

みんな気軽によってけや～ 五霞町にあるみんなの居・場・所

～ きらく舎をご紹介します ～

— 自分の年齢を忘れさせてくれる憩いの場所 —

発起人の鈴木節子^{せつこ}さんは、区長・民生委員・開設場所の山王の住民の方に呼びかけ、説明会を開催。令和4年7月にオープンしました。

代表の関正江^{まさえ}さんも最初は「続いていくのかな？」と心配していたそうですが気づけば1年があつという間。参加者同士で気心が知れて、20歳の年齢差も感じることはありません。きらく舎の魅力について参加者の方に伺うと「本当に気楽だね。打ち解けられてうれしい」「ここに来ればみんなに会える」「嫌なことも忘れられる」「みんなで食事ができて楽しい」などたくさん語っていただきました。



— みんなで認知症予防！「これも世のため自分のため」 —

きらく舎では、ラジオ体操・らくらくマッサージ・きらきらストレッチなど、参加者自身が介護予防に関する情報や技術を持ち寄ってみんなで楽しく実践しています。

「認知症になった人も大いに来てもらいたい。自分が認知症になったら、行ける居場所がほしかった。」「居場所にいくことで介護・認知症予防になる。介護保険料だって下げられるしね。これも世のため自分のためよ。」



— みんなが運営者。みんなで植えた木を伸ばしていく —

最初の説明会に参加した全員が運営ボランティア。4人ずつ当番制です。毎月「きらく舎だより」を発行し、山王地区で回覧しています。

「きらく舎はまだ芽がでたところ。水や肥料を入れて、手入れして…来てくれるみんなで育てていきたいと思っています」これからの成長が楽しみです！ぜひみなさんもお立ち寄りください。



【活動日】 毎月1回（第2日曜日もしくは第2月曜日）

【時間】 午前10時～午後3時

【場所】 山王生活改善センター（山王290-2）

《居場所の3つのコンセプト》

- (1) いつ立ち寄ってもいつ帰ってもよい（お昼だけ寄る・午後から行くのもよし、自分の好きな時間で！）
- (2) 子どもや子育て中の人、若者世代から高齢者まで誰もが利用できる
（どの行政区の方がどこの居場所に行っても自由。会員制ではありません。どなたが来てくれても大歓迎！）
- (3) 過ごし方に決まりはなく、自由に過ごせる（おしゃべり、昼寝、手芸、ぼーっとするなどOK！）

○お問い合わせ 五霞町社会福祉協議会 ☎0280(84)0765