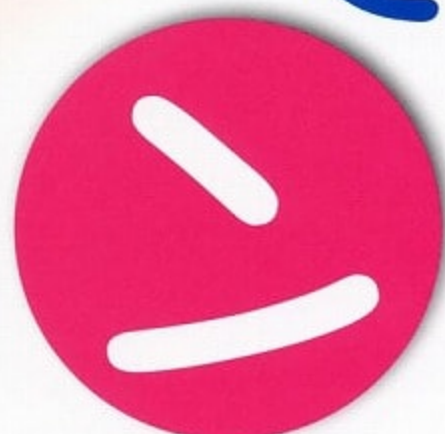


ふれあい・いきいき



—地域ミニデイ推進事業—



いきいきと地域が輝く サロンのすすめ

社会福祉法人 朝倉市社会福祉協議会

ふれあい・いきいきサロンとは？

高齢者の方々が、地域の自治会館や公民館などの身近な場所に集まり、お茶飲みや会食、健康体操、レクリエーションなど様々な活動に参加し、仲間との交流や健康づくりを通して、いきいきと生活することを目的とした活動です。

「気軽に」「無理なく」「楽しく」過ごせる場、そして参加者とボランティアが一緒になって自由な発想で企画し自主的に運営していく明るく楽しい会合の場です。

ふれあい・いきいきサロンの目的！！

- 孤立、閉じこもりの防止（社会参加促進）
- 仲間づくりや仲間との交流
- 生きがいづくり
- レクリエーションで体を動かす（健康増進、心身の活性化）
- 生活にメリハリがつく
- 地域内及び世代間交流の活性化
- 民生委員、保健師とのつながり（地域福祉の向上）



活動例



レクリエーション(遊具)



健康体操



お料理・会食



講話(生活安全について)

ふれあい・いきいきサロンの一日（例）

- 〈活動時間〉 10：00～15：30
〈参加者〉 利用者：17名 ボランティア：11名
〈場所〉 公民館
〈会費〉 利用者：500円 ボランティア：300円（実費程度）

- 10：00 健康チェック、体操
10：45 誕生会（3カ月に1回）、お茶とお菓子で祝う
11：00 生活安全講話（オレオレ詐欺、熱中症について）
12：20 昼食（おいしい団子づくり）
13：20 ゲームを用いてレクリエーション
15：30 反省会

サロン立ち上げまでの流れ

①サロン立ち上げ相談
社協へ説明会の依頼

②社協から説明会実施
（サロン紹介DVDを使って皆さまに分かりやすく説明します）

⑤定期的な活動の継続
・レクリエーション
・健康体操 等



③立ち上げ準備
（サロン名、開催場所、年間行事、利用者の名簿作成等）

④発会式
サロン活動スタート



各段階で社協がお手伝いいたします!!

社会福祉協議会の支援

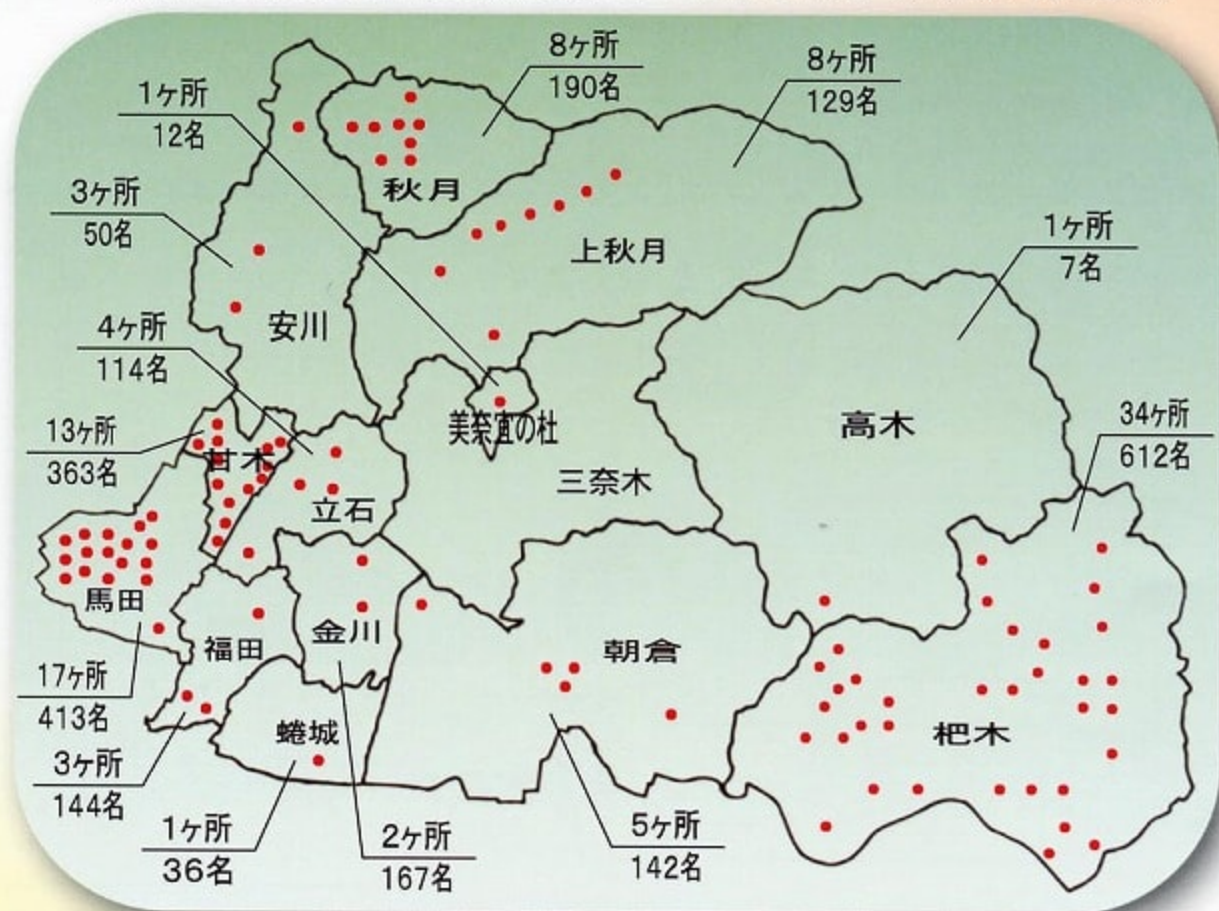
- ① 説明会の開催等、サロン立ち上げ全般のお手伝い
- ② 安心して活動できるよう傷害保険の加入
- ③ 外出支援のためのマイクロバスの使用
- ④ 市役所等の出前講座依頼、調整
- ⑤ レクリエーション指導員の派遣（健康体操）、遊具の貸出
- ⑥ 活動費の補助としての助成金交付



あさくら・サロンサポート隊「さくら隊」

レクリエーション、健康体操の指導をはじめ、様々な知識をもったメンバーがそろった、サロンお助け隊です！サロン活動を盛り上げるためのいろいろな支援を、各サロンの要望にあわせて提供いたします。派遣要請は社協まで！

朝倉市社会福祉協議会登録状況 (開所数/利用者数)



開所数は13地区で100カ所、利用者は2379人です（H23.8.8現在）。
市内在住の高齢者の約20%がサロンに関わっています。

サロン立ち上げ、運営に関するお問い合わせ

社会福祉法人 **朝倉市社会福祉協議会**

(福祉課 地域係)

〒838-0068

福岡県朝倉市甘木198-1 ピーポート甘木 保健福祉センター内

TEL:0946-22-7834 FAX:0946-21-0166

ホームページ <http://asakurashi-shakyou.jp/>

メールアドレス shakyou4@city.asakura.lg.jp