

多世代交流サロン つなぐ ⑦

①サロンのPR

体操後に地域での多世代の交流を深めています。

高齢者と乳幼児がふれあえる場所です。

②コロナ禍での活動内容

(1)10:00～10:45 介護予防体操

(2)11:00～11:45 親子でゆるトレ

(1)は高齢者、(2)は未就園児の親子を対象としているが、それぞれどなたでも参加できる。

談話スペースがあるため、体操が苦手でもおしゃべりが楽しめる。

③コロナ禍での運営上の工夫

消毒、検温実施。

④参加者人数:約15名

開催日時:毎月第4水曜日 10:00～12:00

開催場所:Third Place 仲町橋

参加費:300円



参加者、スタッフ、みんなの思いやりがあふれている場所です。



ふれあいサロン新宿 ⑧

①サロンのPR

決められたプログラム以外は自由な時間を楽しんでします。(ゲーム、トランプ、雑巾作り、歌など)

②コロナ禍での活動内容

第2水曜日は出前講座の介護予防体操を行っている。

自由な時間を大切にしている。

③コロナ禍での運営上の工夫

コロナでしばらく活動ができなかった。再開後戻ってきてくださる方は少なく、参加されている方にお友達を誘って下さるようお願いしている。

④参加者人数:約10名

開催日時:毎週水曜日 10:00～12:00

開催場所:新宿会館

参加費:200円



不定期で近隣保育園と交流しています。
この写真の日はサロンで作った雑巾を寄付したお礼にと園児が遊びに来てくれました。

新宿はつらつ体操 ⑨

①サロンのPR

一人でも多く参加を。家の中に閉じこもっていないように外へ出るように体を動かして家の中でテレビを観ながらでもできる運動を。外へ出て他の人と交流を持っていただきたいと思っています。

②コロナ禍での活動内容

ビデオを観ながらしおかせ体操を行っている。

③コロナ禍での運営上の工夫

基本的な対応策を行っている。

④参加者人数:約20名

★他サロンに聞きたいこと
最初にビデオで体操を行っているが、その後の残り時間はどんなことをしたらよいか？

開催日時:毎週月曜日(第2月曜日は休み)
10:00~11:00

開催場所:新宿会館
参加費:200円



毎週身体を動かし健康を意識しています。椅子を使用した体操のため、無理なく楽しく身体を動かしています。



サロンぬままさん ⑩

①サロンのPR

- ・沼間3丁目だけではなく、沼間の他地域からの参加者も受け入れています。
- ・年に2回、沼間愛児園の園児を招いて楽しく交流しています。
- ・開催場所は一軒家を利用しているので、ご家庭の雰囲気寛げます。

②コロナ禍での活動内容

- ・絵手紙作り
- ・紙芝居
- ・大正琴の演奏とマスクをしての合唱
- ・食生活の改善やフレイルについての講座
- ・参加者披露の沖縄踊り

③コロナ禍での運営上の工夫

- ・受付で体温測定と手の消毒およびテーブルの消毒
- ・感染した場合に備えて連絡先の把握
- ・空気の流れを良くする窓の開閉方法の工夫
- ・参加者の人数制限

④参加者人数:約25名

開催日時:毎月第2木曜日 10:00~12:00
開催場所:もりさんち
参加費:100円



保育園児との交流や物づくり、季節に合わせた行事を楽しめます。

★他サロンに聞きたいこと
多世代を巻き込むようなサロンがあれば、そのポイントを教えてください。

