

ふれあい・いきいきサロン

1 ふれあい・いきいきサロンってな～に？

高齢者の介護予防や障がい者の社会参加、児童虐待やニートなど子どもの育ち、そして防犯・防災など、地域には様々な課題があり、社会関係、人間関係の希薄化から地域社会からの孤立が背景といわれています。

地域の豊かな人間関係、お互いに支え合い、助け合い関係を作り出す継続的な地域活動として、一人ひとりと社会をつなぐ拠点それが「サロン」です。地域での孤立・閉じこもりの防止、健康・生きがいづくり、地域住民との交流や仲間づくり等を目的に、市在住の高齢者、障がい者、子育て中の親子等を中心に、地域住民の誰もが参加できて、住民同士が協働で企画し、内容を決め、ともに運営していく楽しい仲間づくりの活動です。

2 ふれあい・いきいきサロンにはこんな効果があります!!



仲間づくり

いろいろな人と出会い、話し合い、相談し合ったりすることで、仲間づくりの場となり、日常での支え合いの場が広がります。



生きがい・社会参加

サロンでは参加者一人ひとりが主役です。自分の特技や趣味が生かされることで、生きがいや社会参加への意欲が高まります。

孤立・とじこもり防止

歩いて行けるとところにサロンがあるので気軽に出かけられます。いろいろな人とふれあうことによって孤独感が癒され、閉じこもりの防止につながります。

地域の福祉力の向上

スタッフやボランティアとして地域の多くの方たちが関わる機会が増え、地域で支え合う機運が生まれ、地域全体の福祉力アップにつながります。

多世代交流の拠点

同じ町内に住んでいるのに全く知らなかった人たちにとっては、地域交流の拠点となり地域の中に人と人とのつながりをつくっていきます。そして子どもから高齢者まで幅広い年齢層の住民が参加することによって世代を超えてふれあう場になります。

3 ふれあい・いきいきサロンにあなたも参加してみませんか？

サロンによって様々な内容で行われており、誰もが気軽に参加できる内容です！

内容（活動例）

多世代サロンや 高齢者サロン

おしゃべり、お茶飲み、体操、ゲーム、歌、リズム遊び、輪投げ、工作、脳トレ、料理、食事会、昔遊び、出前講座、季節の行事、子どもとの交流イベントなど

子育てサロン

絵本読み聞かせ、親子体操、リズム遊び、手遊び、親子工作、出前保育、自由遊び（おもちゃ遊び）、おしゃべり、季節の行事など



開催場所

- ・集会所
- ・自治会館
- ・コミュニティセンター
- ・個人宅
- ・空き家
- ・空き店舗

など



運営者

- ・地域のボランティア
- ・自治会役員
- ・民生委員
- ・保健推進員
- ・子育て中の母親

など



実施回数・時間

- ・実施回数：月1回～週1回
- ・時 間：2～3時間程度
- ・参加費：ワンコイン程度（100円～300円程度）

※詳細はサロンによって異なります

「あの場所に行けば誰かがいて、ふらっと立ち寄れて、顔を見れば安心できる場」、それがサロンです！
気軽に参加してみましよう！



ひたちなか市社会福祉協議会では、サロンに参加したい方への情報提供を行っています。地域で行われているサロンは、開催日時や場所など様々です。「サロンに行ってみたい！」「サロンについてもっと知りたい！」という方は、お気軽に下記までお問合せください。



ひたちなか市社会福祉協議会 地域福祉課地域福祉係
ひたちなか市西大島3-16-1 ひたちなか市総合福祉センター内
☎274-5135

