

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、元気に活動しているサロンをご紹介します！

ちやきら会 (石山地区)

以前、「ひよっこ踊り保存会」で活動していた代表が中心となり、自己流のひよっこ踊りを地域で披露するうちに仲間が集まり、踊りやおしゃべり、軽運動などを楽しむサロンができました。

踊りには、皆に馴染みのある曲を使い、自分たちで振り付けも考えています。

踊った後は、世間話や情報交換などおしゃべりで盛り上がっています。開催時は、感染症対策をしっかり行い、仲間とのつながりを工夫して保っています。



開催日時：月2回（第2・第4水曜日）

14：00～17：00

開催場所：石山振興会館

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/>