

みんな集まれ！  
こまき「居場所」事典



 **小牧市社会福祉協議会** 

家で閉じこもりがち、話し相手がいない、毎日特にする事が無いといった声を高齢者等の皆さまからお聞きすることがあります。

小牧市社会福祉協議会では、地域のボランティアの方々をお願いし、こういった方々を対象に、生きがいづくり、閉じこもり予防及び健康維持・増進などを図ることを目的に、地区の会館等で「ふれあい・いきいきサロン」活動をすすめています。

「気軽に」「無理なく」「楽しく」過ごせる場所になるように、創作活動、健康体操、レクリエーション・茶話会等を行っています。

みなさま、ぜひご参加ください。

## 目次

(令和元年8月時点)

- 小牧南部地区……………p.1～
- 小牧中部地区……………p.4～
- 小牧西部地区……………p.8～
- 味岡地区……………p.11～
- 篠岡地区……………p.15～
- 北里地区……………p.21～

※ふれあい・いきいきサロン事業には、皆さまにご協力いただいた社会福祉協議会協力会費を使用しています。

## 【南部地区】

サロン名	桜井いきいきサロン	サロン名	竹林ふれあいいきいきサロン
主な地域	桜井区	主な地域	竹林地区
会場	桜井会館	会場	哥津会館
開催日時	第4金曜(8・12月を除く) 12時～15時30分	開催日時	毎月第1月曜10時～12時 毎月第3月曜12時～15時
主な内容	ファッションフラワー、食事会、 小物作り・・・等	主な内容	健康ストレッチ体操、 認知症予防頭の体操、食事会、出前講 座、カラオケ、塗り絵、映画鑑賞等
ボランティア からの メッセージ	皆様の元気な笑顔と明るい声 楽し い会話、お互い一緒に楽しみましょ う！私達色々な思考をしながら、1人 でも多くの方が参加して下さるよ うに、頑張ります。皆様をお待ちし ております。	ボランティア からの メッセージ	地域の高齢者世帯やひとり暮らしの 方々が孤立しないように外出の機会を 多くし、賑やかに一緒に食事を摂り、 楽しく笑っておしゃべりして、お友達 づくりのお手伝いができればと願っ ております。
サロン名	二重掘ふれあいいきいきサロン	サロン名	やすらぎカフェまごころ
主な地域	二重堀区	主な地域	北外山県住区
会場	二重堀会館	会場	中央集会所
開催日時	4月及び奇数月 第4火曜 10時～11時30分	開催日時	毎月第2土曜 10時～13時
主な内容	体操、お話し会、軽食会、作品作り、 ゲーム大会、映画鑑賞、落語会	主な内容	茶話会、食事会、あみもの、 健康に関する講座・レクリエーション
ボランティア からの メッセージ	参加者もボランティアも共に楽しい 時間を過ごせる様にしています。  人数も年々増加し、男性の参加を(ボ ランティアも含めて)希望しています。	ボランティア からの メッセージ	笑顔で楽しいひととき… こころ癒され、やすらぐひととき… まごころのスタッフやお友達と一緒に ステキな時を過ごしましょう。 みなさまのご来店、 お待ちしております。～す。



<b>サロン名</b>	おとなりさん会	<b>サロン名</b>	ふらみなサロン
<b>主な地域</b>	北外山イトーピア内	<b>1 主な地域</b>	小牧南地区
<b>会 場</b>	イトーピア集会場	<b>会 場</b>	ふらっとみなみ
<b>開催日時</b>	毎月第4火曜 10時～12時	<b>開催日時</b>	毎月23日 10時～15時
<b>主な内容</b>	笑いヨガ、軽い健康体操、雑談、ゲスト ト（落語、オカリナ、防災講演など）、 手芸、皆で歌唱 など	<b>主な内容</b>	脳トレ、ストレッチ、ゲーム、折り紙、 トランプ等、みんなでワイワイお喋り会
<b>ボランティア からの メッセージ</b>	健康寿命を延ばしましょう。その一環 として、楽しくおしゃべりをしたり、 体を動かしたり、笑ったり、大きな声 で唄ったりしましょう。	<b>ボランティア からの メッセージ</b>	午前中はひなたぼっこさんの協力により、 ストレッチや脳トレをしています。 皆さんの笑顔が見られます。午後はゆっ たりと好きなことを持ち寄り、おしゃべ りしながらやっています。出入り自由で すので、いつでも好きな時間に遊びに来 てください。お待ちしております。
<b>サロン名</b>	南外山さわやかサロン	<b>サロン名</b>	なでしこふれあいサロン
<b>主な地域</b>	南外山区	<b>主な地域</b>	北外山区
<b>会 場</b>	南外山会館	<b>会 場</b>	北外山会館
<b>開催日時</b>	月1回（随時） 9時30分～11時30分	<b>開催日時</b>	毎月第3火曜 10時～12時
<b>主な内容</b>	DVDによる簡単な体操、 お手玉・トランプ・チェス、座談会	<b>主な内容</b>	カルタ取り、おり紙、あや取り、 お手玉、体操、保健センターの講師 等
<b>ボランティア からの メッセージ</b>	DVDによる手足の運動・テレビ体操 で体を動かす。仲間とお茶を飲みなが ら、お喋りやゲームをする楽しい時間 を提供したいです。一部の方からカラ オケの要望もあるので考えていきたい と考えています。	<b>ボランティア からの メッセージ</b>	まだまだ手探り状態です。皆さんから意 見を聞いたりしながら、やはりお年を重 ねている方はお茶してお話会でいいと 言われます。



小物づくり



健康麻雀

サロン名	こはるサロン春日寺
主な地域	春日寺区
会 場	春日寺会館
開催日時	毎月第2金曜 10時～11時30分
主な内容	体操、茶話会、健康講座
ボランティア からの メッセージ	令和元年6月にスタートしたばかりです。体操、ゲーム、健康講座、特殊詐欺講座などを予定しています。参加者の意見を聞きながら楽しいサロンにしていきたいと思っています。ぜひ遊びに来て下さい。



体操教室



トランプ



リハビリ専門職派遣



出前講座

## 【中部地区】

サロン名	西町ふれあい・いきいきサロン	サロン名	小牧原南サロン いこいの家
主な地域	西町区内 (一部区外 会館使用料 100 円/月)	主な地域	近隣地域の方
会 場	西町会館	会 場	小牧原南区会館
開催日時	毎月 2 4 日 9 時 3 0 分～1 1 時 3 0 分	開催日時	毎週火曜 1 0 時～1 5 時
主な内容	DVD 映写、懐メロの合唱、トランプ遊び、手遊び、しりとり遊び(体を動かしながら)、作品作り(デコバージョン等)	主な内容	第 1・3 は卓球 第 2・4 は茶話会(麻雀、囲碁、将棋、トランプ、折り紙、健康講座、餅つき、豚汁作り、漬物作り など)
ボランティアからのメッセージ	皆さんが楽しみにして参加してください、お喋り・情報交換等、互いに親交を深め楽しんでます。個々に作成したぶどうのアートを繋げ、区民展に出展した事は大きな喜びでした。	ボランティアからのメッセージ	近隣の方が、どなたでも気軽に立ち寄れるサロンです。笑顔で語らいながら自由に過ごし、昔の縁側のようなのんびりとした雰囲気味わっています。
サロン名	中区いきいきサロン「ふれあいの郷」	サロン名	小牧原西区サロン いこいの家
主な地域	小牧原新田 中区	主な地域	小牧原西区
会 場	小牧原会館	会 場	小牧原西会館
開催日時	毎月第 2 火曜・第 4 金曜 1 0 時～1 5 時頃	開催日時	毎月第 1 月曜 1 0 時～1 1 時 3 0 分 毎月第 3 月曜 9 時～1 2 時
主な内容	ゲーム、クイズ、麻雀、体操など	主な内容	こまき山体操、認知症予防ゲーム、2～3 ヶ月毎に手作り作品、麻雀、季節ごとのイベント
ボランティアからのメッセージ	区民対象で楽しくやっています。お昼は各自注文して、皆で一緒にいただきます。これからもっと楽しい計画を立てていきます。とにかく一度、見に来てください。きっと気に入ってもらえること受合いです。地域の皆さんで、より強い「つながり」を持ちましょう。	ボランティアからのメッセージ	区民すべての方が参加できます。健康長寿をのばそうと、新たにこまき山体操をはじめました。お気軽に足をお運び下さい。



サロン名	東新町ふれあいいいききサロン	サロン名	朝日くみん広場
主な地域	東新町区・近隣	主な地域	朝日区
会 場	東新町会館	会 場	朝日会館
開催日時	毎月第2火曜 9時30分～11時30分	開催日時	第3土曜(7・8・12月を除く) 10時～14時(10月は不定)
主な内容	野菜不足解消、踊り等軽い運動、運動後に果物を頂くなど、健康中心の活動	主な内容	茶話会、健康に関する催し等
ボランティアからのメッセージ	「来て良かった」と言われるサロンを作りあげたい。そして皆さんと仲良くなり、互いを思いやる心を育てていきたいと考えています。	ボランティアからのメッセージ	いろいろな事に良いと言われている“笑い”。サロンでは、参加される方々に笑っていただけるようにボランティアの人達が努めています。

サロン名	上新町ハッピーサロン
主な地域	上新町区
会 場	上新町会館
開催日時	毎月第4土曜 13時30分～15時30分
主な内容	・シーツ玉入れ、お手玉等を中心に色々なゲーム ・おやつタイムはカラオケDVDを使って歌ごえカフェ ・クリスマス会や新春落語等の行事
ボランティアからのメッセージ	赤ちゃんから高齢者までどなたでも参加OK!卓球、囲碁、将棋、マージャンもできます。 ハッピーな一時をご一緒しましょう。



茶話会

みんなで脳トレゲーム

サロン名	五共つむぎの会	サロン名	みんながげんき 寺浦サロン
主な地域	片町、向町、上之町、門前町、横町、及び周辺	4 主な地域	寺浦区
会場	浦田五共会館	会場	寺浦会館
開催日時	毎月第2火曜 10時～11時30分	開催日時	毎月第2土曜 13時30分～15時30分
主な内容	コーヒーを飲みながら、おしゃべりしながら… ラジオ体操、脳トレ、手芸、歌等を行っています。	主な内容	・みんなの認知症予防ゲーム ・健康講座や出前講座、茶話会
ボランティアからのメッセージ	名称どおり、五ヶ所の町内の集まりです。高齢化も進み、ご近所の方との挨拶や、お話する機会も少なくなり、気楽に集える憩いの場所があるといいなと思ひ立ち上げました。来てよかったですと感じられるサロンにしたいです。	ボランティアからのメッセージ	健康寿命をのばそうと楽しいゲームをします。いっぱい笑った後は、茶話会でおしゃべりをします。2～3カ月に1回程度、健康講座や出前講座を開きます。一人でも多くの方の参加をお待ちしています。



こまき山体操





サロン名	大輪ニコニコサロン	サロン名	懐「サロンの会」ぬくもりの家
主な地域	大輪区	主な地域	懐区
会場	大輪井上会館	会場	懐会館
開催日時	毎月第3火曜 9:50~14:30	開催日時	毎月1回水曜(不定) 10時~12時
主な内容	誕生日会、体操、カラオケ、将棋、ゲーム、一言会話、クリスマス会、折り紙、リハビリソング、健康についての話など	主な内容	健康ストレッチ体操、脳トレ、健康講座、出前講座他
ボランティアからのメッセージ	毎月ニコニコサロン広報を発行し、世の中の動きや情報等と今月のサロンのお知らせをしているので見て下さい。例えば癌などの健康についての話は好評です。また、バスでの外出も行っています。	ボランティアからのメッセージ	お帰りなさい。と笑顔で迎え、いつ来ても暖かな日差しに包まれるようなアットホームな居場所を作っています。さみしい人も、悲しい人も、なやんでいる人も、みんな、いらっしゃい。



誕生日会



ストレッチ体操

## 【西部地区】

サロン名	西部(安田)ふれあい・いきいきサロン	サロン名	三ツ渚原団地いきいきサロン絆の会
主な地域	西部(主に安田・山北・間々原)	主な地域	三ツ渚原団地区
会場	安田会館	会場	三ツ渚原団地会館
開催日時	毎月第3木曜(7・8月は第1木曜) 10時～13時30分	開催日時	毎月第4金曜10時～11時30分 毎週水・木曜13時30分～15時
主な内容	小物作り(飾り物・袋物等)、会食(弁当)、ゲーム・歌、ズンドコ体操	主な内容	第4金曜:茶話会 毎週水・木曜:体操 バス旅行(年3～4回)
ボランティアからのメッセージ	西部婦人奉仕団が平成14年から始めたサロンです。 皆さん和気あいあい、いろいろな内容で楽しんでいます。お昼は弁当を食べながら話に花が咲きます。年2回は手作りですのでも喜ばれています。	ボランティアからのメッセージ	コーヒーを飲みながら、楽しく雑談をして同じ団地に住む者で交流を深め、笑顔で少しでも有意義なひと時を過ごして頂きたです。出前講座とバス旅行などで見聞を広め勉強もし、生き生きと脳を活性化し、元気に体を鍛え、前向きに生活できる一助になればと考えています。
サロン名	元町ふれあいサロン	サロン名	間々区子育てサロン
主な地域	元町区	主な地域	間々区
会場	元町会館	会場	間々会館
開催日時	第3土曜(5・8・9・1月を除く) 10時～11時30分	開催日時	第3火曜(4・7・8・10・1・3月を除く)10時～11時30分
主な内容	主に茶話会が主体です。 時々、季節に応じたイベントを行っています。(花見、七夕、クリスマスなど)	主な内容	動物体操、親子遊び、絵本読み聞かせ、宝探し、クリスマス会等の催し物、保健師による発達相談
ボランティアからのメッセージ	主な対象者としては高齢者です。皆であつまりワイワイと楽しいお話会です。今後は外にも出て活動ができたらと考えています。	ボランティアからのメッセージ	未就園児とその保護者に、お友達づくりのお手伝いをしたいという目的で立ち上がりました。育児を頑張っている皆さん、気軽に立ち寄ってください。友達の輪を広げるきっかけになると嬉しいです。

サロン名	堀の内サロン	サロン名	間々区楽創会（タノシメソウカイ）
主な地域	堀の内区	主な地域	間々区
会場	堀の内会館	会場	間々会館
開催日時	毎月15日 10時～12時 毎月5日・25日 14時～15時	開催日時	毎月第1・3・5月曜 10時～12時
主な内容	こまき山体操、脳トレゲーム、お茶飲み、歌、お誕生日会、おしゃべり、ビンゴゲーム	主な内容	第3月曜：椅子に座ってできるストレッチ体操（軽い脳トレで笑いあり）、季節の童謡・唱歌・懐メロを合唱、お茶しながらのお喋り 第1・5月曜：笑いヨガ
ボランティアからのメッセージ	毎回、こまき山体操・脳トレゲームを実施。15日は体操等の他に、お誕生日会、お茶飲み、おしゃべり、歌、ビンゴゲームなども行い、和気あいあいと楽しく過ごしています。	ボランティアからのメッセージ	参加者相互の気心も解り、リラックスして過ごせるようになってきています。参加者は20人前後ですが、もっともって皆が楽しめる場となるよう、参加者の意見を聞き、全員で楽しいサロンを創ってゆこうとしています。
サロン名	村中いきいきサロン菜の花会	サロン名	いるかサロン
主な地域	村中地区	主な地域	入鹿地区
会場	村中会館	会場	入鹿会館
開催日時	毎月第2木曜 13時30分～15時30分	開催日時	年10回、第3水曜 10時～11時30分
主な内容	体操、歌、ゲーム	主な内容	健康体操、茶話会、歌唱、クイズ、ゲーム等
ボランティアからのメッセージ	皆でわきあいあいと楽しむことを motto に集っています。	ボランティアからのメッセージ	いるかサロンは地域の高齢者が気楽に集える憩いの場所で、参加者・ボランティア共に楽しい一時を過ごせるように、お茶を飲みおしゃべりをしていきたいと思っています。



手芸（花作り）



食事作り



卓球

<b>サロン名</b>	みつぶちふれあいサロン	<b>サロン名</b>	西之島ふれあいサロン
<b>主な地域</b>	三ツ瀨区内	<b>主な地域</b>	西之島区（西之島・西島町）
<b>会 場</b>	三ツ瀨会館	<b>会 場</b>	西之島会館
<b>開催日時</b>	毎月第3木曜 9時～10時30分	<b>開催日時</b>	原則毎月第2水曜 10時～11時30分
<b>主な内容</b>	茶話会が主体 エンターテイメント（約1時間程度）、 小物作り、脳トレなど（約30分）	<b>主な内容</b>	健康ストレッチ・ズンドコ体操、出前 講座（健康・介護・認知・他）、楽器鑑賞 と皆で合唱、ゲーム、手遊び脳トレ、 各種ショー観演、各種手作業、その他
<b>ボランティア からの メッセージ</b>	三ツ瀨区民ならどなたでも大歓迎で す。月1回のサロンで、シニアクラブ の、南公園のボランティア清掃日に併 せて開催しています。	<b>ボランティア からの メッセージ</b>	月平均40人以上の参加で盛り上がっ ています。参加者からは「待ち遠しい」 と声をかけられます。住民同士の茶話 会で、語らいと笑いの有るサロンにし たいとボランティア一同工夫を重ねて まいります。年齢は問いません。区民 皆様のご参加をお待ちしております。

<b>サロン名</b>	おひまちサロン舟津
<b>主な地域</b>	舟津
<b>会 場</b>	舟津会館
<b>開催日時</b>	毎月第3火曜 9時30分～11時30分
<b>主な内容</b>	防犯の話、健康講座、簡単体操、 娯楽、茶話会など
<b>ボランティア からの メッセージ</b>	昨年9月スタートのまだ日の浅いサロ ンですが、地域の人々の温かい協力 のもと毎回大勢の方に参加いただい ています。楽しい催しを工夫して交流 する中で、人々の連携を深めていけ たらと願います。



親子で体操（子育てサロン）



健康講話

## 【味岡地区】

サロン名	田県久保山ふれあいいいきいきサロン	サロン名	岩崎団地ふれあいいいきいきサロン
主な地域	田県東・西・久保山団地 久保一色の一部	主な地域	岩崎団地
会 場	田県久保山会館	会 場	岩崎団地ふれあい会館
開催日時	毎月第3火曜 13時30分～16時	開催日時	毎月第2・4水曜 10時～12時
主な内容	茶話会、健康体操、作品作り	主な内容	第2：体操、歌、ゲーム、囲碁、将棋 第4：体操、折紙、物作り、誕生会、 食事会
ボランティア からの メッセージ	毎回元気に参加してくださり、嬉しい 限りです。口コミで新しい人も増え、 ますます賑やかになりましたが、会場 が手狭になり、申し訳なく感じます。 ボランティアの人も年を重ね、対象者 の方と変わらなくなりましたが、皆で 楽しく過ごしたいです。	ボランティア からの メッセージ	月1回のいきいきサロンを月2回にし て、体操・歌・ゲーム等を取り入れま した。皆さん楽しんで歌って笑って喜 んでくださっています。ボランティア の方々も一緒に楽しんでいます。一人 でも多くの参加をお待ちしております。
サロン名	本庄ふれあいいいきいきサロン	サロン名	小松寺ふれあいいいきいきサロン
主な地域	本庄	主な地域	小松寺地区
会 場	本庄会館	会 場	小松寺会館
開催日時	毎月第4金曜 13時30分～15時30分	開催日時	毎月第2月曜9時30分～ 毎月第3月曜13時30分～
主な内容	リズム体操、折り紙、小物作り	主な内容	第2月曜：ボランティア勉強会 第3月曜：サロン（折り紙、工作、手 芸、健康ストレッチ体操、手遊び、出 前講座、年1回遠足）
ボランティア からの メッセージ	月1回のサロン、お喋りしながら折り 紙・小物づくりをして楽しんでいます。 まだ参加されていない方、一度遊びに 来てください。	ボランティア からの メッセージ	参加者から「毎月楽しみ、待ち遠しく て仕方ない」と、とっても嬉しい言葉 を頂いています。どうしたら皆さんに 楽しんで頂けるか、ボランティア全員 で知恵を出し合っています。市バスで の年1回の外出支援は大好評です。

サロン名	小松寺団地ふれあいいいきいきサロン	サロン名	岩崎東区・中区ふれあいいいきいきサロン
主な地域	小松寺団地	主な地域	岩崎東区・中区
会 場	小松寺団地会館	会 場	岩崎東区会館
開催日時	毎月第4金曜 9時～11時30分	開催日時	毎月第1月曜 9時30分～12時(15時)
主な内容	折り紙、脳トレ、手遊び、体操 茶話会	主な内容	小物作り、軽い体操、お出かけハイキング、料理教室、健康講座
ボランティアからのメッセージ	月1回の折り紙作りを楽しみに皆さん集ってくれます。なかなか思うように動かない指先で、お互い助け合いながら、約2時間夢中に過ごします。皆さん、できあがった作品を、とても嬉しそうに家へ持ち帰ります。そんな姿をいつまでも見られるようにと、楽しいサロンを心がけていきます。	ボランティアからのメッセージ	最近ボランティアさんの年齢も高くなり、参加者の皆さんと一緒に今日の日を楽しく大切に。大きな声で笑い、手先を使い、たくさんのサロン友達という財産を皆でつくっています。
サロン名	岩崎原友愛サロン	サロン名	久保ふれあいいいきいきサロン 「おきがらくらぶ」
主な地域	岩崎原区	主な地域	久保区
会 場	岩崎原公会堂、その他	会 場	久保会館
開催日時	年8回、9時～17時	開催日時	第2・4月曜10時～12時 第1金曜・第2水曜10時～15時
主な内容	花見、田楽会、工場見学、日帰り旅行、出前講座、グランドゴルフ	主な内容	第2・4月曜：健康体操、認知症予防ゲーム 第1金曜・第2水曜：ゆっくりゆったり楽しい事、折り紙、物づくり
ボランティアからのメッセージ	区民の方ならどなたでも歓迎致します。楽しく大声で笑いおしゃべりをし、元気で健康な毎日を過ごせる様なサロンとし、心のささえ合いをモットーに親睦を図り、地域の方の健康を心がけながら活動したいと思っています。	ボランティアからのメッセージ	朝の家事が終わったら会館に来て下さい。仲間が待っています。みなさん元気です。本当にパワフルです。体操、折り紙、外食、そしてバスハイク、沢山のメニューがあります。一度会館を覗いてみて下さい。にぎやかです。



サロン名	久保一色中南ふれあいいいきいきサロン	サロン名	久保一色新田ふれあいいいきいきサロン
主な地域	久保一色中南	主な地域	久保一色新田寺前
会場	久保一色老人憩いの家	会場	久保一色会館
開催日時	毎月第2金曜 9時30分～	開催日時	毎月第4金曜 9時30分～12時
主な内容	体操、折り紙	主な内容	体操、講話、折り紙、お茶会など
ボランティアからのメッセージ	月1回のサロンですが、毎月利用者さんと体操・折り紙など和気あいあいと楽しく進めています。利用者さんに「サロンの日が楽しみ」と言ってもらえるように、ボランティアみんなで頑張っていきたいです。	ボランティアからのメッセージ	皆で和気あいあいと折り紙をしたり、笑ったり、歌を歌ったりと楽しくやっています。皆さんの元気な笑顔で明日の活力をいただいております。
サロン名	いきいきサロン ガーデン岩崎	サロン名	ふれあいサロン華陽会
主な地域	ガーデン岩崎区	主な地域	南岩崎台
会場	ガーデン岩崎会館	会場	南岩崎台公民館
開催日時	毎月第2・4木曜 9時30分～	開催日時	毎週火曜10時～15時 (祭日・第5週を除く)
主な内容	食事会・お茶会、社会見学、各種学習会、情報交換会、ウォーキングを兼ねた防犯活動・ゴミ拾い、健康体操	主な内容	麻雀、囲碁、お花見、忘年会、散歩、創作活動(手芸、編み物)、食事会、スポーツ(パークゴルフ、グランドゴルフ、タスポニー)
ボランティアからのメッセージ	毎月2回、上記内容にて活動しています。楽しくおもしろく活動することをモットーとしておりますが、なかなかメンバーが増えません。もっと多くの皆様にも参加していただきたく思います。どうぞお気軽にお越しください。	ボランティアからのメッセージ	楽しくおしゃべりをして、健康で明るく心豊かになれるようなサロンに。笑顔あふれるサロンにしたいです。



小物作り



茶話会



受付の様子

<b>サロン名</b>	暇ある会	<b>サロン名</b>	いきいきサロン 三ツ山
<b>主な地域</b>	たがた苑区	<b>主な地域</b>	東田中区
<b>会 場</b>	たがた苑区集会所	<b>会 場</b>	東田中 三ツ山会館
<b>開催日時</b>	毎週木曜 10時～12時	<b>開催日時</b>	毎月第3水曜 9時30分～11時30分 (6月～9月は9時～11時30分)
<b>主な内容</b>	市バスによる日帰り旅行、出前講座の招聘、花見、忘年会、食事会、夏祭時バザー出店、茶話会時(合唱、ズンドコ体操、グランドゴルフ、手芸教室、トランプゲーム、オセロ等)	<b>主な内容</b>	茶話会、体操、趣味の発表、作品展、舞踊、日帰り温泉、講座、試着体験、忘年会、新年会、大人の紙芝居、手芸、折り紙、ゲーム等、年間計画を立て幅広い分野での活動を行っています。
<b>ボランティアからのメッセージ</b>	サロン活動が老人会のイメージが強い ため、60才代の加入者が少なく参加者は限定され、会員数は年々減少しています。今後は会員の獲得より充実した活動を目指し頑張ります。	<b>ボランティアからのメッセージ</b>	平成29年4月の立ち上げ時から、活動報告と予告を、毎月サロン便りを発行して区内回覧・掲示板等にて広報し、沢山の参加を呼び掛けています。又、小牧市市民活動センターに登録して活動しています。尚、社協にてBlog登録し、随時発信してま～す！いきいきサロン三ツ山で検索して見て下さい！
<b>サロン名</b>	タウン本庄「悠友サロン」	<b>サロン名</b>	サロンふみつ
<b>主な地域</b>	タウン本庄	<b>主な地域</b>	文津地区
<b>会 場</b>	タウン本庄会館	<b>会 場</b>	ふみつ会館
<b>開催日時</b>	毎月第4水曜 13時30分～15時30分	<b>開催日時</b>	毎月第4木曜 10時～15時
<b>主な内容</b>	茶話会、合唱、講座、脳トレ、健康体操 など	<b>主な内容</b>	茶話会、ビンゴゲーム、麻雀など
<b>ボランティアからのメッセージ</b>	誰でも気軽に行ける、ホッとする居場所 サロンを中心に、地域の見守りとささえ合いを通じて交流と親睦を図り、安心・安全な地域の推進をしていきたいと思っています。	<b>ボランティアからのメッセージ</b>	区内の皆さんと親睦を図り、いざという時助け合うことが出来る様、横のつながりを大切に歩いていきましょう。皆さんの参加をお待ちしています。



## 【篠岡地区】

サロン名	篠岡ふれあい・いきいきサロン	サロン名	たまり場 じいばあ
主な地域	篠岡地区・桃花台地区 全般	主な地域	池之内・古雅
会場	東部市民センター	会場	池之内川南集会所 小ホール
開催日時	毎月第2土曜 10時～	開催日時	毎週木曜10時～16時 毎週金曜 9時～16時 参加費 1日100円(出入り自由)
主な内容	認知症予防体操・脳トレ、お花見、篠小中児童生徒との交流、小物作り、社会見学、交通安全教室等	主な内容	木曜・・・手芸などを自由に楽しむ 金曜・・・麻雀、囲碁、将棋 地域貢献活動、介護相談、 介護予防教室など
ボランティアからのメッセージ	毎月参加してくださる方、高齢者の方々に力を頂いています。明るい元気なお姿を励みに頑張れます。信頼関係が出来ていますし、お互いの健康管理をしながら活動したいです。	ボランティアからのメッセージ	気軽におしゃべりをしながら、地域の皆さんとの仲間づくりの場として「たまり場じいばあ」に是非お出かけください。
サロン名	たまり場 城山	サロン名	縁側サロン スマイル
主な地域	城山を中心に近隣地域	主な地域	古雅地区及び周辺地域
会場	城山会館	会場	桃花台古雅3丁目エコガーデン集会場
開催日時	毎月第1・3月曜 10時～16時(1日100円)	開催日時	毎月第1・第3火曜 10時～15時 毎月第2(金)・第3(水) 13:30～16:30
主な内容	手芸、カラオケ、伊勢型紙、筆ペン、麻雀、囲碁、将棋、参加者様の作品展、年1度のバスハイク	主な内容	高齢者が健康で明るく過ごされ、笑顔になって帰って頂ける活動、子育て中の親子向け行事活動、地域住民で協力しながらの活動
ボランティアからのメッセージ	ドリップ方式の香りのよいコーヒーを飲み、お菓子をつまみながら、ワイワイと和やかに1日を過ごしています。特に何をしなければいけないということはありません。すべてにフリーです。	ボランティアからのメッセージ	桃花台古雅3丁目エコガーデン内集会所にて、毎月第1・第3(火)にお茶会、第2(金)・第3(水)にはパステル画を皆で楽しく描いています。ご参加ください。

<b>サロン名</b>	二丁目サロン	<b>サロン名</b>	たまり場光ヶ丘
<b>主な地域</b>	篠岡二丁目	<b>主な地域</b>	光ヶ丘及びその周辺地域
<b>会 場</b>	篠岡会館	<b>会 場</b>	光ヶ丘会館
<b>開催日時</b>	毎月第2月曜（休日なら木曜） 13時～16時	<b>開催日時</b>	毎月第1・3水曜 10時～15時
<b>主な内容</b>	健康、脳トレーニング、手芸、折り紙、 食事会、バスハイク、おしゃべり等	<b>主な内容</b>	伊勢型紙教室、手芸教室、コーヒーを 飲みながら歓談・囲碁・将棋・麻雀、 篠岡地域包括センターのご協力のもと 健康に係る活動（利用料100円）
<b>ボランティア からの メッセージ</b>	月一回、色々な行事を織り込みつつ、 お喋りを楽しんでいます。新しい知 識・情報などを得たり、お困りごとの 相談をしたり、町内の輪が広がること を願っています。	<b>ボランティア からの メッセージ</b>	地域の皆さんが気軽に集い、交流を楽し む仲間作りの場。ふれあいや交流から誰 もが生きがいを持っていきいきと暮ら せる地域社会を作ることを目的とする 居場所です。是非お立ち寄り下さい。
<b>サロン名</b>	陽だまりサロン大草	<b>サロン名</b>	たまり場アニマード
<b>主な地域</b>	大草地区	<b>主な地域</b>	県営篠岡住宅および周辺
<b>会 場</b>	大草会館	<b>会 場</b>	篠岡住宅集会所
<b>開催日時</b>	毎月第3日曜 9時～15時頃まで	<b>開催日時</b>	毎月第2月曜 10時～12時
<b>主な内容</b>	地域の皆様が家に閉じこもることが無 いよう気楽に集い、コーヒーを飲みな がらお喋り、簡単な手芸、軽い体操な ど交流を楽しむ。毎回違った内容で 色々な行事をします。	<b>主な内容</b>	お茶を飲みながらおしゃべり会、手芸、 篠岡地域包括支援センターによる相談 コーナー
<b>ボランティア からの メッセージ</b>	陽だまりサロン大草は文化教室ではあ りません。誰がいつ参加しても、一緒 に楽しめるようなサロンにしたいで す。前向きに、皆で楽しいこと、面白 いこと、為になることを見つけ、笑顔 いっぱい“たまり場”でありたいと 考えています。	<b>ボランティア からの メッセージ</b>	名前の“アニマード”はポルトガル語 で“楽しい”の意味です。お茶を飲み ながらお喋りし、皆で一緒に手芸を楽し んでいます。初めてのの方が参加しや すい雰囲気づくりを心がけています。

サロン名	上末サロン「木漏れ日」	サロン名	たまり場参集殿
主な地域	陶小学校区（上末・下末・高根）	主な地域	下末
会場	上末会館	会場	参集殿
開催日時	毎月第2木曜 13時30分～16時30分	開催日時	毎月第2土曜 10時～12時
主な内容	おしゃべり、歌、囲碁、健康体操、 将棋、コーヒー等	主な内容	おしゃべり、卓球、お茶（コーヒー含 む）、囲碁、輪投げ、歌
ボランティア からの メッセージ	陶小学校区にお住まいの方は、どなた でもご自由に参加いただけます。気楽 に楽しめる場所として、参加者自身が 主体のサロンです。	ボランティア からの メッセージ	たまり場「参集殿」に足を運んでみて ください。参加してみえる方と楽しい 会話が弾んだり、何かにチャレンジし てみえる姿がみられ、明日からの活力 につながりますよ。
サロン名	篠岡集いの場	サロン名	たまり場「桃ヶ丘」
主な地域	篠岡小学校区	主な地域	桃ヶ丘小学校区
会場	篠岡会館	会場	桃ヶ丘会館 大ホール
開催日時	毎月第3土曜 10時～16時	開催日時	毎月第2・4火曜 10時～15時
主な内容	座談会、よろず相談会、ゲーム、カラ オケ、手芸、麻雀、将棋、碁、福祉の 出前講座、包括支援センターの出前講 座、ミニ遠足、映画鑑賞	主な内容	健康麻雀、健康体操、手芸、編み物、 篠岡地域包括支援センターによる相 談コーナー、アコーディオン・ギター 伴奏による合唱
ボランティア からの メッセージ	地域の皆様が ☆気軽に☆ 集まる居場所とする ☆楽しく☆ 活動を続けるやりがいの場とする ☆無理なく☆ 近隣住民とのつながりをつくる たくさんの方の来訪をお待ちして おります。	ボランティア からの メッセージ	コーヒーを飲みながら… おしゃべりをしながら… 麻雀・健康体操・合唱を通じて みんなで楽しく過ごしましょう！



<b>サロン名</b>	高根「憩いの場」	<b>サロン名</b>	たまり場 ふるさと村
<b>主な地域</b>	陶小学校区（上末区・下末区・高根区）	<b>主な地域</b>	桃花台古雅地区および周辺地域
<b>会 場</b>	高根会館	<b>会 場</b>	古雅集会場
<b>開催日時</b>	毎月第3木曜 13時30分～16時	<b>開催日時</b>	毎月第2・4月曜 17時30分～19時30分
<b>主な内容</b>	世間話、趣味（生花、茶道、おり紙等）、 体操	<b>主な内容</b>	とりわけ男性高齢者の集い語らいの場 を設けて、明るくつながりのある地域 社会づくりをしています。参加者は飲 食物を持参し、知りえた情報を語り合 い、ほのぼのとした雰囲気楽しんで います。将来は地域の高齢者に貢献で きるような目標も考えています。
<b>ボランティア からの メッセージ</b>	気軽に楽しく参加して頂き、住民同士 の深いつながりができる事を望みま す。	<b>ボランティア からの メッセージ</b>	桃花台に住んで40年、初めて知りえ た仲間が30人ほどできました。ただ 集まって仲間づくりをするところ です。その日その場から友達です。ぜひ お出かけください。女性の方も大歓迎 です。
<b>サロン名</b>	いきいきサロン野口	<b>サロン名</b>	桃ヶ丘ワイガヤサロン
<b>主な地域</b>	野口区	<b>主な地域</b>	桃ヶ丘・古雅及び周辺地区
<b>会 場</b>	野口会館	<b>会 場</b>	桃ヶ丘会館
<b>開催日時</b>	毎月第1金曜 13時30分～15時30分	<b>開催日時</b>	毎月第2・4水曜 17時30分～20時
<b>主な内容</b>	ラジオ体操、コーヒーを飲みながら楽し く地域交流を深め、楽しい時間を過ご す、折り紙、ネイルアート、麻雀、小物 づくり、ビンゴゲーム、グラウンドゴル フ、トランプゲーム、出前講座	<b>主な内容</b>	ご自分で「お好きな飲物」や「お好きな 食べ物」を持ってきて、一緒に頂く、コ ンパ制の交流の場づくり
<b>ボランティア からの メッセージ</b>	気軽におしゃべりをしながら、地域の 人々の深いつながりができるようにし たいです。	<b>ボランティア からの メッセージ</b>	お好きな飲物を頂きながらお喋りをす れば、口も開くし心も開き、お互いが 知り合い、親しい仲間になれる場所 です。

サロン名	サロンおおやま	サロン名	城山1区ふれあいの会
主な地域	野口大山地区	主な地域	城山区
会場	大山会館	会場	サンハイツ中央台集会所
開催日時	毎月第4水曜 10時～12時	開催日時	毎月第3木曜 10時～11時30分
主な内容	茶話会(喫茶と菓子)、健康体操、おり紙、高齢者生活支援相談	主な内容	コーヒーを飲みながら、おしゃべりや地域の情報交換、健康体操や生活相談
ボランティアからのメッセージ	交通の便が悪く外へ出るのが難しい地区の為、参加された地区の方々には喜んでもらっています。元気で楽しく過ごせ、来てみてよかったと言ってもらえるサロンを目指します。	ボランティアからのメッセージ	緑道沿いにあるので歩いて来てもらいやすい場所です。参加者が固定していないので、新しい方もなじみ易いと思います。是非ご参加下さいね。
サロン名	はやしのお茶会	サロン名	サンサン茶屋城山
主な地域	林地区	主な地域	城山を中心に近隣地域
会場	林会館	会場	サンハイツ城山パークI集会所
開催日時	毎月第4火曜 10時～11時30分	開催日時	毎月第4木曜 13時30分～15時30分
主な内容	美味しいコーヒーを飲みながら、気軽に和やかに楽しいひとときを過ごします。	主な内容	茶話会、麻雀
ボランティアからのメッセージ	平成30年にスタートしたばかりの新しいサロンです。楽しくおしゃべりをしながら、和と輪を広げていきたいと思っています。	ボランティアからのメッセージ	サンサン茶屋城山は「人と人が思いやりの輪で繋がる場所」です。参加者みなさんと、より良い会にしていきたいと思います。是非お立ち寄りください。



作品展で展示しました

サロン名	ひかりのお茶会	サロン名	百笑会
主な地域	光ヶ丘第2県住とその周辺	主な地域	池之内地区
会場	光ヶ丘第2県住集会所	会場	池之内会館
開催日時	毎月第4金曜 10時～12時	開催日時	毎月第3月曜 9時30分～11時30分
主な内容	お喋り、軽い体操、合唱、高齢者のトラブル防止の講話	主な内容	茶話会、体操、脳トレ手遊び、出前講座、ボランティアによる（音楽、手品等）
ボランティアからのメッセージ	お茶会を立ち上げて約1年ですが、回を重ねる毎に会話が弾み笑顔が広がりお互いに絆が深まり和気あいあいに参加されています。これからは皆が思いやりでつながれる居場所にと願っております。	ボランティアからのメッセージ	笑顔で元気に100歳！！をめざし、様々な内容で開催しています。男女共に気軽に集える場として、会を重ねる毎に輪が広がっています。観たり、聞いたり、話したり、体験したり、笑顔が一杯の場です。参加下さい！！

サロン名	サロン 悠々 小牧ヶ丘
主な地域	小牧ヶ丘区内
会場	小牧ヶ丘老人憩の家
開催日時	毎月第3火曜 10時～15時
主な内容	トランプ、麻雀、将棋、おしゃべり等
ボランティアからのメッセージ	令和元年5月から始めたばかりで、まだ手探り状態です。高齢者の憩いの場所として集会所に集まった人達で、将棋、麻雀、トランプ等でくつろぎと親睦を図っていきたいと思います。



会話が弾みます



介護予防体操



## 【北里地区】

サロン名	藤島ふれあいいいきいきサロン	サロン名	藤島団地わかばの会
主な地域	藤島区	主な地域	藤島団地区民
会場	藤島会館	会場	藤島団地会館
開催日時	毎月第3木曜 9時30分～14時	開催日時	毎月第2月曜 12時～15時30分 (祝日やお盆の時は第4月曜)
主な内容	体操、ゲーム(ことわざカルタ・トランプ等)、塗り絵、折り紙、カラオケ、出前講座、ゴミ拾い、会館の大掃除	主な内容	お茶を飲みながらのお喋り、合唱、ゲーム、軽体操、手遊び、保健師による血圧測定、健康講話
ボランティアからのメッセージ	社協や区の方々のご協力のもと、無事故で活動でき、感謝でいっぱいです。笑いっぱい元気いっぱいのサロンです。参加者の方々の和もでき、ボランティア共々楽しんでいます。	ボランティアからのメッセージ	団地内の高齢化に伴い一人暮らしの方も増え会員数も毎回多くなっています。月1回皆と一緒に食べれる昼食を楽しみに、隣近所誘い合い、安否確認もしながら集っています。

サロン名	小針区ふれあいサロンわくわく笑みの会
主な地域	小針区
会場	小針会館・小針の郷
開催日時	月1回(不定)年間予定表を作成し配付 9時30分～12時
主な内容	ラジオ体操、ズンドコ体操、誕生会、出前講座、食事会、作品作り等 年1回バスハイク
ボランティアからのメッセージ	教育(今日行く所)、教養(今日用事をつくる)、この言葉が年々とても大切であることを実感します。気軽に参加しこれからも楽しく笑いのある会にしていきたいと思っております。お待ちしております。



地域の小学生と交流



ビンゴゲーム

サロン名	下小針ふれあいいいきいきサロン	サロン名	いきいきサロン モクレン会
主な地域	下小針	主な地域	市之久田区
会場	下小針会館	会場	市之久田会館
開催日時	6・8・10・1・3月を除く年7回 不定期 11時～14時	開催日時	毎月第2木曜 9時30分～11時30分
主な内容	軽体操、ゲーム、健康講座、花見、 クリスマス会	主な内容	茶話会、食事会（花桃鑑賞）、卓球、健 康講座、脳トレ、ごきぶりだんご作り、 社会見学
ボランティア からの メッセージ	毎回元気に参加して下さるのが私達 ボランティアの望みでもあります。楽 しんでもらえるよう季節感ある内容を 計画し、サロンを続けていけたらと考 えております。	ボランティア からの メッセージ	住民が顔を合せ、会話が弾み、笑顔が広 がり地域の絆が深まる大切な場になっ てほしいと願っております。

サロン名	御屋敷ふれあいサロン
主な地域	御屋敷区
会場	御屋敷会館
開催日時	毎月第3水曜 10時～11時30分
主な内容	出前講座、認知症講座、折り紙、おや つ作り、健康講座、お喋り、ゲーム
ボランティア からの メッセージ	認知症予防・見守り・ひとり暮らしの 孤独防止・地域の輪を高める 夏休みには地域の子供との交流もして 団結力を高めたいです。



ズンドコ体操





サロン名	とみづか茶話会	サロン名	いきいきサロン笑和
主な地域	とみづか区	主な地域	外堀二丁目（池新田）
会 場	とみづか会館	会 場	池新田会館
開催日時	毎月第2日曜 10時～11時30分	開催日時	毎月第3月曜（サロン） 9時30分～12時 毎月第1・2・4月曜（体操・卓球） 10時～12時
主な内容	茶話会、将棋、手芸、折り紙、ズンドコ体操、輪投げ、各種ゲーム	主な内容	ラジオ体操、こまき山体操、脳トレ、ゲーム、小物作り、誕生会、卓球、茶話会
ボランティアからのメッセージ	区民が気軽に参加できる会を開催します。お茶を飲み、おしゃべりをし、手を動かし、少しは頭も使い、楽しかったと思って頂ける場を創りたいと活動してまいります。ぜひお越しください。	ボランティアからのメッセージ	数年前から、卓球を楽しみ昨年11月からこまき山体操を準備体操として毎週月曜日に行ってきました。5月からサロンに移行し新メンバーも加入され、笑顔が絶えない和やかな一時を過ごしています。



棒体操



小物作り



おしゃべり



作品展

ここに掲載されている「ふれあい・いきいきサロン」は、小牧市社会福祉協議会が活動助成金を交付している団体で、現在78団体あります（R1.8現在）。

各サロンでは、沢山の方々が地域の人との交流を深めており、笑顔と笑い声が絶えない地域のつながりづくりの場となっています。そこで生まれた地域のつながりは、ちょっとした助け合いや見守りの関係にも発展していきます。また、サロンに通う楽しみは、その人にとっての生きがいにもなります。

サロンには、どなたでも自由に参加できます。ご興味がある方は、小牧市社会福祉協議会の「地域支え合い推進員」までお気軽にご連絡ください。

発行：社会福祉法人 小牧市社会福祉協議会 地域福祉課

（担当：地域支え合い推進員）

〒485-0041

小牧市小牧5丁目407番地

TEL0568-65-7051 Fax0568-75-2666

発行日：令和元年8月