

～福祉委員・愛の輪訪問員活動、  
ふれあいサロンについて～

## 1. 福祉委員の設置目的

現在、少子高齢化、独居高齢者世帯の増加、近隣との関係の希薄化、孤独死など、地域において様々な福祉問題が起きています。

地域での福祉課題を改善・解決・早期発見するために住民ひとりひとりが近隣に目を向け、地域の福祉力を高める取り組みのひとつとして、福祉委員の設置をお願いしています。

福祉委員は地域住民や関係機関等と協力しながら地域の見守りなどを通し、地域にある福祉課題の解決・改善・早期発見を図るために身近な福祉活動を推進する役割を担っています。

## 2. 活動内容

- ①訪問や電話などによる見守り活動
- ②ふれあいサロンなどの開催
- ③関係者間で連携をとり地域課題を共有
- ④社会福祉協議会が行う事業、研修会への参加

### 3. 助成について

福祉委員活動における助成を行っています。

#### ①福祉委員活動助成金

(4月区長会で集落区長へお渡しします。)

委員を設置されている集落の世帯数によって、助成します。

- ・ ~49世帯 5,000円
- ・ 50~99世帯 10,000円
- ・ 100世帯~ 15,000円

※この助成金は福祉委員への報酬ではありません。

#### ②ふれあいサロン助成金

申請により年1回5,000円を助成します。

別途、申請書の提出が必要です。

※5回以上開催された場合は

再度、申請いただければ5,000円を追加で助成します。

4月1日~3月31日(年度単位)を1年で考えています。

## 4. 活動事例

実際にどのような活動をされておられるか紹介します。

### 【A集落】

- 安否確認→月1回、独居高齢者・高齢者世帯
- ふれあいサロン→年2回開催、脳活性化レクリエーションを実施(社協に派遣依頼あり)

### 【B集落】

- 安否確認→月1回、独居高齢者・高齢者世帯
- ふれあいサロン→2か月に1回開催

### 【C集落】

- ふれあいサロン→毎月1回開催  
もの作り、花見、折り紙、脳活性ゲームなど
- 集落内で気になる人の情報があれば、区長や社協に相談をする

## 5. 『ふれあいサロン』って何？

### (1) サロンの目的

閉じこもり予防、仲間づくりを目的に、健康でいきいきと生活できるように楽しいひとときを過ごしていただいています。特に決まったルールなどもなく、自由に発想していただき、みなさんでおしゃべりしながら、会食、ゲーム、歌、趣味活動と内容は様々です。

### (2) ふれあいサロンの効果

#### ① 楽しさ・生きがい・社会参加

サロンでは参加者のみなさんが主役です。自由な発想で自分たちでサロンを作っていきます。

#### ② 無理なく体を動かせる

高齢者でも安全に楽しく無理なく体を動かせる内容を取り入れると、一層効果があります。

※公民館にでかけるだけでも随分違います。

### ③適度な精神的刺激

出かけることで、人と会う、話す、笑う、ゲームをするなど、楽しい時間を過ごすことは日常生活の刺激になります。

### ④健康や栄養について意識する習慣がつく

会食、健康の話し、血圧測定などがきっかけとなり、自身が健康管理や栄養について意識することで、元気を保つことにつながります。

### ⑤生活のメリハリ

サロンが楽しみになってくると「〇曜日、〇日はサロンがある」と生活にメリハリも出てきます。楽しみを持つことも大切です。

### ⑥閉じこもり防止

集落公民館など歩いて行ける場所で行えば、気軽に出かけて、馴染みの人にも会えます。サロンは閉じこもりの防止薬にもなります

### ⑦つながり作り

ご近所の方と知り合える絶好の機会です。知り合いが増えると、おしゃべりや出かける機会も増えます。

### ⑧情報共有

色々な人が参加されていますので、昔の話から最新の話までと、多くの情報を得ることができます。

### (3) サロンを開くにあたって

サロンを行うことに特別な内容が必要な訳ではありません。  
『お茶を飲みながら、おしゃべりを楽しむ』これだけでも十分です。

「気軽に」「楽しく」「無理なく」「自由に」がサロンの魅力でもあります。



【紹介】 サロンで作られた作品

### 【愛の輪訪問員】（旧溝口町集落にのみ設置）

福祉委員には集落全体の見守り活動等に行って頂いています。  
それに対して愛の輪訪問員には、1人の独居高齢者に対し1人の訪問員をお願いしており、話し相手や安否確認をしていただいています。