



## わたしの近くの サロンマップ【旧市内版】

「地域サロン」は、地域のみなさんの心のつながりをもっと深めたり、広げたりしていただくための場です。同じ地域で暮らす住民同士が定期的に集い、交流することによって、お互いに支え合って暮らしていける地域づくりをめざしています。

サロンに参加してみたい方、ご自身の地域にもサロンを立ち上げたい方、既存のサロンの運営に携わりたい方は、お気軽にお問合せください。

(連絡先は裏面のお問合せ先をご覧ください)

### どんなことをしているの？

特に決まったプログラムなどはありません。サロンの世話人が中心となり、参加者全員でどんなことをしたいか話し合っで決めます。おしゃべりや会食、季節の行事、健康講座、手芸、工作、体操などサロンによってさまざまです。

### 参加できる人は決まっているの？

原則、年齢など問わずどなたでも参加できます。

### どこで開催しているの？

開催している場所は、サロンによってさまざまです。集会所や生涯学習センター、地域センター、コミュニティ会館、寺社、個人宅など、歩いて通える範囲の場所で開催されています。

### 参加するのにお金がかかるの？

サロンは、参加者みんなで運営していくものなので、多くのサロンでは数百円程度の参加費を集めています。この参加費はお茶菓子代、昼食代、会場費などの費用に充てられています。

### どのくらいの頻度で開催しているの？

「2ヶ月に1回」や「月1回」など、開催頻度はさまざまです。また、開催時間も午前中のみ、午後のみ、昼食を挟んで半日など、サロンによって異なります。平均年 10~12 回開催するサロンが多くなっています。

### 誰が運営しているの？

サロンでは、お世話する人とされる人を分けていませんが、みんなを少しでも引っ張ったり、全体に目配りや心配りをしたり、事務的な役割を担う人が必要です。こうした役割を担っていただける人をサロン世話人（ボランティア）と呼んでいます。

|    |             |          |          |
|----|-------------|----------|----------|
| 目次 | 西条北…1ページ    | 西条南…3ページ | 八本松…5ページ |
|    | 志和…7ページ     | 高屋…9ページ  | 全域…12ページ |
|    | サロン紹介…13ページ |          |          |



【高齢者の参加が中心のサロン】 西条北

| No | 地区名     | サロン名称           | 開設場所          | 開催頻度    | 活動内容(一例)  |
|----|---------|-----------------|---------------|---------|---|
| 1  | 吉行      | 吉行サロン           | 吉行集会所         | 月1回     | 花見・健康マージャン・出前講座(タオル体操)・しめ縄づくり・もちつき・おしゃべり等                                       |
| 2  |         | みたてサロン          | 御建グランドシャワー室2F | 月1回     | 電車旅・手芸・講演会・バス旅行等  |
| 3  | 土与丸     | ふれあいサロン<br>土与丸  | 東西条地域センター     | 月1回     | ラジオ体操・歌唱・脳トレ・絵手紙・ゲーム・出前講座等  |
| 4  |         | 土与丸上組サロン        | 東西条地域センター     | 月1回     | ラジオ体操・歌唱・頭の体操・脳トレ・クリスマス会・出前講座等  |
| 5  | 西条市街地   | あじさいの会          | 東広島芸術文化ホールくらら | 月1回程度   | 百歳体操・防災カルタ・花植え・百歳体操・料理・歌を楽しむ会・バス旅行等   |
| 6  | 助実      | 助実いこいの広場        | 上助実集会所        | 月1~2回程度 | 体操とゲーム・ノルディックウォーキング・ポッチャ・手芸・夏休みの工作とカレーパーティ(子ども参加型サロン)・注連飾りのふるさとティーチャー(小学校との交流)等 |
| 7  | 平岩      | やまぶきの会          | 平岩地域センター      | 月1回程度   | 料理・誕生会・茶話会・講座・ストレッチ体操・クリスマス会・ひな祭り   |
| 8  | 下寺家     | 下寺家地域サロン「いきいき」  | 巖島会館          | 月1回程度   | 日帰り旅行・出前講座・オカリナ演奏・ゲーム(トランプ、かるた、ボーリング、ボード倒し)・お月見・ビンゴゲーム・ひらひら体操等                  |
| 9  | 寺家川西    | 生きがいサロン<br>あじさい | 板橋親和会館        | 月1回     | 日帰り旅行・出前講座・紅葉狩り・クリスマス会・コミュニケーション麻雀・フロアカーリング・人形劇(さざなみ園の幼児参加)等                    |
| 10 | 西条東・西本町 | 三屋サロン           | 地域福祉支援センターときわ | 週1回     | いきいき体操ひがしひろしま・百歳体操・お口体操・茶話会   |
| 11 | 下見      | 下見ふれあいサロン       | 三ツ城地域センター     | 月1~2回程度 | 食事会・出前講座・工作・手芸・バス旅行・フラワーアレンジメント・レクレーション(輪投げ)等                                   |



【子育て世代や障がい者(児)が中心のサロン】 西条北

| No | 地区名               | サロン名称           | 開催場所                  | 開催頻度      | 活動内容(一例)   | 主な参加者   |
|----|-------------------|-----------------|-----------------------|-----------|--|---------|
| 1  | 吉行                | 赤ちゃんサロン<br>ぽかぽか | 吉行集会所                 | 月1回       | 消防署見学・歯のお話会・ブックデビュー・水あそび・お月見ごっこ・ミニ運動会・芋ほり・クリスマス会・お正月あそび・風船であそぼう等 | 乳幼児・保護者 |
| 2  | 土与丸               | 子どもサロン<br>ポケット  | 吉行集会所                 | 月1回<br>程度 | 消防署へGO・七夕飾りを作ろう・ミュージックケア・水遊び・みんなで遊ぼう・ハッピーハロウィン・クリスマス会・おに面を作ろう等   | 乳幼児・保護者 |
| 3  | 西条市街地             | みんなおい<br>でよ     | 東広島芸術<br>文化ホールく<br>らら | 月1回<br>程度 | 折り紙・ボール遊び・歌・絵本の読み聞かせ・出前講座(楽しく子育てしま専科)等                           | 乳幼児・保護者 |
| 4  | 寺西・龍<br>王小学<br>校区 | 子育てサロ<br>ンどんぐり  | 寺家会館                  | 月1回       | 新聞紙で遊ぼう・作って遊ぼう(紙コップで双眼鏡)ペットボトルでふうりん作り・色画用紙でおべんとう作りなど             | 乳幼児・保護者 |
| 5  | 上寺家               | ひらい和子<br>育て     | 平岩地域セ<br>ンター          | 月3回<br>程度 | 親子リトミック・手形足型スタンプ・救命救急・体操・スワッグづくり・味噌づくり・七夕・プール・お月見団子・ハロウィン・クリスマス等 | 乳幼児・保護者 |



## 【高齢者の参加が中心のサロン】

## 西条南

| No | 地区名 | サロン名称           | 開設場所        | 開催頻度  | 活動内容(一例)  |
|----|-----|-----------------|-------------|-------|---|
| 1  | 三永  | ゴーゴー三永サロン       | 上三永第五会館     | 月1回   | お花見・お喋り会・日帰りバスハイク・体操教室・出前講座・クリスマス会・新年会等           |
| 2  |     | サロン本頭スマイル       | 本頭会館        | 月1回   | お花見・笑いヨガ・ボーリング・かしわもち作り・笑いヨガ・小学校との触れ合い等            |
| 3  |     | 御近所会            | 個人宅         | 月1回   | 花見・茶話会・手芸・クリスマスツリーの作成・手品・料理・日帰り旅行                 |
| 4  |     | なごみ会            | 河田集会所       | 月1回程度 | スマホ相談会・出前講座・大福づくり・クリスマス用生け花・日帰り旅行・お花見等            |
| 5  |     | サロン七夕           | 吉光・大宮会館     | 月1回程度 | 健康講座・手芸・軽体操・小物づくり・茶話会                             |
| 6  |     | サロン向原           | 防災倉庫他       | 月1回   | 花見・茶話会・日帰り旅行                                      |
| 7  | 西条  | 和泉サロン           | 和泉集会所       | 月1回   | 食事会・マーじゃん・体操・おしゃべり会・手芸・忘年会・新年会等                   |
| 8  | 三ツ城 | 三ツ城ふれあい・いきいきサロン | 東広島商工会議所会館  | 年3回   | 体操・健康教室・切り絵づくり・おでかけ・体操・詐欺予防の講話・タオルマジック            |
| 9  |     | ハッピーサロン         | 個人宅         | 月1回   | 健康体操・手芸(折り紙・タオルマジック等)・茶話会・出前講座・生け花等               |
| 10 | 御園宇 | 松賀サロン           | 個人宅         | 年9回   | お花見・おしゃべり会・ごへい作り・忘年会・とんど・食事会等                     |
| 11 |     | ハッスル弥生の会        | 美園パーク集会所    | 月1回   | 桜見回・福成寺シャクナゲ会・茶話会・バス旅行・食事会等                       |
| 12 |     | みそのうにじいろサロン     | みそのうにじいろ保育園 | 月1回   | グランドゴルフ・出前講座・かしわ餅づくり・敬老会・ぶどう狩り・子どもたちと交流等          |
| 13 |     | サロン do レインボー    | 御園宇県営住宅 会議室 | 月2回   | 体操・輪投げ・ボーリング・UNO・キャンドルづくり・テーブルゲーム大会・カーリング等        |
| 14 |     | 上戸サロン           | 上戸集会所       | 月1回   | 折り紙・茶話会・お出かけ等                                     |
| 15 | 板城  | 大沢ワイワイトークサロン    | 大沢集会所       | 月4回   | 百歳体操・折り紙・情報交換・食事会等                                |
| 16 |     | 西大沢サロン          | 西大沢自治会集会所   | 月1回   | お花見・おでかけ・手芸・体操・パッチワーク・来年の干支づくり・忘年会・食事会等           |
| 17 |     | なでしこサロン         | 行貞自治会館      | 週1回   | コミュニケーション麻雀・大沢ワイワイサロンと交流会・エコ小物づくり・出前講座・映画鑑賞(DVD)等 |
| 18 |     | 下馬木サロン          | 実森集会所       | 月1回   | お花見・食事会・ゲーム・七夕・体操・月見会・クリスマス会・新年会・豆まき等             |
| 19 |     | サロン為則           | 為則集会所       | 月3回程度 | いきいき体操・百歳体操・お花見・お別れ会・忘年会・フラワーアレンジメント等             |

【高齢者の参加が中心のサロン】

西条南

|    |    |                |               |       |  |
|----|----|----------------|---------------|-------|--|
| 20 | 板城 | 福本サロン          | 福本コミュニティ会館    | 月1回程度 | お花見・出前講座・ゲーム(輪投げ・ペタンク)・お宮の紙垂作り・お出かけ(厳島神社)・新宴会・しクラッチアート等        |
| 21 |    | 板城ホットサロン       | 板城地域センター      | 週1回   | 工作・お手玉・ストラックアウト・脳トレ・コミュニケーション麻雀・フロアカーリング・課外活動(お花見会・神楽見物・紅葉狩り)等 |
| 22 |    | 三永ハイツ「さわやかサロン」 | 三永ハイツ集会所      | 週1回   | 百歳体操・かみかみ体操・ポッチャ・カーリング・カフェ(オカリナ演奏・絵画展示)・クリスマス会(子どもたちを招待)・紅葉狩り等 |
| 23 | 郷田 | 柏原サロン          | 柏原集会所         | 月1回程度 | お花見・お出かけ・折り紙・出前講座・塗り絵・お楽しみ会(ビンゴゲーム)・忘年会と大掃除・新年会等               |
| 24 |    | コスモスの会         | 大河内説教堂・大河内集会所 | 年7回   | お花見会・お出かけ・ほたる鑑賞会・納涼会・秋祭り・とんど祭り・ふれあい交流会                         |
| 25 |    | 武士ふれあいサロンどんぐり会 | 武士集会所         | 年7回   | 手芸・お出かけ(全日空ホテル)・応急手当講習会・ミニ運動会・クリスマス会等                          |
| 26 |    | こぶし会           | 小比曾コミュニティ会館   | 月1回程度 | 茶話会・小物づくり(キッチンキャップ等)・出前講座・お出かけ・とんど                             |
| 27 |    | うぐいすサロン        | 今田集会所         | 月1回   | お花見・グランドゴルフ・コミュニケーション麻雀・お楽しみ会・カーリング・脳トレ等                       |
| 28 |    | 行ってみよう会        | 郷田地域センター      | 月1回   | 健康講座・ミニゲーム・踊り・料理・折り紙等  |

【子育て世代や障がい者(児)が中心のサロン】

| No | 地区名 | サロン名称        | 開催場所       | 開催頻度  | 活動内容(一例)                                     | 主な参加者   |
|----|-----|--------------|------------|-------|--|---------|
| 1  | 三ツ城 | 子育て広場バナナ     | 東広島市立中央図書館 | 月1回程度 | おしゃべり・仲間づくり・劇や手品等の観賞等                        | 乳幼児・保護者 |
| 2  |     | coonel(くーねる) | くらぶハウス     | 月1~2回 | 母親の休息の支援、おしゃべり                               | 乳幼児・保護者 |
| 3  | 郷田  | 子育てサロンよちよち   | 郷田地域センター   | 月1回   | 春のお話会とこいのぼり作り・愛鳥週間パタパタ鳥さん工作・子育て講座とピンクッション作り等 | 乳幼児・保護者 |



## 【高齢者の参加が中心のサロン】

## 八本松

| No | 地区名   | サロン名称      | 開設場所         | 開催頻度  | 活動内容(一例)   |
|----|-------|------------|--------------|-------|--|
| 1  | 篠     | ひまわりサロン    | 篠集会所         | 月3回程度 | 百歳体操・出前講座・敬老会・お出かけ・地元神社祭りでうどんを提供・忘年会・マージャン大会・健康講座・配食等                                  |
| 2  | 正力    | 正力団地いきいき会  | 正力第二集会所      | 月1回   | わらしべ長座・篠笛・コンサート・コラージュ・交通安全・災害対策・トランプゲーム・アンダンテ・ギターコンサート・都道府県ビンゴゲーム・風船ゲーム等               |
| 3  |       | 正力ハッピーサロン  | 正力集会所        | 月1回程度 | 料理と食事会・出前講座(助け合い体験ゲーム、介護保険の仕組み)・大正琴演奏・七夕づくり・敬老会・高齢者交通安全教室・ポッチャ・フロアカーリング・笑ってヨガレクリエーション等 |
| 4  | 米満    | 米満ふれあいサロン  | 米満集会所        | 月1回程度 | 健康体操・お花見・食事会・もちつき大会・みかん狩り(江田島)等  |
| 5  | 宗吉    | 宗吉ひまわりサロン  | 宗吉第一集会所      | 月1回程度 | お出かけ・講座・料理・脳活作品作り・ゲーム等   |
| 6  | 八本松   | 大山交流サロン    | 八本松西集会所      | 週1回程度 | いきいき百歳体操・ハツラツもみじ体操・365歩のマーチ体操・出前講座((株)明治 チョコレートのお話、介護保険の仕組み、お口の健康)・社会見学(万田酵素、食協、アオハタ)  |
| 7  |       | わかまつ会      | 八本松西集会所      | 月1回   | グランドゴルフ・出前講座・ペタンク・オカリナ演奏会・松田ミュージアム見学会・喜寿のお祝い・お出かけ(北広島町どんぐり村 ソバ祭り)・忘年会・新年会等             |
| 8  | 八本松南  | 八本松南ふれあい会  | 八本松南集会所      | 月1回程度 | ロバ隊長のマスコット作り・ゲーム(トランプ、花札)・お手玉作り(八本松小学校に贈呈)・介護保険の勉強会・うどん作り・デイサービス施設紹介・茶話会等              |
| 9  | 八本松南上 | 八南ぽっかぽかサロン | 八本松南集会所      | 月3回程度 | お出かけ(温井ダム放流開始見学)・お茶会サロン(笑いヨガ、健康講座、ゲーム大会等)・脳トレサロン(リズム学習と脳トレ、介護予防体操等)・卓球サロン              |
| 10 | 日興苑   | 孫子老サロン     | 日興苑コミュニティ会館  | 週1回   | 百歳体操・手作り弁当の配布・餅づくり・ぜんざい会・お出かけ等   |
| 11 | 下組    | 下組地域サロン    | 八本松下組集会所     | 月1回   | 食事会・ゲーム・お出かけ等  |
| 12 | 上組    | 上組さわやかサロン  | 上組コミュニティセンター | 月1回   | (童謡・民謡・懐メロ)を歌う会・茶話会・折り紙・脳トレクイズ   |

【高齢者の参加が中心のサロン】

八本松

|    |    |                 |          |       |   |
|----|----|-----------------|----------|-------|---|
| 13 | 中組 | 生き生きサロン         | 川上地域センター | 月1回   | お出かけ(甲山ふれあいの里)・セリーグプロ野球順位予測ゲーム・モルック大会(職場体験学習の磯松中学校の生徒さんが参加)・歌声コンサート(シャープOB「アンダンテ」)・お誕生日会・クリスマス会・健康講座等 |
| 14 |    | ひだまりサロン         | 中組集会所    | 月1回   | 百歳体操・出前講座等  |
| 15 | 原  | 茶堂原クラブ          | 為本集会所    | 月1回   | お花見・頭の体操・体力測定・出前講座・体操・茶話会・忘年会等  |
| 16 |    | いこい会            | 下原集会所    | 月1回程度 | お花見・こどもの日&母の日会・敬老の日会・納涼会・お月見会・紅葉を見る会・クリスマス会・お正月会・ひな祭り会・誕生日会等  |
| 17 |    | 中横野サロン”縁”       | 中横野会館    | 月1~2回 | ゲーム・出前講座(相続・贈与・不動産あなたならどうする?、介護保険の仕組み)・盆踊り・クラフトテープで作り小物入れづくり・クリスマス会・お花見・新年会&餅つき・川柳の会等                 |
| 18 |    | ぽかぽかサロン         | 前長沢集会所   | 年3回   | 体操・茶話会・食事会・折り紙等   |
| 19 | 吉川 | 市条サロン           | 竜王集会所    | 月1回   | カラオケ・手芸・資源ごみ回収・忘年会・新年会等   |
| 20 |    | ののほな会           | 吉川地域センター | 月1回程度 | お花見・小物づくり・手芸・文化祭・忘年会・脳トレ・出前講座・お楽しみ会   |
| 21 | 中央 | ほっとステーション ハーモニー | 八本松集会所   | 月6回程度 | 絵手紙・健康体操・子ども体操  |

【子育て世代や障がい者(児)が中心のサロン】

| No | 地区名   | サロン名称    | 開催場所    | 開催頻度  | 活動内容(一例)       | 主な参加者   |
|----|-------|----------|---------|-------|----------------|---------|
| 1  | 八本松南上 | リトミックひろば | 八本松南集会所 | 月1回程度 | 音楽活動、絵本の読み聞かせ等 | 乳幼児・保護者 |



## 【高齢者の参加が中心のサロン】

## 志和

| No | 地区名 | サロン名称        | 開設場所               | 開催頻度  | 活動内容(一例)  |
|----|-----|--------------|--------------------|-------|---|
| 1  | 内   | 内区いきいきサロン    | 内中集会所              | 月1回程度 | パークゴルフ・健康体操・日帰り旅行・正月茶会・茶話会等                           |
| 2  | 志和東 | サロンさくら       | 元藤原メセナ建設(株)事務所     | 月1回程度 | おしゃべり会・食事会・クリスマス会・出前講座                                |
| 3  | 七条  | 七条趣味の会       | 七条公民館              | 月1~2回 | 手芸・健康講座・秋祭り・お茶会                                       |
| 4  |     | 尾崎いきいきサロン    | 西志和地域センター          | 週1回   | 100歳体操・かみかみ体操・体力測定等・食事会                               |
| 5  |     | 七条楽らく会       | 西志和地域センター          | 月1回   | ペタンク・茶話会・お花見・ゴルフコンペ等                                  |
| 6  | 栴坂  | みつば会         | 栴坂コミュニティ会館         | 月1回程度 | お花見・脳トレ・ペタンク・コミュニケーション麻雀・ミュージックケア・出前講座・お出かけ・新年会等      |
| 7  | 冠   | 上中川サロン       | 冠集会所               | 月1回   | 手芸・小物づくり・茶話会等   |
| 8  |     | 冠ふれあいサロン     | 冠集会所               | 月1~2回 | 百歳体操・いきいき体操・豆腐作り等                                     |
| 9  |     | 延末ふれあいサロン    | 延末集会所              | 月1回程度 | コーラス  |
| 10 | 志和南 | 猪伏サロン        | 猪伏集会所              | 月1回程度 | 花見・出前講座・お茶会・泥落とし・百歳体操・餅つき会・とんど祭り                      |
| 11 | 奥屋  | サロンつくし       | 個人宅                | 月1回程度 | お花見・小物づくり・ビンゴゲーム・ティーパーティー・社会見学・フラワーアレンジメント・しめ縄等       |
| 12 |     | サロンあすなろ      | 上条集会所              | 月3回   | ラジオ体操・茶話会等  |
| 13 | 別府  | GG愛好会        | 志和流通団地第1号公園(グラウンド) | 週1回   | グランドゴルフ・食事会   |
| 14 |     | 道下ふれあいサロン    | 道下集会所              | 月1~2回 | しばもち・そば饅頭づくり・体操・茶話会・フレイル予防・お出かけ・抹茶体験・トランプ遊び・新年会・ペタンク等 |
| 15 |     | なかよしサロン      | 宮地集会所              | 月1回程度 | もの作り・ゲーム・料理・食事会・情報交換・歌と脳トレ等                           |
| 16 |     | 道上月一サロン      | 道上集会所              | 月2回   | 泥落とし・忘年会・カラオケ・料理・ボッチャ・手芸・クリスマス会等                      |
| 17 |     | サロン四つ葉のクローバー | 別府コミュニティ会館         | 月1回   | 健康講座・コミュニケーション麻雀                                      |



## 志和

### 【高齢者の参加が中心のサロン】

|    |          |              |             |  |  |
|----|----------|--------------|-------------|--|--|
| 18 | 志和西      | サロン憩         | 八条下区集会所     | 月1回程度  | お花見・ゲートボール・柏餅づくり・焼肉の会・月見の会・お出かけ・芋煮会・忘年会・おでんの会等 |
| 19 |          | 花てまり         | 松橋自治区集会所    | 月3回程度  | お花見・生け花・泥落とし・敬老会・クリスマス会・新年会・ひな祭り等              |
| 20 |          | サロン馬の宿       | 馬宿集会所       | 週1回～2回   | お花見・手芸・しば餅づくり・出前講座・料理・クリスマス会・新年会等              |
| 21 |          | ひまわり         | 八条原集会所      | 月2回程度  | 手芸・お花見・グランドゴルフ・マージャン・研修・ものづくり・お出かけ等            |
| 22 |          | アスパラサロン      | 植木松原集会所     | 月1回程度  | 誕生会・健康相談・日帰り旅行・ベタンク・忘年会・とんど・マージャン等             |
| 23 | 志和堀      | 聞光いきいきサロン    | 聞光いきいきサロン広場 | 月3回程度  | 勉強会・食事会・カラオケ・座談会・お花見等                          |
| 24 |          | 福寿グランドゴルフサロン | 堀市ゲートボール広場  | 月12回程度   | グランドゴルフ  |
| 25 |          | 安田十日市ハートサロン  | 個人宅         | 月6～7回  | 手芸・お絵かき・お口の体操・百歳体操等                            |
| 26 |          | ワイワイガヤガヤ     | 共栄館         | 月1回程度  | お花見・出前講座(和太鼓、認知症・フレイル予防)・                      |
| 27 |          | サロン仲よし       | 個人宅         | 月1回程度  | お花見・忘年会・新年会・茶話会                                |
| 28 |          | サロンサルビア      | 志和堀地域センター   | 月1回程度  | 体操・脳トレ・コーラス鑑賞・小物づくり・出前講座・保育所園児との交流等            |
| 29 | なかよし会サロン | 杉坂集会所        | 月1回         | お花見・バス旅行・料理・小物づくり(押し花の名札・ほうきづくり・ビーズの首飾り・手すきハガキ)等 |  |

### 【子育て世代や障がい者(児)が中心のサロン】

| No | 地区名 | サロン名称  | 開催場所 | 開催頻度 | 活動内容(一例)   | 主な参加者      |
|----|-----|--------|------|------|--|------------|
| 1  | 志和西 | こすもす広場 | 個人宅  | 月1回  | こいのぼり作り・ヤギとのふれあい体験・七夕まつり・ソーメン流し・ブルーベリー狩り・スイカ割・芋ほり等 | 乳幼児・児童・保護者 |



【高齢者の参加が中心のサロン】

高屋

| No | 地区名                       | サロン名称         | 開設場所                | 開催頻度   | 活動内容(一例)   |                                 |
|----|---------------------------|---------------|---------------------|--------|--|---------------------------------|
| 1  | 造賀                        | 造賀と遊ぼう<br>サロン | 造賀地域センター            | 月1回程度  | お抹茶会・しば餅交流会・絵手紙教室・<br>お弁当作り・手織り教室・リース作り・し<br>め飾り教室・手作り豆腐体験等        |                                 |
| 2  |                           | 和っはっ<br>は！サロン | 堂条集会所               | 月1回程度  | 体操・茶話会・フレイル予防の講話・健<br>康相談・クリスマス会                                   |                                 |
| 3  | 西高屋                       | 稲木すいせ<br>んの会  | 稲木公民館               | 年2回    | 料理・配食等   |                                 |
| 4  |                           | 昭和台さくら<br>サロン | 昭和台団地南集会所           | 年6回    | お花のマグネット作り・健康相談・コミュ<br>ニケーション麻雀・ヒンメリ作り・タオル<br>マジックで干支づくり・バス旅行等     |                                 |
| 5  |                           | 宮領わいわ<br>いサロン | 宮領集会所               | 月1回程度  | お茶会・作品展・バスツアー・しめ縄づく<br>り・食事会・健康体操・ゲーム等                             |                                 |
| 6  |                           | 郷ひがしサ<br>ロン   | 巴集会所・個人宅            | 年6回    | 新年会・お花見会・茶話会等  |                                 |
| 7  |                           | 稲木ロイヤ<br>ルサロン | 昭和台団地北集会所           | 週2回    | 健康体操・グランドゴルフ・卓球・ペタン<br>ク・茶話会等                                      |                                 |
| 8  |                           | さくら草の会        | 高屋ハイタウンコミュ<br>ニティ会館 | 月1回程度  | 料理・バス旅行(三景園)・歌声の会・折<br>り紙・グランドゴルフ・松ぼっくりでクリ<br>スマス飾り・出前講座・レクリエーション等 |                                 |
| 9  |                           | 生現クラブ         | 高屋西地域センター           | 月2回    | 遠足・モルック・介護予防体操等  |                                 |
| 10 |                           | あすか           | あすかパーク集会所           | 月1回    | 体操・講座・ボーリング大会・工作・敬老<br>お祝い・遠足・リースづくり・忘年会・新<br>年会・お花見等              |                                 |
| 11 |                           | 東高屋           | 北いこう会               | 高屋東会館  | 年7回  | 茶話会・おでかけ・しあわせの集い・出<br>前講座等      |
| 12 |                           |               | 白市長寿会               | 白市交流会館 | 月1回程度  | レクリエーション、親子ふれあい工作、小<br>学校とんど祭り等 |
| 13 | さわやかサ<br>ロン・C             |               | 高屋東C住区集会所・<br>中央公園  | 月10回程度 | 花植え・花壇の手入れ・グランドゴルフ<br>等  |                                 |
| 14 | 貞重華の会                     |               | 貞重集会所               | 月1回    | お花見・梅もぎ&梅漬け・健康相談・酒<br>祭り参加・幸せの集い・豆腐作り・忘年<br>会・麴づくり等                |                                 |
| 15 | しろやまサロ<br>ン               |               | 東町集会所・個人宅           | 年7回    | 幸せの集い・料理・配食等   |                                 |
| 16 | 高屋東D住<br>区 Dan らん<br>サロン会 |               | 高屋東D地区集会所           | 月1~2回  | 防災講習・竹づくり・七夕・夏祭り・夕涼<br>み・防災・もちつき・白市町並みウォー<br>キング・バスツアー・とんど・交流会等    |                                 |

## 【高齢者の参加が中心のサロン】

## 高屋

|    |      |               |                        |       |   |
|----|------|---------------|------------------------|-------|---|
| 17 | 東高屋  | 陽だまり          | 陽晃台集会所                 | 月1回程度 | お花見・グランドゴルフ・研修(救命救急、特殊詐欺)・バス遠足・クリスマス会等                  |
| 18 |      | ネオポリスさくらサロン   | ネオポリス集会所               | 月1回程度 | グランドゴルフ・茶話会・出前講座・ギャラリー見学・ジャズコンサート・バスツアー・ユニカール等          |
| 19 |      | サロンあそぼう会      | C住区集会所                 | 月1回程度 | 勉強会(健康づくり、防犯防災)・簡単ゲーム・小学生との交流・紅葉狩り・そば打ち体験・新春マーじゃん大会等    |
| 20 | 高美が丘 | おしゃべり交流会      | 高美が丘地域センター             | 月1回   | コミュニケーション麻雀・トランプ・お出かけ・健康体操等                             |
| 21 |      | サロンすみれ        | 高美が丘3丁目コミュニティ会館        | 月1回程度 | ペタンク・ゲーム(ジェンガ、ポッチャ)・多肉植物アレンジ・折り紙・お出かけ・クリスマスリース・健康相談等    |
| 22 |      | 高美ゆうゆうクラブ     | 高美が丘地域センター<br>高美が丘中央公園 | 月2回程度 | グランドゴルフ・出前講座等   |
| 23 |      | せせらぎサロン       | 高美が丘7丁目コミュニティ会館        | 月1回程度 | お花見・お琴演奏会・脳トレ・じゃんけんゲーム・昔の遊び・ミュージックケア・クリスマス会・出前講座等       |
| 24 |      | すずらんティータイムサロン | 杵原上集会所                 | 月2回   | ティータイム・ものづく・卓球・ソーメン流し・お月見・ミュージックケア・出前講座・新年の祝ぜんざい会食等     |
| 25 |      | サロン笑福         | 杵原中集会所                 | 月1回   | おしゃべり会・ゲーム大会・出前講座・新年会・防災勉強会・ひな祭り会等                      |
| 26 |      | ニコニコサロン       | 6丁目コミュニティ会館            | 月2回   | いきいき体操ひがしひろしま・レクリエーション・ニュースポーツ・茶話会・お出かけ・お花見・出前講座等       |
| 27 |      | きつつきサロン       | 4丁目コミュニティ会館            | 月1回   | 多目的輪投げ・コミュニケーション麻雀・多肉植物の寄せ植え・ポッチャ・カーリング・フラワーアレンジメント・手芸等 |
| 28 |      | 堀団地サロン        | 高屋堀団地集会所               | 月1回   | コミュニケーション麻雀・ウォーキング・ペタンク・フロアカーリング・健康講座・かるた・ポッチャ等         |
| 29 |      | 小谷            | 重兼すみれの会                | 重兼会館  | 年10回  |
| 30 | むつみ会 |               | 扱和・山田集会所               | 月1回程度 | お出かけ(仙石庭園)・体操・おしゃべり・脳トレ・お茶会等                            |

【高齢者の参加が中心のサロン】 **高屋**

|    |    |           |          |         |  |
|----|----|-----------|----------|---------|--|
| 31 | 小谷 | ひまわり会     | 隠地集会所    | 月 1~2 回 | ものづくり・茶話会・会食・資源回収・会報発行・敬老の日のお祝い・クリスマス会・出前講座・お出かけ等                |
| 32 |    | もみじの会     | 西光寺集会所   | 月 1 回   | ものづくり・資源回収・おしゃべり会・大掃除・忘年会・ひな祭り・バス旅行等                             |
| 33 |    | サロン秋桜     | おおぞら台集会所 | 月 1~2 回 | 日帰り旅行・ゲーム・パン作り体験・食事会・ペタンク・歌声サロン・コミュニケーション麻雀・クリスマス会等              |
| 34 |    | サロンこもれび   | 志村住宅・個人宅 | 月 1~2 回 | 懇親会・小谷地区歴史散策・日帰り旅行・美化活動・資源回収等                                    |
| 35 |    | サロンわらおう会  | 上条集会所    | 月 1 回   | 会食・日帰り旅行(宮島)・笑いヨガ・出前講座・クリスマス会・茶話会・体力測定等                          |
| 36 |    | 上条ハイツサロン絆 | 上条ハイツ集会所 | 月 1~2 回 | バス旅行・クリスマス会・新年会・お花見・資源回収・ゲーム大会(輪投げ)・出前講座等                        |
| 37 |    | 生き生き長寿の会  | 日名条集会所   | 月 1 回   | フォークダンス体験・出前講座・歌声サロン・クッキー菓子作り体験・グランドゴルフ・お出かけ・忘年会&カラオケ・小学生にあそび指導等 |

【子育て世代や障がい者(児)が中心のサロン】

| No | 地区名  | サロン名称         | 開催場所      | 開催頻度  | 活動内容(一例)   | 主な参加者   |
|----|------|---------------|-----------|-------|--|---------|
| 1  | 高屋地区 | みんなのほっとサロンりんご | 高屋西地域センター | 月 1 回 | 木や手づくりおもちゃ・ブロック遊び・絵本の読み聞かせ・わらべ歌・手遊び・手作りおやつ・クリスマス会等 | 乳幼児・保護者 |



【子育て世代や障がい者(児)が中心のサロン】 **全域**

| No | 地区名 | サロン名称          | 開催場所                | 開催頻度  | 活動内容(一例)   | 主な参加者                  |
|----|-----|----------------|---------------------|-------|--|------------------------|
| 1  | 全域  | きんさい家          | 東広島市総合福祉センター        | 月2回程度 | 公園で運動・七夕会・プチ縁日・そーめん流し・琴アンサンブル・福祉まつり参加・ミニ運動会・クリスマス会・新年会・もちつき大会等 | 障がい児(者)・保護者            |
| 2  |     | MIMI学園         | 東広島市総合福祉センター        | 月2回程度 | 茶話会・ストレッチ・ゲーム・工作等  | 聴覚障がい児(者)・支援者          |
| 3  |     | リハビリサロン        | スポーツ交流センター・おりづる     | 月1-2回 | 花見・ゲーム・手芸・脳トレ・踊り・出前講座・お出かけ・正月用生け花・百人一首・折り紙等                    | 高齢者・障がい者               |
| 4  |     | たぶんかひろば pazuru | 市民協働センター・かななの家・くらら等 | 月1回   | 国紹介・ピクニック・おしゃべりカフェ・夏休み企画・クッキング・お金&くらしの話・学校の話                   | 乳幼児・児童・保護者(外国籍の方&地域の方) |



## 西条北

|              |  |
|--------------|--|
| サロン名         | 生きがいサロンあじさい  |
| 代表者名         | 遠藤 俊昭  |
| サロン紹介        | <p>私達のサロンは西条町寺家板橋地区という穏やかな田園地帯で高齢者が集まって楽しく活動をしています。</p> <p>設立は2008年6月であじさいの花が咲く頃に設立したのがサロン名の由来です。</p> <p>私達のサロンは毎月第3水曜日9時30分から11時30分の2時間開催しています。会場は「長福寺」というお寺で、「西条柿」伝承の地であり、「木造薬師如来座像」等の県や市の重要文化財が保存されている所でも有ります。</p> <p>私達のサロンの特徴は、12名の会員それぞれが自分の得意なこと、出来ることを提供して皆を楽しませている事です。</p> <p>例えば、楽器の演奏できる人は伴奏をして皆で歌を歌い、ケーキ作りの好きな人は、ケーキを作って来て皆にごちそうし、蕎麦の栽培をする人はそれを製粉し蕎麦打ちをして皆で食べる等、世話をする人とされる人という関係ではなく、それぞれが世話をしあって、楽しい時間を共有している事です。</p> |
| 世話人さんからのひとこと | <p>私はサロンのメンバー一人一人に役割を持って頂き、参加することに楽しみや充実感、人の役に立つ事の喜びを感じて頂くことが出来ればと思っ、運営を行って来ました。社協の皆様のご協力を得ながら、8年間無事運営できた事を感謝いたします。これからも宜しくお願いいたします。</p>   |
| 地域担当者からのひとこと | <p>健康面、ご近所の様子など、皆さんで毎回話をされ、情報共有を密になさっています。また、市民団体による人形劇を観に行く時には、認定こども園に声を掛けられ、園児さんもご一緒に楽しんでいます。地域の人とつながりたいと思っておられるサロンさんです。</p>   |

### 【サロンの様子】



## 西条南

|              |   |
|--------------|---|
| サロン名         | 板城ホットサロン  |
| 代表者名         | 渡辺 邦男   |
| サロン紹介        | <p>板城ホットサロンは板城いきいき体操(通いの場)の参加者を中心に、令和2年に立ち上がったサロンです。板城小学校区全域を対象とした広域サロンとして活動しています。</p> <p>活動内容としては、毎週火曜日に2時間程度(いきいき百歳体操を含む)、市や市社協及び民間事業者の無料の出前講座や介護予防・健康づくり等の講演会・体験会を行うとともに、脳トレ運動、リフレッシュ体操、ゲーム、工作等様々な活動を行っています。現在会員は33名、会費は年700円で活動しています。</p> |
| 世話人さんからのひとこと | <p>板城ホットサロンの特徴は、広域サロンとして立ち上げ活動をしていることですが、広域であることから地域間、メンバー間のつながりや支え合いが必要と考え、各地域ごとに責任者を置き、メンバーの困り事等に対応できるような体制で取り組んでいることです。</p> <p>今後ともメンバーの皆さんに好まれ、癒されるホットなサロンにしていければと考えています。</p>   |
| 地域担当者からのひとこと | <p>板城小学校区全域を対象としているため、サロン活動をきっかけに知り合いになる方も多く、様々な方と新たに出会える場としてつながりが生まれています。そういった出会いから近くにお住まいの方同士で乗り合わせて参加されたり、休まれた方と連絡を取り合ったりとメンバー間のつながりや支え合いを大切に活動されているサロンさんです。</p>   |



## 八本松

|              |  |
|--------------|--|
| サロン名         | ひまわりサロン  |
| 代表者名         | 河埜 道子  |
| サロン紹介        | <p>篠地区では、先人達が早くからコミュニティづくりを志し、サロンの先駆けとなる活動を行っていました。</p> <p>平成 27 年には篠地区社会福祉協議会規約を施行し、脈々と引き継がれ今日に至っています。</p> <p>活動としては月 2 回、「百歳体操」と「健康講座」「お出かけサロン」「忘年会」「マーじゃん大会」等行っています。</p> <p>体操では、普段の体操以外に DVD を独自購入し「ストレッチ体操」や曲に合わせてする「ミュージック体操」と、楽しく体を動かし、会話する事を意識しています。</p> <p>地区の大勢の皆さんが集い、楽しいひと時を過ごせるサロンです。</p> |
| 世話人さんからのひとこと | <p>高齢化率が 47.4%の篠では、「サロン行事」を通して交流を深め、会話をし、日々の情報交換の場になるよう、そして篠地区の皆さんが気にかけて、支え合い、つながっていく事を願っています。</p>   |
| 地域担当者からのひとこと | <p>山と川の自然あふれるゆっくりとした雰囲気の中で、地域の皆さんが近いからこそ、声をかけ合い、気遣い合い、助け合いながら今できる活動を続けておられます。「何にも出来なくなったんよ～」と言われながらも皆さんひとりひとりがキラキラしています。</p>   |

### 【サロンの様子】





## 志和

|              |   |
|--------------|---|
| サロン名         | こすもす広場  |
| 代表者名         | 白川 里美   |
| サロン紹介        | <p>こすもす広場は令和4年に立ち上がった子育てサロンです。子ども、家族、地域の方、外国の方など誰もが利用できる居場所です。</p> <p>志和町には、公園など自由に遊べる場所がほとんどない、近所で遊ぶことも少なくなっている、などの課題がありました。子ども達が自分達で自由に遊べる場所とそのきっかけを作りたい！と誰でも自由に、いつでも来て良い場所として立ち上げました。月に1回、地域のみなさんとイベントを実施しています。軽食も用意し、親子と地域の方がゆったりとした時間を過ごせるようにしています。</p> <p>近所の人達から声をかけて少しずつ広がり、現在は様々な方が参加し、これまでになかった出会いや交流が生まれる場となっています。</p> |
| 世話人さんからのひとこと | 竹を使った活動や、スイカ割り・芋ほりなど、地域のみなさまのご協力のおかげで、毎月、様々な活動を行っております。大人も子どもも自由にのびのびと過ごせる場ですので、ぜひ遊びに来てみてください。  |
| 地域担当者からのひとこと | 転入された若い世話人さんを中心に、地域内外のみなさんの協力がとても心強いサロンです。子育てサロンですが、ご高齢の方や外国人技能実習生の皆さんも参加される地域の新たな居場所となっています。子ども達が受け身でなく、主体的に活動している所も大きな魅力だと感じています。   |

### 【サロンの様子】



## 高屋

|              |  |
|--------------|--|
| サロン名         | あすか  |
| 代表者名         | 福井 香織  |
| サロン紹介        | 今年の4月に高屋町のあすかパーク団地内にオープンした、高齢者対象のサロンです。高齢化が進んでおり、立地的には車がないと日常生活の移動にも困るような団地です。そのため、歩いて買い物に行けるうちはいいですが、高齢者の方は、自宅に籠りがちになっています。そこで、高齢者の方が集まって、お話ししたり、一緒に何かすることによって、仲間作りが出来たらいいと思い、団地内に憩いの場としてサロンをオープンしました。月に1回、基本的に第3か第4土曜日に、講座、運動、ものづくり、季節の催しなどを考えています。元気輝きポイントの対象にもなりました。 |
| 世話人さんからのひとこと | 民生委員を始めて、地域の状況を見たときに、思っていた以上に高齢者の方が孤立している状況を知り、何かできることがないかと考え、1年たった今年、サロンをオープンさせることを決めました。   |
| 地域担当者からのひとこと | これまで同じ団地にお住まいでもなかなか話をする機会がなかった方々がサロン活動をきっかけに知り合い、少しずつ地域のつながりが広まっています。「ここへ来ると友達ができたようで嬉しい」という参加者の方の言葉が印象的です。年をとっても地域で支え合い、安心して団地で暮らしていけることを目指しておられるサロンです。   |

### 【サロンの様子】



# 地域サロンに行ってみよう！ やってみよう！！ 楽しもう！！ ！

## 高齢者の参加が中心のサロン

地域の高齢者が中心となって集っているサロンは、顔なじみをたくさん作るふれあいの場、趣味活動を通した生きがいつくりの場、食事や運動を通した健康づくりの場、世代間交流の場、いろいろな情報を得ることができる学びの場、ちょっとした困りごとを相談できる場です。

また、地域の仲間たちと一緒に自分たちの活動を広げていくことで、高齢者の方にとって、大きな介護予防の効果ももたらします。

## 子育て世代や障がい児（者）が中心のサロン

乳幼児・児童と保護者、障がい者とその家族などが中心に集っているサロンは、様々な立場の人たちが会おうきっかけづくりの場、お互いの悩みを相談・共有し合える場、いろいろな情報を得ることができる学びの場、ボランティア活動実践の場として、高齢者から小さな子どもまで様々な世代が集える場です。



## サロンをしてみたい人やボランティアをしたい人も募集しています！

年齢や障がいの有無などに関わらず、地域みんながつながるサロンをつくっていくため、みなさんがこれまで様々なことを通じて長年培ってこられた知識や経験などを、サロンの運営に活かしてみませんか？

一緒に担っていただけるサロン世話人（ボランティア）を募集しています。特別な資格は必要ありません。あったかい“支え合い”の気持ちがあれば誰でも活動できます。

詳しくは、東広島市社会福祉協議会（地域福祉課）にお問合せください。

隣近所や友人にも声をかけて、お近くの地域サロンと一緒に参加して、一緒に交流して、一緒に楽しみましょう！！

