

みんなの活動紹介します

# サロン チームA K Y



2016  
Vol.

24

## 楽しい時間が過ごせるサロン

活動地区：東麻布

毎月第2水曜の午後になると、飯倉いきいきプラザ2階の一室から、歌や音楽が聴こえてきます。そこでは、チームA K Yがサロンを開き、近所の人たちとともに楽しい時間を過ごしています。

A K Yは、区の介護予防リーダー養成講座を受けた、麻布地域の人たちの想いが形となり、平成26年4月からスタートしました。「麻布・介護・予防」の頭文字をとって、A K Yという名前をつけました。



リーダーとやりとりしながらゆっくりと体操を行っています

## 懐かしの歌と運動と

A K Yは主に懐かしの歌を歌ったり簡単な運動をしたりと、活動的な内容が充実しています。代表の齋藤さんをはじめとした、楽器のできる仲間の演奏で、みんないっしょに歌っています。

参加者からは、「懐かしの曲が聴けて楽しかった」、「現在月1回だが、もっと開催してほしい」と好評です。友人に誘われ、初めて参加した人からは、「今日歌った歌詞にもあったが、『みんなとともに楽しく』過ごすことができた。誘ってくれた友人に感謝」と、人から人へのつながりを感じる嬉しい声も聞けました。



おなじみのロックソールンで楽しく健康体操！



高齢者相談センターや消防署など、専門機関の職員も足を運びます

## いっしょにより良い活動へ

齋藤さんにサロンの話を聞くと、「開催している側も楽しんでいるので、自分たちのためにもなっている。ただ歌ったり体操したりするだけにしないようにしたい」と快活に話してくれました。今後について、齋藤さんやほかのメンバーは、「ほかのサロンと情報交換をしていき、より良い活動に発展していきたい」、「もうすこしカフェタイムのような、おしゃべりできる時間を増やしていきたい」と意気込みを語ってくれました。

活発な雰囲気はそのままに、近所の人たちといっしょに、より充実した活動にしていってほしいと思いました。



代表の齋藤さん



いっしょに演奏される皆さん

チームA K YのHPもあります：<http://teamaky.jimdo.com/>