

35サロンの  
取り組み事例を掲載!



# サロン活動事例集



社会福祉法人  
大分県社会福祉協議会

# はじめに

「ふれあい・いきいきサロン」は、地域住民が身近な場所に気軽に集まり、ふれあいを通して生きがいづくり、仲間づくり、また、介護予防等の拠点となっています。

さらに、高齢者だけでなく、子育て中の親子、障がいのある方、多世代での交流なども活動に加わり、全国的にさまざまな形態のサロン活動が広がりをみせており、地域コミュニティ形成の新たな形態として各地でますます注目を集めています。現在では、全国に約6万のサロンがあり、大分県内には約1600のサロンがあります。

そうした中、本会では、平成22年度から3か年事業で「サロン活動による見守り支えあいネットワーク事業」に取り組みました。

この事業では、①サロンの新規立ち上げや既存のサロン機能の拡充に係る資金の助成(107サロンへ助成)、②サロンに関わる方々の人材育成を目的とした研修会の開催、③サロン活動の実践成果の報告並びにサロン活動の普及・啓発を目的としたフォーラムの開催、の3事業を柱としたものでした。

この度作成した「サロン活動事例集」は、この事業で助成を行ったサロン並びに県内で先進的な活動をしているサロンの事例をとりまとめたものです。

本事例集が今後のサロン活動の継続をはじめ、サロンプログラムの見直しや地域性を活かした新たなサロンの立ち上げの参考になればと考えています。

最後に、本事例集の作成にあたりご多忙の中にもかかわらず、資料提供などにご協力いただきました各市町社会福祉協議会並びにサロン関係者の皆様に心より感謝申し上げます。

平成26年3月



- 「サロン」ってな～に？ ..... 1
- 「サロン」にはこんな効果があります ..... 2

## サロン活動事例

- 白木福祉ネットワーク「たんぽぽ」【大分市】 ..... 3
- 吉野子育てサロン“すまいる”【大分市】 ..... 4
- 浦田いきいきサロン【別府市】 ..... 5
- 中須賀本町いきいきサロン【別府市】 ..... 6
- 沖代すずめ【中津市】 ..... 7
- サロンひまわりの種【中津市】 ..... 8
- サロンおひさま【日田市】 ..... 9
- 光岡子育てサロン【日田市】 ..... 10
- 東町よかろう会【佐伯市】 ..... 11
- 子育てサロンころころ【佐伯市】 ..... 12
- 白寿会サロンなかよし会【臼杵市】 ..... 13
- 乳幼児期家庭教育学級スキップ【臼杵市】 ..... 14
- コミュニケーションマージャンサロン【津久見市】 ..... 15
- 千怒区旭町きずなサロン【津久見市】 ..... 16
- 一輪草の会【竹田市】 ..... 17
- 真玉大村サロン【豊後高田市】 ..... 18
- 上南サロン【豊後高田市】 ..... 19
- ひまわり（香々地 10-2）【豊後高田市】 ..... 20
- 西新町あそび教室【豊後高田市】 ..... 21
- ふれあいサロン二の坂【杵築市】 ..... 22
- 棕の木サロン【杵築市】 ..... 23
- よろう会【宇佐市】 ..... 24
- 清川町サロン連絡会【豊後大野市】 ..... 25
- 犬飼町サロンの集い【豊後大野市】 ..... 26
- クリーンピーチ雨堤サロン【豊後大野市】 ..... 27
- 上サ町サロン【豊後大野市】 ..... 28
- 朔の会【由布市】 ..... 29
- 志和利健康サロン【国東市】 ..... 30
- 浜陰すこやかサロン【国東市】 ..... 31
- こそだて広場【国東市】 ..... 32
- ふれあい食事会【日出町】 ..... 33
- 南浜3世代ふれあいサロン【日出町】 ..... 34
- 書曲いきいき夢サロン【九重町】 ..... 35
- 中塚脇いきいきサロン【玖珠町】 ..... 36
- ひまわり会【玖珠町】 ..... 37

この冊子において、社会福祉協議会の表記を文章においては「社協」としてしています。

# 「サロン」ってな～に？



## ～地域のつながりをつくる場～

「サロン」は、地域でご近所さん同士の「仲間づくり」「出会いづくり」の場です。

高齢者だけでなく、子育て中の親子、障がいのある方、多世代での交流など、身近な地域で、

**気軽に、無理なく、自由に、楽しく**「サロン」をはじめてみませんか。

### 開催場所

地域の人たちが歩いていける範囲が基本です。

例) 公民館、集会所、個人宅、空き店舗など

### プログラム

「○○をしなければいけない」という決まりはありません。「何もしない」や「おしゃべりだけ」といったプログラムでもかまいません。皆さんで話し合いながら、参加者にとって参加しやすく、楽しめるものを決めてください。

例) 季節ごとの行事、軽い体操・ゲーム、健康チェック(保健師による血圧測定、健康相談)、料理作りと会食会、しめなわ作りなどの伝統継承講座 など

### 参加人数

5名以上

・仲間づくりを進めるうえで、お互いの顔が見える人数(20名程度)が望ましいです。

### 回数

概ね月1回以上定期的に開催

・参加者の日常生活の一部になるよう、定期的な開催が望ましいです。

ただし、担い手に過度の負担をかけないようにするため、はじめは余裕のある開催頻度にとると良いです。

### 参加費

参加費は無料あるいは実費としているところが多いです。

・サロンは費用をかけずに楽しめることが基本です。

・参加しやすく、長続きをするためには、無理に費用をかけるプログラムにする必要はありません。

### 保険

万一の事故に備え、活動の担い手も参加者も、ボランティア活動保険等に加入することや緊急連絡先などを事前に準備しておきましょう。

### その他

参加者は、いつ来てもいつ帰ってもいいのです。サロンの原則は出入り自由で、参加者が仲間を連れてきたり、気の向かない日は休むこともできるし、やめるのも本人の自由です。

# 「サロン」には こんな効果 があります

## 仲間づくり

いろいろな人と出会い、話し合い、相談し合ったりすることで、仲間づくりの場となり、日常での支え合いの輪が広がります。

## 閉じこもり防止

歩いて行けるとところにサロンがあるので、気軽に出かけられます。いろいろな人とふれあうことによって、閉じこもりの防止につながります。

## 生きがい・社会参加

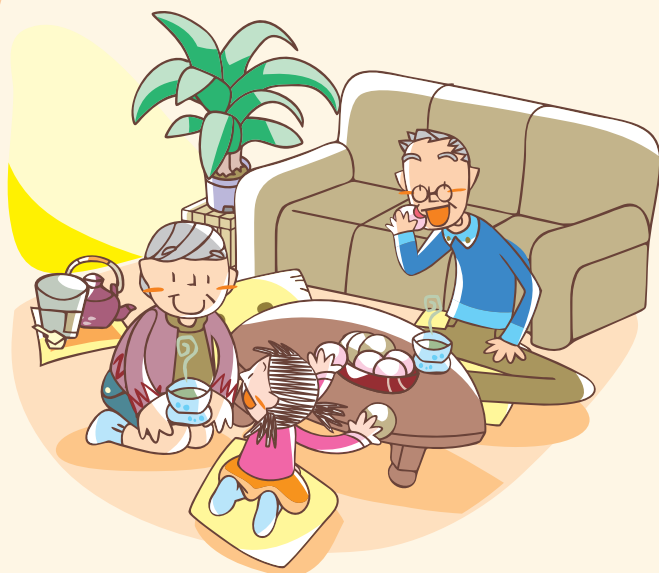
サロンでは、参加者は単にお客様ではありません。参加者一人ひとりが主役です。自分の特技や趣味が活かされることで、生きがいや社会参加への意欲が高まります。

## 多世代交流の拠点

ご近所に住んでいるのに、全く知らなかった人たちにとっては、地域交流の拠点になり、地域の中に人と人のつながりをつくっていきます。地域のつながりが強いほど、例えば災害時の避難支援などの初期対応、その後の生活の立て直しも円滑に進みやすいと言われています。

## 地域の福祉力の向上

担い手(サロンの運営に直接関わる人たち)として地域の多くの方たちが関わる機会が増え、地域で支え合う機運が生まれ、地域全体の福祉力アップにつながります。



### 【参考文献】

社会福祉法人 全国社会福祉協議会  
「生活支援サービス立ち上げマニュアル4  
ふれあい・いきいきサロン」(平成22年3月)