



取材日：平成 30 年 11 月 7 日(水)

発行／金沢市社会福祉協議会 〒920-0864 金沢市高岡町 7-25

TEL 076-231-3571

http://www.kana-syakyo.jp

サロン はくもくれん【扇台地区】 音楽♪を使って「フレイル予防」



【活動の様子】

本日は、「サロンはくもくれん」で初めて高尾南 2 丁目の KJ 会（老人会）の方と共催で開催されました。講師は扇台地区のまちぐるみ福祉活動推進員が担当され、音楽を使って「フレイル予防」ということで、「うさぎと亀」の歌に合わせて手足の運動。「いい湯だな」の歌に合わせて体操など、楽器の演奏や体操・踊りをしながら歌を歌いました。



【活動の経緯】

3 年前、まちぐるみ福祉活動推進員に責任感や独自性を持たせたいとの思いで、まちぐるみ福祉活動推進員が中心となり企画・運営を行う集いの場を立ち上げました。必要に応じて企画・運営会議をしています。現在、扇台校下を 3 地域（額新保、額新町、高尾南）に区分し 3ヶ所の会館で年 2 回（春・秋）「サロンはくもくれん」を開催しています。



【参加者の声】

「初めて参加した。カラオケは苦手でも昔の歌は歌えるので楽しかった。」「最近歌う機会がないので良かった。」初参加された KJ 会の方は、「こういう機会がないとここに来ることがなかった。また気楽に参加したい。」と話されました。「集いの場」を通じて地域のつながりを感じることができました。

【活動の基本情報】

- ・開催日：年 2 回（春、秋）
- ・時間：10:00～12:00
- ・対象者：どなたでも
- ・会場：高尾南 3 丁目
「会館うるる」
- ・連絡先：扇台校下社会福祉協議会
076-296-8585

【取材メモ / 取材者：宮田亮平】

＜取材でわかった活動の効果＞

- 居場所づくり
- 健康づくり
- 仲間づくり
- 孤立防止
- 集いの場
- 世代間交流

※ …地域にとって …個人にとって

＜取材の感想＞

「集いの場」は、日頃の地域生活の中で交流するきっかけにもなるのではないのでしょうか

