

## 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  
サロン活動を通して楽しいひとときを過ごしましょう♪

### 今月のサロン紹介

コロナ禍でも元気に活動中！

#### ひまわりクラブ ( 北区拓北・あいの里地区 )

コロナ禍の影響で、市の公共施設で行っていた子育てサロンの開催を長らく見送ってきました。令和3年3月に「ちあふるきた」サロンを見学。ご家族に感染の怖れがないことや、健康状態・マスク着用・手指消毒、部屋の換気、敷物・玩具等の消毒の徹底、参加人数制限・実施時間短縮等の感染対策を確認できました。部員間で対策手順をおさらいし、緊急事態期間が終了した10月に拓北ひまわり会館で再開しました。ママ友が欲しかった、というお母さんも居られ喜んでいただいています。12月9日には、スペースの広い拓北・あいの里地区センター多目的ホールで、2年ぶりにクリスマス会を開催。15組の親子さん、北区の保健師さん、社協部員を含め53名が参加し、寸劇「大きなかぶ」では、ちびっこも大勢手伝ってくれて盛り上がりました。



- 開催日時：月1回
- 開催場所：拓北・あいの里地区センター、拓北ひまわり会館

### 新型コロナウイルス感染症に気をつけて 通いの場を開催するための留意点



- 参加者には「検温」、「マスク着用」、「石けんで丁寧な手洗い」を呼びかける。
  - 複数の人が触れる手すり、ドアノブ、テーブル、椅子などは、適宜、塩素系漂白剤（次亜塩素酸ナトリウム0.05%）やアルコールなどで消毒する。
  - 室内で開催する場合は、1時間に2回以上の換気を行う。
  - 参加者同士の間隔は、互いに手を伸ばしたら手が届く範囲以上空ける。
  - 会話をする際は、正面に立たないように、注意を促す。
  - 文字（紙）や録音、マイクなどを活用するなど、大きな発声を控える工夫をする。
- ※詳しくは、厚生労働省HPで「通いの場を開催するための留意点」を参照ください。

#### 開催が難しい時は・・・

手紙や電話、メールなどで定期的に連絡をとるなど、つながりを保つ工夫をする。

## ふれあい・いきいきサロンとは？



自宅に閉じこもり気味だったり、ご近所とのお付き合いがなかったり、地域でいつものまにか孤立している、という方も少なくありません。「ふれあい・いきいきサロン」とは、市民による市民のための居場所、交流の場として、顔なじみの輪を広げ、そこに住む人々がつながりを持てることを目指す活動です。

### 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。またそれらのサロンを複合させたサロンもあります。

### 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

### 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**程度の方が多いようです。

### 問い合わせ

札幌市社会福祉協議会 地域福祉課 地域福祉係  
TEL：614-3344 FAX：614-1109



ふれあい・いきいきサロン事業 HP <http://www.sapporo-shakyo.or.jp/join/salon/>