

気軽に 無理なく 楽しく 自由に

# いきいきサロン

## のすすめ

### いきいきサロンってなに？

ひとことでは、地域の「仲間づくり」「出会いの場づくり」を図る活動です。  
みんなで集まって「気軽に」「無理なく」「楽しく」「自由に」過ごせる場を地域の中につくるものとして、自治会と社会福祉協議会が協働企画し、運営する事業です。  
また、参加する方々と運営をお手伝いいただくボランティアが、自由な発想で企画し、自主的に運営する活動でもあります。

### いきいきサロンの効果

- ・孤立・閉じこもりの防止
- ・仲間づくり
- ・健康づくり
- ・生きがいづくり、社会参加
- ・ご近所同士の支え合い
- ・介護予防や認知症予防
- ・異世代交流、地域交流
- ・地域の福祉力の向上 など

### いきいきサロンの目指すもの

福祉コミュニティづくり

「ふれあい」「交流」

「支え合い」「助け合い」



### いきいきサロンで気をつけること

無理せず、楽しく、気軽に実施しましょう。  
大事なことは継続して運営することです。  
また、参加者の声を大切にした活動を目指しましょう。



現在、北栄町の  
63 自治会のうち、  
44 自治会が  
いきいきサロンを  
実施されています。

【いきいきサロンに関するお問い合わせ】

北栄町社会福祉協議会

電話 37-4522

FAX 37-4532