

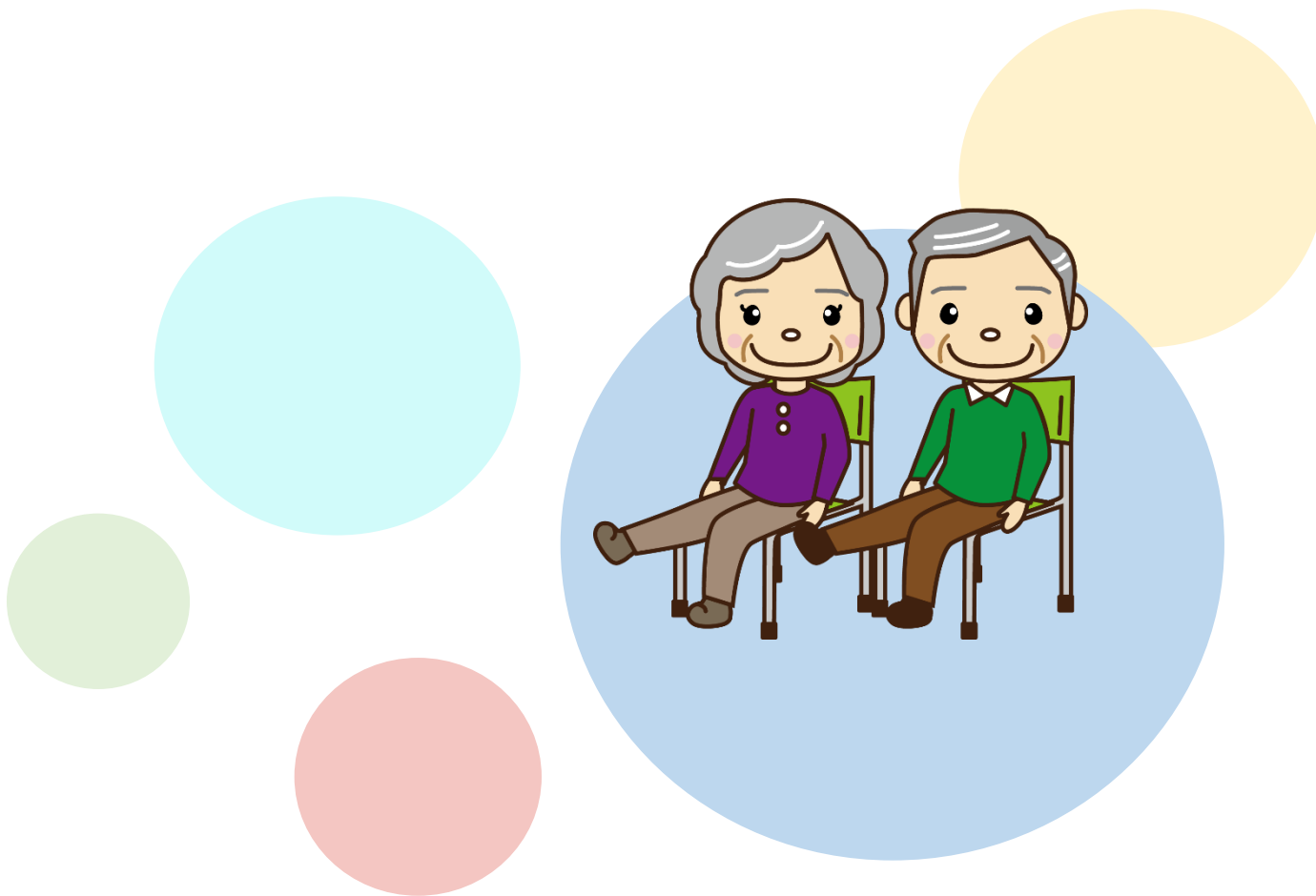
ふれあい生きいきサロン 手引き



令和 8 年 2 月
糸島市社会福祉協議会

目次

- 1 ふれあい生きいきサロンについて ————— P.1~2
- 2 ふれあい生きいきサロンを支援する制度や団体 —— P.3~5
- 3 ふれあい生きいきサロン活動事業 チェックリスト — P.6
- 4 ふれあい生きいきサロン Q&A ————— P.7



ふれあい生きいきサロンについて

「ふれあい生きいきサロン」とは、高齢者を中心とする、社会参加の機会が少ない方など地域に居住する誰もが、身近な地域で気軽に集い、活動や交流をすることで、いつまでも楽しく、いきいきと元気に暮らしていくことを目的としています。

地域住民のささえあいによって設置、運営されています。具体的には、月に一回以上地域の公民館など集まりやすい場所で、様々な活動を行います。

市社協では、立ち上げの支援や運営活動の支援を行っています。

生きがいつくりや
社会参加の機会になる



楽しい時間を過ごし
精神的な刺激になる

サロンの効果

無理なく体を動かし
体力の低下を穏やかに

サロンで気軽に集まり
多様な活動や仲間づく
りを通して、次のよう
な効果が期待されます

生活に
メリハリがでる

地域に顔見知りができ
孤立感が解消される

見守りが必要な人の
安否の確認ができる

閉じこもり予防になる



サロンにあたる 活動とは？ ～原則～

- ①おおむね 10 人以上参加
- ②月 1 回以上の開催
- ③地域に開かれた運営
- ④行政区で合意形成されている

※あくまで原則であり、地域の
実情に応じて実施されています。

⇒詳しくは P.6 のチェックリストをご覧ください

サロンを実施する 場所は？

地域の公民館や民家、事業所、
店舗などの空きスペースを活用し
て行われています。

サロンの世話人はだれが するのですか？

特に決まりはありません。有志の
の方々により運営されています。



サロンではどのようなことをするの？

～活動内容～

健康チェック

茶話会など



コミュニケーションに
つながること

体操
レクリエーション
ゲーム



地域の子どもたち
との交流

芸術・文化
歴史・伝統
etc

防災や
日常生活に
役立つことを学ぶ

そのほか…



もしサロンで活動中に 事故があったときは？

糸島市社会福祉協議会で一括加入する保険
の適用の範囲内で補償があります。
サロンのご負担はありません。
会場での活動中と、自宅と会場の往復途上
が対象です。対象となるかどうかなど
ご相談ください。



ふれあい生きいきサロン活動を支援する制度や団体

1. 助成金

年に1回、サロン活動に必要な活動費の助成をしています。申請書、報告書、活動実績の提出が必要です。（領収書は5年間保管してください。）立ち上げ初年度のみ、書類提出時に領収書のご提示をお願いしております。

「ふれあい生きいきサロン活動事業助成金交付要綱[別表]」より
(年間の延べ参加者数による4区分を基準に助成されます)

【1年目】 (円)

区分	参加者数(計画)	運営費用	初期費用	助成額
1	120人未満	30,000	20,000	50,000
2	120人以上 240人未満	40,000	20,000	60,000
3	240人以上 360人未満	50,000	20,000	70,000
4	360人以上	60,000	20,000	80,000

【2年目以降】 (円)

区分	参加者数(前年度実績)	助成額
1	120人未満	30,000
2	120人以上 240人未満	40,000
3	240人以上 360人未満	50,000
4	360人以上	60,000

2. 保険加入

糸島市社会福祉協議会にて一括して、サロン開催中の参加者のケガの保険に加入します。
各サロンの掛け金負担はありません。「サロン名簿」に記載されている参加者がサロン参加中と自宅からサロン会場の往復途上にケガをした場合の傷害保険です。

ケガ通院日額 2,200 円、ケガ入院日額 3,500 円、死亡・後遺障害 400 万円の補償（令和 8 年 2 月時点）です。自動車事故、その他の賠償責任は対象外です。

【保険の手続き】

毎年、年度末の代表者会で、参加状況を記録した「サロン名簿」を提出していただきます。
各サロンで、「サロン名簿（世話人含む、名前・性別・生年月日又は年齢・住所記載必須）」に毎回、参加者の出欠を記録し、保管してください。

新しい参加者についても、参加した日に「サロン名簿」へ追記すれば、保険の対象となります。

★事故が起きたら、速やかに保険会社への報告が必要となります。

（期間が空いた場合、補償の対象として認められないこともあります。）

その際、「サロン名簿」の提出を求められます。まずは、糸島市社協までご連絡ください。

3. サロン訪問ボランティア紹介

ふれあい生きいきサロンでレクリエーションなどを訪問し支援するボランティア団体です。謝礼は必要ありません。前月の1日までに、糸島市社協へ申込書をご提出ください。

団体名	訪問範囲	内容
はつらつマイスターズ	市全域	介護予防講座修了生で構成されたサロンボランティア団体です。介護予防体操を中心としたサロン支援を行います。
はるか	市全域	介護予防講座修了生で構成されたサロンボランティア団体です。レクリエーションを中心としたサロン支援を行います。
セラピューティックケア ハーモニー	市全域	セラピューティックケアというハンドケアを行います。会話とともに心と体に安らぎの効果を与えます。
回想法ボランティア つんのーて	市全域	昔の遊びや生活を思い出してサロンの皆さんに思い出話をしていただくお手伝いをします。昔の生活用品、おもちゃ、プロマイドなどを用意。脳の活性化・認知症予防・心の安定に役立ちます。
糸島市食生活改善推進会	市全域	高齢者に必要な栄養素を含んだおやつ作り、フレイル予防のための食生活のアドバイス等を行います。 ★「令和8年度食生活改善推進会派遣申込書」でお申し込みください。
いとの会	相談に応じて	介護予防レクリエーション及びニュースポーツ（ラダーゲッター）の指導などを中心とした、サロン支援を行います。小物作りなどの指導も行います。
朗読ボランティア あめんぼ	前原地区	絵本の読み聞かせ、紙しばい、懐かしい歌や体操、クイズなどを行います。火曜日は依頼できません。
六十爺の会	市全域	昔の遊びの道具作りと遊び方、さつま芋の栽培方法指導、しめ縄づくりの指導をします。（しめ縄づくりの申込みは6月末〆切）
かむり文庫	加布里校区 近隣	ふるさとの民話や、平和（戦争の体験）の話の紙芝居などを行います。（加布里校区ほか近隣の地域限定）
ギターアンサンブル・ラーナ	市全域	クラシックギターによる合奏。歌謡曲、ポピュラー、映画音楽など。全員で歌える曲も数曲含めて10曲ほど演奏します。（30～40分）依頼は2カ月前まで。BGM替わりはできません。
オカリナ波多江	市全域	昭和のなつかしい歌などをオカリナで演奏します。
DVD 上映ボランティア 銀幕	市全域	DVDなどの視聴覚機器の準備、上映を行います。月曜は休館日（月曜祝日の場合は火曜日）のため、基本的には依頼をお受けできません。
事務支援ボランティア	各地区の 相談会	報告書類作成時期に開催する、サロン事務支援相談会にて、会計報告のお手伝いをします。

4. レクリエーション用具貸し出し

あごら・ふれあい・二丈苑にて、レクリエーション用具の無料貸し出しを行います。お電話で貸し出し状況をご確認の上、「レクリエーション用具貸出申請書」をご提出ください。

〈助成金、サロン保険、サロン訪問ボランティア、レク用具貸出について〉

【問い合わせ・申し込み先】糸島市社会福祉協議会 地域課
TEL：324-1660/FAX：324-3166 ※月曜休館、月曜祝日の場合は翌日休館

5. 講師派遣

介護予防を充実させるための講師の派遣があります。

謝礼は必要ありません。各団体専用の申込書を、前月の1日までに、各申し込み先へご提出ください。連絡先の記入漏れにご注意ください。

講師	内容	申込先
糸島歯科医師会 口腔管理推進室	レクリエーションと講話（90分） 6月～翌年2月の間、月・水・金のみ（木は要相談） 歯や口の健康を保つための講座です。レクを交えながら 楽しく学ぶことができます。 ★「ふれあい生きいきサロン 歯科衛生士 講師派遣 依頼申込書」でお申し込みください。	糸島市役所 健康づくり課
健康運動指導士	軽い運動と講話（90分）※平日のみ いつまでも自立した生活を送るための、楽しく学ぶ講座 です。 ★「ふれあい生きいきサロン 健康運動指導士 講師派遣 依頼申込書」でお申し込みください。	糸島市役所 健康づくり課
糸島薬剤師会	お薬について（講話 60分以内）※月～土の午後のみ （全般的な質問への対応も可） ★「薬剤師 講師依頼申込書」でお申し込みください。	糸島市社協 地域課

6. その他

「糸島市出前講座」

【申込先】糸島市 地域振興部 生涯学習課 生涯学習係（TEL：332-2092）

詳細は、広報いとしま・出前講座パンフレット（各コミュニティセンターなどで配布）を参照してください。

「各事業所の出前講座等」

【申込先】各事業所に直接お申し込みください。

詳細は、別紙チラシをご確認ください。

ふれあい生きいきサロン活動事業 助成金交付チェックリスト

【活動助成の要件（ふれあい生きいきサロン活動事業実施要綱 第5条（活動助成）より）】

- 参加者がおおむね10名以上であるか
 - ・参加呼びかけを積極的に行っているか

- 原則月に1回以上開催している
 - ・毎月開催できるよう工夫し、年12回以上の開催を計画しているか
 - ・地域行事やシニアクラブなど他の事業との合同開催は含まず、サロン単独開催(※)の回数か

- サロンで行われる活動内容が、目的や活動メニューに見合っているか

- 地域に開かれた運営を行っているか
 - ・だれもが参加できるよう呼びかけを行っているか
 - ・民生委員や地域包括支援センターなどから、ひとり暮らし高齢者の受け入れや依頼などがあれば、その方が参加できるよう配慮をしているか

- 行政区内での合意形成がなされているか
 - ・住民への周知が、回覧板などによって広く行われているか
 - ・行政区内に既存のサロンがある場合、対象者・開催場所・範囲など、複数設置が適正か

※「サロン単独開催」の考え方

事例1 地域の祭りなどの行事をサロン開催日とした場合

単独開催ではない (×の例)	まつり(10～15時)への参加を呼びかけ、参加者がそれぞれ自由に参加。
単独開催である (○の例)	会場にて、サロン参加者は受付をし、〇時～〇時までと決められた時間でまとまって参加をする。参加者同士でまつりを見て回り、多世代の方々とふれあえる貴重な機会を楽しんだ後、終了時は必ず集合して解散。 ※「サロンの時間的・場所的範囲が明確であること」が保険の適用となるために必要。

事例2 シニアクラブや地域の他団体主催の行事をサロン開催

単独開催ではない (×の例)	グランドゴルフや清掃活動など、他団体の定例活動をサロンとしている。
単独開催である (○の例)	上記行事の終了後にサロンを開催。だれでも参加できるものである。

ふれあい生きいきサロン Q&A

【 サロンを始めるにあたって 】

Q1	どんな方を対象にしたらいですか。
A1	行政区内の高齢者の方、特に外出機会の少ない方、一人暮らしなどで地域での交流が多くない方などに声かけをしてみましょう。行政区、民生委員、福祉委員や地域包括支援センターなどから、サロンの案内をしてもらうのも一つの方法だと思われます。
Q2	地域住民やシニアクラブなどによる、囲碁やゲートボールなど特定のメニューを楽しんだり、清掃をするなどの定例的な活動もあっていますが、助成を受けられますか。
A2	同じ趣味を持った人の集まりはサークルとみなされ、 対象外 です。また、会員のみを対象としたものは、サロン助成は受けられません。ただし、シニアクラブ会員の方が世話役となり、会員以外の地域の方々に声をかけながらサロンを運営しているところは多くあり、助成も受けられます。
Q3	助成の対象は10名以上とっていますが、最初から10名も集まらないと思います。この場合、助成の対象とはならないのですか。
A3	10名未満で始めることも可能です。活動しながら行政区内でのチラシ回覧や声掛けなどを行い、新しい方が参加しやすくなるような働きかけをしていきましょう。

【 活動の場所、範囲 】

Q4	活動の場所や範囲はどうなりますか。
A4	原則、行政区単位で公民館などを使用し行っています。ただし、地域の事情により異なりますのでご相談ください。

【 送迎 】

Q5	会場まで歩いてくるのがむずかしい人がいます。送迎をしてもいいですか。
A5	それぞれの地域で状況が異なるため、一律に取り決めてはいません。実情に応じてご判断ください。ご不明な点は、市社協までご相談ください。なお、サロン傷害保険のケガの補償は、徒歩・送迎どちらでも対象となります。ただし、寄り道をした場合は対象外です。

【 助成金の使い方 】

Q6	助成金がもし余った場合はどうなりますか。
A6	次年度繰越金として計上してください。また、ゲストを招く際の交通費、講師謝礼、レクリエーション用具やイスの購入など、サロン活動の充実にお役立てください。

【 内容 】

Q7	活動に新しい内容を取り入れたいのですが、アイデアが浮かびません。
A7	サロン訪問ボランティア、講師派遣、レク用具貸出など、無料で取り入れられる内容案をご紹介します。お電話でもかまいませんので、糸島市社協へご相談ください。

ふれあい生きいきサロン手引き

〈発行日〉 令和8年2月

〈発行元〉 社会福祉法人糸島市社会福祉協議会（地域課）
〒819-1105

糸島市潤一丁目2番1号糸島市健康福祉センターあごら内
（電話）324-1660 （FAX）324-3166