

シニアクラブ浜松市

○総人口 802,728人 ○65歳以上人口 218,947人 ○高齢化率 27.3%
○シニアクラブ会員数 22,104人 ○シニアクラブ加入率 10.1%

～シニアクラブ浜北 浜名第3寿楽会～

《概況》

○第3寿楽会の活動

- ・サロン活動では、役員、班長さんにご協力いただき、ボタモチ、甘酒、お汁粉等を作ったり、お茶菓子をお出ししています。活動には常時30名前後の方が参加され、ロコモ運動で体を動かし、楽しくおしゃべりをしています。
- ・読み聞かせ会では、地域の子ども達を3歳児から5歳児に3組に分け毎月交互に楽しくふれあいながら読み聞かせを行っています。帰る時には子どもたちとの距離も縮まり、ハイタッチ、握手で笑顔のお別れです。また、子どもたちとの七夕まつりも楽しみです。
- ・先生をお願いしてキーボードを持参いただき、童謡から歌謡曲まで幅広いジャンルの歌を楽しく練習し、半年間の練習の成果を町のお祭りで発表しました。
- ・山野草を育てる会を立ち上げ、皆で種を植え楽しんだ。特に清楚な花をつける鷺草は、人気が高く皆さんに喜んでいただいた。秋には、コスモス畑を鑑賞に行ってきました。
- ・年末には、バスをチャーターして普段個人では中々できない夜間の外出、イルミネーションを楽しみに浜松フラワーパークへ出かけ、参加した皆から喜ばれた。

《成果》

- ・サロン活動では、体を動かし、楽しくおしゃべりをすることで、参加者同士のふれあい、絆が深まり地域支え合いの基礎となるネットワークの構築に効果があった。
- ・読み聞かせの活動では地域の子どもたちとのふれあいを通し、地域での世代間交流に効果があった。
- ・歌の練習、山野草の会、旅行等の活動は仲間づくりの面からも効果があるものと思われる。

《今後の方針》

- ・町内、自治会との連携を取りながら、さらに活動を充実させ地域での寝たきり高齢者、や孤立する高齢者が無くなるよう頑張っていきたい。

【活動の様子】



歌の会では半年の練習の成果を発表



山野草の会で人気の驚草



秋にはコスモス畑の鑑賞に出かけました



読み聞かせの会の様子



子どもたちとの七夕まつりは地域の世代間交流にも効果的