

ふれあい

あふれるまちをめざして…

思いやり

ふれあいサロン

～身近なところで、気軽に集える場所づくり～



社会福祉法人

おおい町社会福祉協議会



「ふれあいサロン」とは？

Q 「ふれあいサロン」って？

A 高齢者が楽しく、気軽に仲間づくりをする場
身近なところを拠点として、高齢者の生きがいや社会参加、健康づくり、閉じこもり防止を目的に参加者と世話人が一緒に企画・運営しながら、お茶会やレクリエーション、小物作りなどの活動を定期的開催し、“楽しく、気軽に”仲間づくりを行う活動の事です。

Q 具体的にどんなことをするの？

A みんなで一緒に楽しい企画を
「こうしなくてはいけない」という決まりはありません。参加者と世話人さんが一緒に、無理なく楽しめる内容を企画しましょう。

● 例えば… **●**

お茶会、健康講座、音楽療法
健康体操、小物づくり、カラオケ、わなげ、小規模見学ツアー
脳トレ、勉強会（介護予防について）などなど…



Q 開催回数はどれくらい？

A 無理のないペースで定期的に
開催回数に特に決まりはありません。毎月開催しているところもあれば、最低開催回数である年3回の所もあります。
「ふれあいサロン」には閉じこもり防止などの目的があるので、無理のないペースで定期的開催されることが望ましいです。

Q 開催場所と範囲は？

A 地域の公民館や集会所など
参加者が自力で来られる範囲で公民館や集会所、世話人さんの自宅、地域にある空き家などがいいでしょう。
もし、「歩いていける範囲」に会場が設定できなかった場合の送迎は、参加者と世話人さんの間で「両者の合意（事故の点など）」で考えていただくこととなります。



Q 誰が運営するの？

A 協力してみんなで

運営の主体はさまざまで、おおい町ではボランティア、福祉推進員、民生児童委員などが運営されています。活動を円滑に進めるために、代表の世話人を決めることは必要ですが、活動内容は世話人がひとりだけで考えたり準備したりする必要はありません。活動を続けるためには、少しずつ仲間を増やして、みんなで協力して運営していくことが大切です。



Q 参加者への呼びかけは？

A チラシ配布や声かけなど

まずは、簡単な案内チラシをご近所に配布してみるといいでしょう。また、参加者に「ぜひお友達も誘って来てください」と声をかけたり、地域で信頼されている方に声をかけていただいたりすると「参加してみようかな」という気持ちになるかもしれません。

Q 経費はどのくらい？

A 社協からの助成金があります

ふれあいサロンは介護予防や生きがいづくりを目的に町から委託を受けて実施していますので、助成金（年間1万円）や1回分の講師料の予算があります。経費は、各自の負担が基本となりますが、定期的に続けていくためにも主催者にとって負担にならないよう助成金などを活用し工夫をしましょう。



サロンを開催するとき、1回の開催で多くの内容をしようとしたり、「毎回新しいことをしないといけない」と考えたりする必要はありません。みんなで集まり、一緒に何かをしたり、おしゃべりをしたりするだけでも楽しいものです♪

また、サロンは「高齢者の生きがいづくり・健康づくりの場」だけではなく、「地域の人たちの顔つなぎの場」、新たな活動につながる「ニーズ発掘の場」でもあります。

サロン活動をとおして、気付いたことや困ったことがあれば、おおい町社協へご相談ください。



おおい町社協もお手伝いします!

1 運営についての相談・支援

サロン立ち上げの方法や、活動内容のご相談をお受けします。

「何をしたらいいのかわからない…」 「したいことはあるけど、何を準備すればいいの？」こんな時は社協にご連絡ください！地域福祉担当職員が相談に乗らせていただきます。

また、サロンのチラシや資料の作成・準備、講師との連絡調整などもお手伝いさせていただきますので、お気軽にお声掛けください。

2 サロン運営研修会の実施

何をするのにもお金はかかりますよね。サロンだってお菓子を準備したり、講師に講師料を払ったり、ただじゃなかなかできないし…。

でも大丈夫！！社協では各サロンに活動助成金として年間1万円を交付しています。また、助成金とは別に1回分の講師料の予算もあるので、安心して運営できます。



3 活動助成金の交付

何をするのにもお金はかかりますよね。サロンだってお菓子を準備したり、講師に講師料を払ったり、ただじゃなかなかできないし…。

でも大丈夫！！社協では各サロンに活動助成金として年間1万円を交付しています。また、助成金とは別に1回分の講師料の予算もあるので、安心して運営できます。





あんなこといいな～
できたらいいな～



4 講師の派遣

希望があれば、サロン内で講義していただく講師を派遣します。サロンの内容に合わせた講師を選び、日取りの確認や講義内容の協議などを代行させていただきます。

「ややこしいことは苦手だわ…」という方は是非一度、おおい町社協にご相談ください。

5 備品の貸し出し

レクリエーションやゲームなどの備品の貸し出しをしています。カスタネットやお手玉などは数を揃えているので、大人数のサロンでも対応できます。また、血圧計などの健康機器も貸し出ししているため、健康講座でも活用できます。

備品についての詳細は、おおい町社協までお問い合わせください。

例えは…	・カラオケセット	・CDデッキ	・お手玉	○月×日 (△)
	・輪投げセット	・デジタルカメラ	・鳴子	
	・プロジェクター	・血圧計	・ビンゴマスター	
	・スクリーン	・バランス計	などなど	



サロンのモットーは「無理なく、気軽に、楽しもう」です！どうしても負担が掛かりがちになってしまう世話人のみなさんのため、おおい町社協では様々な支援をさせていただき、企画側も楽しめるサロンづくりを応援いたします。
人と話すのが好き、趣味の輪を広げたい、まちづくりに参加したい…
少しでも興味を持たれた方は、お気軽におおい町社会福祉協議会までご連絡ください。

『ずっとここで暮らしたい』

みんなの願いが叶う町に…



◇ 社会福祉法人 **おい町社会福祉協議会** ◇

本 所：〒919-2111 おおい町本郷 82-14 あみーシャン大飯内
(TEL)77-3415 (FAX) 77-1419

名田庄事務所：〒917-0383 おおい町名田庄下 6-1 あっとほ〜むいきいき館内
(TEL)67-2318 (FAX) 67-3303