

# 地域のサロン活動紹介



引野・蔵王・大津野・坪生・春日  
伊勢丘・旭丘・緑丘・長浜・野々浜  
幕山・日吉台・大谷台

## 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

|       |         |
|-------|---------|
| 引野学区  | 1 ~ 2   |
| 蔵王学区  | 3 ~ 4   |
| 大津野学区 | 5       |
| 坪生学区  | 6 ~ 8   |
| 春日学区  | 9 ~ 12  |
| 伊勢丘学区 | 13 ~ 14 |
| 旭丘学区  | 15      |
| 緑丘学区  | 16 ~ 20 |
| 長浜学区  | 21 ~ 22 |
| 野々浜学区 | 23 ~ 24 |
| 幕山学区  | 25 ~ 27 |
| 日吉台学区 | 28 ~ 29 |
| 大谷台学区 | 30      |

## 引野学区ふれあい・いきいきサロン



|         |  |
|---------|--|
| 名 称     | 引野「宅部ふれあいサロン」                            |
| 実 施 場 所 | 宅部集会所                                    |
| 実 施 日   | 毎月第1日曜日 13:00~16:00                      |
| 参 加 費   | 100円                                     |
| 参 加 者   | 誰でも参加してよい(1回あたり…35人)                     |
| ボランティア数 | 7人(1回あたり)                                |
| ひとこと解説  | レクリエーション・ゲーム・カラオケをメインに、楽しい雰囲気づくりに努めています。 |

|         |                                 |
|---------|---------------------------------|
| 名 称     | お茶会サロン                          |
| 実 施 場 所 | 竹之内グランド                         |
| 実 施 日   | 不定期 10:00~11:40                 |
| 参 加 費   | 必要に応じて徴収 100円~500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 | 2人(1回あたり)                       |
| ひとこと解説  | 畑で採れた作物や花壇で咲いた花など持ち合い、分け合っています。 |

|         |                                |
|---------|--------------------------------|
| 名 称     | サロン不動里                         |
| 実 施 場 所 | 不動里集会所                         |
| 実 施 日   | 毎月第1金曜日 13:00~15:00            |
| 参 加 費   | 100円(花見・忘年会・カラオケなどの時は別途徴収)     |
| 参 加 者   | 60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 | 2人(1回あたり)                      |
| ひとこと解説  | お茶を飲みながらおしゃべり。                 |

|         |   |
|---------|---|
| 名 称     | おもちゃサロン                                     |
| 実 施 場 所 | 引野集会所                                       |
| 実 施 日   | 毎月第4火曜日 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…8人)                       |
| ボランティア数 | 7人(1回あたり)                                   |
| ひとこと解説  | たくさんのおもちゃで楽しく遊んでいます。<br>元保育士講師の育児相談指導があります。 |

いばしよ  
**高齢者 居場所 づくり事業 活動紹介票**

|                 |   |                   |            |               |
|-----------------|---|-------------------|------------|---------------|
| <b>居場所の名前</b>   | ローズタウン シニアクラブいきいき会  | <b>学区</b>         | 引野         |               |
| <b>ところ</b>      | <b>名称</b>   | ふれあいの館「ローズタウン集会所」 |            |               |
|                 | <b>住所</b>   | 引野町東32-6          |            |               |
|                 | 【どんな建物?】モダンな建物です。あだ名は「ふれあいの館」<br>平屋建・53㎡の洋室・12㎡の和室  |                   |            |               |
| <b>とき</b>       | サロン：月（13：30～15：00）※休止中<br>百歳体操：火・土（10：15～11：45）<br>ランチ会：第3土（11：00～14：00）※休止中  |                   |            |               |
| <b>参加対象</b>     | 70歳以上の高齢者   |                   |            |               |
| <b>参加費</b>      | 100円  | <b>参加者</b>        | 1回あたり平均15人 |               |
|                 |   | <b>協力者</b>        | 1回あたり平均 3人 |               |
| <b>内容</b>       | <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<br><input type="checkbox"/> カラオケ <input type="checkbox"/> 創作（折紙・編物など） <input type="checkbox"/> 将棋・囲碁・麻雀<br><input type="checkbox"/> 講話・講演 <input type="checkbox"/> レクリエーション（ゲーム・脳トレ・軽スポーツなど）<br><input checked="" type="checkbox"/> その他（花見・クリスマス会など） |                   |            |               |
| <b>わが居場所の特徴</b> | 1. 年齢幅が広く、男性もいます。夫婦での参加もあります。<br>2. お世話はできる人がする<br>3. 参加は自由<br>4. サロンは毎週みんなで何をするか相談して決めています。<br>5. 百歳体操は体操より、お茶とおしゃべり時間のほうが長いかな   |                   |            |               |
| <b>わが居場所の様子</b> | <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>いきいき百歳体操</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>子供部とのコラボ *休止中</p> </div> </div>  |                   |            |               |
| <b>問い合わせ先</b>   | <b>名前</b>   | 赤木 鶴治             | <b>連絡先</b> | 090-5261-0293 |

## 蔵王学区 ふれあい・いきいきサロン

|         |  |
|---------|--|
| 名 称     | 蔵王サロン友愛  |
| 実 施 場 所 | 蔵王交流館 他  |
| 実 施 日   | 不定期  |
| 参 加 費   | 無料（食事や材料費が必要な時だけ 500円）（日帰り旅行は3,000円）                   |
| 参 加 者   | 65歳以上の高齢者（1回あたり…15人、旅行は30人）                            |
| ボランティア数 | 8人（1回あたり）  |
| ひとこと解説  | お花見、料理教室、健康体操、健康講座、日帰り旅行、ゲーム等健康増進とコミュニケーション及び世代間交流づくり。 |

|         |                          |
|---------|--------------------------|
| 名 称     | 2区親睦会                    |
| 実 施 場 所 | 2区集会所                    |
| 実 施 日   | 毎月5日 19:30～21:00         |
| 参 加 費   | 200円                     |
| 参 加 者   | 65歳以上の高齢者（1回あたり7～9人）     |
| ボランティア数 | 2人（1回あたり）                |
| ひとこと解説  | お茶を飲みながらおしゃべり。年に1回会食を実施。 |

|         |                                  |
|---------|----------------------------------|
| 名 称     | グランドゴルフと茶話会                      |
| 実 施 場 所 | 3区ちびっこ広場                         |
| 実 施 日   | 毎月第2・4土曜日 8:00～9:30              |
| 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  | グランドゴルフ中心。<br>終了後、茶話会で親睦を図っています。 |

|         |                      |
|---------|----------------------|
| 名 称     | 蔵王10区いきいきグループ        |
| 実 施 場 所 | 蔵王10区集会所・長池公園        |
| 実 施 日   | 毎週日・水曜日 9:00～11:30   |
| 参 加 費   | 100円                 |
| 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 | 1人（1回あたり）            |
| ひとこと解説  | 健康維持増進と会話と笑い！        |

(蔵王学区の続き)

|         |  |
|---------|--|
| 名 称     | 蔵王ⅠⅠ区ふれあい・いきいきサロン  |
| 実 施 場 所 | 蔵王ⅠⅠ区町内会館隣接広場  |
| 実 施 日   | 毎月第3土曜日 8:00~10:00   |
| 参 加 費   | 200円   |
| 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 | 2人(1回あたり)  |
| ひとこと解説  | サロンの主体はグランドゴルフであるが、楽しみを倍増するため、毎回参加費を徴収し、成績の順位相当の商品を設けています。<br>最後に、懇親お茶会を実施します。 |

## 蔵王学区 喫茶店風サロン

|         |                                    |
|---------|------------------------------------|
| 名 称     | かふえ ざおう                            |
| 実 施 場 所 | NPO法人グループ凧の建物(デイサービスホーム蔵王の家の休日を利用) |
| 実 施 日   | 毎週日曜日 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…10人)               |
| ボランティア数 | 4人(1回あたり)                          |
| ひとこと解説  | 年齢制限なし。居住地制限なし。<br>どなたでも参加できます。    |



## 大津野学区 ふれあい・いきいきサロン

|         |                      |
|---------|----------------------|
| 名 称     | 日之出丘サロン（縁が輪）         |
| 実 施 場 所 | 日之出丘クラブ              |
| 実 施 日   | 毎月第3金曜日 10:00～12:00  |
| 参 加 費   | 300円                 |
| 参 加 者   | 70歳以上の高齢者（1回あたり…35人） |
| ボランティア数 | 2人（1回あたり）            |
| ひとこと解説  | みんなでワイガヤをモットーにしています！ |

## 大津野学区 喫茶店風サロン

|         |   |
|---------|---|
| 名 称     | 奈目良サロン  |
| 実 施 場 所 | 奈目良倶楽部  |
| 実 施 日   | 毎週月曜日 夏（5月～10月）10:00～11:00<br>冬（11月～4月）11:00～12:00                  |
| 参 加 費   | 100円  |
| 参 加 者   | 誰でも参加してよい（1回あたり…12人）  |
| ボランティア数 | 2人（1回あたり）   |
| ひとこと解説  | サロン前には、百歳体操や口腔体操をしています。<br>毎月第2月曜日は、折り紙の日。楽器の演奏会をしたり、楽しい時間を過ごしています。 |

## 坪生学区 ふれあい・いきいきサロン

|         |   |
|---------|---|
| 名 称     | つぼうおしゃべりサロン   |
| 実 施 場 所 | 坪生交流館   |
| 実 施 日   | 毎月第4金曜日 10:00~14:00                                     |
| 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 | 7人(1回あたり)   |
| ひとこと解説  | 坪生学区全体を対象でどなたでも歓迎。<br>坪生駐在所の詐欺防止講演、包括支援センターの介護相談を定期的開催。 |

|         |   |
|---------|---|
| 名 称     | あおばふれ愛サロン   |
| 実 施 場 所 | 青葉台町内会館   |
| 実 施 日   | 毎月第1月曜日 9:30~12:00                                      |
| 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 | 10人(1回あたり)  |
| ひとこと解説  | 季節ごとに楽しい行事をしています。オカリナ、ハーモニカ、サクソ演奏予定。会場は、キルト・木作品展示で華やかに。 |

|         |  |
|---------|--|
| 名 称     | 東陽台ふれあいルーム   |
| 実 施 場 所 | 東陽台町内会館  |
| 実 施 日   | 毎月第1・3月曜日 10:00~14:00  |
| 参 加 費   | 100円   |
| 参 加 者   | 誰でも参加してよい(1回あたり…70人)   |
| ボランティア数 | 15人(1回あたり)   |
| ひとこと解説  | 季節に合わせて、イベント実施。(七夕、敬老会、クリスマス会など)<br>イベントのサークル発表等ビデオ発表で実施しています。<br>ルールの一つとしてアルコールは2本まで。 |

|         |  |
|---------|--|
| 名 称     | 江戸野よりあいクラブ                                     |
| 実 施 場 所 | 江戸野集会所   |
| 実 施 日   | 毎月第2・4土曜日 10:00~12:00                          |
| 参 加 費   | 100円(食材や材料費が必要な時だけ 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 | 6人(1回あたり)                                      |
| ひとこと解説  | 茶話会中心で、にぎやかに交流を深めています。<br>楽譜に合わせて歌をうたうこともあります。 |



(坪生学区の続き)

|         |  |
|---------|--|
| 名 称     | 仁井ふれあいサロン                                      |
| 実 施 場 所 | 仁井町内会館   |
| 実 施 日   | 毎月第2水曜日 10:00~15:00                            |
| 参 加 費   | 無料(他町内会の方は、1回あたり100円)                          |
| 参 加 者   | 誰でも参加してよい(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  | おしゃべり中心の和やかなサロン。<br>お茶を飲みながら、笑って、騒いで元気になれるサロン。 |

|         |  |
|---------|--|
| 名 称     | 川原山いきいきサロン   |
| 実 施 場 所 | 川原山町内会館  |
| 実 施 日   | 毎月第4金曜日 10:00~13:00  |
| 参 加 費   | 100円(食材や材料費が必要な時だけ 100円)                                       |
| 参 加 者   | 誰でも参加してよい(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  | 季節ごとのきれいな花木でおもてなし。<br>来場者の皆様へ写真撮影のサービスを実施。キーワードは「川原山に住んでよかった!」 |

|         |   |
|---------|---|
| 名 称     | 東朋(カラオケ)サロン   |
| 実 施 場 所 | 東朋ふれあいプラザ   |
| 実 施 日   | 毎月第2金曜日 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…15人)  |
| ボランティア数 | 10人(1回あたり)  |
| ひとこと解説  | 手話講座・ストレッチ体操・詐欺講座を実施、高齢者がカラオケで喉を使い、おしゃべり、お茶会を実施して交流し、高齢居場所づくりをする。 |

|         |   |
|---------|---|
| 名 称     | 井の木前ふれあいサロン   |
| 実 施 場 所 | 井の木前町内会集会所  |
| 実 施 日   | 毎月第2・4水曜日 10:00~14:30                                       |
| 参 加 費   | 100円(食事や材料費が必要な場合は別途徴収)                                     |
| 参 加 者   | 60歳以上の高齢者(1回あたり…13人)  |
| ボランティア数 | 3~4人(1回あたり)   |
| ひとこと解説  | 健康相談、血圧測定、脳トレーニング、カラオケ等おしゃべりをしながら情報交換をし、閉じこもりをなくすよう心がけています。 |

(坪生学区の続き)

|             |   |
|-------------|---|
| 名 称         | おもちゃサロン   |
| 実 施 場 所     | 坪生交流館   |
| 実 施 日       | 毎月第3火曜日 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…6人)                                     |
| ボランティア数     | 7人(1回あたり)   |
| ひ と こ と 解 説 | 季節に応じて、「七夕」「ハロウィン」「クリスマス会」「節分」「ひな祭り」など開催。その他、夏はプールをしています。 |

## 春日学区 ふれあい・いきいきサロン

|         |  |
|---------|--|
| 名 称     | 宇山さわやかクラブ  |
| 実 施 場 所 | 宇山集会所  |
| 実 施 日   | 不定期（年12回・木曜日）  |
| 参 加 費   | 無料（食事や材料費が必要な時だけ 100～200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 | 5人（1回あたり）  |
| ひとこと解説  | 春の花見、年間を通しての食事会など織り交ぜて楽しんでいます。その他は、お茶とお菓子でおしゃべり。集まれば地域の昔の話を聞けて、地域の歴史を知ることができる、とても良い集いの場。男性の参加者が多いです。 |

|         |  |
|---------|--|
| 名 称     | ふれあいサロン「ウエスト」                              |
| 実 施 場 所 | 春日町浦上 西自治会館                                |
| 実 施 日   | 毎月第2火曜日 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…15人）                       |
| ボランティア数 | 3人（1回あたり）                                  |
| ひとこと解説  | 楽しく気軽に参加いただけます。<br>おいしいコーヒーが飲めて、地域の情報交換の場。 |

|         |  |
|---------|--|
| 名 称     | 浦上団地ふれあいサロン  |
| 実 施 場 所 | 浦上団地自治会館   |
| 実 施 日   | 毎月第2・4土曜日 10:00～14:00  |
| 参 加 費   | 100円～300円（メニューによって変わることも）  |
| 参 加 者   | 誰でも参加してよい（1回あたり…20～30人）  |
| ボランティア数 | 12人  |
| ひとこと解説  | 出会い、おしゃべり、ゲーム、カラオケなどワイワイがやがや楽しんでいた<br>だく憩いの場です。食事は、ボランティアさんの手料理を提供しています。 |

(春日学区の続き)

|         |   |
|---------|---|
| 名 称     | ひばりふれあいサロン  |
| 実 施 場 所 | 東組クラブ   |
| 実 施 日   | 毎月第2水曜日 13:30~15:00                                     |
| 参 加 費   | 200円(食事や材料費が必要な時だけ 500円)                                |
| 参 加 者   | 60歳以上の高齢者(1回あたり…12人)                                    |
| ボランティア数 | 6人(1回あたり)   |
| ひとこと解説  | 明るく、楽しく、地域の絆を深めています。<br>家に閉じこもりがちな高齢者が集い、おしゃべりを楽しんでいます。 |

|         |                             |
|---------|-----------------------------|
| 名 称     | 青一いきいきサロン                   |
| 実 施 場 所 | 青一町内会館                      |
| 実 施 日   | 毎月第4水曜日 13:30~15:00         |
| 参 加 費   | 無料(食事や材料費が必要な時だけ徴収)         |
| 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  | 手芸や運動も混ぜながら、バラエティ豊かに活動している。 |

|         |                            |
|---------|----------------------------|
| 名 称     | 能島サロン                      |
| 実 施 場 所 | 能島集会所                      |
| 実 施 日   | 毎月第3土曜日 10:00~12:00        |
| 参 加 費   | 無料(食事や材料費が必要な時だけ徴収)        |
| 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 | 3人(1回あたり)                  |
| ひとこと解説  | レクリエーションや、お茶を飲みながらおしゃべり中心。 |

|         |   |
|---------|---|
| 名 称     | さわやかクラブ   |
| 実 施 場 所 | 春日交流館   |
| 実 施 日   | 毎月第4金曜日 13:30~15:30<br>料理教室の時は10:00~・昼食会は12:00~                         |
| 参 加 費   | 無料(食事や材料費が必要な時だけ 200円)  |
| 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 | 5人(1回あたり)   |
| ひとこと解説  | 春日学区の高齢者サロン。毎回、行事を決めて実施しています。映画鑑賞・体操など。高齢者の料理教室や昼食会もみなさん楽しみに参加いただいています。 |

(春日学区の続き)

|             |   |
|-------------|---|
| 名 称         | カフェサロン「集い」  |
| 実 施 場 所     | 沖田集会所   |
| 実 施 日       | 毎月第2土曜日 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…25人)                                    |
| ボランティア数     | 5人(1回あたり)   |
| ひ と こ と 解 説 | ① 30分くらい、健康体操(毎回) ②季節ごと、自作、手づくり品展示<br>③自家菜園の野菜を使った料理を提供 |

|             |  |
|-------------|--|
| 名 称         | おもちゃサロン  |
| 実 施 場 所     | 春日交流館  |
| 実 施 日       | 毎月第2金曜日 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…親子10組)   |
| ボランティア数     | 5人(1回あたり)  |
| ひ と こ と 解 説 | 3月 ひなまつり、5月 こどもの日、12月 クリスマス会 におやつ等<br>プレゼント。クリスマス会はサンタさんからプレゼント! |

## 春日学区 喫茶店風サロン

|         |  |
|---------|--|
| 名 称     | 培遠ふれあいサロン  |
| 実 施 場 所 | 春日会館   |
| 実 施 日   | 毎週金曜日 13:30~15:00  |
| 参 加 費   | 無料（食事や材料費が必要な時だけ 500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 | 4人（1回あたり）  |
| ひとこと解説  | 百歳体操を中心に、ラジオ体操、しゃきしゃき体操、みんなの体操など実施しています。<br>月1回のランチ会があります。 |

|         |  |
|---------|--|
| 名 称     | 喫茶店風サロン「ひまわり」  |
| 実 施 場 所 | 春日池集会所   |
| 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…10人）   |
| ボランティア数 | 3人（1回あたり）  |
| ひとこと解説  | 茶話会が中心のサロンですが、皆さん楽しくお話をされ交流をされています。<br>毎回おいしいコーヒーとお菓子を提供しています。<br>ボランティアが準備を全てするのではなく、できることは参加者にさせていただいています。 |

## 伊勢丘学区 ふれあい・いきいきサロン

|         |  |
|---------|--|
| 名 称     | 伊勢丘学区のいきいきサロン                                      |
| 実 施 場 所 | 伊勢丘交流館   |
| 実 施 日   | 毎月第4水曜日 9:30~11:30                                 |
| 参 加 費   | 無料   |
| 参 加 者   | 65歳以上の高齢者(1回あたり…9人)                                |
| ボランティア数 | 5人(1回あたり)  |
| ひとこと解説  | 毎月メニューも多彩で、散策、軽スポーツ、絵手紙や童謡唱歌など学区高齢者の大切な居場所となっています。 |

|         |  |
|---------|--|
| 名 称     | ティータイムサロン  |
| 実 施 場 所 | 南山町内会館   |
| 実 施 日   | 毎月第3火曜日 10:00~12:00                              |
| 参 加 費   | 100円   |
| 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 | 2人(1回あたり)  |
| ひとこと解説  | 1時間ほど、スクエアマットを活用して、足と脳の体操をしています。その後、茶話会でおしゃべりです。 |

|         |   |
|---------|---|
| 名 称     | 春日台福祉会「いきいきサロン」   |
| 実 施 場 所 | 春日台町内会館   |
| 実 施 日   | 不定期   |
| 参 加 費   | 不定期(食事や材料費が必要な時だけ100~300円)  |
| 参 加 者   | 60歳以上の高齢者・誰でも参加してよい(1回あたり…20~30人)   |
| ボランティア数 | 15~16人(1回あたり)   |
| ひとこと解説  | サロン開催日は、玄関等に花を生けお迎えしています。<br>手づくり料理を作った時は、皆さまに大変好評です。<br>みなさん、笑顔がとても素敵です。歌の上手な方が多いです。 |



(伊勢丘学区の続き)

|             |   |
|-------------|---|
| 名 称         | 伊勢丘学区のおもちゃサロン   |
| 実 施 場 所     | 伊勢丘交流館  |
| 実 施 日       | 毎月第3水曜日 9:30~11:30  |
| 参 加 費       | 無料  |
| 参 加 者       | 未就園の子どもと保護者(1回あたり…16人)  |
| ボランティア数     | 6人(1回あたり)   |
| ひ と こ と 解 説 | おもちゃ遊びとリトミックで親子のふれあいとお母さん同士の親睦を深めています。広く市内の各地から参加者が集まっています。<br>他の学区からの参加者もすっかり顔なじみとなり、家族のような関係です。 |

## 伊勢丘学区 喫茶店風サロン

|             |  |
|-------------|--|
| 名 称         | 春日台ふれあいサロン   |
| 実 施 場 所     | 春日台町内会館  |
| 実 施 日       | 毎週月・木曜日 13:00~15:00  |
| 参 加 費       | 毎月100円   |
| 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     | 7人(1回あたり)  |
| ひ と こ と 解 説 | 参加者全員の血圧・体温の記録を実施。<br>百歳体操や口腔体操の後、コーヒーや紅茶、お菓子で楽しく交流。<br>代表者の楽しい話、頭の体操など。 |

## 旭丘学区 ふれあい・いきいきサロン

|         |  |
|---------|--|
| 名 称     | 旭丘ふれあいサロン  |
| 実 施 場 所 | ジョイジョイワーク引野  |
| 実 施 日   | 毎月第2土曜日 9:00~11:00   |
| 参 加 費   | 100円   |
| 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  | テーマは、『まるで井戸端かいぎ』<br>お菓子やお茶を頂きながら、体操をしたり、唄をうたったり、脳トレをしたりしながら、おしゃべりをする会です。 |

## 緑丘学区 ふれあい・いきいきサロン

|         |   |
|---------|---|
| 名 称     | ふれあい・いきいきサロン（百歳体操）  |
| 実 施 場 所 | 緑丘交流館   |
| 実 施 日   | 毎月第2・4木曜日 13:30～14:30   |
| 参 加 費   | 無料  |
| 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 | 8人（1回あたり）   |
| ひとこと解説  | 健康保持と生きがいづくりを目的に百歳体操を実施し、その機会を利用しておしゃべりやレクリエーションを行う。まちづくり推進委員会との協働で研修や講演会なども取り入れています。 |

|         |  |
|---------|--|
| 名 称     | 四番おしゃべりサロン   |
| 実 施 場 所 | 四番クラブ  |
| 実 施 日   | 毎月第3火曜日 11:30～14:30  |
| 参 加 費   | 無料（食事や材料費が必要な時だけ 500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 | 3人（1回あたり）  |
| ひとこと解説  | 同じ地域に住む女性が昔の話をしたり、ワイワイガヤガヤ。時には歌い、時にはランチ、地域の行事にも積極的に参加する。強い絆で結ばれるサロン。 |



|         |                                    |
|---------|------------------------------------|
| 名 称     | 女性有志会                              |
| 実 施 場 所 | 沼田会館                               |
| 実 施 日   | 毎週土曜日 10:00～11:30                  |
| 参 加 費   | 200円                               |
| 参 加 者   | 60歳以上の高齢者（1回あたり…9人）                |
| ボランティア数 | 1人（1回あたり）                          |
| ひとこと解説  | 身体を動かし、人とふれあえることでやすらぎ、半日を楽しく過ごす集い。 |

|         |                                    |
|---------|------------------------------------|
| 名 称     | お茶しませんか！サロン蔵六                      |
| 実 施 場 所 | 沼田会館                               |
| 実 施 日   | 毎月第3金曜日 10:00～11:30                |
| 参 加 費   | 100円（クリスマス会などの必要に応じて徴収）            |
| 参 加 者   | おおむね75歳以上の高齢者・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  | 健康増進（百歳体操）とゆったり過ごすひと時（歌やゲーム、講話など）  |



## 緑丘学区 喫茶店風サロン

|             |   |
|-------------|---|
| 名 称         | いきいき健康百歳体操サロン                           |
| 実 施 場 所     | 南吉田町内会集会所                               |
| 実 施 日       | 毎週水曜日 10:00~12:00                       |
| 参 加 費       | 100円                                    |
| 参 加 者       | 65歳以上の高齢者(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 | 百歳体操を中心に実施。<br>その後、情報交換やおしゃべりなど楽しんでいます。 |

いばしよ  
**高齢者 居場所づくり事業 活動紹介票**

|                 |   |                              |            |              |
|-----------------|---|------------------------------|------------|--------------|
| <b>居場所の名前</b>   | S K Yプラス+シニア会   |                              | <b>学区</b>  | 緑丘           |
| <b>ところ</b>      | <b>名称</b>   | 株式会社S K Yコンサルタント 2階 S K Yプラス |            |              |
|                 | <b>住所</b>   | 引野町北1-14-21                  |            |              |
|                 | <b>【どんな建物?】</b>   | 一般住宅のような外観の事務所2階です。          |            |              |
| <b>とき</b>       | 月・火・木 (9:00~12:00)  |                              |            |              |
| <b>参加対象</b>     | どなたでも参加可能です   |                              |            |              |
| <b>参加費</b>      | 無料<br>* コーヒーと茶菓子を必要な方に1杯50円で提供  | <b>参加者</b>                   | 1回あたり平均5人  |              |
|                 |   | <b>協力者</b>                   | 1回あたり平均2人  |              |
| <b>内容</b>       | <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<br><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<br><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)<br><input checked="" type="checkbox"/> その他(パソコン・スマホ教室・大正琴・ヨガ) |                              |            |              |
| <b>わが居場所の特徴</b> | <p>毎週火曜日の百歳体操をはじめ大正琴、月1回のヨガ教室・パソコン・スマホ教室・折り紙など、様々な催し事を日程を決めて開催しております。</p> <p>どなたでも参加できますので、気軽に遊びに来れるスペースとなっております。</p>   |                              |            |              |
| <b>わが居場所の様子</b> |    |                              |            |              |
| <b>問い合わせ先</b>   | <b>名前</b>   | 山本                           | <b>連絡先</b> | 084-941-0149 |

# いばしよ 高齢者居場所づくり事業 活動紹介票

|                 |   |                        |            |    |
|-----------------|---|------------------------|------------|----|
| <b>居場所の名前</b>   | 高齢者居場所づくり「高屋きずなカフェ」   |                        | <b>学区</b>  | 緑丘 |
| <b>ところ</b>      | <b>名称</b>   | 高屋町内会館                 |            |    |
|                 | <b>住所</b>   | 引野町北四丁目19-21           |            |    |
|                 | <b>【どんな建物?】</b>   | 高屋第四公園内にある古い木造平屋建て（和室） |            |    |
| <b>とき</b>       | 月（14:00～16:00）・水（13:00～17:00）   |                        |            |    |
| <b>参加対象</b>     | 高屋町内 60歳以上の高齢者（※例外もあり）  |                        |            |    |
| <b>参加費</b>      | 100円  | <b>参加者</b>             | 1回あたり平均17人 |    |
|                 |   | <b>協力者</b>             | 1回あたり平均 5人 |    |
| <b>内容</b>       | <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<br><input 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<br><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）<br><input checked="" type="checkbox"/> その他（季節の行事） |                        |            |    |
| <b>わが居場所の特徴</b> | <p>仲間づくりと健康づくりをベースに月曜はスタッフ主導で各種イベントを計画, 実施。男性のスタッフが多く, 季節に応じたイベントを開催したり, 町内や学区のイベントにも積極的に参加しています。毎回会場には花を飾り参加者を和ませています。</p> <p>水曜は共通の趣味を通じ, 参加者主体の居場所づくりを行う予定です。</p>  |                        |            |    |
| <b>わが居場所の様子</b> | <p>いきいき百歳体操（毎回）とグラウンドゴルフ（月1回）を定期的に行っています。季節ごとの行事（花見・七夕・芋ほり, クリスマス会, 豆まき, ひな祭り）や誕生日会を行います。誕生会は対象者に花束と記念メダルでお祝いしています。年に数回, ゲストを迎え, ものづくりの指導や講話, コンサートを行い, 参加者, スタッフともに楽しんでいます。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>    |                        |            |    |
| <b>問い合わせ先</b>   | 福山市社会福祉協議会 福祉のまちづくり課（084）928-1333   |                        |            |    |

いばしょ  
**高齢者 居場所 づくり事業 活動紹介票**

|                 |  |                         |            |
|-----------------|--|-------------------------|------------|
| <b>居場所の名前</b>   | 高屋市営住宅ほっとサロン   | <b>学区</b>               | 緑丘         |
| <b>ところ</b>      | <b>名称</b>  | 高屋市営住宅17号棟 集会所          |            |
|                 | <b>住所</b>  | 引野町北四丁目6-17-106         |            |
|                 | <b>【どんな建物?】</b>  | 市営住宅内の1室の集会所で、黄色の看板が目印。 |            |
| <b>とき</b>       | 月・水・金（9：30～12：00）  |                         |            |
| <b>参加対象</b>     | 65歳以上の高齢者  |                         |            |
| <b>参加費</b>      | 飲み物 50円  | <b>参加者</b>              | 1回あたり平均20人 |
|                 | 手芸 500～1,000円/月<br>(材料代として)  | <b>協力者</b>              | 1回あたり平均10人 |
| <b>内容</b>       | <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<br><input type="checkbox"/> カラオケ <input checked="" type="checkbox"/> 創作（手芸・ぬりえなど） <input type="checkbox"/> 将棋・囲碁・麻雀<br><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）<br><input checked="" type="checkbox"/> その他（手話・早口言葉） |                         |            |
| <b>わが居場所の特徴</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・インストラクターによる体操</li> <li>・計算・漢字・脳トレなどのプリント</li> <li>・定期的にみんなで手話の勉強をしています。</li> <li>・高齢者と小学生に手作りマスクを配布しました。</li> </ul>  |                         |            |
| <b>わが居場所の様子</b> | <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <div style="text-align: center; margin-top: 10px;">  </div>   |                         |            |
| <b>問い合わせ先</b>   | 福山市社会福祉協議会 福祉のまちづくり課（084）928-1333  |                         |            |




## 長浜学区 ふれあい・いきいきサロン

|         |   |
|---------|---|
| 名 称     | ながはまサロン「いっぷく」                                       |
| 実 施 場 所 | 長浜交流館   |
| 実 施 日   | 毎月第2・4木曜日 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…16人)                                |
| ボランティア数 | 9人(1回あたり)   |
| ひとこと解説  | 笑って帰れる元気サロン!!<br>会場内は、毎回ボランティアさんが持参する、四季折々の花々が満開です。 |

|         |  |
|---------|--|
| 名 称     | 高齢者料理教室  |
| 実 施 場 所 | 長浜交流館  |
| 実 施 日   | 毎月第2金曜日 9:30~12:30   |
| 参 加 費   | 500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 | 4人(1回あたり)  |
| ひとこと解説  | 献立は、順番に当番が考えて、季節に合わせた内容にしている。<br>高齢期を元気に過ごすための食生活の説明と調理実習。 |

|         |                                   |
|---------|-----------------------------------|
| 名 称     | サロンさらやま                           |
| 実 施 場 所 | 皿山集会所                             |
| 実 施 日   | 毎月第3日曜日 13:00~15:00               |
| 参 加 費   | 無料(食事や材料費が必要な時だけ 500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(1回あたり)                         |
| ひとこと解説  | 町内会のみなさんが集まって、おしゃべりして近況を語りあっています。 |

# 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       | シルバーカフェ庵  |                 | 学 区        | 長浜 |
| と ころ         | 名 称   | 藤井哲雄設計事務所 1階    |            |    |
|              | 住 所   | 東手城町 3 - 6 - 20 |            |    |
|              | 【どんな建物?】  |                 |            |    |
| と き          | 月・水・金 (10:30~15:00)   |                 |            |    |
| 参加対象         | 子どもから高齢者まで、誰でもいつでも  |                 |            |    |
| 参 加 費        | 無料 (材料費・食費は実費)  | 参 加 者           | 1回あたり平均 8人 |    |
|              |   | 協 力 者           | 1回あたり平均 4人 |    |
| 内 容          | <input 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<br><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<br><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)<br><input checked="" type="checkbox"/> その他 (習字教室) |                 |            |    |
| わが居場所<br>の特徴 | 月・水・金曜, グランドゴルフ終了後の茶話会<br>毎月第1・3水曜日の午後, 手芸教室<br>毎月第3火曜日の午後, 習字教室<br>三世代交流会: 年3~4回<br>事前に連絡をいただいたら, いつでも, 誰でも, 使用可能  |                 |            |    |
| わが居場所<br>の様子 |   |                 |            |    |
| 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   |                 |            |    |



## 野々浜学区 ふれあい・いきいきサロン

|             |                                      |
|-------------|--------------------------------------|
| 名 称         | 小地域サロン                               |
| 実 施 場 所     | 各町内会館、自治会館（沖上丸山、高丸、沖下、坂里）            |
| 実 施 日       | 不定期                                  |
| 参 加 費       | 実施場所による                              |
| 参 加 者       | 65歳以上の高齢者（1回あたり…10～20人）              |
| ボランティア数     | 3～4人（1回あたり）                          |
| ひ と こ と 解 説 | 身近町内会館で、お茶を飲みながらおしゃべり。<br>体操もやっているよ。 |

## 野々浜学区 喫茶店風サロン

|             |  |
|-------------|--|
| 名 称         | まつい喫茶店風サロン   |
| 実 施 場 所     | 松井町内会館   |
| 実 施 日       | 毎週木曜日 10:00～11:45  |
| 参 加 費       | 無料（食事や材料費が必要な時だけ徴収している 500円）   |
| 参 加 者       | 65歳以上の高齢者（1回あたり…23人）   |
| ボランティア数     | 8人（1回あたり）  |
| ひ と こ と 解 説 | ◇いきいき百歳体操と気ままな話し合いが中心の「地域の茶の間」コーナーを組み合わせたサロンです。<br>◇地域の茶の間コーナーでは、2か月に1度、時間を延長して講演会や演奏会なども計画しています。<br>◇ボランティアが準備などを全てするのではなく、参加者ができることは参加者にさせていただきます。 |

いばしよ  
**高齢者 居場所づくり事業 活動紹介票**

|                      |  |                   |            |               |
|----------------------|--|-------------------|------------|---------------|
| <b>居場所の名前</b>        | つるかめさん   |                   | <b>学 区</b> | 野々浜           |
| <b>と ころ</b>          | <b>名 称</b>   | 然 ～あるがまま アトリ工棟    |            |               |
|                      | <b>住 所</b>   | 福山市大門町6-20-11-2   |            |               |
|                      | <b>【どんな建物?】</b>  | 白い壁に青い屋根のかわいい建物です |            |               |
| <b>と き</b>           | 火・木 (10:00~15:00)  |                   |            |               |
| <b>参加対象</b>          | どなたでも  |                   |            |               |
| <b>参 加 費</b>         | 300円   | <b>参 加 者</b>      | 1回あたり平均3人  |               |
|                      |  | <b>協 力 者</b>      | 1回あたり平均2人  |               |
| <b>内 容</b>           | <input 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<br><input type="checkbox"/> カラオケ <input type="checkbox"/> 創作(折紙・編物など) <input type="checkbox"/> 将棋・囲碁・麻雀<br><input type="checkbox"/> 講話・講演 <input type="checkbox"/> レクリエーション(ゲーム・脳トレ・軽スポーツなど)<br><input checked="" type="checkbox"/> その他(世代交流) |                   |            |               |
| <b>わが居場所<br/>の特徴</b> | <p>子育て世代、働き盛りの30~40歳代の世代を中心に立ち上げました。<br/>           介護関係者や介護経験者も多く、情報交換やちょっとした相談もできます。<br/>           その場にいる人たちが、少しでも心が軽くなる、笑顔になれる居場所です。<br/>           おいしい焙煎コーヒーや、紅茶も時々あります。</p>   |                   |            |               |
| <b>わが居場所<br/>の様子</b> | <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>  |                   |            |               |
| <b>問い合わせ先</b>        | <b>名 前</b>   | 沼本 春美             | <b>連絡先</b> | 090-7129-0087 |

## 幕山学区 ふれあい・いきいきサロン

|         |                                 |
|---------|---------------------------------|
| 名 称     | 仲良しサロン「とまり木」                    |
| 実 施 場 所 | 幕山東集会所                          |
| 実 施 日   | 毎月第3木曜日 10:00~15:00             |
| 参 加 費   | 100円                            |
| 参 加 者   | 65歳以上の高齢者（1回あたり…23人）            |
| ボランティア数 | 7人（1回あたり）                       |
| ひとこと解説  | そこに行けば仲間がいる。<br>茶話会で楽しく交流しています！ |

|         |   |
|---------|---|
| 名 称     | リハビリ教室  |
| 実 施 場 所 | 鳳ふれあいプラザ  |
| 実 施 日   | 毎月第3水曜日 10:00~12:00   |
| 参 加 費   | 無料（食事や材料費が必要時だけ 300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  | 思いやりと親切をもって、「参加してよかった。また来てみたい」と言ってくださる方がいてもらえるようになり、これからも声掛けを大事にして進めます。 |

|         |   |
|---------|---|
| 名 称     | まくやまふれあいサロン   |
| 実 施 場 所 | 幕山倶楽部   |
| 実 施 日   | 毎月第1木曜日 13:00~15:00   |
| 参 加 費   | 100円  |
| 参 加 者   | 60歳以上の高齢者 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  | レクリエーション器材を使用して楽しみたいと思います。<br>他におしゃべり、折り紙等、身近にできることをしたいと思います。 |

(幕山学区の続き)



|         |   |
|---------|---|
| 名 称     | 幕山長寿の会 リフレッシュカラオケ&茶話会   |
| 実 施 場 所 | 鳳ふれあいプラザ  |
| 実 施 日   | 毎月第1・3金曜日 13:00~16:00   |
| 参 加 費   | 無料  |
| 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…15人)  |
| ボランティア数 | 3人(1回あたり)   |
| ひとこと解説  | 家に閉じこもらず、外部の人たちと会うことで気分転換を図り、お茶を飲みながらのおしゃべりで近況の話で盛り上がり、カラオケで声を出して、日頃の鬱憤をはらして明日につなげる元気を持ってもらうような雰囲気づくりに努めています。 |

|         |                           |
|---------|---------------------------|
| 名 称     | おもちゃサロン「あそび園」             |
| 実 施 場 所 | 幕山交流館                     |
| 実 施 日   | 毎月第1金曜日 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…6人)     |
| ボランティア数 | 3人(1回あたり)                 |
| ひとこと解説  | CDで手遊びをしたり、絵本の読み聞かせをしている。 |

## 幕山学区 喫茶店風サロン

|         |   |
|---------|---|
| 名 称     | ふれあい北サロン  |
| 実 施 場 所 | 幕山北地区集会所  |
| 実 施 日   | 毎週火曜日 13:00~15:00                                   |
| 参 加 費   | 無料(野外活動時、1,000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 | 3人(1回あたり)   |
| ひとこと解説  | 百歳体操と茶話会。ゲームなど交えて楽しく盛り上げます。定期的に外部講師による講習会も取り入れています。 |

いばしよ  
**高齢者居場所づくり事業 活動紹介票**

|                 |   |            |            |    |
|-----------------|---|------------|------------|----|
| <b>居場所の名前</b>   | ふれあい広場「東家（あづまや）」  |            | <b>学区</b>  | 幕山 |
| <b>ところ</b>      | <b>名称</b>   | 幕山東地区集会所   |            |    |
|                 | <b>住所</b>   | 幕山台6丁目3-14 |            |    |
|                 | <b>【どんな建物？】</b>   | 学区集会所で平屋建て |            |    |
| <b>とき</b>       | 水・土（13：30～15：00）  |            |            |    |
| <b>参加対象</b>     | どなたでも参加できます   |            |            |    |
| <b>参加費</b>      | 100円（食事や材料費など必要な時だけ）  | <b>参加者</b> | 1回あたり平均15人 |    |
|                 |   | <b>協力者</b> | 1回あたり平均 5人 |    |
| <b>内容</b>       | <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<br><input type="checkbox"/> カラオケ <input type="checkbox"/> 創作（折紙・編物など） <input type="checkbox"/> 将棋・囲碁・麻雀<br><input type="checkbox"/> 講話・講演 <input type="checkbox"/> レクリエーション（ゲーム・脳トレ・軽スポーツなど）<br><input checked="" type="checkbox"/> その他（三世代交流） |            |            |    |
| <b>わが居場所の特徴</b> | 年数回、三世代交流会（11：30～15：00）<br>毎週水曜日は百歳体操（13：30～15：00）<br>今後は、もっと楽しみを増やしていきたい。  |            |            |    |
| <b>わが居場所の様子</b> |    |            |            |    |
| <b>問い合わせ先</b>   | 福山市社会福祉協議会 福祉のまちづくり課（084-928-1333）  |            |            |    |



## 日吉台学区 ふれあい・いきいきサロン

|             |   |
|-------------|---|
| 名 称         | より道サロン  |
| 実 施 場 所     | 吉田会館  |
| 実 施 日       | 毎月第1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…12人)                          |
| ボランティア数     | 3人(1回あたり)                                     |
| ひ と こ と 解 説 | 季節に応じた工作などを行っています。<br>(ひな祭り、七夕、クリスマスなどの飾りづくり) |

|             |  |
|-------------|--|
| 名 称         | 日吉台サロン「よろうやあ」                          |
| 実 施 場 所     | 中央集会所                                  |
| 実 施 日       | 毎週月曜日 10:00~12:00                      |
| 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     | 5人(1回あたり)                              |
| ひ と こ と 解 説 | お気軽に来てくださいね。<br>お茶・コーヒーを飲みながらお話をしましょう。 |

|             |   |
|-------------|---|
| 名 称         | おもちゃサロン                                       |
| 実 施 場 所     | 日吉台交流館  |
| 実 施 日       | 毎月第2月曜日 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…6人)                         |
| ボランティア数     | 4人(1回あたり)                                     |
| ひ と こ と 解 説 | 季節に応じた工作などを行っています。<br>(ひな祭り、七夕、クリスマスなどの飾りづくり) |

いばしよ  
**高齢者 居場所づくり事業 活動紹介票**

|                      |   |              |                           |                |
|----------------------|---|--------------|---------------------------|----------------|
| <b>居場所の名前</b>        | 日吉台くらぶサロン   |              | <b>学 区</b>                | 日吉台            |
| <b>と ころ</b>          | <b>名 称</b>  | 休園中の日吉台幼稚園   |                           |                |
|                      | <b>住 所</b>  | 日吉台一丁目25-12  |                           |                |
|                      | <b>【どんな建物?】</b>   |              |                           |                |
| <b>と き</b>           | ①月～木 (9:30～11:30 13:30～15:30)<br>②金 (10:00～15:00)、③土 (9:30～11:30)   |              |                           |                |
| <b>参加対象</b>          | 65歳以上の高齢者   |              |                           |                |
| <b>参 加 費</b>         | 食事 150円<br>趣味講座にかかる材料費  | <b>参 加 者</b> | 1回あたり ①③ 平均10人<br>② 平均60人 |                |
|                      |   | <b>協 力 者</b> | 1回あたり ①③ 平均 3人<br>② 平均15人 |                |
| <b>内 容</b>           | <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<br><input checked="" 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<br><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)<br><input type="checkbox"/> その他 ( )   |              |                           |                |
| <b>わが居場所<br/>の特徴</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・珈琲サロン「憩い」</li> <li>・健康教室 (スポーツインストラクターによる体操)</li> <li>・趣味講座 (パッチワーク教室)</li> <li>・スポーツ教室 (園庭でグラウンドゴルフ)</li> <li>・お話サロン</li> </ul>  |              |                           |                |
| <b>わが居場所<br/>の様子</b> | <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: flex-start;"> <div style="text-align: center;">  <p>健康教室</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>珈琲サロン「憩い」</p> </div> <div style="text-align: center;">  </div> <div style="text-align: center;">  </div> </div> |              |                           |                |
| <b>問い合わせ先</b>        | <b>名 前</b>  | 日吉台公民館       | <b>連絡先</b>                | (084) 943-4054 |

## 大谷台学区 ふれあい・いきいきサロン

|         |  |
|---------|--|
| 名 称     | なまかカフェ   |
| 実 施 場 所 | 大谷台学区集会所   |
| 実 施 日   | 毎週金曜日 10:00~15:00  |
| 参 加 費   | 100円 (フラワーアレンジメントは1回 100円)                                 |
| 参 加 者   | 誰でも参加してよい (1回あたり…5人)                                       |
| ボランティア数 | 12人 (1回あたり)  |
| ひとこと解説  | 午前中は、Wiiゲーム (ボウリング) で真剣勝負!<br>第1金曜日午後からは、ミニフラワーアレンジメントを実施。 |

## 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)