



札幌市社会福祉協議会情報センター資料室

# ふれあい・いきいきサロン情報

令和7年12月号

ふれあい・いきいきサロンは身近なところで気軽に集まることができる場です。  
サロン活動を通して楽しいひとときを過ごしましょう♪

## 楽しく♪ 気軽に♪ 無理なく♪



### 今月のサロン紹介



#### かもかも夢サロン (北区新琴似西地区)

「かもかも夢サロン」は、新琴似西地区福祉のまち推進センター主催で2009年に設立した、65歳以上の方ならどなたでも参加できるサロンです。

毎月、三和福祉会館・双葉福祉会館の各会館で1回ずつ行っています。

歌って踊って、脳トレやゲームを楽しんだあとは、スタッフ手作りのお菓子やご飯をいただく「おやつ軽食タイム」があります。

さらに、年2回の日帰りバス旅行では、楽しい旅をしながら健康づくりに役立っています。「きさくで、ゆるくて、ゆかいで、楽しい」夢サロンです。



楽しい工作や  
お絵描きもやってます!

この日の軽食タイムは  
豚汁、おにぎり、漬物。  
やっぱりみんなで食べると  
美味しいね!

- 開催日時および開催場所
  - ・第2金曜日 三和福祉会館  
(北区新琴似7条14丁目1-17)
  - ・第3木曜日 双葉福祉会館  
(北区新琴似9条14丁目4-10)
- 10:00~12:00
- ※月により変更有
- 参加費 300円 (バス旅行は実費)



## ふれあい・いきいきサロンとは？



自宅に閉じこもり気味だったり、ご近所とのお付き合いがなかったり、地域でいつのまにか孤立している、という方も少なくありません。「ふれあい・いきいきサロン」とは、市民による市民のための居場所、交流の場として、顔なじみの輪を広げ、そこに住む人々がつながりを持てることを目指す活動です。

### 【サロンの種類】

「子育てサロン」



○子育てサロン：就学前の子どもと親が対象。親同士の交流を目的とします。

○高齢者サロン：高齢者の閉じこもり予防や孤立感解消を目的とします。

これらを複合させたサロンもあります

「高齢者サロン」



### 【サロンの効果】

- 楽しさ・社会参加・孤立感の解消
- 閉じこもりの予防
- 無理なく体を動かせる
- 身近な地域のボランティア活動
- 地域の福祉力の向上



### 【主催者は？】

- 町内会やマンション自治会
- ボランティア団体
- 地域の福祉団体（地区社会福祉協議会や福祉のまち推進センター）
- 有志（個人）

などが主に実施しています

初めての方でも市・区社会福祉協議会がサポートいたしますのでお気軽にご相談ください

### 【費用は？】

参加費用を取るところと取らないところ様々です。参加費が必要なところでも200円～300円程度です。



### 問い合わせ

札幌市社会福祉協議会 地域福祉課 地域福祉係 TEL：614-3344 FAX：614-1109

ふれあい・いきいきサロン事業 HP <https://www.sapporo-shakyo.or.jp/join/salon/>

