第38回
令和6年3月

たかつハートリレー 取材レポート

高齢者の居場所づくり「しもさくサロン」

下作延第一町内会

取材者

特定非営利活動法人
マイＷａｙ
渡辺典子さん

取材先

しもさくサロン
竹内敬二さん

今回の取材先は、「しもさくサロン」さん。健康のお話、脳トレクイズ、ボッチャや合唱、お菓子を食べながらの懇談で盛り上がっていました。参加したみなさんは、終始笑いが絶えませんでした。

しもさくサロンとは？

しもさくサロンは、高齢者の孤立を防ぐために始めた、居場所づくりの活動です。下作延第一町内会館で隔月で開催しており、下作延第一町内会の民生委員児童委員が運営しています。民生委員児童委員としても高齢者の見守りが課題になっていることもあり、この取組を始めました。



歌と体操

取材日のプログラムは、「健康のお話」「ストレッチ」「ゲーム」「まったりクイズ」「懇談」「カラオケ」「北国の春・歌と体操」と流れていきました。最近では誰もが気軽に楽しめるスポーツのボッチャが人気です。また、参加者の中には、ひとりで来られる方も多くいますが、参加者がおしゃべりをしながら交流する「懇談」の時間があります。この中から新たな交流が生まれているようです



人気のボッチャ

良かったことは、民生委員児童委員を知ってもらえたこと



しもさくサロンを続けて良かったことは、民生委員児童委員の存在を地域の人に知ってもらえたことです。民生委員児童委員は、地域住民にとってまだまだ身近な存在となっておらず、何をどのように相談したらよいのかわからないという人も多いようです。しもさくサロンを始めてから民生委員児童委員の認知度も上がり、何気ない会話の中で悩みごとがポロっと出されたりしています。民生委員児童委員が「相談してください！」と言うだけではなく、普段から気軽に話し合うことができる環境づくりが大事だと思います。今後も、居場所づくりや民生委員児童委員の認知度アップなど、できることを取り組んでいこうと思います。

たかつハートリレーとは、小地域やグループ単位で行っている福祉活動について現地取材を行い、写真やインタビュー記事とともに掲載していきます。取材された団体が次の団体を取材するリレー形式を取る事で、取材の場が区民の交流の機会にもつながることを目指します。

ハートリレーＨＰ

発行・問い合わせ　高津区役所地域みまもり支援センター地域ケア推進課　TEL：044-861-3313