

サロンを始めてみたい!!

身近な地域にサロンがない場合もあります。
自分たちで始めてみませんか?

1 始めるきっかけや 主な目的の確認

「ひとり暮らしの高齢者が増えている」、「子育てに不安がある人がいる」など、つながりづくりのきっかけを確認しよう。

2 一緒に始める 仲間はいませんか?

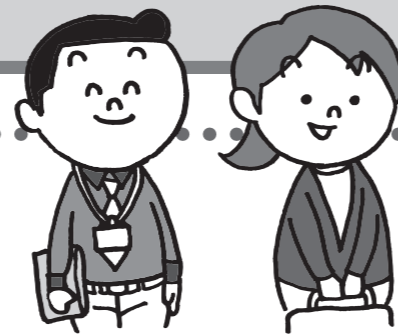
サロンが必要だと感じている人は意外と身近にいます。

3 サロンの内容を 考える

日時や場所、内容の案を考えてみよう。無理なく、楽しめるイメージを持とう!

4 参加を呼びかけ、 実施しよう

案ずるより産むが易し!
まずはやってみよう!



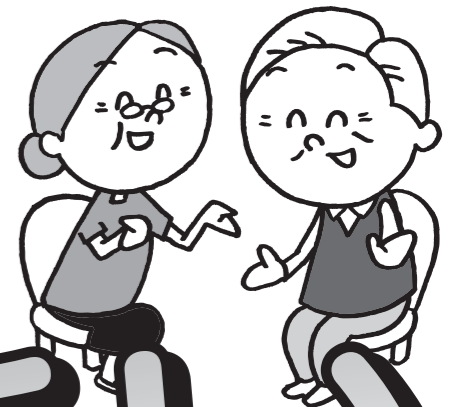
サロンを立ち上げる場合、場所やお金、一緒に立ち上げる仲間などについては、岩倉市社会福祉協議会や岩倉市長寿介護課にご相談ください!

岩倉市社会福祉協議会
〒482-0036 岩倉市西市町無量寺2番地1
電話：0587-37-3135
FAX：0587-38-0039
メール：i-syakyo@smile.ocn.ne.jp

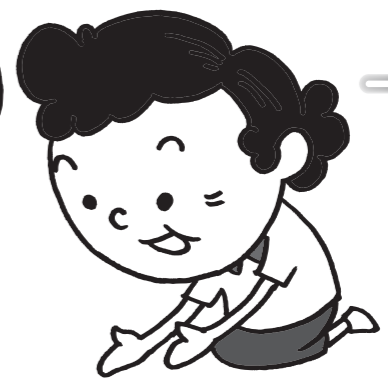
岩倉市健康福祉部長寿介護課
〒482-8686 岩倉市栄町一丁目66番地
電話：0587-38-5811
FAX：0587-66-8715
メール：choujukaigo@city.iwakura.lg.jp

発行：平成30年11月

身近な地域の
つながりづくり



ふれあい
いきいき
サロン



ふれあい
いきいき
サロンとは

地域住民に身近な場所で、誰もが気軽に集まれる交流の場です。お茶を飲みながらおしゃべり、レクリエーション、体操など、楽しい時間を過ごせます。

岩倉市社会福祉協議会

いろいろなサロンがあります！

岩倉市内のいろいろな場所でサロン活動をしています。

内容もサロンごとに特徴があります。

サロン情報は別紙「サロン紹介」をご覧ください。

お茶を飲んで、楽しくおしゃべり、
自由な時間を過ごします。
こだわりコーヒーのあるサロンもあります。



輪投げ、折り紙などのレクリ
エーション、囲碁や将棋もできる！
介護や防災・防犯の話など、
ためになる企画もあります。



脳トレや簡単な体操をします。
頭と体を動かして、認知症予防に
なります。



サロンには どんな効果があるの？

1

仲間づくり



外出し、人と会ってふれあ
い、話をする事で、仲間
ができます。

2

自然な見守り 安否確認



近所に知り合い・仲間が
できることで、お互いを気
にすることが、自然な見守
り・安否確認になります。
災害時の助け合いにもつ
ながります。

3

情報交換の場



さりげない会話には、ご近
所の耳よりの情報が盛り
だくさんです。たまには
様々な専門家を呼んで話
題を提供してもらうことも
できます。

4

悩みごとや 困りごとを 発見・相談



ひとりや家族だけで抱え
込んでいる悩みなどを仲
間と共有することで、深刻
になる前に解決したり、専
門家への相談につなげる
ことができます。

5

生きがい 役立ち感の場



サロンのお手伝いや、趣
味・特技を発表すること
も参加方法のひとつです。
子どもから高齢者まで、誰
でも役割をもって参加す
ることができます。