

宮沢地区

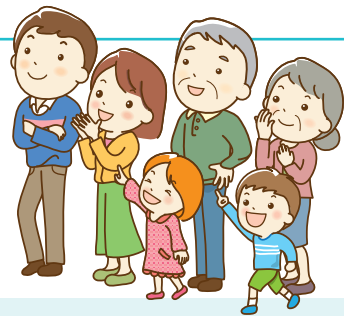
〔ゆうぎりサロン〕

主 な 活 動 日 毎月第1月曜日 10 時～ 11 時 30 分
主 な 活 動 場 所 夕霧会館と南台第二公園
(瀬谷区宮沢一丁目 6-1)
対 象 宮沢地区周辺の方
参加費 100 円



今年の 10 月で 13 年になるサロンです。参加者多数のため、夕霧会館と向かいの南台第二公園でオープンカフェを開いています。オープンカフェは、自然の中で座ってお茶会をするので、気持ちよくお話ができます。前半は茶話会、後半は季節によってお茶席や豆まき、七夕、フラダンス、マジック、楽器演奏等、趣向を凝らして楽しんでいます。

今回紹介させていただいた地域サロンはほんの一部です。
このほかにも瀬谷区内で活動する地域サロンはたくさんありますので、
お住まいの近所などの地域サロンをお知りになりたい場合は、
お近くの地域ケアプラザや瀬谷区社会福祉協議会にご相談ください。



阿久和地域ケアプラザ	阿久和南 2-9-2	Tel 365-9892	Fax 365-9894
下瀬谷地域ケアプラザ	下瀬谷 2-44-6	Tel 304-1291	Fax 304-1259
中屋敷地域ケアプラザ	中屋敷 2-18-6	Tel 303-8100	Fax 303-8111
二ツ橋地域ケアプラザ	二ツ橋町 83-4	Tel 361-9807	Fax 361-9868
二ツ橋第二地域ケアプラザ	二ツ橋町 469	Tel 360-7855	Fax 360-6800
瀬谷区社会福祉協議会	二ツ橋町 469	Tel 361-2117	Fax 361-2328

編集後記

今号を作成するにあたり、取材に御協力いただいた皆様ありがとうございました。外出するのも嫌になるほどの暑さだった今年の夏。多くの方々が地域サロンに訪れていました。参加者の方もスタッフの方も皆様本当に楽しそうに活動していらっしゃるのが印象的でした。エネルギーに活動する皆様に負けないように日々精進していきたいと思います！

相沢地区

〔相沢ふれあいサロンⅡ〕

主 な 活 動 日 毎月第4金曜日 10 時～ 12 時
主 な 活 動 場 所 諏訪社
(瀬谷区相沢三丁目 24-1)
対 象 どなたでも
参加費 100 円



相沢ふれあいサロンⅡは、諏訪社の落ち着いた雰囲気の中で活動するサロンです。活動の前半では手芸や踊り、紙芝居といった毎月違った楽しい活動を行っています。活動内容に興味をもって参加する方も多いそうです。後半では、手作りのおいしい軽食を、お話ししながら頂きます。どなたでも気軽に訪れて楽しむことができるサロンです！

【問合せ先】
瀬谷区役所 地域振興課 地域力推進担当
TEL:045(367)5789 FAX:045(367)4423
〒246-0021
横浜市瀬谷区二ツ橋町190番地
発行／令和元年10月

地域づくり 通信 第39号 令和元年10月

地域で生きがいを持って、自分らしく暮らしてみませんか？

瀬谷区には、地域の皆さんが集まることのできる「交流の場」として、サロン・地域ミニデイなどたくさんの方がいます(以下、総称して「地域サロン」といいます)。今号では、瀬谷区にある地域サロンの一部をご紹介します！



地域サロンは、地域等の方々の自主運営により、定期的に開催されています。活動内容は各地域サロンにより様々で、体操や茶話会、レクリエーションなど楽しめる内容を参加者で話し合って決めています。
地域サロンに参加することは、仲間づくりや社会参加のきっかけを掴むとともに、見守りや閉じこもり防止など地域での支えあいにもつながります。
今回ご紹介させていただいた他にも、たくさんの地域サロンがありますので、ぜひご自身に合ったサロンを見つけて気軽に立ち寄ってみてください！



阿久和北部地区

〔歌声広場〕

主 な 活 動 日 毎月第2・4火曜日 10 時～ 12 時
主 な 活 動 場 所 阿久和向原第二公園内「見守りの家」
(瀬谷区阿久和東一丁目4)
対 象 阿久和北部地区の方
参加費 100 円



童謡・唱歌から演歌・歌謡曲までジャンルを問わず、和気あいあいとした雰囲気の中でみんなで歌を愉しみます。第4火曜日は演奏も話もお上手なアコーディオン奏者福田先生のメロディに乗せて歌います。歌うことは健康にも効果的で、元気に活動しています！活動場所は自然に囲まれており、時にはウグイスと一緒に協奏することもあります。

瀬谷区承認第38号

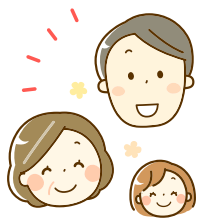
阿久和南部地区

〔モボ・モガ喫茶〕

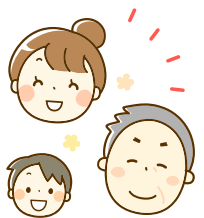
主 な 活 動 日 毎月第2月曜日 10 時～ 11 時 30 分
主 な 活 動 場 所 宮の腰自治会館
(瀬谷区阿久和東三丁目9-22)
対 象 どなたでも
参加費 100 円



その名の通り「モボ・モガ(※)」の集まるサロン。あえて言いづらいサロン名にして脳の活性化をはかっています。夏カレー会や味噌づくりなど楽しいイベントが企画され、参加者の方はもちろんのこと、スタッフも一緒に楽しみながら活動しています。また、移動スーパーがサロン開催に合わせて巡回するため、帰りに買い物をすることもできます。(※)モダンボーイ・モダンガールの略



瀬谷区内で活動している地域サロンをご紹介します!!



三ツ境地区

〔ゆうゆうサロン富士見台〕

主な活動日 毎月第1火曜日 10時～12時
主な活動場所 富士見台自治会館
 (瀬谷区三ツ境 179-44)
対 象 65歳以上の方
参加費 三ツ境地区の方 100円、それ以外の方 150円



サロンが始まると、まずはみんなで「はまちゃん体操」を行います。椅子に座りながら、楽しく無理せず、しっかりと身体を動かすことができます。その後は、お茶会や麻雀、手芸などサロンに参加された皆様がそれぞれ自分の好きなことを行います。(手芸には別途材料費がかかる場合があります。) どなたでもふらっと気軽に訪れて、たくさんの方と交流ができるサロンです!

瀬谷第一地区

〔本郷第四ふれあいサロン〕

主な活動日 毎月第3水曜日 10時30分～12時
主な活動場所 本郷第四ふれあい会館
 (瀬谷区本郷四丁目 41-4)
対 象 どなたでも
参加費 100円 (いくらでも)



6年前に気軽に集える場を作りたくて会を発足。今はふれあいサロンと映画上映会を毎月交互に、第1月曜日にはうたう会を行い、月に1回は何かの会に出ましょう!とお誘いしています。映画を見たり、昭和の懐かしい画像や参加者の昔の写真を持ち寄り「さあ、誰でしょう?」と盛り上がり、楽しいひと時を過ごします。軽食と手作りのぬか漬も絶品です!

本郷地区

〔にこにこ会〕

主な活動日 毎月第1・3火曜日 13時30分～15時30分
主な活動場所 日枝社・年に数回中屋敷地域ケアプラザ
 (瀬谷区本郷一丁目 18-9・中屋敷二丁目 18-6)
対 象 どなたでも
参加費 無料 (イベントにより実費あり)



32年間続いている「楽しんでもらうことをモットー」としたサロン。参加者の年齢も性別も関係なし。『参加者の「にこにこ会に来るために健康に気を付けて、楽しみにしている」という言葉が嬉しい! 楽しい会なのでとにかくのぞいてみてください!』とボランティアの皆さん。毎月の開催内容もお花見やすいか割りなど趣向をこらして活動しています。

瀬谷北部地区

〔喫茶バンブー〕

主な活動日 毎月第3火曜日 13時～15時
主な活動場所 竹村町内会館
 (瀬谷区竹村町 12-5)
対 象 どなたでも
参加費 100円



今年で11年目になるサロン。健康体操から始まり、毎月違う内容で、サイコロゲーム、健康舞踊、カラオケ、カローリング等、お楽しみ感満載! 最後にお楽しみティータイムで楽しくおしゃべり。「初めの体操が苦手だったが今は楽しみ!」「後片付けの手伝いを頼まれていたが、今では最初から参加し楽しんでいる」と参加者の声からも楽しさが伝わってきます。

瀬谷第二地区

〔いきいき語り部サロン〕

主な活動日 毎月第2土曜日 10時～12時
主な活動場所 下瀬谷地域ケアプラザ
 (瀬谷区下瀬谷二丁目 44-6)
対 象 どなたでも
参加費 100円



いきいき語り部サロンは、好きな話を持ち寄って語り部を楽しむサロンです。民話、エッセイ、詩などサロンにもたくさんのお話を用意しています。難しいことは考えず、気持ちを入れて読んでくだされば大丈夫です。語り部をすることにより聞き手の方との交流が生まれ、健康にもつながり、明るく元氣になれます。皆様楽しんで語り部を行っています。

細谷戸地区

〔サロン細谷戸〕

主な活動日 毎月第2火曜日 13時～16時
主な活動場所 細谷戸第一集会所
 (瀬谷区瀬谷町 5812)
対 象 どなたでも
参加費 100円



サロン細谷戸は、発足して12年、高齢者が気軽に参加し楽しめるサロンとして、映画・喫茶コーナーや、手芸、麻雀、囲碁、将棋、オセロなど、多様な催事の他に、3ヶ月に1回のカラオケ、11～12月の包丁研ぎなどを実施しており、毎回60～70名の方が参加しています。ふれあいや交流を楽しみながら「地域のたまり場」として定着しています。

瀬谷第四地区

〔南部にこにこサロン〕

主な活動日 毎月25日 10時～12時
主な活動場所 ニツ橋南公園集会所
 (瀬谷区ニツ橋町 37-4)
対 象 どなたでも
参加費 100円



今年で10周年を迎えるサロン。その名前の通り、楽しく笑顔(にこ)で毎月25日(にこ)に開催しています。江戸芸かっぱれの披露会や獅子舞など毎月異なるイベントや、瀬谷区文化祭に向けサロンの皆様で一生懸命合唱の練習も行っています。また、おいしい軽食もいただけるので、楽しく活動した後にお腹も満たせます! ぜひ参加して一緒に楽しみましょう!

南瀬谷地区

〔介護予防ミニデイサロン月の会〕

主な活動日 原則毎週火曜日 13時～16時
主な活動場所 南台ハイツB集会所
 (瀬谷区南台二丁目 4-1)
対 象 65歳以上の方
参加費 100円



月の会は、準備や片付けまで参加者が自主的に行う参加者主体のサロンです。体調チェックから始まりカラオケ、折り紙、健康体操、他にも盛りだくさんの3時間です。また、地域で月1回開催の「こども食堂ラッキー」にも参加し、こども達と一緒に夕食を頂いたり、お話をしたり、楽しい時を過ごしています。月の会は、高齢者や要支援の方が、地域と共に、活動する楽しいサロンです。