

大津支え協は、皆さんがいくつになっても住み慣れた町で、生き活きと生活をしていくことを目的に、生活支援サービスや通いの場(サロン等)を通じて高齢者の社会参加の促進を目指します。

「おしゃべり」から「仲間意識」や「支え合いの芽」

～ 互いの暮らしぶりが分かり「助け合い・支え合いの意識」が生じる ～

「通いの場」とは、住民を主体とした定期的に行われる様々な活動の場・機会の中で、大津地区では「ふれあい・いきいきサロン」(地区社協支援団体)がその代表格です。

今号では、「通いの場」4団体を紹介します。(※ ふれあい・いきいきサロン)

#### ふれあいカフェ(大津町4丁目) ※

もとは「おしゃべりサロン」でしたが、誰でも参加でき互いにふれあい知り合うことを願い名称変更しました。

活動は、紙工作・合唱・マジック・舞踊・映画鑑賞・俳句や地域を知る学習・試食・施設見学やバス旅行など多彩です(コロナで2年ほど実施できず)。

本来の目標「おしゃべり」「井戸端会議」を外さず、楽しく肩肘を張らず行っています。

※ 毎月1日 10:00～12:00



#### ことぶき会(コーポ湘南大津) ※

「だれでも、どなたでも」をモットーに、お弁当を食べながらクイズ・脳トレ・健康体操などや自治会・管理組合・大津社協の方々との情報交換なども行っています。

「おしゃべり」は尽きることなく、食べるのを忘れて元気にワイワイやっています。

「皆さんと話すことが嬉しく楽しい」そんな想いを大切に育てていきたいと思えます。

※ 毎月第4・土曜日 12:00～14:00



大津地域内では、大津地区社協の支援する「ふれあい・いきいきサロン」のほかにも、地域住民による自主的な「通いの場」の活動があります。

### 白扇会（大津町5丁目）

**いつまでも自分の足で通う。「社会参加の入り口」に！**

地域住民の健康と親睦を目的に、町内会老人部を中心にグラウンド・ゴルフを楽しんでいます。現在 20 名ほどで、大津グラウンドで楽しく活動しています。



平均年齢は 80 歳くらい、92 歳の方もお元気に参加されています。

町内の方であればどなたでも参加をお待ちしております。

※ 毎週水曜日 9:00 ~ 11:00

### こぶしの会（桜が丘1丁目）

**「楽しみと活躍の場」～認知・介護予防、健康長命に！**

認知症予防の会として発足し、会員 16 名が支援側・利用側という区別なく「皆が代表」という考えで実施しています。



体操、合唱、コグニサイズを行ったり、健康、音楽番組のユーチューブや録画を流して、相互に楽しみ、皆で健康寿命の延伸に努めています。

※ 月に 3 回、日曜日 13:00 ~ 15:00