

いきいきサロンおもいやり

インタビュー 代表者：畑 茂、樽井 暉治

古都学区情報

世帯数

2,376 世帯

人口

4,898 人

高齢化率

33.9%

■活動のきっかけ

古都学区の老人クラブ「古都和楽会」に参加する中で「自分たちのやりたい活動を企画して地域住民と楽しみたい」と思い、近隣の住民たちに声をかけてサロンを立ち上げることにしました。それまでは地域住民が楽しく集まるような場は無く、高齢者が気軽に集まれる場になればと思い、活動を開始しました。

■活動目的

世界中で最も100歳以上の高齢者が多いイタリアのとある町では、町民同士の交流が長寿の秘訣と聞きました。サロンに参加してもらうことで、人と人との交流とつながりを作ることが私たちの目的です。高齢者が元気潑刺な気分で、極力医者にかからないように明朗快活に毎日暮らせるようになってほしい、そう願いながら活動しています。

■活動内容

「参加者に楽しんでもらおう」と、失敗を恐れず、毎回趣向を凝らしてイベントを企画しています。自分たちで考えて自発的に動けるよう、自立した活動を目指しています。

2020年のコロナ禍でも活動を望む声は多く、何とかできる手段や方法を探して活動を続けました。



参加者には手指消毒と検温を徹底しました。

【七夕飾りに願いを込めて】

みんなの「集いは是非行いたい」との思いから、手の消毒、マスクの着用で最善の注意を払いながら七夕飾りを開催しました。



七夕飾りに願いを込め、一生懸命作りました。

初めての企画の七夕飾りでしたが、喋ることすら忘れて、みんなでたくさんの折り紙を折り、思い思いの願い事を短冊に書き、楽しい集いことができました。

出来上がった七夕飾りは地域の5か所に飾り、みんなの願いが届くように、旧七夕の8月まで設置しました。

◎願い事の一部をご紹介します。

「思いやり、あなたと私の宝物」

「いきいきサロンおもいやり、みんな仲良く楽しい人生を」

「早くコロナが終息しますように」等々



願いが込められた七夕飾り

【ボランティアによる手品と演奏ショー】

岡山市社会福祉協議会に相談したところ、ボランティア登録されている手品とギター演奏ボランティアを紹介してもらいショーを行いました。笑いとおもしろい演奏で大いに盛り上がりました。

会場は集会所内で行いましたが、検温や手指の消毒、マスク着用、十分な換気を徹底して、万全な対策を行いました。



この他にも駐車場を利用して屋外でディスコン競技なども行いました。どのイベントでも「みんなに会えて楽しかった」「話せてよかった」などの感想が聞かれました。



駐車場を利用して屋外でディスコン競技をしました。

幹事の私たちも参加者の喜びの声を聞くと「次回は何をしようか」と楽しい気持ちになります。

■参加者の声や活動の効果

何より参加者同士の交流が活発になりました。それまで知らなかったり話したことのない人たちが、お互いの家に遊びに行ってお茶をするようになったり、一緒に散歩をするような関係になりました。

この地域では2018年の西日本豪雨の際に災害情報が少なく、住民が各自の判断で避難をしなければなりませんでした。その反省をふまえてサロン参加者を中心に連絡網を作り、いざという時には助け合うことを話し合ってい

ます。これもサロンを通じて普段からコミュニケーションができていたからです。

■工夫していること

自分たちだけでは企画のアイデアが充分でないので、近隣の「生きいきサロンむつみ会」（平島学区）と交流を深めて、イベント企画について情報を共有しています。こちらからもボランティア講師を紹介して、大変喜んでいただきました。

また告知チラシは必ず自宅に行って直接手渡しするようにしています。会えば顔を見ているいろいろな話ができますし、参加人数も増えます。普段からのお付き合いや情報交換はとても大切だと思います。

■参加対象者

藤井南町に住んでいる方々が中心ですが、参加を希望される方がいれば随時受け入れています。

■場所・時間

- ・場所 藤井南町内集会所
- ・時間 第1金曜日10:30～12:30

■運営費

<収入>

- ・参加費1回100円
- ・岡山市社会福祉協議会 特別助成金

■今後の展望

家に閉じこもっているよりは、外出しておしゃべりをするのが高齢者にとって何よりの健康の秘訣だと思います。失敗を恐れず試行錯誤しながらも少しでも多くの人に参加してもらい、高齢者の生きがいづくりをお手伝いしたいと思います。

将来的にはこのサロンに他のいろいろなサロンも参加してもらって、さらに交流を広げたいと願っています。

■ネットワーク

岡山市社会福祉協議会