



北の峰ふれあいサロンの紹介

当サロンは平成21年8月に第1回のスタートを切りました。その時の内容は高齢者を中心としたゲーム大会、人生講話、メインは「映画 お年寄りの交通安全」等で、昼食は第1回目を祝い手作りのお赤飯を参加者の皆さんといただきました。

サロンスタートまでは約半年間、地域としての取り組み方針、独り暮らし高齢者の把握と参加状況、ボランティアの発掘と登録、会場（コミュニティーセンター）の確保、アトラクション協力団体等の把握、先進的にサロン活動をされている麻町サロンへ、2度の視察研修に行き、多くの指導助言等をいただき、本日の北の峰サロンの基礎ができたところであり、厚くお礼申し上げます。

あれから間もなく4年が経過しようとしておりますが、今年4月現在の登録状況は、独り暮らし高齢者38人、ボランティア42名です。

本サロンの特徴は、ボランティアの皆さんが毎回25～30人参加協力してくれるので、大変心強い限りです。次に食事は毎回手作りでメニューも季節にあったものを心がけています。例会の案内は町内会長を通じ出欠の確認、更に新規入会の確認もしております。

また「サロンだより」を向う3ヵ月発行し関係する皆さんに事前周知し、更に例会終了後は運営委員会役員会(12名)を開催し本日の反省と次回以降の内容検討と決定を行っております。

毎例会の日程は午前10時開会、サブメニューとしてお誕生会、ゲーム大会（景品有り）、講話、映画、紙芝居、交通安全・防犯教室、健康体操等を行っており、午前11時からメインとして市内の文化団体の皆様方を中心に出演していただき、約30分間を会場の皆様と一体となって楽しんでいるところです。

これからも毎月1回の例会開催にはマンネリ化を打破し、参加してくださる独り暮らし高齢者の皆さんが、次回も是非参加したいと思えるサロンづくりに、運営委員会の皆さんと共にまた関係機関の方々のご指導をいただきながら努力してまいりたいと存じます。

（文章 事務局長 佐藤 邦昌 様）



大正琴サークルさんの演奏にうっとり



みんなで体操!! 深呼吸