

〈令和4度〉ミライカナエル活動サポート事業 スタート支援コース

団体名	すまいるらぼ
事業名	拠点カルチャーすまいるらぼ事業
補助金額	200,000円

事業の目的

本事業は、地域の市民が集い親睦を深める場を提供し、カルチャー講座の自主的運営によって、シニア世代が心身共に健康で自立し、生き生きと暮らす環境作りに貢献することを目的とする。

事業の内容と成果・効果

〈事業の経過と内容〉

『IT サポート(動画)講座』 11/7 〈参加者5人〉

『クールダウン講座』 9/8 〈参加者 10人〉 10/3 〈参加者 6人〉 1/12 〈参加者 17人うち非会員 5人〉 2/6 〈参加者 10人うち非会員 2人〉

・会員へのアンケートやヒアリングを通して、1 講座無料や開催場所の工夫を実施した結果、講座に参加する会員が増えた。会員の積極的な参加で講座が活性化し、すまいるらぼ会員以外の参加もあった。

『スキヤキ体操講座』 10/13 〈参加者 9人〉 11/10 〈参加者 18人〉

・クールダウン講座同様、ダンスレッスン終了後に場所を移動せず、そのままの流れでスキヤキ体操講座を受講できる様に工夫した。

『すまらぼ cafe』外部講師によるカルチャー講座(お茶会) 8/10「癒し旅」〈参加者5人〉 9/28「English Tea Party」〈参加者5人〉 11/16「心トトノエ数秘術」〈参加者 12人〉 2/1「フラワーアレンジ」〈参加者3人〉

〈成果・効果〉

『IT サポート講座』と『すまらぼ cafe』

・30代 40代の外部講師を迎えることで、異世代交流ができた。プレシニア世代に、シニアの集いの場『すまいるらぼ』を知ってもらい機会を作る事ができた。

・Instagram や Tiktok を継続して投稿する事で、シニア活動を多くの方に知ってもらい機会が増えて認知度が上がり、会員のモチベーションアップにも繋がった。

『スキヤキ体操講座』

まずスキヤキ体操に慣れてもらい、親しみを感じる様にすることからスタートし、継続的な基盤作りを心掛けることにした。

・知る→わかる→できる→わかちあう→広める と、シニアのペースで展開していく様に修正した。

・2021年10月に会員20人(うち藤沢市民4人)からスタートした『すまいるらぼ』だったが、1年半に亘る会員の努力で、下は50歳から上は87歳までと幅広い年齢層のシニアダンスメンバーが80人(うち藤沢市民20人)を超え、会員の母数を増やす事ができた。

・タウンニュースを見た市内の体操サークルから、スキヤキ体操の講師依頼(有料)も入った。

活動の様子はInstagramで！

令和4年度 藤沢市ミライカナエル活動 サポート事業採択団体 『みんなでつくる笑顔と元気の集う場所』

シニアのための スキヤキ体操と ダンス体験講座

2023年2月9日(木) 3月9日(木) 10:00~11:00

スキヤキ体操はどなたでも楽しめるダンスです。スタジオ HANA1のインストラクターが丁寧に指導します！！

初心者大歓迎！！

対象・定員 50歳以上・10人先着順
参加費 1,000円
持ち物 タオル・飲み物・室内用の運動靴
動きやすい服装でお越しください

講師は すまいるらぼ HPで ご確認ください

場所 藤沢市辻堂神台2-2-2 ココテラス湘南1階スタジオHANA1 (辻堂駅北口徒歩5分)

【お問い合わせ先】 すまいるらぼ 080-6510-1078 (大野) 090-4713-5834 (佐藤)

申し込みは、毎月1日より Eメールでお願います→

事業を実施しての課題

・当初法人化するかどうかを検討していたが、まずは基盤作りに徹し、会員が継続して参加できる環境作りを優先することとした。

・シニアダンスメンバーが増えたことで、会費を募ることなく、会の運営ができるようになった。

・当団体の課題として、年齢や経験など多様化するメンバーへの対応や、運営スタッフの育成が望まれる。