

# みんなで仲良く楽しい時間を過ごすために

R6年2月 交付

東根市社会福祉協議会では「サロン活動の立ち上げ支援」を行っています。

キーワード : 気軽に・無理なく・楽しく・自由に  
感染症対策に努めながら、サロン活動について考えていきましょう！

## ★ふれあいきいきサロンとは？★

地域みなさんが自発的に自由な発想で運営する  
気軽な交流の場です。  
参加者みなさんで、おしゃべりなどをして楽しい  
時間を過ごします。



## 1. ふれあいきいきサロンの目的

住民の交流の場を広げることで、住民自身が地域に対して関心を持ち、となり近所での助け合い（互助）をはぐくむ地域づくりに取り組みます。

サロンの参加を通して、高齢者一人ひとりが役割を持ち、サロンが自らの生きがいの場となることを目指します。

ひとり暮らしの高齢者にとって、いざという時に頼りになる人や精神的な支えになる人がいることは、安心して暮らすことにつながります。住民が互いに支え合い、助け合う地域づくりとして、地域にサロンをつくり、サロンを通して住民の方々が交流を深める活動に取り組みます。

## 2. ふれあいきいきサロンの内容

サロンは、ボランティア（地域住民）と参加者（高齢者）とが協同で運営します。運営や企画は自由に行えます。参加者の希望にそって毎回違った内容を企画したり、同じ内容を継続して行うことが可能です。

ただし、参加者の参加意欲がまだ低い初期の段階においては、ボランティアが主導で活動していくことが必要です。参加者の意見を聞きながらスケジュールを進める、得意な分野においては参加者に講師役を依頼するなど、参加意欲を高めていきましょう。

サロンを円滑に運営するためには、ボランティアの事前準備が必要です。健康確認・談話・茶話会・健康体操・歌・踊り・レクリエーション・ゲーム・工作・カラオケ・趣味活動など高齢者が気軽に興味を持って参加できる内容を取り入れるなどの工夫もしてみましよう。

## 3. ふれあいきいきサロンの開催に向けて

サロンは、少人数からでも気軽に開催することができます。地域の方が参加しやすいような場所や内容を検討してください。開催頻度は、おおむね月1回以上の開催を目指しましょう。地域の都合で住民がほとんど参加できない時期もあると思います。やむを得ず開催できない場合は中止等も考慮してください。

参加費の金額はみなさんで相談の上、決めてください。

## 4. ふれあいいきいきサロンのスケジュール

### <例1>

- ・10:00 開会・出欠確認
- ・10:10 お知らせ
- ・10:20 歌・体操・ゲーム・レクリエーションなど
- ・11:00 おしゃべり
- ・11:30 閉会

### <例2>

- ・13:30 開会・血圧測定
- ・14:00 転倒予防体操・輪投げ・スカットボールなど
- ・14:30 おしゃべり
- ・15:00 閉会

※ 無理のないスケジュールを組みましょう。毎回違うプログラムにこだわったり、力みすぎると長続きしません。高齢者が気軽におしゃべりができる雰囲気作りを最優先に考えてみてください。

## 5. ふれあいいきいきサロンを運営するための方法

### ①レクリエーション資機材などの利用

輪投げ（社協・老人クラブ）  
ボール・ボードゲームGG  
カラーボーリングゲーム  
低床型玉入れセット  
競馬でGO  
プロジェクター（社協）  
スクリーン  
DVD（社協）  
アンプ

スカットボール（社協・老人クラブ）  
ペタンク（老人クラブ）  
だるま落とし  
風船バレーセット  
ダーツ  
DVDプレイヤー（社協）  
暗幕（老人クラブ）  
かるた類  
スティック（音楽療法時使用）



### ②人材の活用

有料の講師、有償・無償ボランティア、公的機関での講話や企業の地域貢献など。

## 6. ふれあいいきいきサロン活動の立ち上げや運営の支援

社協では、地域に出向きサロンの説明やお試しサロンの開催等、地域住民にサロンへの理解を深めていただくような取り組みを行います。またサロン運営側へ、サロン活動の情報提供や運営、資機材の貸付や講師等の紹介などの相談支援を行います。社協の広報紙やホームページ等で地域のサロン活動を紹介します。

### 立ち上げる時・・・

- ・立ち上げ時には住民にサロンを知ってもらうチラシ等の作成を支援します。
- ・地域で協力できる方の紹介、他のサロンの見学希望があれば調整します。
- ・その他立ち上げに関し、困ったことがあれば相談に応じます。
- ・立ち上げの準備費用（備品購入等）として、補助金（5万円を限度）を交付します。手続きには、補助金申請書と実績報告書（領収書写添付）の提出が必要となります。

### 立ち上げしてから・・・

- ・開催回数と継続年数、参加人数に応じて運営費の補助金を交付します。
- ・必要な資機材の貸出を行います。消毒をしてから返却してください。
- ・講師や指導員等の紹介や運営に関する相談に応じます。
- ・ボランティア行事用保険（サロン活動時や会場と自宅の往復時のケガに対する保険）の受付を行います。保険料の支払いは各サロンで金融機関窓口で行ってください。
- ・サロンのチラシ作成時には、イラスト等の著作権侵害には十分注意してください。
- ・印刷に使用する用紙（A3、A4）はサロンで準備し、印刷時に持参してください。  
**1回あたりの印刷は100枚程度とします。**
- ・社協よりサロンへ連絡（郵送も含む）する場合は代表者へ行きます。

## 7. ふれあいいきいきサロンに関する施策

◎高齢者生きがい活動総合推進事業

①高齢者いきいきサロン推進事業補助金交付（福祉課より受託）

\*令和3・4年度は補助内容の特例を設けましたが、  
令和5年度は補助内容の特例はありませんので、ご注意ください。

開催内容：サロンを開催した回数

- 運営支援補助金（1～5年目まで）
  - 1回当たりの参加人数  
～9人…1,000円、10～19人…1,500円、20人以上…2,000円  
（補助金交付後1～3年は上記額、4～5年は上記額の2分の1の交付）
  - 回数 年間12回を限度とします。  
補助金交付申請書、活動実施計画書（補助金申請時に提出）、活動実施報告書が必要です。
- 活動支援補助金（新規開設時のみ）  
立ち上げ準備費用として、5万円を限度に補助金を交付します。備品等の購入経費の実費相当額であり、補助金購入希望計画書、補助金交付申請書、補助金購入一覧書（領収書の写し添付）が必要です。
- 活動推進応援補助金（6年目以降）  
運営支援補助金終了後、一律6,000円を助成します。  
補助金交付申請書、活動実施計画書（補助金申請時に提出）、活動実施報告書が必要です。

②高齢者生きがい活動推進事業（赤い羽根共同募金配分金事業）

- サロン設置相談普及事業  
地域でサロンの理解が深まるような取り組みを行います。
- サロン運営強化事業（赤い羽根共同募金配分金事業）  
サロン運営の相談、サロンに希望する講師の派遣調整を行います。  
サロンへの講師派遣の件数や内容を把握し、講師を派遣するサロンが固定化しないように調整します。また、介護予防の知識の普及啓発を図ります。

**有償の講師派遣を希望する場合は、まずは社協へ相談してください。**

有償の講師派遣はサロン1カ所において、年1回です。

社協で1回派遣、地域包括支援センター事業で1回派遣は認められません。

地域包括支援センターへ講師派遣を依頼する際は、地域包括支援センターの職員が来てくれるのか、有償の講師を連れてきてくれるのか十分に確認してください。

年度途中の計画変更にて有償の講師派遣を希望する場合にも、まずは社協へ相談するようにしてください。講師との調整が必要となりますので、派遣希望日の1カ月前までにはご相談いただくようお願いいたします。

必要に応じて社協から各地域包括支援センターへ講師派遣を依頼することがあります。

介護予防の知識の普及啓発を図るため、多様な講師派遣をご検討ください。

予算の関係上、希望通りに講師を派遣することができない場合があります。

ふれあいいきいきサロン講師派遣依頼書が必要です。ボランティアの講師派遣希望時の依頼書は必要ありません。派遣依頼後はふれあいいきいきサロン講師派遣実績報告書を提出してください。

- ・ボランティアへの協力依頼について（基本的にはサロンで調整を行ってください。）
  - 〈サロンが直接ボランティアへ協力を依頼する場合〉
    - ①サロンとボランティアで日程調整を行ってください。
    - ②日程が決まったら、**必要時ボランティア協力依頼**を社協へ提出してください。
    - ③社協で内容を確認後、ボランティアにそのまま郵送します。
  - 〈社協がボランティアと調整する場合〉
    - ①社協へ（希望日時等）ご相談ください。
    - ②社協とボランティアで日程調整を行います。
    - ③日程が決定後、社協よりサロンへ電話で報告します。
    - ④**ボランティア協力依頼**を社協へ提出してください。
    - ⑤社協で内容を確認後、ボランティアにそのまま郵送します。
- ・高齢者レクリエーション活動促進事業
  - サロンなどのレクリエーション等に使用する資機材の整備を行います。
  - 消毒後に返却してください。

## ◎サロン運営の方法

### ①レクリエーション資機材の貸し出し

#### ②人材の活用

- ・ボランティアや有償の講師（年1回まで）派遣
- ・市生活環境課による交通安全教室・消費者被害講話
- ・市消防本部（消防防災教室）
- ・市福祉課（理学療法士や歯科衛生士、管理栄養士などによる講話、実技指導、実習）
- ・東根市地域包括支援センター（もっとげんき教室、血圧測定、高齢者支援など）
- ・医療機関や介護保険施設等での健康や運動に関する講話
- ・企業の地域貢献（ヤクルト健康教室） など

#### ③福祉バスの活用

福祉バス「ふれあいバス」は市福祉課で所管しています。

**福祉団体・福祉ボランティア団体等が、会議・視察・研修・慰問・奉仕活動等で10人以上乗車する場合に使用できます。一団体につき年1回を厳守してください。**

福祉バスは無料で利用が可能です。高速道路料金や駐車場代はサロン負担となります。

バスの予約・申込、行程表の作成・提出は直接福祉課地域福祉係で行ってください。

行程決定や見学先への連絡・予約手続きはサロンで行ってください。

見学先の情報（連絡先や見学時間等）提供は社協でも可能です。

感染対策のため、福祉バスの運行区域は変更される場合があります。

- ・運行区域は、**県内や宮城県・秋田県の一部。**
- ・主な行先として、**公的機関が管理している施設や名所など。**

**※令和6年度より市福祉課にて推奨コースを用意しておりますので、ぜひご利用ください。**

福祉バスの予約は、時期によっては大変混み合います。希望する日時に利用できないこともありますので複数の希望日時で調整してください。

市内の地区別普及率	全地区	88/152	57.9%		
東根地区	18/46	東郷地区	8/24	高崎地区	4/10
大富地区	16/19	小田島地区	12/15	長瀬地区	10/10
				神町地区	20/28

