



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

～サロンでウォームシェア～

新年あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願いいたします。
「寒い日々が続くと、なかなか外に出るのもおっくうで…」そんな声も聞かれます。この時期はサロンへ参加する足が遠のきがちですが、サロンに参加することで、ウォームシェアになり暖房費の節約にもなるうえ、仲間同士でおしゃべりをして笑ったり、体操をすることで暖かくなれます。

ぜひ、冬こそサロンに参加してみませんか？