



西条みなみ

あ い ば

で愛の場

～サロン活動のご案内～



じょうくん



みなみちゃん



はにーくん



はじめに

【「西条みなみ で愛の場 ～サロン活動のご案内～」について】

皆さま、『地域サロン』はご存知ですか？

「聞いたことはあるけれど、活動内容はよく知らない」「気になるけれど、参加方法が分からない」「始めてみたいけれど、どうしたらいいの？」という方もおられるのではないのでしょうか。

『地域サロン』とは、地域の皆で企画・運営し、楽しく同じ時間を過ごす場です。対象者に応じて様々な形のサロンがあり、身近な地域の中で誰もが気軽に集える場です。

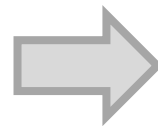
この冊子は、地域の皆さまにサロンを知っていただき、一人でも多くの方が参加されるきっかけになって欲しいという思いで作りました。西条南地域(板城・郷田・西条中央・御園宇・三永)の中で様々な活動をされていますので、ぜひご覧ください。

もくじ

- サロン活動のご案内……………2
- 地域サロン活動とは……………3
- 西条南の地域サロン一覧……………4
- サロンマップ……………5
- 高齢者サロン……………9
- 子育てサロン……………29
- その他の一例……………32
- サロン活動を始めるには??
 - 社協の地域サロンについて……………34
 - 元気輝きポイント制度について……………35
- 問い合わせ先一覧……………36

サロン活動のご案内

地域サロン活動とは何か知りたい



3ページ

サロン活動の場所・内容を知りたい



4ページ

☆サロン一覧 ▣ 4ページ

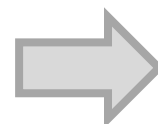
☆サロンマップ ▣ 5ページ~8ページ

☆高齢者が中心のサロン ▣ 9ページ~28ページ

☆子育てサロン ▣ 29ページ~31ページ

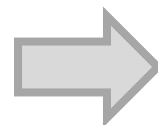
☆その他の活動例 ▣ 32ページ~33ページ

サロンを見学したい・参加したい!



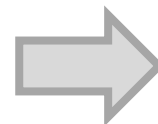
36 ページ

サロンを始めてみたい!



34 ページ

元気輝きポイントについて知りたい



35 ページ



地域サロン活動とは

地域の誰もが、「気軽に」「無理なく」「楽しく」「自由に」過ごせる、地域の「仲間づくり」「出会いづくり」の場です。参加者の皆さんが、会食・健康体操・創作活動・レクリエーション…等、自由な発想で企画し、自主的に運営しています。

！！サロン活動のめざすところ！！

① 出会い・交流する ～孤立・閉じこもりの防止に！～

歩いて行けるところにサロンがあるので気軽に出掛けられ、楽しみができます。

② 顔見知りになり、お互いを気にかける！

近隣の方と出会い、話し合い、相談し合ったりすることで、仲間づくりの場となり、日常での支え合いの輪が広がります。

③ 暮らしの困りごとが何とかなる！

同じ高齢者や地域のボランティアさんと関わることで情報交換の場にもなり、何かあった時、頼りになる関係ができます。

☆年齢問わず、地域の方ならどなたでも参加可能です。高齢者が中心のサロン・子育て世代が中心のサロン・障がい児(者)が中心のサロンがあります。

☆参加費はサロンによって違います。参加費はお茶菓子代、昼食代、会場費などの費用にあてられます。



【高齢者外出支援サービス(地域サロンのおでかけ支援)】

高齢者が中心のサロンを対象として、マイクロバスを利用したおでかけ(県内)を支援しています。燃料代、高速代、駐車料などの実費はサロンの負担になりますが、その他運転手への謝礼と保険加入は市社協が負担します。

【介護予防グッズの貸し出し】

サロンの皆さんで楽しんでいただけるグッズをお貸ししています。



▲輪投げ



▲江戸いろはかるた



▲コミュニケーション麻雀



▲ボールを当てて倒すストラックアウト

西条南の地域サロン一覧

高齢者が中心のサロン

No	地区名	地図	サロン名称	開催場所	住所	開催時間	開催回数	実人数	参加者負担	ページ
1	三永	5 ページ	ゴーゴー三永サロン	上三永第五会館	西条町上三永	13:30～16:00	月1回	10人	100円	9
2			サロン本頭スマイル	本頭会館	西条町下三永	9:30～14:00	月1回	12人	1家族 500円	10
3			御近所会	個人宅	西条町下三永	13:00～15:00	月1回	8人	200円	11
4			なごみ会	河田集会所	西条町下三永	13:30～16:00	月1回	12人	300円	12
5			サロン七夕	吉光・大宮会館	西条町下三永	10:00～12:00	月1回	11人	300円	13
6			サロン向原	防災倉庫	西条町下三永	10:00～12:00	月1回	12人	年間 500円	14
7	西条中央	6 ページ	和泉サロン	和泉集会所	西条中央	13:00～15:00	月1回	15人	100円	15
8	御菌宇		松賀サロン	個人宅	西条町御菌宇	13:00～16:00	月1回	15人	200円	16
9	三ツ城		三ツ城ふれあい・いきいきサロン	東広島商工会議所会館	西条中央	10:00～12:00	年4回	49人	200円	17
10	板城	7 ページ	大沢ワイワイトークサロン	大沢自治会集会所	西条町大沢	9:00～11:00	月4～5回	16人	月 500円	18
11			西大沢サロン	西大沢自治会集会所	西条町西大沢	9:30～14:00	月1回	8人	500円	19
12			なでしこサロン	行貞自治会館	西条町森近	11:00～12:30	月4回	10人	月 100円	20
13			下馬木サロン	実森集会所	西条町馬木	10:00～13:00	月1回	12人	500円	21
14			サロン為則	為則集会所	西条町馬木	13:30～15:00	月4回	15人	月 200円	22
15			福本サロン	福本コミュニティ会館	西条町福本	9:00～12:00	月1回	22人	200円	23
16			板城ホットサロン	板城地域センター	西条町馬木	11:00～12:30	月4回	25人	年間 500円	24
17	郷田	8 ページ	柏原サロン	柏原集会所	西条町郷曾	10:00～12:00	月1回	27人	300円	25
18			武士ふれあいサロンどんぐり会	武士集会所	西条町田口	14:00～15:00	月1回	35人	300円	26
19			こぶし会	小比曾コミュニティ会館	西条町郷曾	10:00～14:00	月1回	15人	300～600円	27
20			うぐいすサロン	今田集会所	西条町郷曾	10:00～12:00	月1回	22人	100円	28

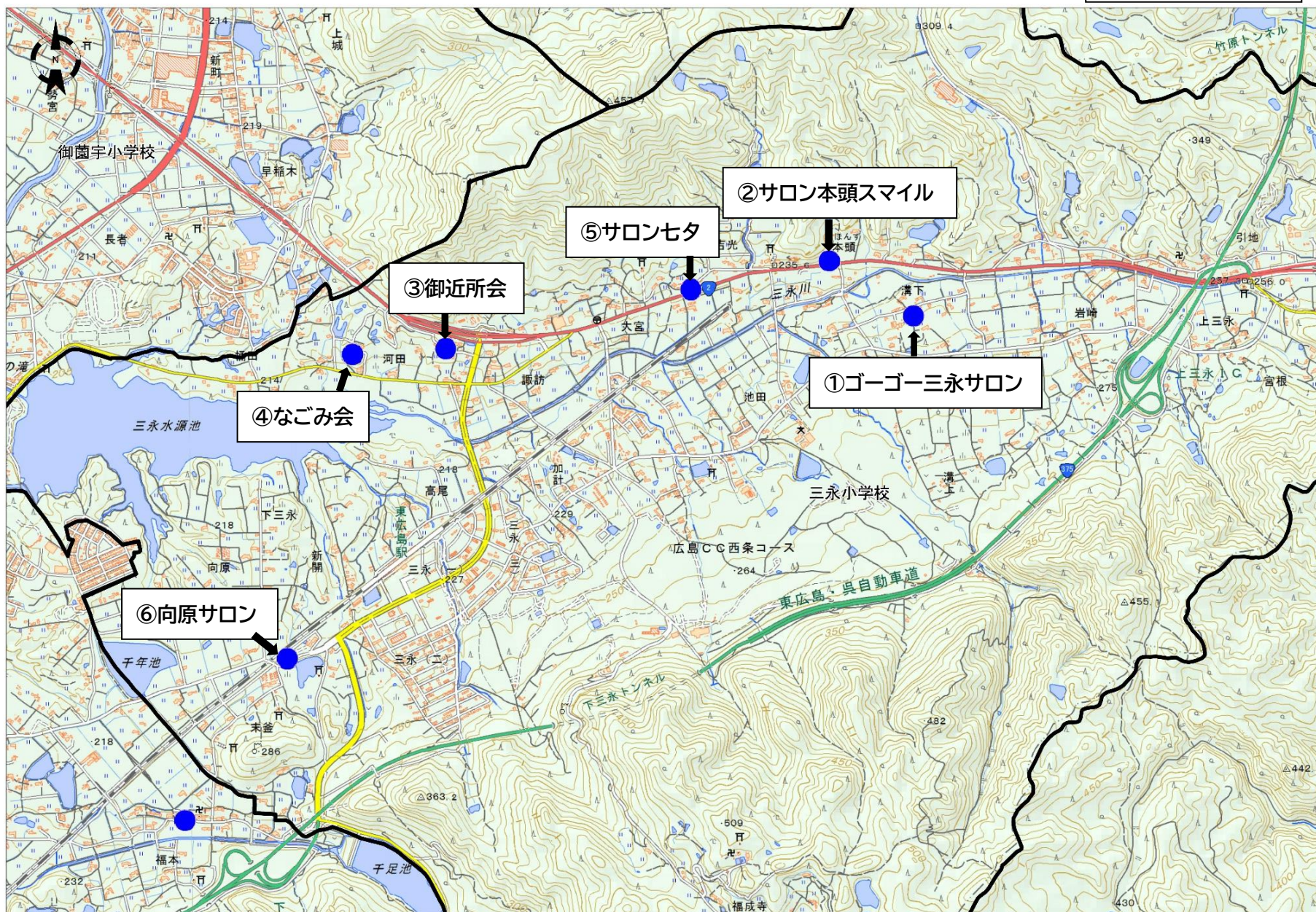
子育てサロン

No	地区名	マップ	サロン名称	開催場所	住所	開催時間	開催回数	実人数	参加者負担	ページ
21	板城	7ページ	集いのいえ「ほそかわさんち」	個人宅	西条町福本	10:00～15:00	月4回	20人	無料	29
22	郷田	8ページ	子育てサロンよちよち	郷田地域センター	西条町郷曾	10:00～11:45	月1回	32人	無料	30
23	三ツ城	6ページ	子育て広場バナナ	東広島市立中央図書館	西条中央	10:30～11:30	月2回	80人	無料	31

サロンに関するお問い合わせは東広島市社会福祉協議会 (TEL: 082-430-8867) まで!!

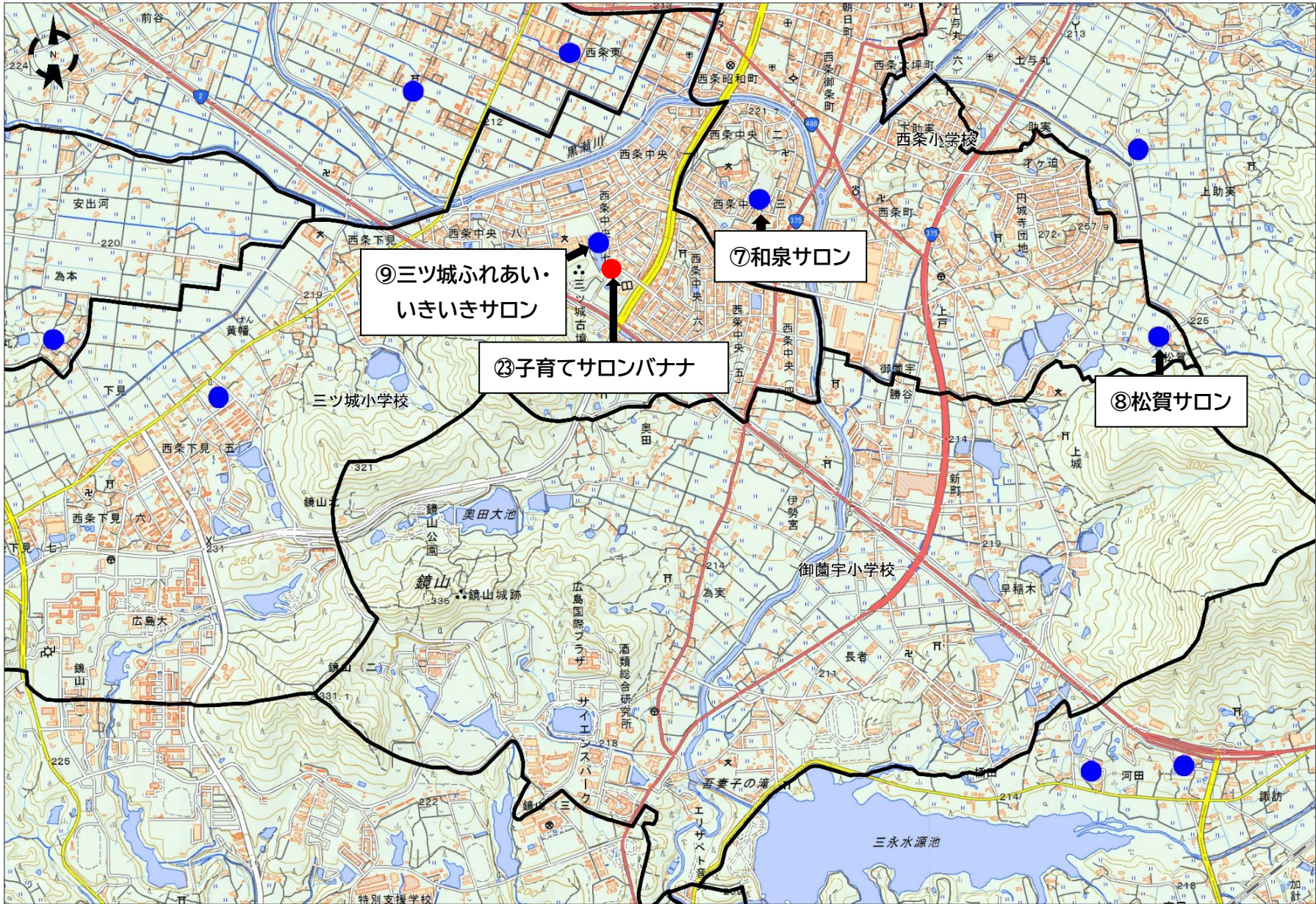
サロンマップ【三永】

- → 高齢者サロン
- → 子育てサロン



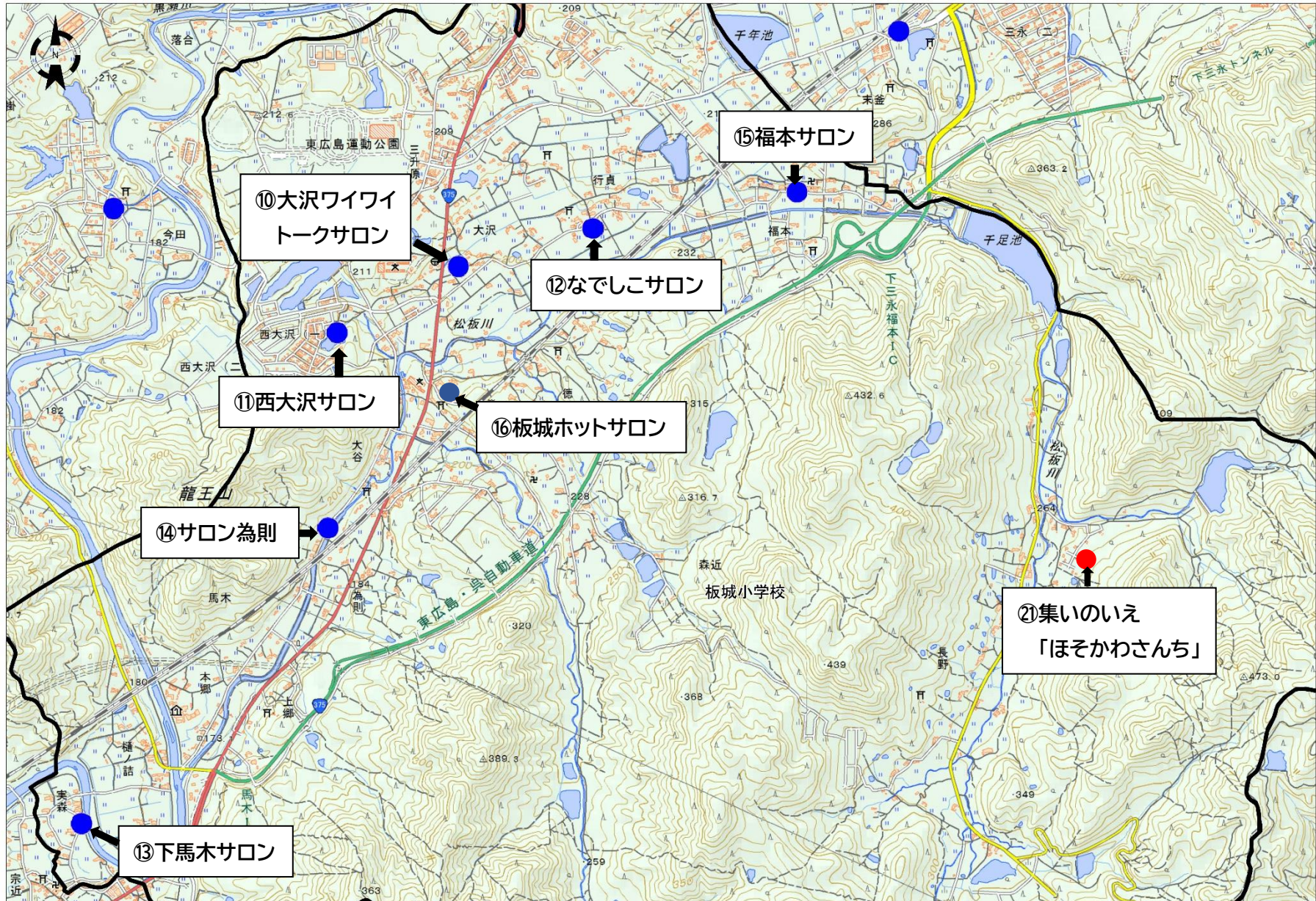
サロンマップ【御藪宇・西条中央・三ツ城】

- → 高齢者サロン
- → 子育てサロン



サロンマップ【板城】

- → 高齢者サロン
- → 子育てサロン



サロンマップ【郷田】

- → 高齢者サロン
- → 子育てサロン



①ゴーゴー三永サロン

【サロンの様子】

三永5区の60~90代の女性が参加しています。「地域の中で集まりたいね」という声があり、平成20年に立ち上げました。みんな昔からの知り合いですが、月に1度集まれる場があると、とても嬉しいです。「今日来てないけど、どうされたんかね」「次は来られるみたいよ」とお互いに気にかけて合うつながりができています。

【主な活動内容】

花見・おしゃべり会・日帰り旅行・出前講座・クリスマス会・新年会・コミュニケーション麻雀など



小物づくり



資源回収

皆で協力
しています!



お茶会



健康体操

【サロン活動】

サロンの内容は月ごとに次回の計画を立てています。空き缶と古紙回収を年に3回行って、サロンの活動費に充てています。資源回収の日は東広島整形外科クリニックの先生をお呼びして体操をしています。毎回内容を考えてくださるので、回数を重ねるごとにレベルアップしていきます!

【代表者さんより】

みなさん仲が良く、団結力のあるサロンです。サロンのことはみんなで決めてすすめています。

②サロン本頭スマイル

【サロンの様子】

本頭地区の60～80代の住民 13名ほどが参加しています。女性会が無くなり、寂しく思っていたところ、「サロンだったら男性も子どもも参加できるから良いね…！」と思い立ち上げました。活動内容は4月に話し合っ
て決めます。準備などは係を回して、負担ができるだけ少なくなるようにみんなで協力して進めています。

【主な活動内容】

お花見、パークゴルフ、料理、出前講座、おでかけサロン、忘年会、ごみ・缶拾いなど



ピザ作り



手作りのコミュニケーション麻雀



血管年齢測定

【サロン活動】

サロンのお知らせを回覧で回すだけでなく、近所で声をかけ合い参加の呼びかけをしています。毎年社協のバスで行く「親子お楽しみの旅」が大好評です。夏休みなので帰省された方も参加されます。普段のサロンでは毎回お茶会をしています。参加者が先生となって手芸も楽しんでいます。

【代表者さんより】 みんな笑顔で 気軽に集える 本頭

③御近所会

【主な活動内容】

おしゃべり、お茶会、1泊旅行、お出かけサロン、クリスマス会など

【サロンの様子】

10年前から下三永諏訪3班のご近所さんで集まっておしゃべりやお茶会をしていました。「せっかく集まっているのだから！」と平成25年に『御近所会』を立ち上げました。代表者宅の離れで開催しています。今では皆さんが気楽に集まれ、のんびりくつろげる場所になっています。



お茶会



気が合う仲間で
落ち着きます♪

【サロン活動】

おしゃべりが一番の楽しみなので、おしゃべりとお茶会が主な活動です。折り紙やクリスマス会などもしました。10周年を前に「1泊旅行をしよう！」ということになり、令和元年に杉乃井ホテルへ行きました。思い立ったが吉日で、実行して良かったです。気の合うご近所さん同士で、これからも長く続けていきたいと思っています。



自宅で開催しています!



折り紙

【代表者さんより】

隣近所のつながりを大切にしたい、何かあった時に手を差しのべられるような関係になりたい、と思いながらサロンをしています。

④なごみ会

【主な活動内容】

花見、食事会、お茶会、講座、体操、奉仕活動、社会見学、ジャムづくり、リースづくりなど

【サロンの様子】

JAの女性会が無くなり、ご近所の皆さんと話すことが少なくなったので、隣近所で気軽に集まれる場として平成26年にサロンを立ち上げました。おしゃべりや物づくりで、少しでも近所の皆さんとふれ合えたら…という思いで活動しています。おかげさまで、今では皆さんと気軽にお話ができるようになりました。



生け花



【サロン活動】

毎回、世話人の中で当番を回して案を出したり、材料を準備したりします。ちょっと贅沢をして、新幹線で広島市までお出かけをしたり、グランビアや瀬戸内リゾート、大久野島などにも行きました。サロンメンバーで野菜の朝市「きんさいや」を開催しています。それぞれの家で作った野菜を売っており、ご近所さんにとっても好評です。



コミュニケーション麻雀



健康相談

【代表者さんより】

密にならないよう気を付けながらも、横のつながりを大切にしています。皆で声をかけ合いながら活動しています。

⑤サロン七夕

【主な活動内容】

花見、折り鶴、軽運動、雑談、お出かけサロン、忘年会、コミュニケーション麻雀、おやつ作りなど

【サロンの様子】

吉光・大宮地区の一人暮らしや高齢の方を中心に呼びかけをして、平成 29 年に始めました。参加者は 60~80 代で、親子で参加されている方もいらっしゃいます。この地区は一軒一軒が離れているので、サロンに来て話すことを皆さんとても楽しみにされています。



コミュニケーション麻雀



どれを選ぶか…
頭を使います!



健康相談



歌の合唱

【サロン活動】

2 年前から折り鶴を始めました。雑談をしながら千羽を目指してみんなで折っています。手先を動かすので、頭と手の運動になります。昼食を食べたり、お菓子作りをしたりとみんなで食事をするのも楽しみです。令和元年度は半べえ庭園にお出かけをしました。

【代表者さんより】 このサロンの立ち上げが 7 月 7 日だったので、七夕サロンという名前になりました。地区の一人暮らしの方やご高齢の方に参加してもらえるよう呼びかけをしています。

⑥サロン向原

【主な活動内容】

おしゃべり、お茶会、食事会、お出かけサロン、忘年会、新年会など

【サロンの様子】

令和元年に立ち上がったサロンです。毎回おしゃべりを中心に楽しんでいます。皆さん話せることが嬉しくて、話し出すのが競争になってしまうほど話題がつきません。地域の情報交換の場にもなっています。向原地区だけでなく、他の地区の方も気軽に参加されていますよ。



令和元年に始めました☆



次の予定と内容は
みんなで決めます!

【サロンの行事】

忘年会と新年会はいつもお弁当をとっておいしい食事を楽しんでいます。飲み物などは各自好きなものを持ち寄っています。いつも皆さんが手作りのお菓子などを持ってきて下さり、それを食べながら色々とお話します。昨年はお出かけサロンも開催しました。男性の参加も多く、にぎやかに活動しています。



防災倉庫が会場です!



おしゃべり会

【代表者さんより】 おしゃべりが一番の楽しみです。回数を増やしてもっと皆さんに会いたいのですが、今は月に1回の活動にしています。コロナ禍ですが、心だけは密に活動しています!

⑦和泉サロン

【主な活動内容】

花見、コミュニケーション麻雀、ボール体操、お出かけサロン、忘年会、新年会、ゲーム遊びなど

【サロンの様子】

参加者は25~30年前に移り住んだ方が中心です。民生委員さんのお誘いで集まりました。団地なので家は近いのですが、なかなか集まる機会がないのでサロンの日を楽しみにしています。サロンに参加することでとても仲が良くなりました。最近引っ越してこられた方も仲間に入られました。



コミュニケーション麻雀



折り紙で作っています!

【サロン活動】

ボール体操やヨガは参加者の先生に教えてもらい、体を動かしています。歌を歌うことも楽しみのひとつです。

元々このサロンは折り紙の先生が作られたので、皆で一生懸命に折り紙をしたのが思い出に残っています。お茶菓子を入れるお皿も折り紙で作っています。



ボール体操



懐かしい歌の合唱

【代表者さんより】 サロンを通して皆さんと仲良くなり、地域の中で声をかけ合える関係になれたのを嬉しく思っています。皆さんも分担しながら準備や掃除など、責任を持ってしてくださいませ。一人暮らしの方が多くいますが、仲の良さが自慢のサロンです。

⑧松賀サロン

【主な活動内容】

おしゃべり会、健康体操、食事会、忘年会、とんど祭りなど

【サロンの様子】

サロンを立ち上げる時に、まほろばという事業所の方が地域で交流できる場を探しておられ、一緒に活動することになりました。平成19年に立ち上げ、自宅を開放して、松賀地区の皆さんとまほろばの利用者さんと共に、自然体で和やかに過ごせるサロンとなりました。



食事会

食事会の時はいつも手作りで!



オカリナの演奏をしてもらいました

【サロン活動】

おしゃべり会を中心に、年に2回、食事会とクリニックに訪問して健康体操を教えてもらっています。地域行事にも参加しており、障害のある方と地域の方との交流の場にもなっています。まほろばの皆さんも地域の一員となり、サロン以外でも声をかけ合える関係になりました。



東広島整形外科クリニックでの体操



地域のとんど

【代表者さんより】

地域の皆さんやまほろばの方とのつながりをこれからも大切に、細く、長く続けられたらと思っています。

◎三ツ城ふれあい・いきいきサロン

【主な活動内容】

お出かけサロン、子供会とのイベント、季節の飾りづくりなど

【サロンの様子】

西条中央の皆さんが集まれる場所を作りたいという思いで平成26年に立ち上げました。集会所や地域センターが無いので商工会議所を借りて実施しています。年4回の開催ですが、毎回30名近く参加いただいています。スタッフは三ツ城自治協西条中央支部のメンバーを中心に20名ほどで、合わせて50名ほどのサロンです。



体操



子どもたちも参加!



飾りづくり



お出かけサロン

【サロン活動】

内容は皆さんが楽しめるように趣向を凝らしてスタッフで考え、準備しています。子供会と合同で、一緒に折り紙やゲームもしました。サロンの後にはアンケートを実施し、満足度や気づき・提案などを記入してもらっています。サロンがより良くなるように意見を反映して活動に活かしています。

【代表者さんより】西条中央地区にお住まいの方が気軽に集えるサロン。お茶を飲みながらお喋りに花が咲き、健康体操、歌、ゲーム、簡単工作、年1回のお出かけサロン、地域の子どもたちのふれあい等々、中央支部福祉部会が中心となり計画・実施しているサロンです。

⑩大沢ワイワイトークサロン

【主な活動内容】

百歳体操・料理作り・食事会・地域の情報交換・古紙回収・健康相談・アカペラ歌謡など

【サロンの様子】

大沢地区の女性に声をかけて平成14年から続けています。皆さんサロンの日を楽しみにしておられ、当日は朝の8時半ごろから集まります。サロンに来ると色々な話ができるのでとても嬉しいです。次回のサロンの日までにご近所同士で声をかけ合って案内しています。



お茶会とおしゃべり



いつもは手作りで
すが感染予防のため
にお弁当です！

【サロン活動】

毎週、百歳体操を実施しています。体操の後はお茶を飲んだり、歌を歌ったりしてワイワイ過ごします。みんなで季節の料理やそれぞれの家庭の味を作って食べることも多いですが、コロナ禍では工夫をしながら食事をしています。

月に2回、古紙回収をしてサロンの資金にしています。



百歳体操



三味線の演奏と合唱

【代表者さんより】 自分たちの役割分担は、自分たちの仕事ととらえ、全員が同じ目線で活動し、様々なことをしています。また、地域内ではリーダー的存在であり、理想の高齢者サロンだと思っています。

⑪西大沢サロン

【主な活動内容】

お花見・手芸・パッチワーク・体操・干支づくり・忘年会・外食・お誕生日会など



【サロンの様子】

西大沢、誠和ハイツの70～80代の女性が参加しています。30～50年ほど前に引っ越してきた方が中心です。女性会のメンバーが集まって平成17年に立ち上げました。おひとり暮らしの方も元気に参加されています。



健康相談



おしゃべりをしながら楽しめます!

【サロン活動】

いつも朝から集まって手芸を楽しんでいます。手芸の本を回覧し、欲しい材料を購入して、それぞれ好きなものを作ります。干支飾りやポーチ、バッグなど様々な作品を作っています。お弁当を持ってきて一緒に食べることも楽しみです。



干支飾りづくり



和気あいあいとした雰囲気です

【代表者さんより】

15年以上前からパッチワークをずっと続けています。メンバー全員が先生となって、お互いに教え合いながらしています。

⑫なでしこサロン

【主な活動内容】 百歳体操・子どもとの交流・ヒモトレ・笑いヨガ・絵手紙・折り紙・健康体操・ゲーム&ランチ・出前講座・手芸・フマネットなど

【サロンの様子】

行貞地区の 60～90 代の住民が参加しています。平成 25 年に立ち上げ、令和 2 年には通いの場も始めました。今は毎週 10 時から百歳体操、11 時からサロンをしています。ご近所さんが多いですが、サロンに来るとゆっくりとお茶をしたり、イベントもあって、毎週楽しみにしています。



クリスマスリース作り



メンバーの美味しいお菓子や料理も楽しみです♪



手作りポッチャ



ビンゴ大会(プレゼント交換)

【代表者さんより】

みんなで楽しく挑戦 身を動かす、笑う、脳を鍛える

【サロン活動】

サロン活動が毎週になってからも、毎回内容を工夫して様々な活動をしています。身近にあるもので手作りのゲームをしたり季節の飾りを作ったり、クリスマスには、いつも皆でプレゼントを用意してビンゴ大会をします。4月・8月は地域の子どもたちと交流もしています。

⑬下馬木サロン

【主な活動内容】

食事会、おでかけサロン、お花見、クリスマス会、新年会、コミュニケーション麻雀、出前講座など

【サロンの様子】

下馬木地域の女性が集まって、平成 26 年に立ち上げました。サロンとして始めるまでは夜の 7 時から集まって、手芸やものづくりなどをしていました。小さな地域なので地区のほとんどの方が参加しています。60 代～90 代の幅広い年齢層なので、皆ができることを考えて内容を決めています。



おしゃべり会と料理



コミュニケーション麻雀



学習会(在宅療養)

【サロン活動】

サロンでは料理をすることが多いです。ワイワイ言いながらそれぞれの家庭の味で作ります。お寿司や煮物、スパゲッティ、そうめん、かき飯など旬の野菜を持ち寄って色々なものを作りました。今はお弁当を頼んでいますが、また皆でお昼ご飯を作って楽しく食べられる日が来てほしいですね。

【代表者さんより】 地域の皆さんに参加していただき、近況報告をしたり、安否確認の場にもなっています。これからも皆さんに来てもらえるよう続けていきたいと思ひます。

⑭サロン為則

【主な活動内容】

百歳体操、お花見、お出かけサロン、忘年会など

【サロンの様子】

上馬木為則地区の女性が集まって開催しています。始まりは女性会からで、平成26年に立ち上げました。メンバーはこの地区に同じ時期に入ってきた方が多く、気の合う仲間活動しています。ご近所さんでも家が離れているので、サロンでおしゃべりできることが一番の楽しみです。



おしゃべり会



一番の楽しみはやっぱりおしゃべりです!

【サロン活動】

毎週百歳体操を実施しています。カミカミ体操にも重要なおしゃべりを中心に、お出かけサロンや忘年会(清掃・カレー作り・手芸)、お花のアレンジメント、とんど祭りでの豚汁づくりなど、地域のイベントにも参加しています。冬の時期はサロンがあるおかげで運動不足を予防できます。



百歳体操後



コミュニケーション麻雀

【代表者さんより】

初めは少し心配もありましたが、同世代の方も多く、皆さんと協力しながらここまで続けることができました。

【主な活動内容】

手芸・いきいき体操・ボーリングゲーム・食事会・日帰り旅行・健康相談など



【サロンの様子】

福本地区の皆さんに声をかけて平成 27 年に立ち上げました。農繁期はお休みしていますが、毎回皆さんに参加してもらるように声をかけ合っています。百歳体操も毎週ありますが、やっぱりサロンの時は皆さん顔つきが違います！おしゃべりや手芸、ゲームなど、皆さんとても楽しみにされています。



1位おめでとう
ございます!

介護予防グッズ



【サロン活動】

みんなで取り組みそうなものづくりやゲームを楽しみ、食事も皆で作っています。手芸は洗濯ばさみでアニマルピンチを作ったり、ジュースの空き容器を利用して花立てを作ったり、と手軽なものを工夫して作りました。夏休みにはカレーを作って、地区の子どもたちと一緒に食べ、その後はゲームをして皆で楽しいひと時を過ごしました。



おでかけサロン



健康相談

【代表者さんより】

「なるべく皆さんに参加してもらいたい」「いつまでも元気で来てもらいたい」と思いながら、色々とサロンの内容を考えています。

⑩板城ホットサロン

【主な活動内容】

おしゃべり会・趣味活動・学習活動・脳トレ・介護予防ゲームなど

【サロンの様子】

板城いきいき体操(通いの場)の参加者から令和2年に立ち上がったサロンです。板城地区全域から約25名参加しています。地域のつながりをつくりたいという思いで交流を進めています。知り合いがいない方も多かったのですが、回を重ねるごとに仲良くなっています！



学習活動

この日は介護保険について！



助け合い体験ゲーム

助け合いはこれから大切…！



介護予防グッズ



コミュニケーション麻雀

【サロン活動】

活動は百歳体操が終わった後、11~12時ごろまでです。約1時間ですが、毎回ゲームや出前講座、おしゃべり会など、みんなが「楽しい」「ためになった」と思える内容を企画しています。「せっかく地域から集まって体操をしているのだから」と、サロンを立ち上げ、新たなつながりができとても嬉しいです。初めての方も気軽に参加されています。

【代表者さんより】

皆さんに好まれ、癒される、ホットなサロンにしていきたいです。

【主な活動内容】

お花見、折り紙、手芸、お出かけサロン、区長・民生委員さんとの交流会など

【サロンの様子】

柏原地区の女性が参加して平成12年に立ち上げました。女性ばかりですが、資源回収の時には地域の男性方も手伝ってくださいます。その時は一緒に食事をしてサロンにも参加してもらっています。資源回収は地域の方なら、いつでも置いてもらえる場所があるので、皆さんに協力していただいています。



転倒予防について



健康相談



食事会



いつも季節の野菜を使っています☆

【サロン活動】

毎回同じ料理にならないように世話人でメニューを考え、工夫しています。参加者の皆さんもいつも食事を楽しみにされています。年に1回は区長さんと民生委員さんをお呼びして、手打ちのそばを振舞います。料理だけでなく、メンバーに手芸を習ってみんなで作品を作ったり、と色々な活動をしています。

【代表者さんより】

皆さんで計画して、野菜を持ち寄って食事をしながら、和気あいあいと活動しています。皆さんの手料理が自慢のサロンです。

⑱ 武士ふれあいサロンどんぐり会

【主な活動内容】

体操・花見・日帰り旅行・ミニ夏祭り・手芸・食事会・焼きそば大会・講習など

【サロンの様子】

平成14年に立ち上げ、20年近く活動しています。武士地区の女性が中心のサロンで、集会所まで遠い人は一緒に乗り合わせて参加しています。

サロンの開催は案内状を全戸に配布して広く参加を募っています。毎回、欠かさずお茶会をしておしゃべりするのが楽しみです。



移動スーパーでお買い物



フジの移動スーパー
が来ました!



ウン知育教室



手芸

【サロン活動】

集会所周辺の草取りをする時は、1つ200円の予算でお弁当を作ってみんなで輪になって食べました。手芸の時はメンバーに教えてもらいながら作品を作っています。百歳体操も実施しており、毎週フジのおまかせくん(移動スーパー)が来るのをみんな楽しみにしています。

【代表者さんより】

元気で長生きしようネ!仲良く!地域の皆さん大好きです!!

⑨こぶし会

【主な活動内容】

交流会、お出かけサロン、健康相談、そうめん流し、忘年会、とんど祭り、体操など

【サロンの様子】

小比曾と市ノ畑地区の住民が参加しています。平成11年に社協のサロンに登録しましたが、その前から活動を始めており、20年以上続けています。両地区の皆さんで和気あいあいと活動しています。令和元年から交流会を2回増やして、年10回の活動になりました。



子どもたちとそうめん流し♪



スイカ割りに挑戦!



にんげん知恵の輪



介護予防グッズ

【サロンの行事】

毎年、地域の子どもたちや社協の実習生に参加してもらい、そうめん流しやスイカ割りを実施しています。そうめん流しの竹は山からとってきて準備をします。地域のみんなにぎやかな時間を過ごしています。

お出かけサロンでは福山の鷗風亭でお昼ご飯を楽しみました。

【代表者さんより】

“共に支え合う”をモットーに誰でも気軽に集えるサロンとして活動しています。

20 うぐいすサロン

【主な活動内容】おしゃべり、お茶会、体操、コミュニケーション麻雀、お出かけ、グランドゴルフ、ビンゴゲーム、手作りの遊びなど

【サロンの様子】

皆さんとても仲が良く、準備も協力し合っています。家にあるお菓子をもち寄ったり、手作りのものをお裾分けしたりしてお茶会もワイワイ楽しんでいます。

情報交換の場にもなっていて、ゴミ出しや回覧板のことなど、ちょっとした困りごとを相談したりしています。



ビンゴゲーム



手作りのゲームです!



体操



コミュニケーション麻雀

【サロン活動】

参加者の中でパソコンが得意な方に、お知らせを作ってもらっています。そのチラシをゴミステーションに貼って案内をしています。参加者が近所で声を掛け合い、新たに参加された方もいます。「一人では食べる気が起こらないけれど、みんなと一緒にだとお茶をするのが楽しい」と言って、来てくださいます。

【代表者さんより】 皆さん楽しみにして来てくださるので、毎回楽しんでもらえるように、そのお手伝いができれば、と思っています。皆さんの協力があってこそこのサロンです。

22 子育てサロンよちよち

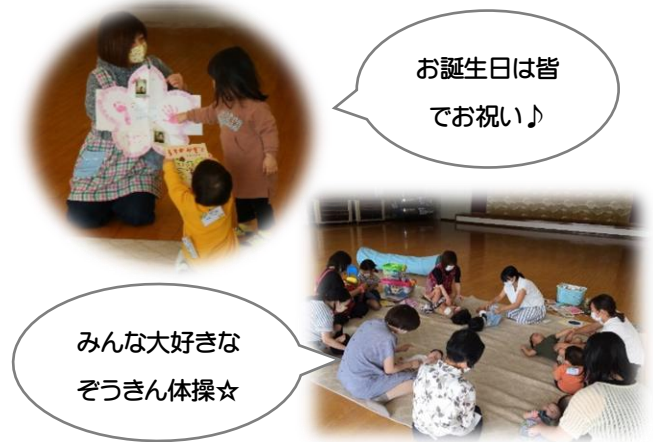
【サロンの様子】

参加者は主に、郷田地域やその近隣地域の未就学児の親子です。平成 25 年に立ち上げました。郷田へ引っ越してこられた方や、他地域の方も参加されています。郷田の方はサロンを通して、小学校進学前からつながりができています。地域のボランティアの方にも協力していただき、多世代の交流も図っています。

【主な活動内容】おしゃべり会・ハンドマッサージ・ミニ運動会・講話(保育士・薬剤師・保健師) 工作・季節行事(クリスマス・節分)・わらべうたなど



絵本の読み聞かせ



お誕生日は皆
でお祝い♪

みんな大好きな
ぞうきん体操☆

【サロン活動】

親同士のおしゃべりを楽しんでもらえる時間をつくり、地域でのつながりを作っています。月ごとにイベントを考え、子どもたちは楽しみながら、お母さん同士もコミュニケーションを取りやすいように、と工夫をしています。地区外の方や、初めての方も大歓迎です。皆さん気軽に参加されています。



節分あそび



実習生とのレクリエーション

【代表者さんより】 サロンを通してお母さん同士が相談し合える友達になったり、保育所との顔つなぎの場になったりと、このサロンが子育てをしやすい地域になるための一助となっていると感じます。スタッフと参加者の垣根をなくすように心がけています。

②③ 子育て広場バナナ

【主な活動内容】 ゲーム・歯のいい話・紙芝居・ママペラーズ・ミュージックケア・リトミック・七夕飾り・お楽しみ広場・クリスマス会・わらべうた・手品・お別れ会など

【サロンの様子】

このサロンを立ち上げたきっかけは、引っ越してきて間もない親子を心配した地域の方の相談からでした。引っ越してこられたお母さんがゆっくりと過ごせ、仲間づくりができる場所、家にこもりがちな親子が気軽に参加できる場所を作りたいという思いで平成16年に立ち上げました。



飾りづくり



沢山のお友達に出会えます☆

【サロン活動】

活動は月に2回です。毎回東広島市内で活躍されている方をゲストに呼び、手品・ふれあい遊び・紙芝居などをしていただき、親子で楽しんでもらっています。市内の親子が集い、たくさんの友達に出会い、子育ての悩みを話したり、仲間をつくったりできる場となっています。気軽に来ていただきたいので、予約は取らず、当日参加にしています。



七夕かざり



読み聞かせ

【代表者さんより】 予約不要で、気軽に顔を出してもらえるサロンです。お母さん(ご家庭)の予定やお子さんの機嫌・体調などに応じて、出入りも自由です。孫育て中のスタッフもいるので、多世代交流ができる場となっています。

【その他の一例①】 社協の地域サロン以外にも地域にはこんなサロンがあります

最後にちょっと
ご紹介

サロンは社協への登録が必須ではありません。少人数で地域の参加しやすい場所に集い合って、おしゃべりなど自由な活動
をすることがサロンの第一歩です。小地域で自主的なサロンを開催されている一例を紹介します！

【サロンの様子】

この地区は集会所や地域センターがなく、
高齢者が集えるサロンは自治協主催の年4
回のサロンだけです。ご近所には参加したい
けれど会場まで行くのが難しい方もいらっ
しゃいます。遠くまでいけない方や、おひと
り暮らしの方が気軽に集える場所を作りたい
という思いで立ち上げました。



手話であいさつ



タオルでねずみを
作りました♪

喫茶店のようなお茶
セットが好評です！



タオルマジック

【サロン活動】

代表者の自宅で月に1回開催しています。
午後1時～3時までの予定にしていますが、
いつも楽しくて、ついつい4時ごろまで
おしゃべりしてしまいます。サロン後は皆さ
んととても良い顔をして帰られます。地域に利
用できる場所が無くても、気軽に集える場が
少しでも増えたら良いなと思います。



【その他の一例②】

【サロンの様子】

「団地の中にみんなが気軽に集まれる場所が欲しい」という思いで立ち上げました。美園パークの住民を中心に15名ほどが参加しています。子育て世代の方から80代の方まで幅広いメンバーです。歩いて来られる方であれば、誰でも参加可能です。



4月から社協の
サロンに登録します！

【サロン活動】

毎月1回、様々な方をお呼びして体操をしたり、健康や制度・サービスの話などを聞いたりしています。その後は皆でおしゃべりを楽しみます。令和3年度からは社協のサロンに登録をして、さらに活発に活動を進めていきます。皆さんとても親しみやすい方で、初めての方も大歓迎です。



美園パーク集会所
で開催しています



お茶会とおしゃべり

『で愛の場』に活動紹介の掲載を希望されるサロンは社会福祉協議会までご連絡ください。その他、地域での活動情報もお寄せください！

地域サロンとして登録したいという場合は次のページをご覧ください！

サロン活動を始めるには??

《社会福祉協議会の地域サロンについて》

誰もが気軽に寄り合える「集いの場」づくりを通して、地域での孤立予防や日頃の見守り・支え合い活動へと展開させていくことを目指しています。



社協のサロン申請のポイント

【ポイント①】

隣近所単位を目安に少人数(10名以上)で立ち上げます。

【ポイント②】

地域の集会所等に限らず、参加者が集まりやすい場所で開催を考えます。(個人宅、空き家、屋外…季節・天候に応じて様々なスタイルのサロンが可能です)

【ポイント③】

サロンにはいつでも立ち寄れるよう、月1回以上を目指して実施します。

【ポイント④】

サロンは近隣住民の誰もが参加できるものとし、特に高齢者中心のサロンでは、子どもが参加した世代間交流など、次世代との関りができるように工夫します。

サロンの申請方法

- ①社会福祉協議会に助成金申請書を提出します。
⇒社会福祉協議会にて内容を審査し、承認された場合は決定通知書により通知します。
- ②申請書の内容が承認されたら、助成金が交付されます。
 - 新規立ち上げサロン
30,000円
 - 2年目以降の継続サロン(開催回数によって金額が異なります)
15,000円(年間10回以上)
10,000円(年間7~9回)
5,000円(年間6回以下)
- ③1年間の活動報告書とサロン継続助成金申請書を翌年度の5月末までに社会福祉協議会に提出します。

☆サロン申請までに、社会福祉協議会の職員が地域の状況やサロン活動について話を聞かせてもらいます。まずはご連絡ください。



問い合わせ先：東広島市社会福祉協議会 ☎ 082-430-8867 詳しくは36ページへ！

《元気輝きポイント制度について》

参加者が5名以上、1回の活動時間が2時間程度、年10回以上
開催するサロンは**元気輝きポイント**の対象になります!!



☆対象となる健康づくり活動やボランティア活動を行い、「元気輝きポイント手帳」にポイントを1年間貯めることで、報奨金が支給されます。

☆市役所地域包括ケア推進課で団体登録の申請を行います。

【対象者】 40歳以上の東広島市民

【対象となる活動】

- ①地域サロン（参加者5名以上、1回の活動が2時間程度、年10回以上開催するサロン）
- ②「通いの場」（健康増進課に登録している「通いの場」の活動）
- ③趣味活動・スポーツ活動（参加者5名以上、1回の活動が2時間程度、年1回以上定期的に開催する趣味活動およびスポーツ活動）
- ④ぐるマルお助け活動（高齢者を対象として地域住民で主体的に行う支え合い活動、定期的な見守り活動、配食活動など）

※①～③の参加者ポイントは65歳以上の方が対象です



元気輝きポイントの団体登録をしているサロンに参加すると
ポイントが貯まります！（サロンに対する助成金はありません）

元気輝きポイントは上記のように、サロン活動以外にも対象の活動があります。
詳しくは市のホームページまたは以下の問い合わせ先《地域包括ケア推進課》まで！



問い合わせ先：東広島市地域包括ケア推進課 ☎ 082-420-0984 詳しくは36ページへ！

問い合わせ先一覧

◎サロン活動について

東広島市社会福祉協議会 地域福祉課（東広島市西条町土与丸1108番地）

☎ 082-430-8867

※サロン活動に参加したい場合は、サロンではなく社協へご連絡ください。

◎元気輝きポイント制度について

東広島市役所 地域包括ケア推進課（東広島市西条栄町8番29号2階）

☎ 082-420-0984

◎通いの場(百歳体操)について

東広島市役所 医療保健課（東広島市西条栄町8番29号2階）

☎ 082-420-0936

おわりに

『西条みなみ で愛の場 ～サロン活動のご案内～』をご覧いただきありがとうございます。

この冊子は西条南地域(板城・郷田・西条中央・御園宇・三ツ城・三永)の中で社会福祉協議会の地域サロンに申請された23か所を掲載しています。また最後に、地域サロンには登録がありませんが、地域の中で少人数で活動されているサロンを紹介させていただきました。

サロン活動の様子を見て、まず興味を持っていただけたら大変嬉しいです。サロンは“地域の誰もが気軽に集える場”であり、集うことから気にかけて、支え合える関係へとつながり、地域の皆さんのくらしを支えていきます。いつまでも皆さんがこの住み慣れた西条南地域で暮らしていけるよう、サロンを通してつながりの輪が広がっていくことを願っています。

この冊子は新型コロナウイルスの流行前に撮影した写真も掲載しています。各サロンでは、全国的な新型コロナウイルスの感染拡大により不安な日々が続く中、感染防止策を講じながらつながりを絶やさないよう活動されています。1日でも早く新型コロナウイルスが収束し、以前のように気軽に集い合っ、自由に活動できる日が来ることを願っています。

<「西条みなみ で愛の場 ～サロン活動のご案内～」作成協力機関一覧>

板城小学校区住民自治協議会

西条住民自治協議会

ふるさと郷田自治協議会

御園宇小学校区住民自治協議会

三ツ城自治協議会西条中央支部

三永まちづくり協議会

西条南地区民生委員児童委員協議会

東広島市 医療保健課

東広島市 地域包括ケア推進課

東広島市地域包括支援センター

東広島市社会福祉協議会

サロン情報やブログもアップしています！！



←社会福祉協議会のホームページから
『で愛の場』のPDFがダウンロードできます。



←つながる東広島のホームページから
『で愛の場』のPDFがダウンロードできます。

<問い合わせ先>

東広島市社会福祉協議会 地域福祉課

TEL 082-430-8867

FAX 082-423-8525