

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

(平成 30 年 5 月時点)

- 小牧南部地区……………p.1～
- 小牧中部地区……………p.3～
- 小牧西部地区……………p.6～
- 味岡地区……………p.9～
- 篠岡地区……………p.13～
- 北里地区……………p.18～

※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	二重堀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～14時	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。



サロン名	おとなりさん会	サロン名	ふらみなサロン
主な地域	北外山イトーピア内	主な地域	小牧南地区
会 場	イトーピア集会場	会 場	ふらっとみなみ
開催日時	毎月第4火曜 10時～12時	開催日時	毎月23日 10時～15時
主な内容	笑いヨガ、軽い健康体操、雑談、ゲスト（落語、オカリナ、防災講演など）、手芸、皆で歌唱 など	主な内容	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
ボランティアからのメッセージ	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。	ボランティアからのメッセージ	平成28年度からスタートしたばかりの出来たてほやほやサロンです。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。出入り自由な会ですので、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。

サロン名	南外山さわやかサロン	サロン名	なでしこふれあいサロン
主な地域	南外山区	主な地域	北外山区
会 場	南外山会館	会 場	北外山会館
開催日時	月1回 9時30分～11時30分	開催日時	毎月第3火曜 10時～12時
主な内容	DVDによる簡単な体操、お手玉・トランプ・チェス、座談会	主な内容	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
ボランティアからのメッセージ	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。	ボランティアからのメッセージ	平成28年11月から始めたばかりで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

【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 納入)	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（デコパージュ等）	主な内容	第 1・3 は卓球 第 2・4 は麻雀、囲碁、将棋、トランプゲーム、布ぞうり作り、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いただき、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 1 3 時～1 5 時頃 毎月第 4 金曜 1 0 時～1 5 時頃	開催日時	毎月第 3 月曜 9 時～1 2 時
主な内容	ゲーム、クイズ、マージャン、オセロなど	主な内容	地域の方々と交流を深める為のサポート
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	家で子育て中の人、高齢者、障がい者を問わず、誰でも自由な時間に来ていただいて、お茶、コーヒーなどを飲み、お菓子を食べながらおしゃべりをして楽しいひと時を過ごしましょう。気軽に足をお運びください。



マイコップ持参



受付の様子

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	いろん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。



↑トランプ



↓出前講座(棒体操)



サロン名	上新町ハッピーサロン	サロン名	五共つむぎの会
主な地域	上新町区	主な地域	片町、向町、上之町、門前町、横町、及び周辺
会場	上新町会館	会場	浦田五共会館
開催日時	毎月第4土曜 13時30分～15時30分	開催日時	毎月第2火曜 10時～11時30分
主な内容	<ul style="list-style-type: none"> ・認知症予防3Aゲーム（シート玉入れ、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 	主な内容	<p>コーヒーを飲みながら、おしゃべりしながら…</p> <p>ラジオ体操、脳トレ、手芸、歌等を行っています。これからも相談しながら、チャレンジしていきたいと思っています。</p>
ボランティアからのメッセージ	<p>赤ちゃんから高齢者までどなたでも参加OK！卓球台は近々購入予定ですが、囲碁、将棋、マージャンもできます。</p> <p>ハッピーな一時をご一緒しましょう。</p>	ボランティアからのメッセージ	<p>名称どおり、五ヶ所の町内の集まりです。高齢化もどんどん進んでいて、御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立ち上げました。</p> <p>まだ日も浅いが、来てよかったと感じられるサロンにしたいです。</p> <p>平成30年5月オープン</p>

サロン名	みんながげんき 寺浦サロン
主な地域	寺浦区
会場	寺浦会館
開催日時	毎月第2土曜 13時30分～15時30分
主な内容	<ul style="list-style-type: none"> ・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	<p>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しょう。2～3か月に1回程度、ゲームの後に健康講座や出前講座を聞きます。一人でも多くの方の参加をお待ちしています。</p>



↑皆で脳トレゲーム



↑茶話会

【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	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	三ツ瀨原団地区
会場	安田会館	会場	三ツ瀨原団地会館
開催日時	毎月第3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(ブローチ・飾り物・袋物等)、 ゲーム・歌、ズンドコ体操	主な内容	金曜:座談会(喫茶と茶菓子で)、出前 講座(社会福祉協議会、保健センター の講師)、水・木曜:健康体操
ボランティア からの メッセージ	毎月いろいろな内容で楽しんでいます。皆さん和気あいあいで行っていただきますので気軽にお越しください。お待ちしております。全て昼食付きです。	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ときを過ごしていただきたいです。出前講座では勉強をし、生き生きと脳を活性化し、元気に体を鍛えて、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・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、 かぶと作り、お汁粉作り、運動会・クリスマス会等の催し物、保健師による 発育相談
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ればと考えています。	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。



手芸(花作り)



食事作り



茶話会

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	開催日時	毎月第3月曜 10時～12時
主な内容	お茶飲み、おしゃべり、ピンポン、 軽い体操、トランプ、オセロ、脳トレ ドリル、など	主な内容	椅子に座ったままできるストレッチ 体操（軽い脳トレを含んで笑いも発 生）、季節にそった童謡・唱歌・懐メロ を皆で合唱、運動と歌った後はお茶し ながらのお喋り
ボランティア からの メッセージ	毎月15日の10時から12時までの 間は、堀の内区にお住まいの方どなた でも出入り自由です。和気あいあいの 楽しい時間を過ごしたいです。皆様の ご参加をお待ちしております。	ボランティア からの メッセージ	月1回のサロンですが、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、もっともっと皆が楽し 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	平成29年4月からスタート 皆でわきあいあいと楽しむことをモッ トーに集っています。	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 たいと思います。



ズンドコ体操



茶菓子
ご自由にお取りください

サロン名	みつぶちふれあいサロン
主な地域	三ツ漕区内
会場	三ツ漕会館
開催日時	毎月第3木曜 9時～10時30分
主な内容	茶話会が主体 出前講座（約1時間程度）、小物作り、 脳トレなど（約30分）
ボランティアからのメッセージ	三ツ漕区民ならどなたでも大歓迎です。 月1回のサロンですが、地域が広い ため、月割を3ブロックに分けて実施して います。今後は、各ブロックごとでの3 会場開催を考えています。

サロン名	西之島ふれあいサロン
主な地域	西之島区（西之島・西島町）
会場	西之島会館
開催日時	原則毎月第2水曜 10時～11時30分
主な内容	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
ボランティアからのメッセージ	スタートしたばかりですが、これまでに 4回開催し、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「次 は何をやるの？月3回位はやってほし い。会費100円でいいの？」と待ち遠 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 さんのご参加をお待ちしております。



↑親子で体操
（子育てサロン）



↓ストレッチ体操



【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(11時)～15時30分	開催日時	毎月第2・4水曜 10時～12時
主な内容	体操、折り紙、小物作り、 食事会(3回)	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いただき、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。



介護予防体操

飾りづくり



サロン名	小松寺団地ふれあいいいききサロン	サロン名	岩崎東区・中区ふれあいいいききサロン
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、手遊び など	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きサロン
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	毎月第1金曜13時～16時30分 第2月曜、第4月曜 10時～11時30分
主な内容	花見、田楽会、工場見学、日帰り旅行、出前講座 等	主な内容	月曜：ラジオ体操、ズンドコ体操、DVD体操、ゲーム、お茶会 金曜：折り紙、ゲーム、出前講座、外出(食事会等)
ボランティアからのメッセージ	区内の皆さんと親睦を図り、歩いたり話し合ったり、笑ったりすることにより、認知症の予防の手助けになれば良いと考えています。	ボランティアからのメッセージ	90歳になっても100歳になっても、久保会館へ来てください。わたし達ボランティアも、みなさんに負けないよう元気に笑顔で準備して待っています。大きな声でお喋りをして大きな声で笑い、お肌ピカピカ、頭ハキハキで楽しい人生を送りましょう。



折り紙



健康麻雀

サロン名	久保一色中南ふれあいきいきサロン	サロン名	久保一色新田ふれあいきいきサロン
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～12時
主な内容	体操、折り紙	主な内容	折り紙、小物作り、体操、講話、お茶会
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	口伝えで少しずつ人数も増えてきました。半日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。



健康体操



作品展



小物づくり

サロン名	暇ある会	サロン名	いきいきサロン 三ツ山
主な地域	たがた苑区	主な地域	東田中区
会場	たがた苑区集会所	会場	東田中 三ツ山会館
開催日時	毎週木曜 10時～12時	開催日時	毎月第3水曜 9時～11時30分
主な内容	茶話会、合唱、ズンドコ体操、グラウンドゴルフ、手芸等、出前講座、誕生会、室内ゲーム（トランプ、麻雀牌、オセロ、輪投げ、ダーツ）	主な内容	茶話会・趣味の発表会 （喫茶とお菓子） （参加費100円）
ボランティアからのメッセージ	皆さんの笑顔を見て、もっと多くの人に参加していただきたく思います。しかし引き籠りがちな人ほど長続きせず、参加者が限定されてしまいます。これが我々の悩みであり、今後の課題です。	ボランティアからのメッセージ	平成29年4月にスタートした出来たてのサロンです。誰でも気軽に参加できる高齢者の安らぎの場所、また楽しんでいただけるサロンとして、活動内容も皆様のご希望を取り入れて進めていけたらと考えています。このサロンに参加してより多くの仲間が出来ることを願っています。健康、笑顔で楽しい一時を過ごしましょう。お待ちしております。

サロン名	タウン本庄「悠友サロン」
主な地域	タウン本庄
会場	タウン本庄会館
開催日時	毎月第4水曜 13時30分～15時30分
主な内容	茶話会、合唱、講座、脳トレ、健康体操 etc
ボランティアからのメッセージ	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。



棒体操



大きな声で歌唱

【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	お花見、社会見学、交通安全教室、マイナンバー登録について、篠小児童・篠中生徒とのふれあい交流、暑中見舞、年賀状等で交流、アームバンド作り、地域包括支援センター認知症予防体操、右脳左脳を学ぶ等	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	毎月サロン企画について話し合いをしながら、高齢者の皆さんと共有できる内容にしてきました。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
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	この度、縁側サロンスマイルを立ち上げました。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火曜日10時～15時開催します。お茶とおしゃべりで楽しく過ごしましょう。一度お立ち寄り下さい。

サロン名	二丁目サロン	サロン名	たまり場光ヶ丘
主な地域	篠岡二丁目	主な地域	光ヶ丘及びその周辺地域
会 場	篠岡会館	会 場	光ヶ丘会館
開催日時	毎月第2月曜（その日が休日なら木曜） 13時～16時	開催日時	毎月第1・3水曜 10時～15時
主な内容	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	主な内容	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）
ボランティア からの メッセージ	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・知恵などを得たり、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。	ボランティア からの メッセージ	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。

サロン名	陽だまりサロン大草	サロン名	たまり場アニマード
主な地域	大草地区	主な地域	県営篠岡住宅および周辺
会 場	大草会館	会 場	篠岡住宅集会所
開催日時	毎月第3日曜 9時～15時頃まで	開催日時	毎月第2月曜 10時～12時
主な内容	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。	主な内容	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
ボランティア からの メッセージ	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 いっぱいの“たまり場”でありたいと 考えています。	ボランティア からの メッセージ	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 会話がはずんだり、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	桃ヶ丘地区及び周辺地域
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、将棋、囲碁、 折り紙、健康体操、アコーディオン伴 奏による合唱（計画中）
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 平成28年にスタートしたばかりです が、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・将棋・健康体操・合唱を通じて、 みんなで楽しく過ごしましょう！ ★平成29年4月オープン★



サロン名	高根いきいきサロン「憩いの場」	サロン名	たまり場 ふるさと村
主な地域	陶小学校区	主な地域	桃花台古雅地区および周辺地域
会 場	高根会館	会 場	古雅集会場
開催日時	毎月第3木曜 13時30分～16時	開催日時	毎月第2・4月曜 17時30分～19時30分
主な内容	世間話、趣味（生花、茶道、おり紙等）	主な内容	地域社会との関わりの薄い団地の退職高齢者、とりわけ男性高齢者の集い語らいの場を設けて仲間づくりを進め、孤独な高齢者をなくし、明るくつながりのある地域社会づくりの活動を進める。参加者は食べ物・飲み物を持参して自由な雰囲気の中、お国自慢や社会事象など知りえた情報を語り合い、さらにはおみやげ抽選会なども行って、ほのぼのとした雰囲気で楽しんでいます。将来はこのパワーを地域の高齢者に貢献できるような遠大な目標も考えています。
ボランティアからのメッセージ	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。	ボランティアからのメッセージ	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。
サロン名	いきいきサロン野口	サロン名	桃ヶ丘ワイガヤサロン
主な地域	野口区	主な地域	桃ヶ丘・古雅及び周辺地区
会 場	野口会館	会 場	桃ヶ丘会館
開催日時	毎月第1金曜 13時30分～15時30分	開催日時	毎月第2・4水曜 17時30分～20時
主な内容	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	主な内容	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
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、地域の人々の深いつながりができるようにしたいです。	ボランティアからのメッセージ	平成30年1月からスタートした出来たてのサロンです。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	平成30年2月から「サロンおおやま」としてスタートしました。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。会の運営はまだまだ手探り状態ですが、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	平成30年4月に立ち上がったばかりのサロンです。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2・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。参加者みなさんで、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。



昼食会



伊勢型紙教室



卓球大会

【北里地区】

サロン名	藤島ふれあいいいきサロン	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、近隣区の方
会場	藤島会館	会場	藤島団地会館
開催日時	毎月第3木曜 10時～14時	開催日時	毎月第2月曜 (食事有12時～、無13時30分～、 15時30分まで)
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、今年満14年無事故で迎えることができ、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	高齢化に伴い会員数が少なくなる中で、和気あいあいと楽しんでいます。ゲームやお喋りの時は一層盛り上がっています。いつまでも楽しく参加待っています。

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) 9時30分～11時30分
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	楽しくお喋りをして、ちょっぴり出前講座等で知識を得て、沢山の笑いを詰め込んでいただきたいと思います。 また、次回もサロンに出掛けたいと思えるような盛り沢山の企画を考えて前向きに取り組めます。



ビンゴ大会



地域の小学生と交流(会食)

サロン名	下小針ふれあいいいきサロン
主な地域	下小針
会 場	下小針会館
開催日時	6・8・10・1・3月を除く年7回 不定期 11時～14時
主な内容	軽体操、ゲーム、健康講座、花見、 クリスマス会
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。

サロン名	いきいきサロン モクレン会
主な地域	市之久田区
会 場	市之久田会館
開催日時	毎月第2木曜 9時30分～11時30分
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	平成29年4月にスタートしたばかり のひよっこサロンです。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。



食事作り



ズンドコ体操



茶話会

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 68 団体あります（H30.5 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 落合・池谷）

〒485-0041

小牧市小牧5丁目407番地

TEL0568-77-0123 Fax0568-75-2666

発行日：平成30年6月

