



# あさがお

第32号 (令和元年7月1日発行)

東大和市社会福祉協議会 〒207-0015

東大和市中中央 3-912-3 ☎042 (564) 0012

花言葉は「愛情の絆」、「結束」

## ひがしやまとのふれあいサロン情報

芝中口号棟ゆうゆうサロンは、毎週土曜日に芝中口号棟集会所で開催されています。

芝中団地の文化祭をきっかけに約7年前に発足しました。当初8人ほどだった参加者は、今では20人を超えるほどに。

活動はゆうゆう体操をしたり、脳トレをしたり、歌やおどりをすることもあります。活動内容は代表の加藤さんがその日に決めるそうです。取材に伺った日は皆さんで輪になり、サザエさんの曲に合わせて体操をしていました。体操中も皆さん笑顔が絶えず、とても楽しそう。体操の後は茶話会をします。参加者の一人が「一番の楽しみは茶話会よ」とはにかみながら教えてくれました。

サロンの特徴を伺うと、みなさん口々に「仲が良いところ」、「和気あいあいとしているところ」と答えてくれました。「仲間に会いたくてサロンに参加するのよ」と楽しそうに話す参加者の方々の姿が印象的でした。

驚くことにサロンに来てから団地内の仲間が増えたという方が多くいました。団地に住んでいても同じ階段を利用する人とはよく顔を合わせるけれど、他の階段を使う人とはなかなか顔を合わさないというのが現状とのこと。



## サロン活動紹介31

### 芝中口号棟ゆうゆうサロン



サザエさんの曲に合わせて踊ります

サロンを通じて別の階段を使う人ともあいさつをするようになり、今では食事に行くこともあるそうです。

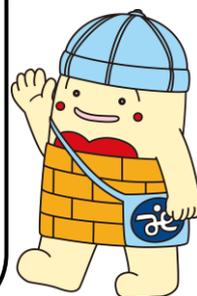
サロンで体操をすることで身体が丈夫になったという方もいます。一人で体操を続けるのは難しいけれど、仲間がいるからこそ継続できると話していました。

最後に代表の加藤さんに今後の想いを伺いました。「集会所は団地からよく見えます。サロンをやっているのは知っていても、参加できずにいる人も大勢います。そのような方々に、最初の一步を踏み出しサロンに参加して欲しいです」と話してくれました。

取材を終え集会所の外へ出ると、外まで明るい笑い声が元気に響いていました。

### ★サロンデータ★

名称	芝中口号棟ゆうゆうサロン
活動日	毎週土曜日10:00~
会場	芝中口号棟集会所
内容	体操、茶話会等



# なごやかサロン一覧

〈1.6.1現在〉

## 【高齢者を中心としたサロン】

	サロン名	ゆ	会場	日時	内容
①	湖畔ふれあいサロン	○	市立湖畔集会所	奇数月：第三金曜日 13:30～ 偶数月：第二月曜日 13:30～	歌、茶話会、手芸、ゲームなど
②	サロン湯～友		神明湯（新堀）	第三木曜日 10:00～	歌、茶話会など
③	ならはし体操クラブ	○	奈良橋公会堂	毎週月曜日 10:00～	体操、講演会、手芸など
④	南街サロン福寿草	○	南街老人福祉館	第一～四水曜日 14:00～	体操、茶話会、手芸など
⑤	桜が丘サロン	○	桜が丘市民センター	第一～三金曜日 14:00～	体操、茶話会、手芸など
⑥	立野サロン	○	ついで玉川上水集会所（立野）	第二、四木曜日 13:30～	手芸、体操、茶話会など
⑦	奈良橋さくら会	○	奈良橋公会堂	第一火曜日 13:00～	茶話会、季節の行事など
⑧	向原3丁目うさぎの会		向原アパート第二集会所	第二火曜日 11:30～	茶話会、食事会など
⑨	ふれあいの場		南街二丁目協和三自治会集会所	10日、20日 10:00～	茶話会、季節の行事、体操など
⑩	湖畔健康体操会	○	市立湖畔集会所	毎週火曜日 13:30～	体操、茶話会
⑪	楽ササイズの会		やまと苑別館（狭山）	毎週木曜日 10:15～	体操、茶話会
⑫	栄一丁目ふれあいサロン		南街地域集会所	毎月15日 10:00～	茶話会、食事会、絵手紙など
⑬	光ヶ丘健康体操会	○	第一光ヶ丘自治会集会所（南街）	毎週水曜日 10:00～	体操、茶話会、歌など
⑭	こもれびサロン	○	(第二)清原市民センター (第四)新堀地区会館	第二・四水曜日 10:00～	体操、歌、朗読など
⑮	サロンひだまり	○	東京街道団地第一集会所（清原）	第一・三水曜日 13:00～	茶話会、手芸、ワキアソビなど
⑯	光ヶ丘オパーク	○	第一光ヶ丘公園	第二土曜日 10:00～	茶話会、ゲーム、体操など
⑰	芝中体操クラブ	○	芝中住宅119号棟集会所	毎週金曜日 10:00～	体操、茶話会など
⑱	ひとやすみ	○	第二光ヶ丘自治会集会所（向原）	第四月曜日 13:30～	茶話会、ゲームなど
⑲	芝中口号棟ゆうゆうサロン	○	芝中口号棟集会所	毎週土曜日 10:00～	体操、茶話会など
⑳	栄二ひまわり寿加	○	南街地域集会所	第二・四木曜日 10:00～	抽フコデイソニグ、茶話会など
㉑	ひなたぼっこ	○	東京街道団地第三集会所（清原）	第四水曜日 13:30～	茶話会、囲碁、将棋、体操など
㉒	蔵敷サロンあさひ会	○	ヒューマンケア東大和（蔵敷）	第三水曜日 9:30～	茶話会、体操など
㉓	ほっと陽だまり	○	グループホーム風の樹（中央）	第一～四月曜日 10:00～ 第三水曜日 14:00～	体操、茶話会など ポッチャ、レクダンス
㉔	桜が丘すまいるサロン	○	は～とふる（桜が丘）	第二火曜日 14:00～	茶話会、レクリエーションなど
㉕	たまごサロン	○	清原市民センター	第一・三・五水曜 10:00～	体操、うた、ウォーキングなど
㉖	サロン・ほほえみ	○	向原老人集会所	第一・三土曜日 10:00～	茶話会、脳トレ、体操など
㉗	交流サロン・たまり場		小林氏宅（南街）	第四日曜日 13:30～	茶話会、レク、落語など
㉘	架け橋	○	沖氏宅（南街）	第四水曜日 13:00～	体操、手芸、茶話会など
㉙	園芸サロンなでしこ	○	向原中央公園	毎週月曜日 9:30～	園芸、茶話会、体操など

	サロン名	ゆ	会場	日時	内容
③①	声の花束 (声のフロリバンダ)		向原中央集会所	第三月曜日 13:00～	群読、茶話会など
③②	オレンジカフェ ひがしやまと		ファーマーズセンター	第三日曜日 10:30～	茶話会、よろず相談、軽体操など

【障害のある方を中心としたサロン】

	サロン名	ゆ	会場	日時	内容
①	しゃべり場カフェ		南街公民館	第二金曜日 16:30～	茶話会、季節の行事など
②	ゆうえんち会		中央公民館	第四土曜日 10:00～ 第一・三火曜日 14:00～	ゲーム、料理、茶話会など (主として聴覚障害者が参加)

【こども・子育て世代を中心としたサロン】

	サロン名	ゆ	会場	日時	内容
①	サークル虹やまと		上北台公民館	土、水曜日 10:00～月3回 (会場次第)	子育て世代と子どもたちの交流
②	こどもサロン旭日		清原市民センター	第二・四土曜 10:00～	習字、レク、脳トレなど

【多世代の交流を目的としたサロン】

	サロン名	ゆ	会場	日時	内容
①	フレッシュ3Bサークル		上北台公民館	毎週火曜 10:00～	子育て、シニア世代の体操、交流など

○「ゆ」は、ゆうゆうポイント事業に登録し、参加するとゆうゆうポイントがもらえるサロンです。  
 ○上記の予定、内容は予告なく変更されることがあります。  
 ○参加費など詳細はお問い合わせください。 社会福祉協議会 ☎564-0012

**注目! 社協事業 ちょこっとご紹介** **東大和のいいところ ⑥**

**☆車いすステーション (車いす貸出事業)**  
 市内にお住いの方に無料で車いすの貸し出しを行っています。市内の事業所や自治会等に車いすステーションとしてご協力いただき、車いすの保管や貸し出しを行っています。  
 車いすステーションは市内に27カ所あります。利用をご希望の方は、最寄りの車いすステーションまでご連絡ください。申請書の記入が必要です。各車いすステーションの場所は当会のホームページをご覧ください。  
 \*\*\*\*\*  
 ●貸出期間：2か月まで (延長2か月可能)  
 ●費用：無料  
 ●貸出条件: 申込者または利用者が東大和市内在住であること

～どこだかわかりますか?～



このモニュメントの名称は「へびのステッキ」です。第二次世界大戦のころ、蛇取り名人の青年がいました。青年は捕った蛇の肉は蒲焼にして食べ、残った蛇の皮に棒をさし蛇のステッキを作りました。私はまだ見たことがありませんが、社協の近くでも蛇の目撃情報があります。

各サロンで活躍する「ひと」に焦点をあてたインタビューです！

シャベリ場カフェは毎月第二金曜日、南街公民館で開かれます。作業所などからのお仕事帰りの皆さんが集い、その名の通り、お茶を飲みながらお話をするカフェのような場です。皆さんが集まると、一人ひとり最近あったこと、楽しかったこと、つらかったこと等を順番に発表していきます。それが終わるとまた、皆さんで話しながらゆっくりとした時間を過ごします。

昨年からサロンに参加している佐々木夏海さんにお話を伺いました。シャベリ場カフェに行くと自己紹介をしながら元気に迎えてくれた佐々木さん。明るい笑顔がとても印象的です。

【サロンでの過ごし方は？】

サロンではお菓子を食べたりお茶をのんだりしながら仲間と話し、ゆっくりと過ごしています。その日までにあっという間なことを話すことでストレス発散になっています。

【楽しみなことは？】

一番の楽しみはシャベリ場の仲間と話せることです。休日はカラオケで歌ったり、ショッピングセンターでの買い物を楽しんでいます。普段はなかなか遠くまで行かないので、作業所の行事で遠出することも楽しみです。次の行事では原宿に行きます。



(左) 明るい笑顔が素敵な 佐々木 夏海さん  
(右) スタッフの 與（あたえ）さん

【今後の目標は？】

現在実家暮らしの佐々木さん。今後の目標は一人暮らしをすることです。現在一人暮らしに向け料理を勉強中です。最近ではハンバーグや餃子を作っています。料理以外のことも少しずつ、できることを増やしています。

【サロンの魅力は？】

みんなでお話しができるところ。そして相談できるところ。みんなでお話しできるのがとても楽しいです。また、辛いことが起きた時、悲しいことが起きた時、悩み事があるとき、ここで聞いてもらいます。仲間に聞いてもらったり、スタッフの方に相談すると気持ちが楽になります。

【編集後記】

サロンの担当になり2ヶ月が経ちました。サロンに参加させていただく機会も増え、その度に皆さんから元気を分けてもらっています。

さて、夏本番を迎え、照り付ける日差しが痛いほどになりました。暑さが苦手な私は、「暑さ対策と熱中症対策は万全にしないと」と意気込んでいます。みなさん、おすすめの対策がありましたら、ぜひ教えてください。一緒に夏を乗り切りましょう！（高野）(P2の答え：栄公園（南街）「へびのすてつき」)



皆さんでお話している様子