



札幌市社会福祉協議会情報センター資料室

ふれあい・いきいきサロン情報

令和6年6月号

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♪

楽しく♪ 気軽に♪ 無理なく♪



今月のサロン紹介



コミュニティサロン シオン (豊平区月寒地区)

コミュニティサロンシオンは多世代交流を目的に、代表の佐藤ふさ子さんが中心となって約2年前に立ち上げたサロンです。

もともとは居酒屋だった場所をリフォームして、現在は地域食堂や健康料理教室、自然療法のお手当・勉強会など、様々なプログラムでサロンが開催されています。訪問した日には、温めたこんにゃくをお腹や背中にあてて血行を良くする

「こんにゃく湿布」という自然療法の勉強会や、「芋パスター」を参加者で作るなど、終始和気あいあいとした雰囲気でした。

代表の佐藤さんは「コロナ禍の時から人との支えあいや繋がりを大事にしている。集まってきた人の輪の広がりや、来て良かった、また来たいと思ってもらえるように心がけている。色々な方との出会いを大切に、ここで出会える方々の絆の交差点の場にしていきたい。」と話されていました。

芋パスターを作る
代表・佐藤さん↓



開催日は
看板が目印!

- 開催日時：月数回 不定期木曜
(木曜以外にも不定期で開催あり)
概ね 13:00~15:00
- 開催場所：旧居酒屋 (豊平区月寒東3条7丁目5-21)
セイコーマートとなり



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】

「子育てサロン」



○子育てサロン：就学前の子どもと親が対象。親同士の交流を目的とします。

○高齢者サロン：高齢者の閉じこもり予防や孤立感解消を目的とします。

これらを複合させたサロンもあります

「高齢者サロン」



【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
- 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）
- 有志（個人）

などが主に実施しています

初めての方でも市・区社会福祉協議会がサポートいたしますのでお気軽にご相談ください

【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。



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 <https://www.sapporo-shakyo.or.jp/join/salon/>

