

地域がいきいき！集まろう！

いきいきお茶のみ会

【お問い合わせ】
健康福祉課
地域包括センター係
☎74-4405

いきいきお茶のみ会は、高齢者支援のためにタブレットやデジタルで稼いだ「高齢者支援基金」を活用した事業です。

町では、地域にお住まいの高齢者をはじめとする町民の皆さまの「通いの場・集いの場」となる「いきいきお茶のみ会」の立ち上げと活動を応援しています。立ち上げ準備補助金や活動支援補助金、福祉バス無料貸出などの支援もしています。月1回開催の地区ミニデイとは異なり、お茶のみ会は週1回以上開催しており、より気軽に立ち寄れる集いの場となっています。

地域の中で高齢者の方がひとりぼっちにならないためにも、今後いきいきお茶のみ会の活動活性化と実施個所を増やすことを目標にし、地域や世代を超えた気軽な交流の場を設け、いきがいを感じられる町を目指していきます。今号では、町内の6つの「いきいきお茶のみ会」をご紹介します。

「通いの場」、いきいきお茶飲み会で通う(かよう)もの

自分の足で通う 「社会参加の入口」	生きがいと情報が通う 「楽しみと活躍」	お互いさま意識が通う 「おしゃべりから 広がる助け合い」	地域のあたたかさが通う 「支え合い」
「お茶のみ会」は「日常の通いの場」。参加することで、幅広い年代、さまざまな人生経験をもった人達との交流が楽しめます。	「お茶のみ会」は、好きなことや得意なことを行う「活躍の場」。「楽しみ」と「活躍」は、何よりの介護予防になります。	「お茶のみ会」でのおしゃべりはとても大切！知り合うことから、「助け合い」「ちょっと相談してみたい」が生まれます。	「お茶のみ会」から生まれ、広がるあたたかい支え合いの意識は、地域をめぐる、広がっていきます。

いってみっぺ【海味】



活動を振り返って
ドリームクラブでは年2回、スタッフの研修を行っています。先進的な取り組みをしている施設を見学したり、食事について勉強したり、「いってみっぺ」をより良くするために、スタッフも常に学び、活動に活かしています。また、スタッフ全員が楽しみながら活動しているのがありがたいです。それが10年間続けてこれた理由でもあり、スタッフに恵まれているといつも感じます。

今後の活動 高齢者だけでなく、保育園や小中学生との交流も行い、地域の絆を深め、世代を超えた交流にもつながっていきたくと思っています。この活動は、続けていくことが大切です。今後も長く続けていくためにも、これから次の代への引き継ぎなどをしっかりしていきたいです。

【日時】 毎週金曜/10:00~13:00 【場所】 海味公民館
【活動】 ・お茶のみ ・昼食提供 ・出前健康教室
【内容】 ・レクリエーション



カラオケや健康麻雀が楽しめる いきいきサロン さらぬま **NEW**

今年の6月、お店を閉じました。「地域の人へ、恩返しをしたい」という思いで、お店を自分たちで改装し、地域のみなさんが集まれる場所をつくりました。楽しく体や脳の運動ができるスペースもあります。初めて方でもお気軽におこしください！是非みなさんの交流の場になればと思います。

【日時】 平日毎日(日・祝休) 8:30~17:30
【場所】 いきいきサロンさらぬま
【活動】 ・お茶のみ(無料)・出前健康教室
【内容】 ・卓球、囲碁・将棋、麻雀、カラオケ
※カラオケは要予約



男性も楽しめるお茶のみ会を企画 サロン de いりまる **NEW**

老人クラブの休止やコロナの影響で集まる機会が減りました。「高齢者の集える場をつくりたい!」という思いから、この度サロンを立ち上げました。ゆくゆくは性別や年代、地域に関わらず、交流できる場にしていきたいと考えています。みんなで集まり、話して、食べて、飲んで、歌って、笑って楽しい時間を過ごしましょう!

【日時】 毎週水曜日(変更有)
《月3回》10:00~12:00 《月1回》18:00~20:00
【場所】 入間公民館
【活動】 ・お茶のみ・料理教室・出前健康教室
【内容】 ・月1回夜開催(お酒あり)



さわやかサロン【上間沢】



活動を振り返って
平成24年の退職を機に念願のお茶のみ会を設立しました。人が集まる中で、こんな事やってみたいという意見と、様々な技術をもつ人が集まり、それらがマッチし、多様な活動を行うことができています。
100歳体操では毎月のべ50人を超える人が集まります。参加者は筋力維持の効果を実感してるそうです。
私たちにとって「さわやかサロン」は毎週の楽しみで、片付け後のみなさんでお茶する時間は心がホッとできる瞬間です。

今後の活動 今後も「さわやかサロン」を継続していけるよう、新規の方も来やすいような新しいイベントなども計画していきたいと考えています。これからも地域の皆さんにとって豊かな人生を過ごすひとつの楽しみであるよう活動していきたいです。

【日時】 毎週金曜日/13:00~14:00 【場所】 上間沢集会所
【活動】 ・いきいき100歳体操 ・ものづくり(はげご、陶芸など)
【内容】 ・男の料理教室、蕎麦打ち



世代を超えて楽しく交流 マルハルさとう【笑う部え】

昨年、店舗の一部を改装してお茶のみできるスペースをつくりました。平日・土曜・祝日の店舗のオープン時は、いつでもお越しください。お待ちしております!

【日時】 平日、土曜、祝日(変更有)
9:00~19:00
【場所】 マルハルさとう
【活動】 ・ケーキセット提供(月1回)
【内容】 ・ワークショップ(年4回)



いきいき100歳体操で筋力アップ 綱取 いきいきクラブ

週1回のいきいき100歳体操で筋力の維持向上に励んでいます。綱取地区以外の方でも参加したい方はぜひお越しください。ものづくり教室では、綱取文化祭に展示します。

【日時】
《4月~11月》毎週水曜/19:30~20:30
《12月~3月》毎週土曜/13:30~14:30
【場所】 綱取公民館
【活動】 ・いきいき100歳体操・ものづくり
【内容】 ・さろんほっこり(軽運動・ゲーム・会食)

