

## 9. 家族介護者同士の心身の健康とシニアの居場所づくり

グループ名 おしゃべりサロンがやがや

代表者 衣川 恵子

### ① 活動の目的

- ④家族介護者向けの情報交換や心と身体のリフレッシュとなる場づくり
- ⑤食事作り会等を通して参加された皆さんのコミュニケーションが図られ  
情報交換と暮らしや健康の学びの場となる高齢者の居場所づくり

### ② 活動概要

#### ④家族介護者の場づくり

- ・計 18 回開催（月 1 回～3 回） 延べ参加人数 77 名
- ・お茶を飲みながら家族の様子を話したり、家庭での工夫や介護施設についてなど情報交換を行った。またリフレッシュできる簡単な体操も取入れたこともあり、参加された皆さんから大変好評をいただいた。
- ・協力者の個人宅にて開催できたので、冷暖房費代として 1 回 500 円のお礼をした。

#### ⑤高齢者の居場所づくり

- ・計 11 回開催 延べ参加人数 205 名
- ・ボランティア講師による食事づくり会や参加された方の自慢料理づくり会の他、地域の食事処にお伺いし「地産地消レシピ教えて下さいな会」なども開催した。作りながら食べながら悩みや不安も笑いに变えて、笑顔あふれる 1 年となった。

開催月	主な内容
4 月	ご当地「はっとなべ」料理 食事づくり会
5 月	ホテルサンシャイン 地産地消レシピ教えて下さいな会
6 月	災害食にもなる「パッククッキング」料理 食事づくり会
7 月	「熱中症予防」料理 食事づくり会
9 月	お団子「お月見」料理 食事づくり会
10 月	我が家の自慢「芋煮」料理 食事づくり会
11 月	ささっと出来る「お弁当」料理 食事づくり会
12 月	来年も元気に「忘年会・年越しそば」 食事会
1 月	あけましておめでとう「新年会・七草がゆ」 食事会
2 月	ビーナスの湯 地産地消レシピ教えて下さいな会
3 月	生産者との交流会「せりなべ」料理 食事づくり会



③ 決算報告書

収 入	大同生命厚生事業団助成金	100,000円
支 出	①家族介護者の場づくり経費(計18回分)	26,256円
	お茶代・お茶菓子代 17,259円	
	冷暖房費用 @500×18回 9,000円	
	②高齢者の居場所づくり経費(計11回分)	64,594円
	食事づくり材料費など 61,394円	
	会場使用料・2回分 3,200円	
	※上記以外はご好意で会場費無料にて	
	①+②共通経費	
	参加者送迎ガソリン代 1年計19,013円	38,663円
	(年間走行距離1,901km×補助約10円)	
	参加呼びかけの電話代 1年計12,000円	
	(会員35名×回数=年間約1,000回)	
	消耗品代 計7,650円	
	(文房具代・印刷費・用紙代)	
	合 計	129,513円