



## まち

あ

る

き

地域で見つけた  
みんなの笑顔♪  
その一部をご紹介します！

### 新田

中村町自治会館

#### 中村町たんぽぽの会

中村町たんぽぽの会は、月1〜2  
回程度開催しています。

地区社協から各サロンへ塗り絵の  
配付がありました。この日は塗り絵を楽し  
まれていました。文化祭への出展も  
予定されているそうです。

談笑しながら自分のペースで取り  
組み、終始明るい雰囲気を楽しむ様  
子が印象的でした。



地域の福祉施設と  
連携した取組みも  
企画・実施しています！



自治会放送で  
開催案内や参加の  
呼びかけをしています♪

### 石田

南西第一団地集会所

#### 生き生きサロン南西

生き生きサロン南西は、月1回開  
催しています。

この日は甲府警察署の方から「交  
通安全や防犯」などについて話を聞  
きました。日頃の生活の中で気を付  
けるポイントなど分かりやすく教え  
ていただきました。笑いも絶えず、  
和やかな雰囲気での開催でした。



上三いきいきサロンは、月1回開催しています。

この日は太極拳の講師をお招きし、みんなで体を動かしました。深呼吸やゆっくりとした動きをすることで、コロナやカラダへの意識が高まったように感じました。

茶話会だけでなく、参加者にもやりたいことを聞き取りながら企画されています。

## 石田

### 上三いきいきサロン

上石田三丁目自会館



無理なく負担なく♪  
参加しやすい雰囲気づくりを!

## 地域の居場所づくり

### ～いきいきサロン～



サロンについて  
聞いてみよう!

サロンってすごい!!



いきいきサロンって  
何ですか?

いきいきサロンは、地域

の高齢者の交流の場です。

近所の集会所や公民館、

個人宅等で、茶話会や軽運

動などを通して楽しい時間

を過ごすことにより、閉じ

こもり予防や仲間づくり・

生きがいつくりにつながりま

す。

いきいきサロンには  
どんな効果があるの?!

いきいきサロンに参加す

ると、要介護状態を予防で

きると言われています。

サロンに参加している人

の方が、参加していない人

に比べ、要介護認定率が約

半分に抑えられていた、と

いう研究結果も出ています。

参加している人の声を  
教えてください!



(Aさん)

いつも楽しく参加してま

す。顔を合わせる機会があ

るから元気にいられます。



(Bさん)

体を動かす機会が増えま

した。運営者の方には感謝

しています。

コロナ禍でサロンがない

日は、寂しく感じました。

サロンをやってみたい!  
参加してみたい!

(運営したい)

サロンの立ち上げには申請

が必要です。書類作成など、

設立のサポートをします!

(参加したい)

お近くのサロンを紹介しま

す!



まずはお土着へ  
相談してみよう!

