

# 「ふれあいいきいきサロン」 行われる



平成二十六年度、松本市社会福祉協議会の補助事業として「ふれあいいきいきサロン事業」が行われました。これは、希望する町会が各町内公民館等を会場に、年間三回以上実施する条件で、高齢者が家にこもらないで外に出掛ける機会づくりをし、町会でのつながりを深めることを目的としたものです。今年度は全市内で二百を超える町会が参加しました。安原地区では、東ノ丁、袋町、新町、中原町、萩町で実施されました。

## 東ノ丁

三カ月毎に行う天白公民館の清掃後にお茶会として催されました。もともと公民館清掃が終了するとすぐ帰る方もいましたが、お茶会を行い参加者がゆつくりおしゃべりを楽しめるようになりました。高齢者に限らずお子さんも含めて小さな町会の住民が集まり、情報交換、心配事の相談など気楽な話のできる場とな



東ノ丁

り、町会内の住民のつながりが今までより深くなったということです。

## 袋町

昼食をとりながらのおしゃべり会が企画されました。今までは住民が公民館に集まって気軽に話をする機会は特にありませんでしたので、サロン立ち上げ会議から始めて三回のおしゃべり会が設けられました。

日頃話する機会があまりない人同士でも顔を合わせて話をするので心が知れるようになり、楽しい時間を過ごすことができました。新しい住民も増えてきたことから、世代を超えた町会全体の集まりとなることが期待され



新町

## 新町

前から行われていたお茶のみ会を拡大し、回数も増やして「いきいきサロン」となりました。軽体操、ゲーム、落語、おしゃべり、簡単な手芸等、毎回メニューを変えて実施し、バラエティーに富んだ会でした。必ず全員が話すこととして、日頃家にこもりがちな方も孤独感が解消されたように見受けられました。

## 中原町

従来の「公民館お楽しみ会」を更に充実させた形の「いきいきサロン」でした。学習会を行った後、お招きした講師をまじえての茶話会を、毎回メニューを変えて実施しました。腰痛予防、尿ケア対策、認知症についてなど、関心の高いテーマを取り上げた学習会は毎回好評です。美味しいお茶を飲



中原町

## 萩町

月一回の北深志三丁目公民館での清掃に合わせて、手芸講座やお昼を食べながらのおしゃべり会を楽しみました。手のひらに乗る小さな猫のぬいぐるみ、布のバラの花束、折紙によるチュウリップの花束の色紙など、三回にわたって制作しました。皆さん以前から手仕事に取り組まれただけあつて、きれいな作品ができました。

時間内で作りきれなかつた材料は



萩町

お家で取り組まれ、部屋の一角に飾っていただいています。おしゃべりしながら和気あいあいとした楽しい時間を過ごすことができました。

各町会共に、町会長、福祉部、民生、児童委員、健康づくり推進員、町内公民館長などの役員の方々が協力して「ふれあいいきいきサロン」が計画・実施されました。それぞれ工夫を凝らし「町会住民のつながりを深め皆が何でも気楽に話ができる場所をつくり、年齢を重ねても安心して暮らせる町会をつくる」という目的が叶えられたと思います。

ただ、いずれの町会も男性の高齢者の参加が少ないという課題が残ったようです。いかに多くの幅広い方々に気軽に参加していただけるようにするかは、難しいですが一番重要な課題と言えるでしょう。

地区公民館は少し遠いけれど、町内公民館ならちよつと出掛けてみようかーそんな身近な場となった今回の「ふれあいいきいきサロン」。住みよい町会づくりの一つのきっかけとなりました。



# 龍門寺佐々木住職のお話 「命をつむぐ」

家庭が  
社会が  
人を作る…



二月二十八日(土)、安原地区公民館において、安原地区人権啓発講座が開催されました。今回は安曇野市の人権擁護委員の(明科)龍門寺のご住職・佐々木一住様をお招きしお話し頂きました。

住職のお話Ⅱ「命をつむぐ」という題目から想像した固いイメージとは異なり、ウィットに富んだ話題は巧みな話術によって平易に、聞く人の気持ちを掴んでいき

ました。お話の中で、有名私立幼稚園・小学校の入試問題の題材がありました。型にはまらない子供のような柔軟性が答えを導くのに必要であります。また、家庭での生活体験でいろいろなき験をする機会、それを真摯に受け止める時間を過ごせたか、家族との日常の

接し方が垣間見える出題があったことを教えて頂きました。記憶力だけでは解けないことです。

親と子の接する機会がどれだけあったか、歴史的な背景とその時々々の経験は、子供にも影響し、子供の知識に反映するものだと分かりました。親から色々教わるのが、人権を知る始まり、であるようです。

人の繋がりについてお話がありました。自分には必ず父と母が居て、父と母にも各々



二月二十日(金)安原地区体育協会主催のボウリング大会が午後七時からアピナボウル松本城山店で行われました。

人権講演会



地区での開催は初めての事、八十歳以上のベテランから中学生まで約四十名が参加し、初体験の中学生、何十年か振りだという人、昔一度やったけど、時々来ているよ等と様々期待と不安を口々にしながら集まり、思いがけ

に祖父と祖母がいた。自分から千年前約二十八代前まで遡ると関わった人の数は一億三千四百万人。この中の一人でも欠けると今の自分は居ない、紡げない：訳なのです。

三十名ほどでお聴きしました。参加された方々の感想はもっとたくさん幅広い年代の方々に聞いて

に欲しい声でし

た。大変意

義深い

ず大勢の参加で盛り上がり、

冬の運動不足解消と、他町会の人との交流が深められた楽しいひと時でした。

ゲームは一レーンに三、四人のグループに分かれ二つのレーンを交代に投げるアメリカン方式で行い、ストライクが出る大きな歓声があがり、もうちよつと右へ左へと惜しむ声、意思に反してガターになってしまふ人、投げ

一時間三十分でした。

ただそれ以上の夢や目標は考えていなかった。

## いちよう並木

松本市美術館で開かれた美術展「老いるほど若くなる」を観に行った。恥ずかしながら七十歳以上の公募による美術展が第六回も開かれていたことを当日まで知らなかった

教養、教育からなぞらえた言葉だと思いが「今日用事も無い、今日行くところもないじゃ寂しいよね」と友と話したことがある。公募の出来る対象年齢ではないが、今はお陰様で仕事も行く所もあり、その傍ら趣味の一つとして絵も描いている。

年齢別のハンディをもらい表彰式をやりました。ボウリングはスポーツの中でもカローリーの消費効率がよく、年齢層も幅広く、屋内で出来ます。冷たい風の中をウォーキングしている人多く見かけますが、

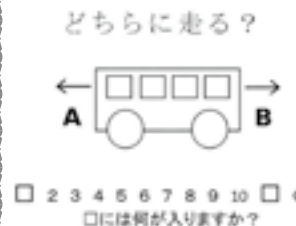
時にはボウリングをして仲間同士で一汗かくのも楽しむの方法

これを機会に時々企画を予定しているとの体協の方のお話でした。次回はもっと大勢が参加して楽しく出来ればと思います。

かと思えます。

かと思えます。

かと思えます。



大好評のボウリング大会