



ふれあい・いきいきサロンだより

☆平成30年12月号

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

ふれあいいきいきサロンの効果

- ◇ 楽しさ・社会参加・孤立感の解消
- ◇ 閉じこもりの予防
- ◇ 無理なく体を動かせる
- ◇ 身近な地域のボランティア活動
- ◇ 地域の福祉力の向上

サロンの種類

就学前の子どもと親を対象として、親子同士の交流などを目的とした「子育てサロン」、高齢者の閉じこもり予防や孤立感の解消を目的とした「高齢者サロン」があります。他に対象者を絞り込まないサロンもあります。

主催者は？

町内会やマンション自治会、ボランティア団体や地域の福祉団体（地区社会福祉協議会や福祉のまち推進センター）などが主に主催しています。個人の方が自宅で主催するサロンもあります。

費用は？

参加費用を取るところと取らないところ様々です。参加費が必要なところでも200円～300円程度です。

今月のサロン情報トピックス

～サロンで見守り～

市内の各町内会・自治会を中心に、高齢者等の見守り・訪問活動が行われています。見守り・訪問活動は、直接訪問するものや、対面せずに郵便受けの新聞のたまり具合による気づきなど、外からのゆるやかな見守りがあります。

サロンは見守りにも有効です。「いつもサロンに来る方が今日は来ない」、「〇〇さんは最近スーパーで見かけた」など、サロンがお互いを気にかける場の1つとなります。皆さんの地域でも、サロンを立ち上げてみませんか？