

# 街中サロン “なじみ庵”

NPO 法人ゆいの里「街中サロンなじみ庵」2014年5月28日発行  
〒329-2735 栃木県那須塩原市太夫塚1丁目195 三和ハイツ1階  
電話:0287-39-6515 FAX:0287-39-6516  
e-mail:najimian@yuinosato.gr.jp

## 2014年6月・7月号

梅雨どき、閉じこもりや  
脱水に気を付けて!

営業日 月～金曜日 営業時間 午前9時～午後5時 定休日 土・日曜日(祝日営業)

なじみ庵は、NPO 法人ゆいの里が那須塩原市街中サロン事業の補助を受け、会員のみなさんと地域の力を活かして運営されているお店、“街の中の縁側”です。お気軽にお立寄りください。

“なじみ庵”って、どんなところ? ★生きがい・居る甲斐づくりはボランティアから!  
★高齢者によるまちづくり! ★街の中の安心なつどい場、ケアされる人から支え合う人へ  
\*なじみ庵の会員は那須塩原市に住む65歳以上の方で、なじみ庵の運営規約に賛同される方  
\*会費月額 250 円+ボラ保険 300 円/年(会員特典:ランチ 300 円 レンタルボックス使用料半額)

### 「街中サロンなじみ庵」会員の集い 4月15日開催

開庵9年目を迎えている「なじみ庵」。日頃、曜日ごとに活動が異なり、顔を合わせない会員も、時間帯が違う会員も一堂に会して、なじみ庵の現状、目的や運営について情報を共有する報告会。会員の声を聴いて、今後の活動につなぐ入会(更新)手続きについての説明、質疑を行いました。



#### なじみ庵からご報告 (報告書一部抜粋)

[街中サロンなじみ庵が日々めざしていること]

- ① 地域高齢者の力を活かした“まちづくり”
- ② 生きがいづくり”、“介護予防”はボランティアから
- ③ 地域の中で、ゆるやかに老いや認知症を受けとめて、支えあっていくみんなの居場所づくり
- ④ 住み慣れた地域で、あなたらしく暮らし続けていくために、老いも若きも、お互いさまで支え合える自助と互助の創造

■会員数:125名(H26.3.31)平均年齢 78.8 歳 男性 77.9 歳 女性 79.3 歳

■H25 年度開庵日 251 日 来庵者数:延 13,775 名(内訳:子供3%、大人 24%、高齢者 73%)

■イベント開催実績報告 全 745 回開催 参加者総数:計 7,232 名

・転ばぬ先の知恵教室 ・物忘れ知らず教室 ・各種自主グループ活動 ・伝習会等

■コミュニティ・レストランなじみ庵 なじみ庵会員、ボランティアの協力による飲食店(ランチ、珈琲、紅茶、他)

① お袋の味日替わりランチ 217 日 ②「開拓鍋」ランチ(5のつく日)22 日 ③蕎麦の日ランチ(月1回)12 日

①②③ 合計 251 日 食事提供総数 8,968 食 1 日平均 35.7 食提供 (会員 300 円、一般 500 円珈琲 ☺付)

・会員の利用が全体の 77%、一人暮らしや男性の利用も多い ・孤食、個食から仲間との会食で食欲回復  
・野菜豊富で魚中心の手づくりのおふくろの味。規則正しく食べることで、栄養状態改善、健康維持に一役。

■なじみ庵会員の送迎 (なじみ庵会員のボランティアによる) 年間送迎人数:2,050 名 1 日平均 8 人利用  
この無料送迎が閉じこもりがちな会員、障害や病気を持った会員(要支援・要介護者含む)の来庵を実現し、なじみ庵を足場に、街中への外出や買物、通院、自主的な介護予防、重度化予防の活動が行われています。



#### お知らせ\*\*【6月、7月のなじみ庵イベント案内】\*\* 伝習会はどなたでも参加できます☺

- 6月5日(木) 13:30~15:00 『ケアする人のケア・カフェ』 ケア(介護)をしている人のカフェ。☺  
☺ お茶を飲みながら、ほっと一息してみませんか。介護の相談、気楽なおしゃべり、お気軽にお出かけ下さい。
- 6月16日(月) 19:00~21:00 ☺ 『しもつかれいど・カフェ』勉強会「“かりいほ”の支援」石川恒氏
- 6月24,25日 『甘梅漬け伝習会』毎年好評の甘梅漬け、梅雨時の恒例行事。要事前申込・材料費実費負担有
- 7月3日(木) 13:30~15:00 『ケアする人のケア・カフェ』  
☺ ケアする人は、ほっと一息が大切な時間(\*^\_^\*)
- 7月14日(月) 19:00~ 『しもつかれいど・カフェ』なじみ庵  
☺ 地域の医療・福祉・介護の仲間たちのカフェ 参加自由
- 7月21日(海の日) 伝習会 夏休み企画 みんなで踊ろう!  
“西那須野音頭”をなじみ庵の大先輩たちが教えてくれます。  
午前の部 10:30~ 午後の部 13:30~ 飛び入り参加自由です。
- 7月26日(土)「那須塩原市西那須野ふれあいまつり」  
ヽ(^o^)ノゆいの里は今年も流し踊りに参加! 応援してください!
- 7月29日恒例の『釜の蓋(かまのふた)まんじゅう伝習会』



☺ 夏のおいしい風物詩 老いも若きもご一緒に! 要・事前申込  
☺ 毎月最終日曜日 6月29日、7月27日「認知症の人と家族の会」家族の集い in なじみ庵 お気軽に(^.^)~~~~

# なじみ庵カレンダー

## 2014年6月



### 雨にも負けず

★お問い合わせ、お申し込みは“街中サロンなじみ庵”へお気軽にどうぞ 電話 39-6515

| 日                               | 月  | 火   | 水  | 木   | 金   | 土   |  |
|---------------------------------|--|---|--|---|---|-----|--|
| 1                               | 2  | 3<br>アゼリア<br>来庵   | 4  | 5<br>開拓鋼の日  | 6   | 7   |  |
| 定休日                             | 般若心経を学ぶ会<br>10:30~12:00<br>切り絵を楽しむ会<br>13:00~15:00 | 転ばぬ先の知恵教室<br>10:30~12:00<br>折り紙を楽しむ会<br>食後の時間   | 踊りを楽しむ会<br>10:30~12:00<br>大正琴を楽しむ会<br>切り絵を楽しむ会 | ハーモニカ木曜会<br>10:30~12:00<br>ケアする人のケアカフェ<br>13:30~15:00 | 転ばぬ先の知恵教室<br>10:30~12:00<br>折り紙を楽しむ会<br>食後の時間 | 定休日 |  |
| 8                               | 9  | 10<br>そばの日  | 11<br>掃除の日                                     | 12  | 13  | 14  |  |
| 定休日                             | 歌声喫茶<br>10:30~12:00<br>折り紙を楽しむ会<br>百人一首を楽しむ会       | 物忘れ知らず教室<br>10:30~12:00<br>折り紙を楽しむ会<br>食後の時間  | 踊りを楽しむ会<br>10:30~12:00<br>大正琴を楽しむ会<br>切り絵を楽しむ会 | ハーモニカ木曜会<br>10:30~12:00                               | 転ばぬ先の知恵教室<br>10:30~12:00<br>折り紙を楽しむ会<br>食後の時間 | 定休日 |  |
| 15                              | 16<br>しもつかれいど<br>カフェ<br>19:00~                     | 17  | 18   | 19  | 20<br>さくら民委<br>来庵                             | 21  |  |
| 定休日                             | 般若心経を学ぶ会<br>10:30~12:00<br>切り絵を楽しむ会<br>13:00~15:00 | 転ばぬ先の知恵教室<br>10:30~12:00<br>折り紙を楽しむ会<br>食後の時間   | 踊りを楽しむ会<br>10:30~12:00<br>歌声喫茶<br>13:30~15:00  | ハーモニカ木曜会<br>10:30~12:00<br>句を楽しむ会                     | 転ばぬ先の知恵教室<br>10:30~12:00<br>折り紙を楽しむ会<br>食後の時間 | 定休日 |  |
| 22                              | 23   | 24<br>塩原民委<br>来庵  | 25<br>開拓鋼の日                                    | 26  | 27  | 28  |  |
| 定休日                             | 歌声喫茶<br>10:30~12:00<br>折り紙を楽しむ会<br>百人一首を楽しむ会       | 転ばぬ先の知恵教室<br>10:30~12:00<br>甘梅漬け伝習会1日目<br>13:30~  | 踊りを楽しむ会<br>10:30~12:00<br>甘梅漬け伝習会2日目<br>13:30~ | ハーモニカ木曜会<br>10:30~12:00                               | 転ばぬ先の知恵教室<br>10:30~12:00<br>折り紙を楽しむ会<br>食後の時間 | 定休日 |  |
| 29                              | 30   | <b>なじみ庵 夏の伝習会</b> 6/24,25 甘梅漬け 7/29 釜の蓋まんじゅう<br>子供たちも老いも若きも一緒に踊ろう<br>7/21 夏休み企画 みんなで踊ろう “西那須野音頭” 伝習会<br>要事前申し込み<br>なじみ庵の伝習会<br>お気軽にご参加ください<br>材料費実費負担有<br>電話39-6515 |  |   |   |     |  |
| 定休日<br>認知症の<br>人と家族の会<br>県北のつどい | 般若心経を学ぶ会<br>10:30~12:00<br>切り絵を楽しむ会<br>13:00~15:00 |   |  |   |   |     |  |

# なじみ庵カレンダー

## 2014年7月

### 夏の暑さにも負けず

| 日                               | 月  | 火   | 水  | 木   | 金   | 土                                    |
|---------------------------------|--|---|--|---|---|--------------------------------------|
| 6月29日                           | かくれ脱水に気を付けて<br>熱中症、脱水対策<br>こまめに水分取りましょう!           | 1   | 2  | 3   | 4   | 5                                    |
| 定休日                             |  | 転ばぬ先の知恵教室<br>10:30~12:00<br>折り紙を楽しむ会<br>食後の時間   | 踊りを楽しむ会<br>10:30~12:00<br>大正琴を楽しむ会<br>切り絵を楽しむ会 | ハーモニカ木曜会<br>10:30~12:00<br>ケアする人のケアカフェ<br>13:30~15:00 | 転ばぬ先の知恵教室<br>10:30~12:00<br>折り紙を楽しむ会<br>食後の時間   | 定休日                                  |
| 6                               | 7  | 8<br>そばの日                                       | 9  | 10  | 11<br>掃除の日  | 12                                   |
| 定休日                             | 般若心経を学ぶ会<br>10:30~12:00<br>切り絵を楽しむ会<br>13:00~15:00 | 物忘れ知らず教室<br>10:30~12:00<br>折り紙を楽しむ会<br>食後の時間    | 踊りを楽しむ会<br>10:30~12:00<br>大正琴を楽しむ会<br>切り絵を楽しむ会 | ハーモニカ木曜会<br>10:30~12:00                               | 転ばぬ先の知恵教室<br>10:30~12:00<br>折り紙を楽しむ会<br>食後の時間   | 定休日                                  |
| 13                              | 14<br>しもつかれいど<br>カフェ<br>19:00~                     | 15<br>開拓鋼の日                                     | 16   | 17  | 18  | 19                                   |
| 定休日                             | 歌声喫茶<br>10:30~12:00<br>折り紙を楽しむ会<br>百人一首を楽しむ会       | 転ばぬ先の知恵教室<br>10:30~12:00<br>折り紙を楽しむ会<br>食後の時間   | 踊りを楽しむ会<br>10:30~12:00<br>大正琴を楽しむ会<br>切り絵を楽しむ会 | ハーモニカ木曜会<br>10:30~12:00                               | 転ばぬ先の知恵教室<br>10:30~12:00<br>折り紙を楽しむ会<br>食後の時間   | 定休日                                  |
| 20                              | 21<br>海の日  | 22<br>掃除の日                                      | 23   | 24  | 25  | 26                                   |
| 定休日                             | 伝習会/夏休み企画<br>みんなで踊ろう<br>西那須野音頭伝習会<br>午前の部・午後の部     | 転ばぬ先の知恵教室<br>10:30~12:00<br>折り紙を楽しむ会<br>食後の時間   | 踊りを楽しむ会<br>10:30~12:00<br>歌声喫茶<br>13:00~15:00  | ハーモニカ木曜会<br>10:30~12:00                               | 転ばぬ先の知恵教室<br>10:30~12:00<br>折り紙を楽しむ会<br>食後の時間   | 西那須野<br>ふれあいまつり<br>ゆいの里参加<br>なじみ庵定休日 |
| 27                              | 28   | 29  | 30   | 31  | 【実習受け入れ】<br>7月31日、8月1日、4日、5日<br>国際医療福祉大学看護学部<br>6月5日、7月3日(木) 13:30~<br>ケアする人のケアカフェ in なじみ庵<br>お茶代実費、お気軽にご参加ください |                                      |
| 定休日<br>認知症の<br>人と家族の会<br>県北のつどい | 歌声喫茶<br>10:30~12:00<br>折り紙を楽しむ会<br>百人一首を楽しむ会       | 転ばぬ先の知恵教室<br>折り紙を楽しむ会<br>釜の蓋まんじゅう<br>伝習会 13:30~ | 踊りを楽しむ会<br>10:30~12:00<br>大正琴を楽しむ会<br>切り絵を楽しむ会 | ハーモニカ木曜会<br>10:30~12:00                               |   |                                      |

なじみ庵の活動、運営は、会員と地域の皆さまのボランティアに支えられています。

育てよう、地域の底力 助けられたり、助けたりのお互い様 “ゆい” をかたちに

【備考】大正琴を楽しむ会 \*13:30~15:00 百人一首を楽しむ会 \*13:30~15:00 切り絵を楽しむ会 \*13:00~15:00

折り紙を楽しむ会 \*13:30~15:00 句を楽しむ会 \*13:00~15:00 健康麻雀 \*水曜日は休み

★なじみ庵行事は原則無料です、材料代等実費必要な場合があります。お問い合わせください。 電話:0287-39-6515

行きたい場所がある 会いたい人がいる 街中サロンなじみ庵 〒329-2735 那須塩原市太夫塚1-195三和ハイツ1階