参加してよい (1回あたり…15人)
ボランティア数	2人(1回あたり)
ひとこと解説	人が集うことが楽しみとし、健康促進や多彩な講座を開催しています

曙学区 喫茶店風サロン

名 称	やすらぎサロン
実 施 場 所	グループホームやすらぎ 1階多目的ホール
実 施 日	毎週水曜日 10:00~11:00 第4水曜日 11:00~12:00
参 加 費	必要な時だけ徴収している 平均100円
参 加 者	誰でも参加してよい(1回あたり…15人)
ボランティア数	4人(1回あたり)
ひとこと解説	グループホームやすらぎのホールを使用しています。第4水曜日のみ、手作りサロンとして折り紙などで作品を作っています。

いばしよ
高齢者 居場所づくり事業 活動紹介票

居場所の名前	百歳体操サロン		学区	曙
ところ	名称	曙交流館		
	住所	曙町5-16-1		
	【どんな建物?】	交流館		
とき	月曜日 10:00~11:30, 金曜日 14:00~15:30			
参加対象	近隣住民のどなたでも			
参加費	100円	参加者	1回あたり平均15人	
		協力者	1回あたり平均人	
内容	<input checked="" type="checkbox"/> 百歳体操 <input type="checkbox"/> 百歳体操以外の体操 <input checked="" type="checkbox"/> 茶話会 <input type="checkbox"/> 会食 <input type="checkbox"/> カラオケ <input type="checkbox"/> 創作（絵手紙・編物など） <input type="checkbox"/> 将棋・囲碁・麻雀 <input checked="" type="checkbox"/> 講話・講演 <input type="checkbox"/> レクリエーション（脳トレなど） <input checked="" type="checkbox"/> その他（クリスマス会など）			
わが居場所の特徴	<p>転倒・認知症予防に！交流の場に！！をモットーに元気で百歳を目指すため、百歳体操・茶話会を行っています。また、地域で高齢者の見守りを行い、そして地域のつながりをより強いものとするために開催しています。</p> <p>鍼灸師（国家資格）による無料健康相談もあります。</p> <p>スタンプカードのスタンプがいっぱいになったら、お菓子のプレゼントもあります。</p>			
わが居場所の様子	<div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: flex-start;"> <div style="text-align: center;">  茶話会 </div> <div style="text-align: center;">  百歳体操 </div> <div style="text-align: center;">  プレゼント渡し </div> </div>			
問い合わせ先	名前	七森 智史	連絡先	090-3880-3237

多治米学区 ふれあい・いきいきサロン

名 称	MATSU CAFE (松カフェ)
実 施 場 所	五本松会館
実 施 日	実施する日が不定期 年間10回
参 加 費	徴収していない
参 加 者	誰でも参加してよい(1回あたり…10人)
ボランティア数	3人(1回あたり)
ひとこと解説	

名 称	カフェ「寄ってきんさい多西」
実 施 場 所	多治米西ふれあい会館
実 施 日	毎月第1・3日曜日 9:30~11:30
参 加 費	毎回参加費を徴収している 1回あたり100円
参 加 者	誰でも参加してよい(1回あたり…15人)
ボランティア数	5人(1回あたり)
ひとこと解説	地域のカフェです。お茶、お話をしに来てください。時間内であれば、出入りは自由です。季節の行事の開催あり。第1日曜日には施設「五本松の家」の職員が参加、又は町内会の役員や民生委員も常時います。 季節のイベント+茶話会

名 称	千代田サロン
実 施 場 所	千代田会館
実 施 日	不定期
参 加 費	徴収していない
参 加 者	誰でも参加してよい 70歳以上の高齢者(1回あたり…20人)
ボランティア数	15人(1回あたり)
ひとこと解説	皆様が集まっておしゃべりや知識の勉強にしています。

(多治米学区の続き)

名 称	サロンカフェ千代田
実 施 場 所	千代田会館
実 施 日	毎月第3火曜日 10:00~11:00 (年12回)
参 加 費	徴収していない
参 加 者	70歳以上の高齢者 誰でも参加してよい(1回あたり…20人)
ボランティア数	15人(1回あたり)
ひ と こ と 解 説	主に家にいる人たちが集まり安否確認とおしゃべりを楽しまれています。

名 称	角内カフェ
実 施 場 所	角内新興会館
実 施 日	毎月第4日曜日 13:00~16:00 (年12回)
参 加 費	毎回参加費を徴収している 1回あたり100円
参 加 者	誰でも参加してよい(1回あたり…20人)
ボランティア数	3人(1回あたり)
ひ と こ と 解 説	どなたが参加されてもいいのです。2022年は花を生けたり介護予防の講師を招いていろいろと講座を開いています。 最近では町内会に入っていない方も来られた様な話が出ました。

名 称	いきいき談笑坊
実 施 場 所	角内新興会館
実 施 日	毎月第1・3土曜日 13:30~16:30 (年24回)
参 加 費	徴収していない
参 加 者	誰でも参加してよい
ボランティア数	3人(1回あたり)
ひ と こ と 解 説	角内カフェと同様にどなたが来られても良いです。百歳体操、脳トレゲームなどしています。

名 称	サロン百
実 施 場 所	千代田会館
実 施 日	毎月第1・2・3火曜日 10:00~11:30 (年24回)
参 加 費	徴収していない
参 加 者	70歳以上の高齢者 誰でも参加してよい(1回あたり…30人)
ボランティア数	10人(1回あたり)
ひ と こ と 解 説	皆様の健康を願って見守りたいです。

新涯学区 ふれあい・いきいきサロン

名 称	新涯学区ふれあい健康サロン
実 施 場 所	誠之ふれあいプラザ、特別養護老人ホーム他
実 施 日	毎月第4金曜日 13:30~15:30
参 加 費	徴収していない
参 加 者	70歳以上の高齢者 (1回あたり…10人)
ボランティア数	3人(1回あたり)
ひとこと解説	

名 称	新涯学区ふれあいサロン小旅行
実 施 場 所	瀬戸老人福祉センター
実 施 日	不定期 年10回
参 加 費	徴収していない
参 加 者	70歳以上の高齢者 (1回あたり…20人)
ボランティア数	2人(1回あたり)
ひとこと解説	

名 称	新涯学区中ふれあいスポーツサロン
実 施 場 所	新涯町第6公園
実 施 日	毎週月・水・金曜日 8:00~9:30
参 加 費	徴収していない
参 加 者	65歳以上の高齢者 (1回あたり…35人)
ボランティア数	3人(1回あたり)
ひとこと解説	

名 称	新涯学区宮前ふれあいスポーツサロン
実 施 場 所	新涯町第4公園
実 施 日	毎週火・木・土曜日 8:00~9:30
参 加 費	徴収していない
参 加 者	65歳以上の高齢者 (1回あたり…25人)
ボランティア数	2人(1回あたり)
ひとこと解説	

(新涯学区の続き)

名 称	新涯学区ふれあい囲碁・将棋サロン
実 施 場 所	新涯交流館
実 施 日	毎週金曜日 13:00~16:30
参 加 費	徴収していない
参 加 者	70歳以上の高齢者 誰でも参加してよい (1回あたり…4人)
ボランティア数	1人(1回あたり)
ひとこと解説	

名 称	新涯学区おもちゃサロン
実 施 場 所	新涯交流館
実 施 日	毎月第3火曜日 10:00~11:30
参 加 費	徴収していない
参 加 者	未就園の子どもと保護者(1回あたり…10人)
ボランティア数	2人(1回あたり)
ひとこと解説	

新涯学区 喫茶店風サロン

名 称	くわい喫茶サロン
実 施 場 所	新涯交流館
実 施 日	毎週水曜日 9:30~11:30
参 加 費	毎回徴収している 1回100円
参 加 者	誰でも参加してよい (1回あたり…20人)
ボランティア数	3人(1回あたり)
ひとこと解説	参加者の皆さんが、楽しいひと時を過ごしています。

川口東学区 ふれあい・いきいきサロン

名 称	川口東学区ゆうゆうサロン
実 施 場 所	旧川口保育所
実 施 日	毎月第3火曜日 10:00~11:30
参 加 費	1回100円
参 加 者	65歳以上の高齢者(1回あたり…20人)
ボランティア数	8人
ひとこと解説	毎回お茶を飲みながら、おしゃべりや将棋をすると共にボランティアさんの指導で歌や体操を実施しています。 年に数回は小学生児童との交流や講習会など特別な企画をしています。

名 称	おもちゃサロン
実 施 場 所	川口東交流館
実 施 日	毎月第3水曜日 10:00~11:00
参 加 費	徴収していない
参 加 者	未就園の子どもと保護者(1回あたり…10人)
ボランティア数	4人
ひとこと解説	子ども並びに保護者も楽しめる工夫をすると共に、保護者が子育てに役立つ企画に努めている。

サロン活動の内容例

- * 茶話会での気軽なおしゃべり
- * 百歳体操・健康体操で身体を動かす
- * 脳トレやレクリエーションを楽しむ
- * 手芸や編み物, 作品づくりなどの手作業
- * 地域の子どもや若い世代との交流
- * 企業や専門職の方による講座
- * ボランティアによる講演

サロン活動による効果

- * 閉じこもり防止につながる
- * 介護予防, 認知症予防になる
- * 生活にメリハリが生まれる
- * 無理なく体を動かせる
- * 楽しみづくり, 仲間づくり, 生きがいづくりにつながる
- * 社会参加への意欲が高まる
- * 情報交換ができる
- * 困りごと, 心配ごとの発見につながる

「サロンに参加してみたい!」「サロンのお手伝いをしたい!」

等お気軽にお問合せください。

また, サロン開設にあたっては助成金制度もあります。

「サロンを始めてみたい!」という相談もお気軽にご連絡ください。

【 ご相談・お問い合わせ先 】

福祉のまちづくり課

☎ 084-928-1333 ☎ 084-928-1331

松永事務所

☎ 084-930-4110 ☎ 084-930-4192

東部事務所

☎ 084-948-0766 ☎ 084-948-0769

新市事務所

☎ 0847-52-5115 ☎ 0847-40-3143

神辺事務所

☎ 084-963-3366 ☎ 084-960-0086

【編集】

社会福祉法人 福山市社会福祉協議会
福祉のまちづくり課



電話：084-928-1333

(2023(令和5)年9月現在)