

サロン活動 転倒予防教室 事例集



長 浜 市



長浜市社会福祉協議会



平成30年2月発行

目次



はじめに・・・・・・・・・・・・・・・・	1
サロン・転倒予防教室とは・・・・	2
支えあいの活動・・・・・・・・・・	3
サロン・転倒予防教室実施状況・・	5
活動事例・・・・・・・・・・・・・・	①～⑳
おわりに・・・・・・・・・・・・・・	6



地域のつながりが希薄になってきていると言われている現在、住みなれた地域でいつまでも安心して暮らすためには、自分が住む地域のつながりが重要とされています。長浜市では、自治会を単位としたサロン活動、転倒予防教室が各地で広がっており、地域に合わせた内容で活動をされています。このような活動が広がることで、地域力が高まり、互いに支え合う関係づくりにつながっています。



サロン

同じ地域に住む住民同士の交流の場として、定期的集まる場のことをサロンと言います。近隣住民みんなが参加でき、つながりをつくるのが目的の一つです。「自分たちのサロンは自分たちで作る」という思いで地域の状況や活動に合わせてできることを無理のない範囲で取り組む活動です。

内容

地域の特徴や集まる人などの工夫で内容を企画し取り組まれています。

例) おしゃべり、レクリエーション、体操、ゲーム、作業(折り紙、手芸)、健康チェック、調理、食事、勉強会 など。

参加者・スタッフ

子どもから大人まで、どなたでも参加できます。運営は主に自治会長、民生委員児童委員、福祉委員、赤十字奉仕団、健康推進員、老人会、有志のボランティアが行います。

転倒予防教室

住みなれた地域の中でいきいきと自分らしい暮らしをできるように、馴染みの人たちと一緒に、楽しく体操を続ける活動です。介護予防活動の「通いの場」として自治会単位で体操に取り組む活動です。

内容

運動に必要な部分(運動器)の機能の低下予防の体操(きゃんせ体操など)や体力測定など

参加者・スタッフ

おおむね65歳以上の方で、運動器の機能向上を図り、自主活動につなげたいと希望される方です。



支えあいの活動

長浜市の高齢化率

27.3%

平成 30 年 1 月現在



7年後には高齢化率が

29.4%*

になると予想されています・・・

※国立社会保障・人口問題研究所

『日本の地域別将来推計人口』（平成 25 年 3 月推計）より

支えあいの活動に
関心が高まっています

地域での助けあい・支えあいの輪を広げるために必要なことは？

53.8%

「住民同士が交流をとおして知り合う機会を増やすこと」

近所に困っている人がいる時にできることは？

安否確認の声かけ

68.0%



話し相手

56.1%

※長浜市地域福祉計画策定に向けてのアンケート調査報告書（平成 23 年 10 月）より

サロン活動・転倒予防教室は、
自治会のつながりづくりの活動として注目されています！



長浜市全体のサロン実施自治会数

302 / 425 自治会



長浜市全体の転倒予防教室実施自治会数

218 / 425 自治会

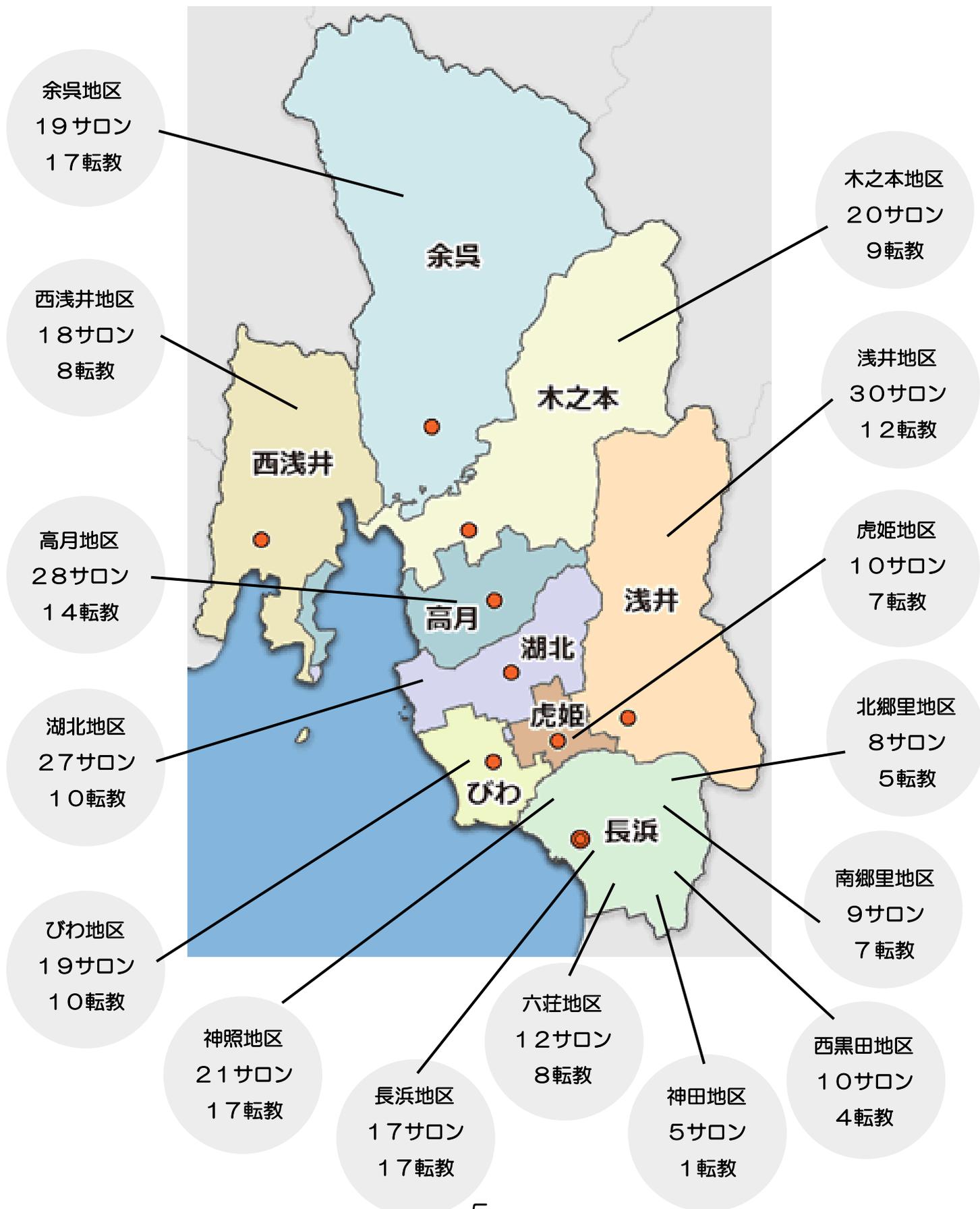
長浜市においても、253 のサロン、146 の転倒予防教室が活動されています。
活動の様子はさまざまで、1つの自治会に複数のサロンがあるところや複数の自治会合同で
されているところもあります。歩いて行ける気楽な居場所として活動をされています。

～ 各地区の人口データ ～

平成30年1月1日現在 住民基本台帳より

	全人口	65歳以上人口	高齢化率	80歳以上人口
長浜市	119,227人	32,594人	27.3%	10,939人
地区名	全人口	65歳以上人口	高齢化率	80歳以上人口
長浜	9,346人	2,974人	31.8%	1,166人
六荘	14,032人	2,864人	20.4%	929人
南郷里	10,574人	2,507人	23.7%	645人
神照	19,648人	4,105人	20.8%	1,252人
北郷里	4,277人	1,297人	30.3%	402人
西黒田	2,230人	723人	32.4%	265人
神田	1,206人	405人	33.5%	140人
浅井	13,081人	3,397人	25.9%	1,130人
びわ	6,836人	2,175人	31.8%	718人
虎姫	5,028人	1,561人	31.0%	541人
湖北	8,489人	2,468人	29.0%	825人
高月	9,748人	2,838人	29.1%	905人
木之本	7,167人	2,522人	35.1%	943人
余呉	3,158人	1,263人	39.9%	519人
西浅井	4,041人	1,394人	34.4%	500人

各地区サロン・転倒予防教室実施状況



※転教…転倒予防教室

湖北地区



自治会	サ・転	サロン・転倒予防教室名	ページ数
小谷郡上	サ	郡上老人睦会・・・・・・・・・・・・・・・・	①
小谷上山田	サ	上山田いきいきサロン・・・・・・・・	②
	転	上山田こぶしクラブ・・・・・・・・	③
下山田	サ	下山田わいわいサロン・・・・・・・・	④
	転	下山田元クラブ・・・・・・・・	⑤
二俣	サ	二俣いきいきサロン・・・・・・・・	⑥
小谷丁野	サ	サロンよほろの・・・・・・・・	⑦
山脇	サ	山脇サロン・・・・・・・・	⑧
河毛	サ	河毛サロン「いたべ」・・・・・・・・	⑨
	転	河毛元気やねん・・・・・・・・	⑩
小谷伊部	サ	伊部ひばり山ふれあいサロン・・・・・・・・	⑪
賀	転	ごんせかむら・・・・・・・・	⑫
馬渡	サ	サロン馬渡・・・・・・・・	⑬
	転	げんき馬渡・・・・・・・・	⑭
大安寺	サ・転	大安寺畑の会・・・・・・・・	⑮
南速水	サ	南速水喜楽会・・・・・・・・	⑯
速水	サ	はやみいきいきサロン・・・・・・・・	⑰
	転	楽寿クラブ・・・・・・・・	⑱
青名	サ	青名サロン・・・・・・・・	⑲
	転	青和会・・・・・・・・	⑳
猫口	サ	猫口サロン・・・・・・・・	㉑
沢	サ	オアシス・・・・・・・・	㉒
湖北今	サ	いきいきサロン今・・・・・・・・	㉓
山本	サ	山本ふれあいサロン・・・・・・・・	㉔
田中	サ・転	田中体操サロン・・・・・・・・	㉕
海老江	サ	海老江いきいきサロン・・・・・・・・	㉖
延勝寺	サ	延勝寺おきらく会・・・・・・・・	㉗
今西	サ	今西サロンお達者会・・・・・・・・	㉘
津里	サ	津里いきいきサロン・・・・・・・・	㉙
	転	津里てんとうむしクラブ・・・・・・・・	㉚
東尾上	サ	サロン東尾上きらく会・・・・・・・・	㉛
尾上	サ	サロン尾上・・・・・・・・	㉜



郡上老人睦会

小谷郡上

場 所：草の根郡上会館
 開催頻度：月1回
 開催日：土曜日
 開催時間：10:30~11:30
 参加者数：20~30名
 スタッフ数：7名
 参加費：無料



スタッフの声

みんなに楽しんでもらえるように周りや友人からいろいろ情報をキャッチしています。以前カロムが人気だったので、今回もカロムやいろいろなレクリエーション道具を社協から借りてきました。

みんな和やかな雰囲気楽しんでいきます。

取材者メモ

将棋を楽しむ男性や、みなさん一緒になってカロムを楽しまれていました。



上山田いきいきサロン

場 所：上山田多目的研修集会施設
開催頻度：月1回
開催日：第3金曜日
開催時間：9：30～12：30
参加者数：13名
スタッフ数：13名
参加費：300円（昼食ある時）

小谷上山田



📝 取材者メモ

グランドゴルフに参加しない人も椅子に座って、皆さんの様子を見て参加されていました。

参加者・スタッフの声

体が悪いとサロンにも来られないし、来られるだけで喜ばないとあかんなあ。サロンはいろいろ催しがあるから楽しいです。

老人車を押している人でもグランドゴルフだと背筋がシャンと伸びる。昔していた人が多いのでみんなしてくれます。



上山田こぶしクラブ

場 所：上山田多目的集会施設
 開催頻度：週1回
 開催日：水曜日
 開催時間：10:00～11:30
 参加者数（スタッフ含）
 ：12名
 参加費：500円

小谷上山田



取材者メモ

長浜市の補助金制度を活用され、先生
 に来てもらう分の参加費負担が減ったと
 喜んでおられました。

いち押しポイント

上山田オリジナルの体操があります。
 きゃんせ体操だけでは飽きてくるので、
 少し前に介護予防指導士さんと考えま
 した。歌と一緒に歌って体を動かしま
 す。今は先生に月2回来てもらっていま
 す。

鍵の開け閉めや椅子出しは、参加者が
 当番制でやっています。



下山田わいわいサロン

場 所：下山田里の家
 開催頻度：月1回
 開催日：不定期
 開催時間：9：30～11：00
 参加者数：25名
 スタッフ数：4名
 参加費：100円

下山田



七茶素人劇団



参加者・スタッフの声

歩くことが大事だと思っています。会館くらいまでは歩けないとだめだと思っています。

もっと閉じこもっている人が来てくれるといいけど・・・と思います。

サロンがもっと早くあればよかったです。

取材者メモ

サロンの立ち上げ時にスタッフだった方たちが参加者になり、昔はこうやったとお話してくださいました。



下山田元気クラブ

場 所：下山田里の家
開催頻度：週1回
開催日：月曜日
開催時間：9：30～11：00
参加者数：7名
スタッフ数：1名
参加費：月100円

下山田



運営について

スタッフがすることは会場の準備くらいです。床が汚れている時はモップをかけています。DVDの再生をテレビでなく、プロジェクターを使って、壁に写しだしています。

椅子は参加者で出し、片づけてもらっています。

取材者メモ

9時30分から始まりますが、9時過ぎには来られて、始まるまで雑談されていました。



二俣いきいきサロン

場 所：二俣集会所
 開催頻度：毎月1回
 開催日：木曜日
 開催時間：9：30～12：00
 参加者数：10名
 スタッフ数：3名
 参加費：100円

二 俣



参加者・スタッフの声

男性の参加があったほうがいいのでは、という声もあるが、女性だけというのも旦那と離れられて、女子会みたいな感じで楽しんでいます。

参加者の人ももちろんですが、スタッフもおしゃべりに来るのが楽しみでサロンをしています。

取材者メモ

以前は毎月寄って内容を考えていたそうですが、3・4 か月まとめて考えるなど負担を減らすようにされています。



サロンよほろの

小谷丁野

場 所：小谷丁野自治会館
 開催頻度：月1回
 開催日：木曜日
 開催時間：9：00～11：30
 参加者数：47名
 スタッフ数：30名（6名が中心）
 参加費：100円（お昼500円）



取材者メモ

遅れて来られた参加者2人。お一人がくしと鏡をもう一人に渡して髪を整えてから参加されていたのが印象的でした。

運営について

スタッフの役割分担は会長・司会・会計・買い物・文書作成・進行の計6人の係に分かれています。

前もって準備が必要なときは事前に集まることもあるが、通常はそれぞれが準備をするようにしています。



山脇サロン

場 所：結の家（格納庫）
 開催頻度：月1回
 開催日：毎月13日
 開催時間：10:00～11:00
 参加者数：13名
 スタッフ数：3名
 参加費：100円

山脇



いち押しポイント

最近の流行りはジジ抜き・ババ抜きです。またお店でお札を模した札を買ってきて、それを使ってゲームも流行っています。みんなお金は好きだから盛り上がります。

いち押しはやっぱり会場が特徴的なことです。自治会の格納庫を使わせてもらっていて、土足で良いから楽という声があります。

📝 取材者メモ

ミニデイに行っている方が「ミニデイを休んで来た、同じ村の人との交流もたまには大事」とお話しして下さいました。



河毛サロン いたべ

場 所：飯給会館
 開催頻度：月1回
 開催日：第3水曜日
 開催時間：9：30～12：00
 参加者数：25名
 スタッフ数：12名
 参加費：200円

河 毛



参加者・スタッフの声

手軽に続けられるように、スタッフが料理をすることはなく、参加費も原則前払いでやっています。

長く続けたいし、気楽に来られるようにしたいです。

少し認知症があっても一緒に参加されています。特別なことはせず、できないことはできないでニコニコ見ている人もいます。

取材者メモ

運動会ということで赤・白チームに分かれて、綱引き（新聞紙の引っ張り合い）などのゲームをされていました。



河毛元気やねん

場 所：飯給会館
 開催頻度：月2回
 開催日：第2・4水曜日
 開催時間：13:30~15:00
 参加者数：11名
 スタッフ数：1名
 参加費：なし

河 毛



運営について

鍵開け、DVDの準備くらいです。

お茶は各自で持ってくる・おやつはなしというルールにしています。お菓子はもらったから、とお返しを持ってこられます。そういうことはなしにしよう、ということで、体操をする時間・場所となっています。

取材者メモ

体操をする時間と割り切って活動されていました。みなさんは始まるまでの間、おしゃべりをされていました。



伊部ひばり山ふれあいサロン

場 所：ひばり山交流会館
 開催頻度：月1回
 開催日：不定期
 開催時間：10:00~11:30
 参加者数：26名
 スタッフ数：3名
 参加費：300円（昼食ある時）

小谷伊部



📝 取材者メモ

昼食も年に3回程あるそうです。12月には子ども会とクリスマス会をするのが恒例だそうです。

運営について

案内はチラシを作成しています。チラシには時間・参加費・何をするかを載せています。

案内したスタッフが出欠を確認し、伊部を3つに分けたブロックリーダーに伝えています。事前に参加者を把握したうえでお茶菓子の用意等しています。

ブロックのリーダーは2年で交代しています。



ごんせかむら

場 所：賀友會館
 開催頻度：月2回
 開催日：第1・3金曜日
 開催時間：8：30～9：30
 参加者数：12名
 スタッフ数：1名
 参加費：無料

賀



参加者・スタッフの声

最初は難しいと感じていた体操もだんだん慣れてきます。

ボケないようにと思って、家でも指折りとかできることはしているけど、間違えたりするので、できるだけ続けたいです。

老人会の役員がひと月ずつ持ち回りで鍵当番をしています。

取材者メモ

昨年までは毎週されていたそうですが、月2回の開催になり、家で体操をするようにしている人もいました。



サロン馬渡

馬 渡

場 所：地主会館
 開催頻度：月1回
 開催日：毎月1日
 開催時間：10:00~12:00
 参加者数：40名
 スタッフ数：10名
 参加費：100円



参加者・スタッフの声

認知症を自覚している人も来てくれるし、難聴の人でもサロンのわいわいとした雰囲気を楽しみに来て来てくれています。病院やデイへ行く日と被ってしまうと、参加者がどうしても少なくなってしまうこともあります。

今まで1回も休んだことないです。楽しみに来ています。

取材者メモ

男性も参加しやすいように、役員を降りた人にもスタッフに参加してもらおう等工夫されていました。



げんき馬渡

馬 渡

場 所：地主会館
 開催頻度：毎週1回
 開催日：水曜日
 開催時間：10:00~11:30
 参加者数：29名
 スタッフ数：7名
 参加費：無料



📎 取材者メモ

「いい湯だな」や「白雲の城」といった曲の体操を、DVDを見ながら、また口ずさみながら、体操をされていました。

運営について

3月の中ごろには4月からの半期分の開催日程を記載したチラシを全戸配布しています。また、毎回体操が始まる前には自治会内の放送を入れています。

春と秋にはお楽しみにと、お茶会を開催します。その時には、家で使えるもの（肩たたきの棒など）を工作したりしています。



大安寺畑の会

場 所：大安寺公民館
 開催頻度：月2回
 開催日：第2・4木曜日
 開催時間：13:00~14:30
 参加者数：8名
 スタッフ数：1名
 参加費：無料

大安寺



スタッフ・参加者の声

だんだんと交流する場もなくなって
 きたので、体操にきた時は、畑の話をし
 たりして、おしゃべりもしています。

体操だけでなく、たまにはお楽しみも
 必要だと思っています。みなでお弁当
 を食べることもあります。

取材者メモ

体操を中断してくださって、いろいろ
 お話しいただきました。年度初めに開催
 日の案内を全戸にされているようです。



南速水サロン喜楽会

場 所：南速水集会所
 開催頻度：月1回
 開催日：不定期
 開催時間：9：00～13：30
 参加者数：17名
 スタッフ数：4名
 参加費：300円

南速水



取材者メモ

毎回する事が同じでも、その日の調子によって出来が違うと言いながら、みんなで大笑いしながら楽しんでいます。

運営について

1週間前にスタッフの4名で手分けして案内しています。お弁当は注文するので、数を把握するために、案内した場で参加費をもらっています。

当日休まれると、参加費をもらっているため、お弁当は渡すようにしています。



はやみいきいきサロン

場 所：陣の森会館
開催頻度：月1回
開催日：第3水曜日
開催時間：9：30～11：30
参加者数：28名
スタッフ数：13名
参加費：100円

速 水



スタッフ・参加者の声

第3水曜日は今まで、趣味の教室に通っていたこともあり、来られなかったけど、思い切ってやめたので、サロンに来られるようになりました。

新しい参加者が突然来てくれたりします。

取材者メモ

取材日はサロンが立ち上がって100回の記念日でした。自治会便りにも案内を載せ、広く周知されていました。



楽寿クラブ

場 所：陣の森会館
 開催頻度：週1回
 開催日：月曜日
 開催時間：9：30～11：00
 参加者数（スタッフ含）
 ：23名
 参加費：無料

速 水



運営について

毎週、当番を決めています。当番が会館の鍵を開けて、DVDのセットをします。鍵を閉めた後は、次の当番に鍵を渡しています。

役割分担をしながら、みんなで当日の準備をするなど、協力してやっています。

取材者メモ

みなさん体操が始まるまではおしゃべりを楽しまれていました。



青名サロン

場 所：青名自治会館
 開催頻度：月1回
 開催日：第1土曜日
 開催時間：9：30～10：30
 参加者数：20名
 スタッフ数：6名
 参加費：無料

青 名



取材者メモ

取材日は畑のつくり方についての講演がありました。タオル体操もしているようです。

スタッフの声

お寺が毎月第1土曜日に勤行会をしていましたが、今年からなくなってしまい、同じ曜日・時間にサロンという形で引き継ぐように開催しています。

堅苦しくやっても続かないから、気軽にやっっていこうと思っています。参加費についても、今後考えていかないといけないかもしれないですね。



青和会

場 所：青名会館
 開催頻度：月2回
 開催日：第2・4水曜日
 開催時間：9：00～10：30
 参加者数：9名
 スタッフ数：1名
 参加費：無料

青名



参加者・スタッフの声

立ち上げから6年が経ちました。最初に来ていた人で、もう来ていない人もいますが、去年から参加している人もいます。

最初はきつくてやめてしまう人も中にはいますが、続けていると体の調子が違うと思います。

取材者メモ

立ち上げ時から参加されている人は調子の違いを実感されていました。継続することの大切さを感じました。



猫口サロン

場 所：集会所
 開催頻度：月1回
 開催日：第1金曜日
 開催時間：10:00~11:30
 参加者数：7名
 スタッフ数：4名
 参加費：200円

猫口



取材者メモ

「ナンバーパズルは難しい、わからんわ」と言いながらもみなさんで挑戦しておられました。

運営について

4月頃に、年間の予定を全戸に配布しています。いつも来てくれている人には10日から1週間前に個別に配っています。

代表のほかに役員が2名います。お茶菓子の購入担当と会計担当に分かれています。



オアシス

場 所：沢会議所
 開催頻度：月1回
 開催日：第2木曜日
 開催時間：9：30～11：30
 参加者数：15名
 スタッフ数：8名
 参加費：100円

沢



📎 取材者メモ

肩のたたき合いが気持ち良いと盛り上がり、円になればみんな出来る！という事で丸くなってされていました。

運営について

普段はタオル体操、リハビリ体操をしてからレクリエーションをしています。できる人は、青竹を踏みながら体操をしています。

2、3人が中心になって段取りをしていますが、準備はみんなです。忘年会やお花見のときは、お弁当とおつゆの準備をしています。



いきいきサロン今

場 所：今区社務所
 開催頻度：月1回
 開催日：第2水曜日
 開催時間：13:00~15:00
 参加者数：4名
 スタッフ数：1名
 参加費：無料

湖北今



取材者メモ

少ない人数ながらも、集まっておしゃべりするのが良いと言われていました。

運営について

年に3回くらい食事会の開催をしています。その時は、普段より参加者も増えます。開催の案内は、前日に自治会内の放送を利用しています。

家で作ったおやつを持っていったり、できる範囲のことをしています。



山本ふれあいサロン

場 所：山本会議所
 開催頻度：月1回
 開催日：第4日曜日
 開催時間：10:00~12:00
 参加者数：30名
 スタッフ数：10名
 参加費：100円

山 本



📝 取材者メモ

自治会主体ということで、自治会の役員の方が来られていることで男性も参加しやすい雰囲気でした。

運営について

毎回15分ほどの体操をしています。その後にイベント等をしています。自治会が世話方として企画をし、依頼をしています。ボランティアはお茶菓子を用意しています。

案内は1週間くらい前に組回覧して、前日には有線で案内をしています。



田中体操サロン

場 所：社務所
開催頻度：月2回
開催日：第2・4水曜日
開催時間：10:00~12:00
参加者数（スタッフ含）
：11名
参加費：年間2,000円

田 中



取材者メモ

みなさん80代で車に乗る人も少ないなか、グランドゴルフ仲間でもあると聞き、仲良く活動されていました。

運営について

お花やお茶を年1回やっています。他にも7月、12月、3月はお弁当を注文し、お漬物を持ち寄っての食事会を開催しています。

当日の運営は、2人1組の当番制で順番にしています。できるもんとできないもんで組んでいます。自給自足でやっているようなものです。



海老江いきいきサロン

場 所：海老江公民館
 開催頻度：月1回
 開催日：不定期
 開催時間：10:30~13:30
 参加者数：15名
 スタッフ数：6名
 参加費：300円

海老江



参加者・スタッフの声

おしゃべりだけでも良いけど、やっぱり何かした方が良くないかと思います。なので、体操やゲームをしています。

毎回全部手作りで昼食を用意されています。カツカレーもぺろっと全部食べてしまいました。

取材者メモ

80歳を過ぎていても料理はみなさんお手のもの、ということで昼食の準備に参加されているようです。



延勝寺おきらく会

場 所：公民館
 開催頻度：月1回
 開催日：第3木曜日
 開催時間：10:00~14:00
 参加者数：38名
 スタッフ数：13名
 参加費：300円

延勝寺



取材者メモ

スタッフ手づくりの昼食がとてもおいしそうでした。みなさんで手の込んだ料理を囲まれていました。

運営について

1年間にお昼ありの1日開催と茶話会の半日開催を、半分ずつしています。茶話会ではお菓子の準備くらいです。

内容についても5・7月はお出かけ・映画と決まっています。

案内は各班（10班）に分かれ、役員がチラシを配り参加を聞きます。チラシを配った役員が、当番に参加人数を伝えていきます。



今西お達者会

場 所：和協館
 開催頻度：月1回
 開催日：第3木曜
 開催時間：9：30～お昼頃
 参加者数：7名
 スタッフ数：9名
 参加費：500円

今 西



取材者メモ

コミュニケーションマージャンです
 する数合わせをトランプでされていま
 した。面白いとの声もありました。

運営について

ひとり暮らしの人が多いため、お昼は
 毎回用意しています。みんなで食べたい
 という思いもあります。

案内は自治会長に前日に放送をして
 もらっています。

サロンの後に反省会をして、次回の事
 を決めるようにしています。当番は2人
 で組んでいます。



津里いきいきサロン

場 所：津里集会所
 開催頻度：月1回
 開催日：第4水曜日
 開催時間：9：00～11：30
 参加者数：15名
 スタッフ数：3名
 参加費：100円

津 里



📎 取材者メモ

取材日は老人会と共催でグランドゴルフをされていました。ベンチに座って見ている人もいました。

運営について

案内のチラシはスタッフの3人で配っています。

年1回会食をしますが、普段の準備は、お茶菓子とお茶を沸かすくらいです。

今まではスタッフ3人が寄って日程を決めていましたが、今年は転倒予防教室に併せて開催しています。



津里てんとうむしクラブ

場 所：津里集会所
 開催頻度：週1回
 開催日：水曜日
 開催時間：9：30～11：00
 参加者数：13名
 スタッフ数：4名
 参加費：年間400円

津 里



取材者メモ

椅子を使って体操をされていたり、みなさん体の状態にあわせて体操に参加しておられました。

参加者・スタッフの声

欠席した人にとっては、月1回開催だと次の月までなにもなくなるので、毎週開催することで、間をおかずに参加できるようにしておきたいと思っています。

「体を動かす」ということをするために参加しています。出来るだけ毎週続けていきたいです。



サロン東尾上きらく会

場 所：東尾上公民館
 開催頻度：月1回
 開催日：木曜日
 開催時間：10:00~14:00
 参加者数：17名
 スタッフ数：3名
 参加費：500円

東尾上



取材者メモ

男性と女性とで内容が分かれています
 ましたが、どちらにも参加せずに見ている
 だけの人もいました。

参加者・スタッフの声

先月、サロンでした折り紙を家で作っ
 て、施設に入っている家族に持っていく
 と大変喜んでくれました。

今日の金魚作りは家でやってみても
 出来るかな。年寄りには難しいわ。

こうしてみんなで寄って楽しいです。
 ようしてくれてはると思います。



サロン尾上

場 所：社務所
 開催頻度：月1回
 開催日：水曜日が多い
 開催時間：10:00~12:00
 参加者数：30名
 スタッフ数：7名
 参加費：700円

尾上



📝 取材者メモ

旬の味覚！！美味しい鮎を頂きながら、皆さんお喋りに花が咲いていました。

運営について

案内は、1週間前くらいに民生委員さんから自治会内の放送をいれていただきます。普段参加する人には、畑などで出会ったときに声掛けで伝えています。

月末にはスタッフでサロンの内容を決めます。お茶菓子の購入は、スタッフが2人で買いに行きます。

おわりに

今回、サロン活動・転倒予防教室事例集の作成にあたり長浜市内の各サロン、転倒予防教室に訪問をさせていただきました。どの活動も地域の現状に合わせて活動されていて、たくさんの笑顔があり、地域での交流の場として位置付けられている様子を感じました。この事例集をとおして他のサロン、転倒予防教室の様子を感じていただき、今後の活動の参考にさせていただければと思います。

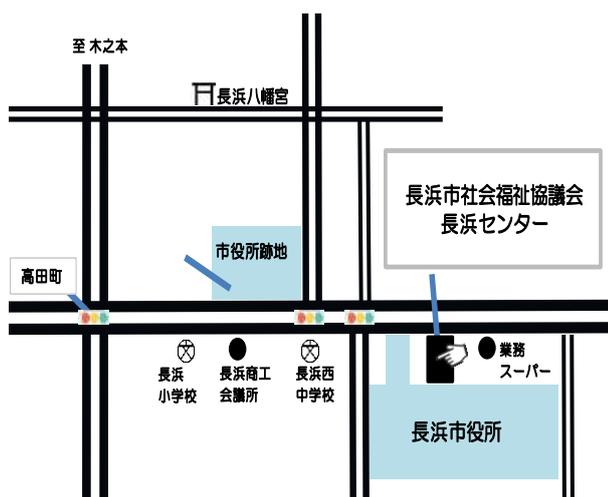
～ お問い合わせ ～

長浜センター

長浜市八幡東町441-6

電話：62-1804

FAX：64-2240

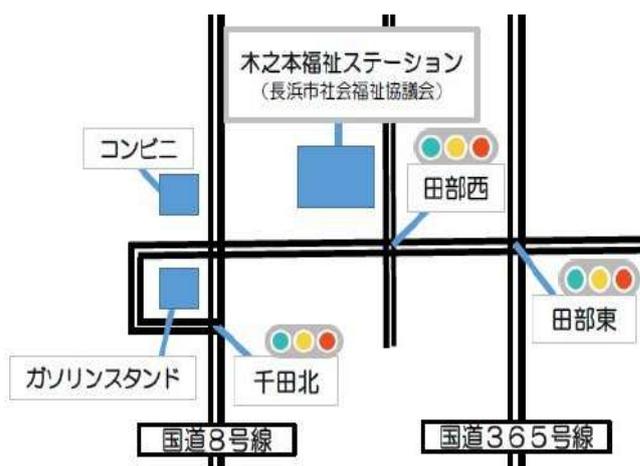


木之本センター

長浜市木之本町千田53

電話：82-5419

FAX：82-5721



いつでも気軽にご相談ください



