

## No. 5

# 地域で協力してサロン活動などを運営

## 1 活動の概要

活動名	しもにしくろかわ 下西黒川 おなじみ会
対象地域	阿蘇市下西黒川地区
運営主体	下西黒川老人会
活動の種類	①集いの場 ②見守り活動 ③防犯・防災活動 ④困りごと・生活相談 ⑤移動・送迎支援 ⑥地域のイベント ⑦その他 ( 環境美化活動 )
活動日時	毎週水曜日 10:00～
活動場所	下西黒川公民館、ゲートボール場
参加費	無料
対象者	下西黒川地区の方
協力団体	行政、阿蘇市社会福祉協議会、自治会
運営財源	ふれあいサロン活動助成金 (阿蘇市)
備考	

## 2 活動を始めたきっかけ

地域の老人会として、サロンは十数年前から実施。「おなじみ会」の名称は、先代の会長が名付けられた。

現在では、平均で毎回15名程度が参加しており、多い時には約20名が参加。介護予防・生活支援サービス事業の通所型サービスB※も実施。サロン活動は、65歳以上を対象としているが、対象年齢でない方も受け入れている。

※通所型サービスB: 住民主体で通いの場を設け、体操、運動等の活動を行うサービス

## 3 活動の内容

- ・サロン（毎週水曜）…健康体操や認知症予防トレーニング等を実施
- ・定例会（毎月1回開催）
- ・グラウンドゴルフ（毎週開催）
- ・環境美化活動…公民館の掃除や除草作業などを定期的実施

## 4 特徴やポイント

- ・会食の時には、サロンを欠席した方へも配食を兼ねて見守りを実施。
- ・サロン終了後も参加者同士の情報交換の場となっている。
- ・継続的に実施することで、高齢になっても運動機能が向上している。
- ・地域の方がボランティアでサロンの講師などを担っている。

## 5 課題（現在と今後）

- ・70歳前後の方は、仕事をしている方も多く、参加が少ない。また、男性の参加者が少ない。
- ・美化活動を現在老人会として行っているが、今後継続できるか不安がある。
- ・地域の高齢化が進んでおり、今後、買い物や移動支援などが課題。



## 6 問い合わせ

阿蘇市社会福祉協議会 ☎ 0967-32-1127