

一丁目いきいきサロンのこと

荒井 勇治

早いもので私が一丁目いきいきサロンをお手伝いするようになって13年になりました。きっかけは、ちょうど一丁目いきいきサロンが二丁目から分離して、新たなボランティアを探していた時に私に声がかかりました。以前から母親がお世話になっていたこともありました。

当初会員は30名近くいましたが、年々減少し現在は10名程です。原則70歳以上で一人の方が対象となっています。高崎市社会福祉協議会と町内会からの手厚い援助で運営されています。サロンの一端をご紹介します

サロンは毎月第3木曜日に県営住宅集会所で開催されます。朝10時、三々五々集まってきました。足が悪くても杖を突いて来ます。少しでも歩かなくちゃという思いと、みんなに会って話をするのが楽しいからだと言います。新型コロナ蔓延の前は、区長さんの挨拶の後、ホピ園あんしんセンターの保健師さんから生活に必要なお話しや市歌体操を行い、続いてみんなで童謡唱歌「故郷」「紅葉」「村祭」「冬景色」の歌詞をぱびぶべぼ（……）で歌います。「村祭」の速い曲をこれで歌うと最後はちょっとあやふやになってこれが笑いを誘います。毎回笑いの種です。そのあとお茶の時間。お隣同士で楽しくおしゃべりします。

ときにはいろんな趣味や特技を持った方々をお呼びして披露していただきます。好評なのはやはり歌うことですね。アコーディオンの伴奏にあわせて歌うとみなさん大きな声で歌います。

中にはとても上手に歌う方がおられます。城山保育園児たちも来て歌ってくれました。年末にはお楽しみ会を行います。ビンゴゲームで盛り上がります。ちょっとした景品を用意します。

2011年3月の大震災にあわけて福島から避難してきたご夫婦が当サロンに来てくれたことがありました。いろいろご苦労された話をうかがいましたが、少し安堵された様子でした。わずかなご縁でしたが、無事戻られました。

コロナ禍の現在も、時間短縮や手の消毒、距離をあけるなどの安全対策をとりながら開催しております。早くコロナが収まっていつも通りまた大きな声で歌を歌って笑いたいものです。

お気軽にお出かけください。

二丁目ふれあいきいきサロン

久米 幸子

ふれあいきいきサロンは、平成17年4月一丁目・二丁目合同のサロンとして設立されました。現在は、一丁目は集会所、二丁目は公民館にて毎月第3木曜日に開催されています。

サロンの目的は、閉じこもりがちな高齢者の集いの場所で、高齢者の孤独や不安感の解消並びに介護予防の促進を図る仲間づくりの場所で地域の皆さんの交流の場所です。

二丁目のサロンでは、食事会・健康体操・おしゃべり等を通して地域の皆さんとの交流を深めています。ホピ園の看護師さんによる介護予防のお話や頭の体操・市歌体操等は心も体もスッキリです。

ふれあいきいきサロンは、楽しく気軽に参加できる「集いの場」です。多くの人の参加、お待ちしております。

