

身近なところで気軽に通える**居場所づくり**をしてみませんか？

ご近所ふれあいサロ んをつくろう！



ご近所ふれあいサロンとは？

年齢や障がいの有無にかかわらず、誰もが身近な地域で気軽に集い交流できる、地域の通いの場です。「ふれあい・いきいきサロン」や「ご近所福祉サロン」などの宇部市における「地域の通いの場」の総称です。



ご近所ふれあいサロンに期待される3つの効果

1

からだへの効果 「健康づくり」

- 無理なく体を動かせる。
- 閉じこもり防止になる。
- 介護予防につながる。

2

こころへの効果 「生きがいづくり」

- 楽しみが増え、生活が豊かになる。
- 認知症の予防にもつながる。
- 新しい自分に会える。

3

地域への効果「友達・仲間づくり」

- 孤立を防止し、互いに助け合い支え合う関係が生まれる。
- 様々な関係者やサービスと連携がとりやすくなる。
- 情報交換・情報提供の場として、地域福祉活動の拠点となる。

ご近所ふれあいサロン運営のポイントは？



運営の担い手

自主的に住民活動を行う任意の団体や、社会福祉法人等。
(例：自治会、ボランティア、福祉委員、民生・児童委員、老人クラブ等。)

対象者

誰でも参加できるようにしましょう。
(例：高齢者、障がい者、子育て中の親、子ども等。)

会場

参加者が集まりやすいところで開催しましょう。
(例：自治会館、個人宅、空き家等。)

内容

健康づくりや生きがいづくり、友達・仲間づくり
になる内容にしましょう。皆が楽しく過ごせることが大切です。
(例：おしゃべり、健康体操、食事会、小物づくり、
勉強会（市政情報出前講座等）、歌、簡単なクイズやゲーム等。)



ご近所子どもやその親を誘ったり、交流活動として保育園や幼稚園へ
声をかけてみると楽しいよ。

ご近所ふれあいサロンにこんなお手伝いをしています！

- ①運営の相談 立ち上げの方法や活動内容のご相談をお受けします。
- ②助成金の交付 3種類の型のサロン運営方法により助成制度があります。



項目	助成金種別	ふれあい・いきいきサロン	ご近所福祉サロン 【おでかけ型】	ご近所福祉サロン 【元気づくり型】
主 体		自主的に住民活動を行う 任意の団体	5人以上の市民活動団体又は社会福祉法人	
対 象 者		子どもから高齢者まで誰でも		
目 的		仲間づくりや 健康保持	生きがい対策又は 仲間づくり	介護予防又は 健康増進
サロン開催回数		2ヶ月に1回以上	週1回以上	週2回以上
開設準備金 (初年度年額)		20, 000円	50, 000円	50, 000円
活動助成金 (年上限額)		12, 000円	48, 000円	96, 000円
拠点整備経費 ※初年度のみ		なし	200, 000円	200, 000円

- ③レクリエーション用具の貸出 ポッチャ・大型バランスゲーム・カラオケセット等の
用具を貸し出します。



- ④ボランティア団体、講師の紹介 歌の披露などをされるボランティア団体や
健康体操の講師等の紹介を行います。



- ⑤他のサロンとの交流・情報交換の場 運営方法・課題等の情報交換を行う交流会
を開催します。



社会福祉法人宇部市社会福祉協議会 地域福祉課

問合先

〒755-0033 宇部市琴芝町二丁目4番25号（宇部市福祉ふれあいセンター 4階）
TEL (0836) 33-3134 FAX (0836) 22-4392
メール tiiki-ubeppo@ubeshishakyo.or.jp



宇部市社協HP