

# ㊤ 社会福祉協議会は、 みなさんの地域のサロン活動を応援します

## ● これから始めてみようという方は

- サロンの立ち上げに向けた相談に応じます。
- 他地域のサロンの見学など調整します。
- サロンの広報活動としてチラシを作成します。



## ● 始めたばかりの方は

- ボランティア保険の手続きを行います。
- 社会福祉協議会 独自の助成制度により運営費の一部を助成しています。  
(年間 6 回以上開催のサロンに助成しています)
- 年 2 回サロンリーダー情報交換会を開催し、活動の充実を図ります。



## ● 開催地区

- 南関・・・7 カ所 (古町、瓦屋敷、外目三区、関村、新町、北開、八重丸)
- 賢木・・・4カ所 (久重北、長山東、宮尾、西豊永)
- 大原・・・5 カ所 (小原、相谷・向原、肥猪、東豊永)
- 坂下・四ツ原・・・5 カ所 (鬼王、北の辺田東、大場、胡麻草、柿原)



### お問い合わせ先

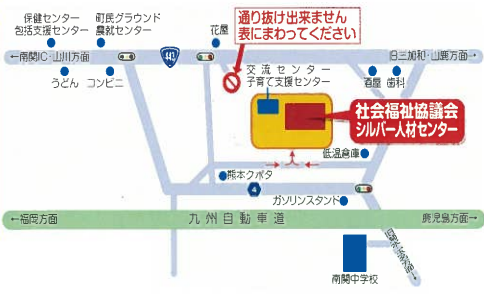
- ふれあいサロンに関するご質問や相談、登録、助成、保険加入の手続きについては、南関町社会福祉協議会までご相談ください。

社会福祉法人  
南関町社会福祉協議会

◇ 南関町小原 1405 (旧老人憩いの家)

◇ 電話 69-9020

◇ FAX 53-2744



# ふれあい・いきいきサロン

## 楽しく 気軽に 無理なく



「ふれあい・いきいきサロン」は身近なところで  
気軽に集まることができる場です。  
サロン活動を通して  
楽しいひとときを過ごしましょう。



## 1 ふれあい・いきいきサロンの効果

### 1. 楽しさ、社会参加、孤立感をなくす

ふれあい・いきいきサロンは、参加者一人一人が主役となって自分たちでつくるサロンです。喜びが生まれ、生きがいや社会参加意欲が高まります。また、近所に知り合いが増えるので、日常でも声をかけ合い、あたたかな交流が生まれます。



### 2. 閉じこもりの予防

歩いて行ける範囲に「ふれあい・いきいきサロン」があれば、気軽に出かけることができます。仲間と過ごすことが楽しくなり、外出するようになります。また、サロンの仲間に会うため、身だしなみにも気を配るようになり、生活にメリハリが生まれます。



### 3. 無理なく体を動かせる

歩いてサロンに出かけるだけでも、家の中で過ごしているのとはずいぶん違います。また、サロンで無理なく体を動かせると一層効果があります。



### 4. 身近な地域の楽しいボランティア活動

みんなの笑顔と出会う身近な地域の楽しいボランティア活動です。



### 5. 地域の福祉力の向上

「サロン」の参加者の会話から、日頃の心配ごとや見守りが必要な方の存在、地域の福祉課題を発見し、解決のために関係機関と協力するなど、地域の福祉力向上につながります。



## 2 サロンを企画して社会福祉協議会に登録しよう

最近は アパート が増え、ご近所であいさつを交わしたり、花壇や玄関前で立ち話しができる場所も減ってきているのではないのでしょうか。

サロンは、定期的集まることで顔なじみの輪が広まり、

いきいきとした日々を送ることを目指しています。

まずは、ご近所で誘い合ってサロン作りについて話し合ってみませんか？

### 開催場所

歩いて集まることができて、継続して実施できる場所  
例：地区公民館、交流センター  
南町民センターなど

### 内容

参加している方どうしがお互いに交流できる活動  
・参加者が話し合っていて決めています。(季節の行事、お茶飲み交流会など)

### 参加人数

参加したい方はどなたでも参加できます。  
・5名～20名程度の集まりが一般的です

### 費用

参加費は自由！！  
・昼食代などに使われるサロンが多くみられます。  
・100円～など少額が望ましいです。  
・参加しやすく、サロンが長続きするために、お茶代などの実費やお菓子などを持ち寄るのが望ましいです。

### 回数

年間6回～20回程度の開催が行われています。  
参加者の日常生活の一部になるよう、定期的な開催が望ましいです。

### 参加者募集

チラシの配布、回覧、また、参加対象となる方への声かけなどを行い、近所の方々をお誘いしてみましよう。