



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「まわしよみ新聞」を活用してみませんか？～

サロンで行うメニューの1つとして、「まわしよみ新聞」があります。やり方は簡単です。
①参加者が各々新聞を読み、②それぞれが気になった記事を切り取る（1人1～3枚、広告やコラムなども可）③選んだ記事について（選んだ理由など）1人1枚ずつ発表するというものです。新聞を活用することで、日々新しい情報が入ってくるため普段の活動のマンネリ化を防ぐことができ、また男性の方も話に参加しやすいでしょう。活用したい場合は、お近くの区社協までご連絡ください。