

今月は“知ってみよう”“やってみよう”“つなげてみよう”

みんなが気軽に楽しく集える場所「地域ふれあいサロン」

地域ふれあいサロンとは、高齢者の健康づくりや仲間づくり、生きがいづくり、閉じこもり防止などを目的に、地域住民が中心となって企画・運営している通いの場です。住民同士が気軽に集い、健康体操や茶話会、レクリエーションなどの様々な活動をしています。

市内には9月末現在、61か所の地域ふれあいサロンがあります。

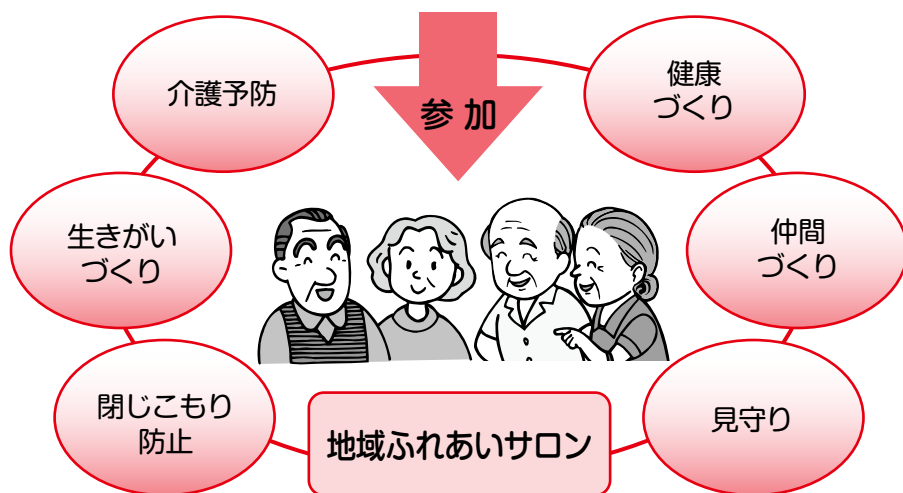


やってみよう!



### 地域ふれあいサロンをはじめてみよう

- ・地域ふれあいサロンは、集まる場所と内容が決まり、参加する人がいれば、どなたでも始めることができます。参加者の皆さんで協力して運営しましょう。また、申請すればサロンの運営のための助成金を活用することができます。
- ・既に近所で開催されているサロンがあれば、周りの人も誘って参加してみましょう!



安心して地域で暮らしていくために大切なことが、地域ふれあいサロンには詰まっています!

### ■問い合わせ先

高齢福祉課 ☎(32)8904  
 社会福祉協議会 ☎(43)1236  
 地域包括支援センター  
 いしばし ☎(51)0633  
 こくぶんじ ☎(43)1229  
 みなみかわち ☎(48)1177

## オレンジカフェ・認知症の方を介護している介護者交流会

### オレンジカフェ

認知症の方やそのご家族、地域住民、専門職など、誰もが気軽に参加でき、集うことのできる場所です。介護や認知症に関する相談もお受けできます。

#### しもつけ茶屋

#### ■日時

11月10日(水)・18日(木)

午前10時～正午

■場所 グリーンタウンコミュニティセンター

#### より処グリム

■日時 11月19日(金)

午前10時～正午

■場所 グリムの館

#### おひさま

■日時 11月24日(水)

午後1時～3時

■場所 サン薬局(文教1-19-4)

### ゆうゆう茶屋

■日時 12月3日(金)

午前10時～正午

■場所 ゆうゆう館

#### 共通事項

■持ち物 飲み物

### 認知症の方を介護している介護者交流会

認知症の方を介護している方の交流と情報交換の場です。

同じ立場の仲間同士の時間を過ごしてみませんか?

■日時 11月26日(金)

午前10時～正午

■場所 市役所

#### ■対象者

認知症の方を介護している方・介護した経験がある方

■申し込み・問い合わせ先  
 高齢福祉課 ☎(32)8904

## 地域ふれあいサロン ボランティア講座

新規に地域ふれあいサロンを立ち上げたい方や、サロンでボランティアを始めたい方、ぜひご参加ください。

■日時 (月曜日・全3回)

12月6日・13日・20日

午後1時30分～3時30分

■日時 ゆうゆう館

■対象者 市内在住の方  
 (初めて受講する方優先)

■定員 20名(先着順)

■内容 健康体操、簡単工作、楽しいレクリエーション

■参加費 300円(材料代)

#### ■申込期間

11月22日(月)～30日(火)

#### ■申し込み・問い合わせ先

社会福祉協議会

☎(43)1236 ☎(44)5807

✉info@shimotsuke-syakyo.or.jp