

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！



これからはじめてみよう！  
という方へ・・・

- ・サロンの意義や活動内容、開設に向けた準備など相談に応じます。
- ・サロン実践者からのアドバイスや実際のサロンへの見学などを調整します。

始めたばかりの方へ・・・

- ・参加者・ボランティアの保険についてご紹介、加入手続きを行います。
- ・助成制度により、運営費の一部を助成します。



#### 助成制度のご紹介

参加人数  
利用対象者5名以上  
(親子サロンは5家族以上)

開催回数 年6回以上

金額  
要件を満たすサロンに  
助成金の交付をします。

参加者数 (年間延べ人数)	年 額
120人以下	15,000円
121～250人	30,000円
251～400人	45,000円
401～600人	60,000円
601人以上	75,000円

#### ※ 主な要件

- ・小地域（概ね自治会、町内会規模）での開催
- ・特定の参加者だけのサロンとならないよう、サロンの開催について広くPRしている。
- ・特定の技術向上や趣味活動とならない。
- ・開催場所は基本的に同じ場所である。



詳しくは坂戸市社会福祉協議会へお問い合わせください。



社会福祉協議会では、身近な地域を拠点に行うサロン活動を応援しています。

サロン活動の相談は随時承っておりますので、お気軽に社会福祉協議会窓口へお越しください。

この事業は、共同募金の配分金を受けて実施しています。



さあ はじめよう！

## ふれあい・いきいきサロン



### ふれあい・いきいきサロンとは？

「ふれあい・いきいきサロン」は、自宅から歩いていける場所に気軽に集い、ご近所の方との出会い、おしゃべりなど楽しい時間を過ごし、そのふれあいの中から生きがいづくり、仲間づくりの輪を広げることを目指します。高齢者、障害者、子育て親子などを主な対象とし、活動の主体は地域住民です。公民館や集会所などの施設を利用して、気軽におしゃべりしたりゲームや体操を行ったりと楽しい時間を過ごしましょう。

社会福祉法人 坂戸市社会福祉協議会

〒350-0212 坂戸市石井2327-6  
TEL 283-1597 FAX 289-3911

# 私の住むこの地で楽しくくらす

ふれあい・いきいき  
サロンにはこんな  
効果があります

## 2. 健康づくり

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. 地域の福祉力の向上

「サロン」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、福祉力向上につながります。

## 1. 楽しさ、社会参加を促進し、 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。

## 3. 身近な地域の楽しい ボランティア活動

高齢者の笑顔や、かわいい赤ちゃんの成長と出会える身近な地域の楽しいボランティア活動です。

## 5. 閉じこもり予防

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。多くの人と接する機会をつくり、介護予防にもつながります。

最近ライフスタイルの変化などにより、ご近所であいさつを交わしたり、立ち話ができる場所が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、願望の輪が広がり、いきいきとした日々を送ることを目指します。

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。

サロンを企画して  
社会福祉協議会に  
登録しよう

ふれあい・いきいきサロンの決まりごと

### 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：町内の集会所、公民館、マンションの集会所、  
空き店舗、サロンの参加者やボランティアなどの自宅

### 内容

参加者同士で自由に決めます。誰もが参加しやすい内容を！  
参加者とボランティアと一緒に相談して決めるといいでしょう。  
季節の行事も盛り込むと効果的です。

### 参加人数

参加対象となる方が5人以上（親子サロンは5家族以上）  
仲間づくりを進めるうえで、お互いの顔が見える人数  
（おおよそ20名（組））が理想的です。

### 回数

年間6回以上  
概ね月1回以上の開催を目指しましょう。  
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。

### 参加費

お茶、お菓子の実費・持ち寄りなど  
長続きするよう茶菓子を持ち寄りたり参加費をみんなで負担し合うことが  
基本です。金額はボランティアと参加者が相談して決めるとよいでしょう。

### 参加者 募集

チラシの配付、回覧、参加対象となる方への声かけなどを行い、  
近所の方々をお願いしてみよう。

基本原則：気軽に 無理なく 楽しく 自由に

