

# ふれあい・いきいきサロン

## 新しいつながり活動ヒント集

ふれあい・いきいきサロンは、高齢者をはじめとした地域の多世代の居場所ですが、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、今まで通りのやり方でサロンを開催することが難しい状況にあります。

通常の活動が行えない中でも、人と人とのつながりが切れないようにするための「新しいつながり活動ヒント集」を作成いたしました。各サロンの実態に合わせてご検討ください。

### 1. 通常のサロンに代わる新しいつながり活動

#### 手紙を送る

- 会員がそれぞれ絵手紙を描き、近況を知らせ合う。
- 暑中見舞い、寒中見舞い等のハガキを出す。



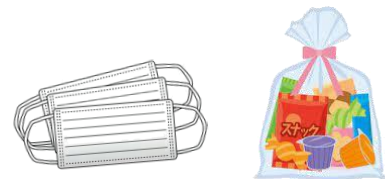
#### 電話をする

- 電話で近況や健康状態の確認をする。



#### 配布する

- 自宅で楽しんでもらえるような、脳トレクイズ、ぬり絵等を配布する。
- 集まって食事はできないが、同じ弁当を配布して食べることでつながりを感じる。
- お菓子とメッセージカードを配布する。
- マスクなど感染症対策グッズを配布する。
- お正月用のお花を活けてプレゼントする。
- 自宅でできる体操や健康豆知識などの情報をまとめたお便りを配布する。
- 「紙上いきいきサロン」集まって話せないなので、最近あったうれしかったことなど近況を募集して新聞にする。



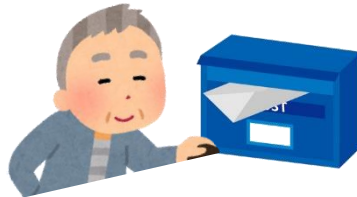
#### 訪問する

- 短時間で、訪問し近況を確認する。
- 散歩途中に声掛けする。



## その他

- 一人でも楽しめる工夫をする。(例:一人ずつ竹の器を作り、一人そうめん流しをする。)
- 脳トレクイズ等を宿題形式にする。次回サロンで回答を配布し、自己採点してもらう。
- 参加者にスタンプカードを配布する。短時間のサロン参加でも、参加した実感やポイントを貯める楽しみを味わってもらう。
- ビデオ(落語)や出前講座などを取り入れる。なるべく話す時間を短くする。
- 「元気ですよ！」連絡ファイルの交換をする。サロン開催のお便りと一緒に、クイズや体操のプリントをファイルに入れて、参加者へ配布。もっと他のプリントが欲しい場合は、世話人宅の郵便受けにファイルを戻してもらうようお願いする。世話人は、戻ってきたファイルに新しいお便りとプリントを入れ、その方の郵便受けに投函する。やり取りが楽しみになると好評。



## 2. サロンが開催できないことで改めて感じたこと

- みんなに会えないので寂しいという声が多かった。「まださんの？」の聲に心が痛んだ。サロン開催を心待ちにしている方が多いことを実感した。
- 入院したり、病気がちになった。  
おしゃべりって大事だと思った。
- 人の顔を見ながら話しができることが、とてもうれしいことだと感じた。



通常のサロンが開催できない状況が続く中で、サロンを開催する意義を実感された方も多いのではないのでしょうか。

集まるサロンだけではなく、新しいつながり活動を考えたい場合は、社協へご相談ください！一緒に考えます！

丸亀市社会福祉協議会 TEL:22-6974

令和3年度下期研修会のアンケート調査で、63団体様よりたくさんの工夫や想いのつまった回答を頂くことができました。本ヒント集の参考とさせていただきます。ご協力ありがとうございます。