

51. 人との出会いで今日もイキイキ心と身体もリフレッシュ

グループ名 サロン夢あじな

代 表 者 松井 美佐子

① 活動の目的

- ＊ 町内会のサロンと異なり、地域の誰もが何の束縛もなく自由に過ごせる憩いの場作り
- ＊ One-Coin の参加料で喫茶や食事を楽しみながら気軽に談笑できる
- ＊ 年齢性別に関係なく世話される側からお世話する側にいつでも自由に転回出来る運営方針

② 活動概要

- ＊ 毎週火曜日・木曜日が「サロン夢あじな」の開設日で、朝 10:00～15:00 で運営
- ＊ 参加料を頂き、コーヒー・軽食（うどん、カレー・スパゲティ・トースト等）提供
- ＊ 特に第3木曜日に限り創作メニューの手作り松花弁当を市民センターで提供している
- ＊ サロン内の側壁・カウンター上で地域のアマチュアの作品展示場として来店者に鑑賞して頂いている
- ＊ H29 年度からは、地域のシニア音楽クラブの皆さんによる演奏会や、講師による手芸高齢者の美容教室等を実施し好評を得る
- ＊ 広島日赤看護大学とサロン夢あじなの共同研究テーマ【夢あじなプロジェクト】を立ち上げ、皆さん方の健康チェック（血圧・骨密度・体組成測定・百歳体操）を実施

具体的活動の詳細等は2ページ以降の添付資料及び添付写真参照

③ 決算報告書

収 入 の 部	大同生命厚生事業団助成金	100,000円
支 出 の 部		
I 冷蔵庫購入 AQUA 製 AQR-81E (S)		22,366円
II ボランティア活動保険		8,400円
III ボランティア行事保険		7,560円
IV ボランティア全国フォーラム参加費及び宿泊費＊2人 ＊11/18(土)11/19(日)2日間 福山ニュキャッスルホテル		37,979円
V まちづくり福祉ミーティング研修会参加（県社協） ＊10/12日(木)～11/28(火)4回延べ15人 交通費+弁当代		10,950円
VI USB メモリー (I-O DATA 製 YUM2 32GB)		2,408円
VII インク代 (EPSON 6色)		7,950円
VIII 車椅子 (Bauhaus 製 折り畳み介助用ブレーキ付き)		10,290円
合 計		107,903円

活動内容詳細と実績

1. 軽食及び食事会

➤ H29. 9 月～H30. 8 月：高齢者だけでなく子育て中の若いお母さんも参加されています。



2. コンサートや手芸などのイベント

- H29. 9 月：ウクレレコンサート
- 10 月：オカリナコンサート、小物づくり
- 11 月：干支（戌）の描画
- 12 月：ハンドベルで合奏、
- H30. 2 月：ブローチの作成
- 3 月：マンドリン・ギター演奏
- 7 月：コーヒーの淹れ方講座と体験
- リトルハープ演奏と楽器の使い方
- アンチエイジング講座と体験



3. 特技や趣味を活かした美術品・工芸品の展示

- H29. 9 月：かな書道、小学校児童の絵手紙
- 11 月：曼荼羅
- H30. 1 月：漢詩、折り紙工芸他
- 3 月：雛飾り
- 4 月：手作り人形
- 5 月：五月人形と友禅
- 6 月～8 月：絵画



4. 研修会参加

➤ H29. 9 月～11 月：県社協研修会に参加

➤ 加



12 月：ボランティア全国フォーラム参加



5. 百歳体操（筋力運動）：毎週火曜日 10:30 より開催

➤ H29. 9 月～H30. 8 月 約 12 人／回参加



6. 健康管理活動（血圧測定や健康相談）

➤ H29. 10 月：骨密度と体組成測定

➤ H30. 2 月：体力測定と肺炎予防講座（廿日市市高齢介護課の協力）

➤ H30. 6 月：骨密度測定（廿日市市包括支援センターと広島文教女子大学の協力）

➤ H30. 7 月：体力測定と認知症予防講座と運動（廿日市市高齢介護課の協力）



7. 購入品した機器 冷蔵庫



介助用車椅子



8. 其他報告会や事例紹介

2018年(平成30年)1月26日(金曜日) 地域 (26)

広島都市圏

住民運営の喫茶健康推進に一役

廿日市ニュータウン 報告会

廿日市最大の団地「阿品台」にある住民運営の喫茶室「夢あじな」で、地元の日赤十字広島看護大が高齢者の健康づくりなどを支援する「夢あじなプロジェクト」の報告会が25日、同大であった。学生や住民約50人が参加した。

プロジェクトは昨年4月にスタート。毎週火、木曜日の2時間、住民や学生が夢あじなで健康体操などに取り組んでいる。学生による住民の血圧測定や教授の健康講話もある。あじなでの体操などに報告会では、プロジェクトの中心役を担う真崎厚子教授(奥左)が説明した。健康管理や運動習慣などを問う団地

住民への調査で比較的健康状態が良い人が夢あじなでの体操などに参加していると分かった。エクトの中心役を担う真崎厚子教授(奥左)が説明した。健康管理や運動習慣などを問う団地

夢あじなの松井美佐子代表(69)は「若い学生が団地内で住民と交流してくれることで地域が活性化していると話し、感じると話していた。」(森戸新士)

真崎教授(奥左)の報告後、あいさつする松井代表(同右)

H30.1月25日

日赤広島看護大との協働事業「夢あじな」プロジェクトに関係者6名参加。

地元新聞にも「住民運営の喫茶健康推進に一役」というタイトルで掲載されました。

H30.2月19日

内閣府男女共同参画局、廿日市市主催のワークショップに「地域サロン夢あじなにおける男女共同参画の推進」というタイトルで事例紹介を行いました。



廿日市市役所7階会議室でのワークショップ