

# ふれあいいいきいき サロンのご案内



ふれあいいいきいきサロンは、身近な地域を拠点にして、その地域の高齢の方や、障害のある方、子育て中のお母さんなどが、ボランティアや地域の人たちと一緒に楽しく過ごす住民主体の活動です。

気軽に



あたご山ふれあいサロン

楽しく

無理なく



飯倉わごうサロン

自由に

サロン活動を通じて、仲間づくりやご近所とのつながりづくり、情報共有などができます。また、サロンに参加することで孤立や閉じこもり防止、介護予防にも役立ちます。参加者同士で見守りや支え合いのきっかけづくりにもなります。

お問い合わせは・・・

社会福祉法人本庄市社会福祉協議会

電話 24-2755

児玉支所 電話 73-1237



裏面もご覧ください。

**サロンには  
こんな効果が！**



**参加者にとって**

生きがいつくり、仲間づくり、閉じこもり防止、介護予防…

**地域にとって**

住民の主体性の育成、地域福祉の活性化、世代間のふれあい、地域の困りごと発見、みんなが住みよい地域づくり…

**サロンを  
やってみよう！**

**① 地域の状況を知る**

孤立しがちな人は？ 困りごとは？  
どんな集まりの場が必要？

**② 仲間を集める**

一緒に取り組んでくれる仲間は？  
協力してくれる人や組織は？

**③ サロンの内容や活動日を決める**

活動内容は？ お茶のみ、体操…？  
日時、回数は？

**④ 開催場所や資金の確保をする**

自治会館？ 集会所？ 個人宅？  
参加費や助成金は？  
※社協ではサロン活動への助成を行っています。

**⑤ 参加の呼びかけをする**

回覧板などを活用し、周知します。

**⑥ サロンを開催する**

気軽に、楽しく、自由に、無理なく、  
活動してみましょ。う。  
運営上で困ったときは、  
社協までお問い合わせください。

**市内の  
サロン紹介**



市内では51か所のふれあいいきいきサロンが活動中です。(平成30年2月現在)

**高窓の里健康会**

平成23年9月に活動開始。筋トレやボールを使った体操のほか、茶話会や食事会、地域おこしの話し合いなど、わきあいいいと楽しく活動しています。



- ◇開催日時 毎週月曜日 10:00~12:00
- ◇会場 本庄市観光農業センター
- ◇内容 筋トレ、食事会、研修会など

**西五十子ふれあいいきいきサロン**

挨拶いっぱい、笑顔いっぱい、元気いっぱいをキャッチフレーズに、筋トレや口の体操、ワナゲやカラオケ、時には会食しながら、地域の絆を深めています。



- ◇開催日時 毎週金曜日 9:30~12:00
- ◇会場 西五十子自治会館
- ◇内容 筋力トレ、脳トレ、昼食交流など

お問い合わせは・・・

**社会福祉法人本庄市社会福祉協議会**

**電話 24-2755**

**児玉支所**

**電話 73-1237**