

45. 「助け合い・支え合い・顔の見える活動」で 明るい元気な地域作り

グループ名 東つつじヶ丘地区福祉協議会

代表者 井手口 幸男

① 活動の目的

- ◆ 『健康は福祉につながる』をモットーに、高齢者が家に引き籠もらずに出掛けてもらうことが一番、出掛けることで健康への気力・気遣いが沸いてきます。
当福祉協議会では、そうした地域の人たちが交流してもらえる場を提供することで地域住民の助け合い・支え合いそして顔の見える街づくり活動を推進しています。
- ◆ 交流の場としては、出来るだけ幅広く多くの方に参加してもらうために、
 - 1) 認知症予防脳トレ講座を中心に各種催事をセットした「地域福祉交流会」
 - 2) 食事会・おしゃべり会・歌声広場などの「サロン活動」「高齢者見守り活動」
 - 3) カラオケ大会、グランドゴルフ大会で趣味を生かせる交流会
また今回助成対象外として
 - 4) 「健康麻雀」「手芸」などの趣味のサークル交流会
 - 5) 子育てに不安なママの息抜きと幼児の社会性を育てる「子育て交流会」
 - 6) 老若男女・子たちの3世代4世代が集う「歳末餅つき交流会」等々
多種多様なそれぞれに興味ある催し・場を提供し、多数の参加がありました。

② 活動概要

1) 地域福祉交流会

ア) 認知症予防の「脳トレ講座」を柱に、健康体操・歌声喫茶・各種講演会・歌謡ショーや落語観演、趣味の作品展等々をセットした交流会



☆活動場所…(当地) 東つつじヶ丘ふれあいセンター

☆活動日と内容

参加者

- | | | |
|----------|-------------------------------|-------|
| 9/24(土) | 脳トレ+カラオケ大会 | (51名) |
| 10/29(土) | 脳トレ+腹話術ショー | (42名) |
| | <u>春ちゃん(人形)の声掛けに涙ぐんでしまう</u> → | |
| 11/26(土) | 脳トレ+亀岡市健康体操 | (45名) |
| 1/28(土) | 脳トレ+ギター演奏で歌声喫茶 | (30名) |





- 2/25(土) 脳トレ+カラオケ歌声 (34名)
- 3/25(土) 脳トレ+カラオケ歌声 (48名)
- 4/22(土) 脳トレ+ひばり歌謡ショー (45名)
- 5/27(土) 脳トレ+警察署講演 (45名)

巧妙な語りとギター伴奏での
合唱は格別です

オレオレ詐欺防止と交通安全について講演



沢山の力作が出品されました



- 6/24(土) 脳トレ+趣味の作品展 (49名)
 - 7/29(土) 脳トレ+亀岡市健康体操 (36名)
- 脳トレは6年間継続して実施してきて、しっかり
定着し毎回楽しくできました。
特に+の各催事は毎回楽しみで、出掛ける意欲を
もっていただくことができました。



2) サロン活動

☆活動場所：東つつじヶ丘ふれあいセンター

ア) 「ほっこりサロン（食事会・サロン茶話会・歌の広場）」

…毎月第2(木)・第4(木)、年間：21回 延べ参加者：278名

- ・サロン茶話会は、おしゃべり・手芸・折り紙・講演拝聴・健康体操など講演は、消防署から防火の話、保健所から歯の健康など指導いただきました。
- ・食事会は、栄養バランスを考えたスタッフ手作り昼食を食べながらのおしゃべりに花がさきます。
- ・歌の広場は、歌の講師の指導・ピアノ伴奏で、童謡・唱歌・懐かしの歌など楽しく歌いました。



イ) 「高齢者見守り活動」

…毎月2回（任意）、年間：21回

延べ対象者：314名

- ・ア)で欠席会員の自宅訪問又は電話で声掛け安否確認です。

訪問を心待ちにされる方、また病気や異常があれば、自治会や民生委員に情報を提供し、対処してもらっています。



ウ) 「男の料理教室」

…毎月1回、年間12回

延べ参加者：61名

- ・栄養管理士の指導で、栄養バランスを考えた料理作り。あとは試食会で自分の出来映えをチェックします。



3) グランドゴルフ大会

☆活動場所：東つつじヶ丘公園

☆活動日：2016・11/14(月) 2017・4/10(月) 延べ参加者 99名

- ・ベテランや初めての方も、ボールの行方に一喜一憂しながら楽しみました。



4) カラオケ大会

☆活動場所：東つつじヶ丘ふれあいセンター

☆活動日：2016・9/24(土) 参加者 51名（うち歌唱者 25名）

日頃、カラオケサークルや歌声喫茶などでのど自慢の方々が、多勢集い熱唱されまた観客もにぎやかな応援で盛り上がりました。気分スッキリ！です。



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)認知症予防脳トレ講座講師料 (みんなの認知症予防ゲーム)	20,000円
	2)ほっこりサロン歌の広場 講師料 (片山先生 5000×10回)	50,000円
	3)男の料理教室 講師料 (竹岡先生 3000×12回)	36,000円
	4)調理室使用料 (400×34回)	13,600円
	5)出演料・車代 (ひばりさん 5000、高屋さん 5000)	10,000円
	6)出演御礼お菓子 (11月 2060、1月 2180、5月 2700)	6,940円
	7)脳トレお菓子、趣味の作品展等材料費 (9月 1827、10月 2440、11月 2864、 1月 2674、2月 2995、3月 3000、 3月 8895、5月 3287、6月 2674、 7月 2968、7月作品展 8000円)	43,686円
	8)グランドゴルフ大会賞品代 (11月:10352円、4月:8,709円)	19,061円
	9)カラオケ大会賞品代 (商品 5860、商品券 2000、他 184円)	8,044円
	10)広報費 (自治会コピー18160、写真代 19381)	37,541円
	11)保険料 (60人×200円+施設適用 5680円)	17,680円
	合 計	262,552円