



ふれあい絆・活サロン かわら版

平成29年 12月号

◆ 今月は…

- 表 ○介護予防型「サロン第二小」開設！
- サロン開催状況(11月末現在)

- 裏 ○荒川版回想法の取組にご協力下さい
- ご近所おたがいさま講座のお知らせ
- 地域コーディネーター連絡先

●東日暮里五丁目で「サロン第二小」がスタート！

区内10番目となる介護予防のサロンが区立第二日暮里小学校に開設しました。もともとは、地域の高齢者の健康づくりのために「荒川ころばん体操」のリーダーの方々が、地元小学校で体操活動に取り組まれていました。その自主活動が、今年9月に9周年を迎えたことを契機として、10月から「ふれあい絆・活サロン」として再スタート☆。

近隣町会や近くのマンションにお住まいの方も参加され、「ころばん体操」や「せらばん体操」で、いい汗をかいた後は、お互い自己紹介をしながらのおしゃべり会。

『似ているなあと思っていたけど、やっぱり！』と、昔なじみの方同士が再会する場面もあり、とても和やかな雰囲気です☆



場 所：第二日暮里小学校 視聴覚室（東日暮里5-2-1）

開催日：毎月2回土曜日 14:00～15:30 日程は3ヶ月ごとに決定

※月の第1回目にはお茶菓子付きの茶話会があります

対 象：ご自身で会場に来られる方でしたら、どなたでも参加できます。

荒川区内のふれあい絆・活サロンの活動状況（平成29年11月30日現在 全84か所）

- ◆地区別サロン【基本型】：南千住8か所・荒川12か所・町屋5か所・東尾久4か所
・西尾久9か所・東日暮里7か所・西日暮里8か所
- ◆地区別サロン【介護予防型】：10か所 ※介護予防、健康づくり等を目的に毎週開催するサロン
- ◆テーマ別サロン：17か所 ※認知症高齢者を支える家族、男性介護者、聴覚障がいの高齢者、ふれあい電話対象者、シングルマザー、福祉ニーズのあるお子さんなどをそれぞれ対象としたサロン
- ◆子育てサロン：4か所 ※子育て中の若い親子を対象としたサロン

●荒川版「回想法」の取組にご協力下さい！

現在、首都大学東京の山田拓実教授やアーカイブボランティア「思い出あらかわ」の方々と協力して、荒川区の昭和時代の写真等を集めてデジタル化する取り組みをしています。

これは、区内各地域の高齢者の方々が懐かしい記憶を思い起こして、「あの頃のこどもはよく紙芝居を観に行ったなあ。」「家族みんなで食卓を囲んでたわね。」など、お互いに語り合うことで、脳の活性化を目指す「回想法」という手法に活用することを目的としています。もし、ご自宅に昭和の時代のアルバム、写真などがありましたら、お貸しいただきませんか？ また、そうした素材をお持ちのお知り合いの方を、ぜひご紹介ください。

例・荒川区の街なみ・子ども時代の写真・ご家族で撮った写真
・食事風景・お店や商店街の写真・玩具や暮らしの道具等



ジョイフル三ノ輪商店街

●ご近所“おたがいさま”講座

～外出サポートボランティア養成講座～のご案内

家に引きこもりがちな高齢者の方々に「ふれあい絆・活サロンに一緒に行こう」と声かけをしてくれる方、散歩やお買い物に一緒に行ってくれる方、また旅行に付き添ってくれる方はいませんか？ といったご相談が、ボランティアセンターに寄せられます。

一人で外出するより、一緒にでかけてくれる人がいると楽しさは倍増しますし、何よりも安心だからだと思います。

そうした中、地域の方々に安心してふれあい絆・活サロンに参加していただこうと、普段から町会・自治会や高年者クラブ、そして民生・児童委員など多くの方々がサポートしてくださっていることは大変心強いことです。この度、そうした“お互いさま”活動の輪を、さらに広げていくために、高齢者へ外出時の付き添いをしていただけるボランティアさんの養成講座を実施します。

ぜひ、お知り合いの方々にもご周知ください。



■日時 平成30年 **1月30日** (火)・**2月14日** (水)

午後2時～4時 ※2回とも内容は同じです

■内容 高齢者にとっての外出の意義・外出サポート時に配慮すること 等

■会場 アクロスあらかわ

■申込み・お問合せ先 … 下記担当者まで

暮らしや地域のことについてのご相談・お問合せは地域コーディネーターへ：稲葉・大藤

荒川区社会福祉協議会 地域ネットワーク課

〒116-0003 荒川区南千住1-13-20

電話：3802-3338 FAX：3802-3831

