

このコーナーでは、ボランティアなどの公益的な町民活動をしている人や団体を応援し、その「はじめの一歩」のきっかけになるような記事を掲載しています。

宇美町では地域のいきいきサロンが およそ20カ所で開催されています

いきいきサロンの活動は社会福祉協議会や各行政区の支援を得ていますが、そこで活動のお世話をしているのは地域のボランティアの皆さんです。



サロンの立ち上げを
サポートしている
宇美町社会福祉協議会
の山崎さんにお話を
うかがいました。

Q、いきいきサロンの良さを教えてください。

「一番の良さは楽しいところです。それだけでなく地域のつながりと安心感もあります。いきいきサロンに来て人と話すことで元気になり、健康に暮らす源になります」

Q、いきいきサロンで活動しているボランティアさんにひと言をお願いします。

「離れて暮らす自分の親のことを考えてみても、地域の皆さんに見守られている安心感には感謝しています。ボランティアの皆さんのサポートがとてもありがたいと思っています。」

Q、これからのいきいきサロンについての展望を教えてください。

「いきいきサロンを増やしていくとともに、サロンのボランティアさんをサポートする方を育成することにも力を入れていきたいです。サロンに参加することで生き生きと暮らすことができ、認知症予防や介護予防にもつながっていると思います。宇美町で暮らすのは安心！と思ってもらえるようになるといいと考えています」

地域のいきいきサロンをひと言で言うと、「出会いの場づくり」「生きがいづくり」「仲間づくり」「人生の楽しみづくり」の場です。

地域住民が中心となり、参加者(高齢者・障がい者・子育て中の親・子どもたち)が地域で生き生きと暮らせることを目指して、みんなで企画して、自分たちで運営していく活動です。レクリエーションや健康体操、季節の行事など、それぞれのサロンで工夫しているので、地域によって特徴のある活動をしています。

※今年も1～3月にサロンをサポートするためのレクリエーションの講座を行う予定です。詳しくは、社協だより(11月発行)をご覧ください。

今年の5月に開所した四王寺坂いき いきサロンのボランティアさんの声



家の料理は手を抜いているのに、ここのお料理は全部手作りで、自分の勉強になっています。

親の介護の経験がありますが、その時は“寄り添って笑う”ということがなかなか出来なかったと、今活動をしながら思います。

男性の参加がもっと増えるとうれしいです。何をしているのかがわからなくてこの足を踏む方が多い気がします。とにかくいきいきサロンをのぞいてほしい！

お年寄りが喜んでくれるのが何よりです。おしゃべりして来てくれます。それは大切なことですよね。

私は誘われても断っていたけれど、一度来たら楽しいので続けて来ています。

編集後記：お住まいの地域でいきいきサロンに参加するのも、サポートするボランティアとして参加するのも、大歓迎だそうです。参加希望の方は宇美町社会福祉協議会【TEL931-1008】にお尋ねください。また、宇美町社会福祉協議会のホームページには町内のいきいきサロンの紹介がありますので、そちらもご覧ください。【<http://www.umi-shakyo.or.jp/>】(K. E)