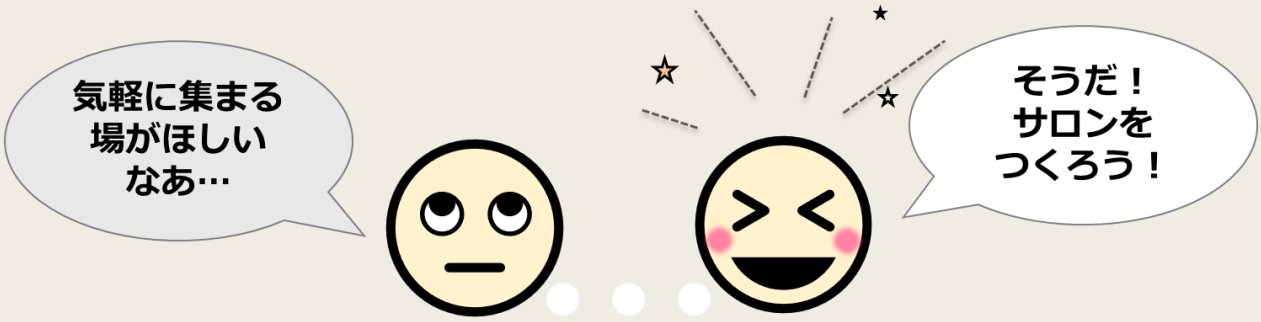

サロンのはじめ方ガイド

～身近な地域でつながりづくり～

サロン活動とは、身近な地域で閉じこもりがちな人を対象に、誰もが気軽に定期的に集まれる場を通じてつながりづくりを進め、社会的孤立を防止する活動です。

サロンづくりの心得十箇条

一、なにをやりたい？なぜやりたい？
二、わくわくするしかけを入り口に
三、活動を始めるにはひとりよりふたり
四、すでにあるものをヒントに
五、役割づくりは楽しさづくり
六、ルールづくりはみんなで
七、安心して集まるために
八、まずは2回目を目指す
九、目の前の人に向き合おう
十、できることからはじめよう
（無理なく　楽しく　前向きに）

気づき、つながり・支えあう
社会福祉法人　港区社会福祉協議会

みんなと地域の福祉活動

サロン活動　ロードマップ

気軽に集まる場がほしいなあ…

そうだ！サロンをつくろう！

登録サロンへの道

1 どんなサロンにしたいか考えよう

なぜサロンをやりたいですか？どんなサロンをつくりたいですか？
地域の状況を調べてみてもいいかもしれません。わからないことは港社協にどんどん質問してください。

- ☐ 誰にサロンに来てほしいか考えましょう（高齢者・子育て世代・障害者・誰でも　等）
- ☐ 誰でも参加できるワクワクするサロンってどんなものか考えましょう

既存サロンの見学もできます♪

2 仲間を集めよう

一緒にサロンをつくろうという人はいますか？サロンは多くの人が関わるほど魅力的なものになります。苦楽を共有できる仲間をみつけましょう。

- ☐ 友人や近所の人などを誘ってみましょう
- ☐ 地域の人々と一緒に活動しましょう！

民生委員や町会の人などが力になってくれることも♪

3 どこでやるか決めよう

自分たちのサロン活動に合った会場を見つけましょう。どんな会場があるのか港社協に問いあわせて、調べてみるのもいいですね。

- ☐ 参加者が通いやすい場所ですか
- ☐ 安全に利用できる会場ですか
- ☐ 定期的に利用できますか
- ☐ 利用料は想定内ですか
- ☐ 一度下見してみましょう

公共施設、町会やマンションの集会所、いろいろあります

4 ルールを皆で考えよう

いよいよサロンを形にしていきます。集まった仲間と話し合ってみましょう。始めてから状況に応じて変えていっても問題ありません。

- ☐ サロン名を決めましょう
- ☐ 役割分担をしましょう
- ☐ 活動の日時や頻度を考えましょう
- ☐ 経費について考えましょう
- ☐ 安全面について考えましょう

一つの趣味を極めるような集まりは登録できませんので注意です

5 参加を呼びかけよう

実施が決まったら、開催を周知し、参加を呼びかけましょう。町会の掲示板やサイト掲載、口コミなど、いろいろな周知方法があります。港社協から関係機関に周知の依頼をすることもできます。

- ☐ 参加者にサロンを案内する方法を決めましょう
- ☐ 開催日時、会場、連絡先は書いてありますか

チラシにイラストを入れると目につきやすくなります

6 サロン開催！

まずはサロンを開催してみましょう。2回目は1回目と比べてどうしても参加者が少なくなります。ここからが本番！集まるみんなが来たくなるサロンを積み重ねていきましょう。

- ☐ 事前準備で開催のイメージはできましたか
- ☐ 次回の予定を参加者に伝える準備はできていますか

1回目はプレオープン！

7 楽しみながら続けていこう

サロン代表者も運営スタッフもサロンを楽しむメンバーです。無理せずみんなで助け合って、次が楽しみになるサロンを続けていきましょう。

- ☐ 悩んだらスタッフが港社協に相談しましょう
- ☐ サロン活動を楽しんでいますか？

8 港社協にサロン登録！

港社協に登録しましょう。サロン活動を行う人に対して、下記のようなさまざまなサポートを行っています。

- 活動立上げのお手伝い
- 活動を始めてからの支援
  活動に関する相談、行政や専門機関への橋渡し、講習・講座の開催、企画の紹介、情報交換会の開催　など
- 傷害保険の加入（要登録）
- 活動運営費の助成（要登録）

サロンをやると、こんないいことが♪

地域に仲間ができる

サロンに参加することで共通の話題ができ、地域に顔見知りが増えて人間関係の輪が広がっていきます。

ご近所の見守り・安否確認

サロンで定期的に顔を合わせることで、参加者同士が自然な形で見守りを行えます。顔を見せなくなった人に対しても安否を気にかけるようになります。

情報交換ができる

地域や区のサービスのこと、生活に関する安全情報や健康のことなど、いろいろな情報交換ができます。関係機関の人をサロンにお招きして、直接お話を伺うこともできます。

介護予防や閉じこもり防止

近くのサロンに出かけおしゃべりすることが、介護予防にもつながります。定期的な外出で生活にリズムが生まれ、閉じこもり防止にもなります。

社会参加

参加者は単なるお客様ではなく、一人ひとりがサロンの主役です。必要とされる喜びが、いきがいや社会参加意欲を高めます。

サロン登録にあたっての注意事項

- 原則、地域内の誰もが参加できるものであること
- サロンの活動内容など特定の趣味や知識、技術の向上が目的ではないこと
- サロンの参加費等を徴収する場合は低額であること
- 活動参加者等のおおむね８割以上が港区民であること（名簿提出）
- 活動を実施する場所の正式な使用許可・使用料の支払いなど適切な処理を行うものであること
- 違法、不当、不適切な行為など、公序良俗に反する行為を行わないこと
- 政治政党活動、宗教活動、販売勧誘等営利活動や、それらの誤解を受ける活動も行わないこと
- 個人情報やプライバシー保護について適切に配慮し、活動を通じて知りえた秘密等は他へ漏らさないこととし、活動等を離れた後も同様とすること
- 活動に関係して生じる事故や争議は当事者間で解決すること
- 活動の運営等は、小地域福祉活動（サロン活動）の趣旨に沿って活動参加者等が協力して行うこと

まずは港区社会福祉協議会　地域福祉係までお問い合わせください。

〒106-0032　港区六本木5-16-45　港区麻布地区総合支所2F
社会福祉法人　港区社会福祉協議会　　地域福祉係
TEL：03-6230-0281　FAX：03-6230-0285
E-mail chiiki@minato-cosw.net

2022.11