

54. 老人パワーで地域を明るく元気にしよう

グループ名 逢坂地区いきいきサロン

代表者 鎌村 百合美

① 活動の目的

家の中に閉じこもり気味な人たちが集まりやすい場を作ったり、地域の誰でもが気軽に参加できる行事を計画したりして交流する機会を増やす。また、防災活動を通して地域住民の共助の意識を高め、安全で安心して住める地域づくりを行う。

② 活動概要

- 4月16日（日）心と体のストレッチ（フィットネスクラブ職員指導）
- 5月15日（月）ゴキブリハウ酸団子作りと地域への配布
- 6月15日（木）お口の健康（誤嚥予防についての話を聞き、口の体操を行う）
- 7月 1日（土）七夕飾り作り
- 7月 9日（日）地域の消防施設の点検と使い方（美馬西部消防組合）
- 7月15日（土）七夕飾り作り
- 7月22日（土）七夕飾り作り
- 8月 9日（水）七夕飾り、笹への飾り付けと地域への取り付け
- 8月13日（日）夏越祓いゲーム大会の実施
- 8月14日（月）七夕飾り撤去、片付け
- 9月15日（金）小規模多機能ホーム「こもれび」職員との交流会（ゲーム・体操）
- 9月24日（日）カレー作り・三世代交流運動会
- 11月15日（水）みんなで料理を作って食べよう
- 12月15日（金）歌・ゲーム・お茶会
- 1月21日（日）会食会の準備（豚汁・おにぎりづくり）地域住民を招いての会食会
- 2月15日（木）いちご狩りに行こう（三好市三野町近藤さんのハウス）
- 3月15日（木）県道と町道の落ち葉の片付け、草ぬき

○ 活動の様子

1) ゴキブリハウ酸団子作り

ゴキブリを地域から一掃するために、ゴキブリ団子を作り、全家庭（100戸）と地域内にある、JA、郵便局、銀行に配布した。



みじん切りにした玉ねぎにホウ酸、小麦粉、焼き肉のたれを入れ混ぜ合わせる。

2) 地域の消防施設の点検と扱い方

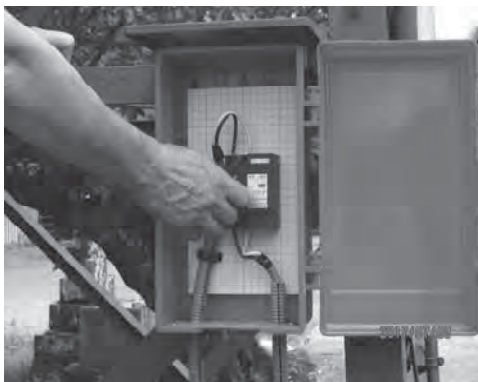
参加者全員で地域内を回り、消火栓やサイレンの場所の確認と、消火栓の使い方や放水訓練などを行った。



ホース格納庫の点検



消火栓の使い方



サイレンの鳴らし方



放水訓練

3) 七夕飾り作りと地域への飾り付け

7月1日、15日、22日の3回、サロンのメンバーと七夕飾りを作った。地域を明るくするために始めた七夕も3年目となり、メンバーや地域住民も願い事を書いたり、飾りを作ったりすることに協力的になった。高さ3メートルの青竹30本を地域内に取り付けると、いつもさみしい通りが華やかになり、少人数だが地域外からも見に来てくださるようになった。



笹への飾り付け



飾り付けた笹を地域内に運ぶ

4) カレー作りと三世代交流運動会

三世代交流運動会も7年目を迎えた。3回目までは神社の境内で実施していたが、トイレがないことや雨でも開催できるということから、4回目からは、憩の家の中で開催することになった。29年度も午前7時30分より、カレーライスの準備を行い、10時から運動会を実施した。競技数は8種目あり、参加者は笑顔一杯で競技を楽しんでいた。昼食にカレーライスを食べ終了した。



カレー作りと昼食、競技の様子

5) みんなで料理を作って食べよう（防災食づくり）

- ・献立 α 化米のちらし寿司、ジャガイモのガレット、高野豆腐のステーキ
ひじきの梅マヨサラダ、野菜チップスの味噌汁
- ・家庭にある食材や調味料（α化米・ジャガイモ・高野豆腐・ひじき・ポテトチップス・梅干・みそ・マヨネーズ）などで、普段も非常時にも作れる実習を行った。



出来上がった料理



購入した道具類の一部

6) 県道の落ち葉の片付け



③ 決算報告書

収 入	大同生命厚生事業団助成金	90,000円
支 出	・ホウ酸 389 円×14	5,446円
	・まな板 698 円×3 両手鍋 1,580 円×2	18,228円
	包丁 1,780 円×2 包丁 1,380 円×1	
	ステンレスボール 848 円×3	
	フライパン 1,380 円×3 税 1,350 円	
	・パイプ椅子 1,080 円×10	33,199円
	会議用テーブル 7,980 円×2	
	エアーポット 3,980 円×1 税 2,459 円	
	・オーブンレンジ 1 台 21,384 円	36,288円
	炊飯器 1 台 14,904 円	
合 計		93,161円

④ 終わりに

いきいきサロンの活動は毎月 15 日前後と決めており、100 戸余りの逢坂地区では、サロンの活動が住民によく知ってもらえるようになった。明るくて元気な地域にしていくために、これからも、多くの地域住民と関わりながら活動をしていきたい。

貴事業団からのご支援に、心より感謝申し上げます。