

# 令和8年度「いきいきサロン」

1. 目的 町内在住の65歳以上高齢者等を対象として、住民・住民組織（地区社協・自治会・ボランティアグループ等）により、地域単位で自主・自立で実践する「交流」に照準をおいた「介護予防」活動を目的とする。
1. 閉じこもりを防ぐことにより、孤独感の解消につながる。
  2. 外出することで、身体を無理なく動かせる。
  3. 人と会い、笑ったりして楽しい時間を過ごすことで、精神的に良い刺激となる。
  4. 人と会うことで、身だしなみに気を配ったりと生活にメリハリができる。
  5. 健康や栄養について意識することが、元気を保つことにつながる。
  6. 仲間づくりや生きがいのきっかけをつくり、社会参加に結びつく。
2. 対象者 65才以上
3. 開催 月1～3回程度 年間36回を限度に助成する。  
※昼食ありの場合月1回程度年間12回を限度に助成する〔1ヵ月2回は不可〕  
昼食なしの場合月2回程度年間24回を限度に助成する〔1ヵ月2回まで〕
4. 開催場所 地区内集会所、自治会館、公民館ほか
5. 実践者 地域住民並びに当事者ほか  
実践者の人材不足等により、実施が困難な場合は、福祉活動専門員（町社協職員）とボランティア等でサロンの立ち上げ、運営等の直接的な支援を行う。
6. 開催単位 自治会（ブロック）単位を基本とするが、地域の状況に応じて集落・班等での開催も可能とする。
7. 負担金等 負担金や昼食は主催者に一任（助成金は下記のとおり）
8. 助成金等 （昼食ありの場合）  
出席者数（実践者を含む）×@300円 月1回限度  
（昼食なしの場合）  
出席者数（実践者を含む）×@100円 月2回限度
- ※既存の活動や任意団体等の活動は助成対象外とします。  
例 老人クラブ、婦人会などの活動

9. 実施内容 【例】午前 9:00 ～ 迎え  
10:00 ～ 開会、利用料の徴収、茶話会  
午前のメニュー（下記メニュー参照）  
12:00 ～ 昼食（会食）、午睡ほか  
13:00 ～ 午後のメニュー（下記メニュー参照）  
15:00 ～ 送り
- 【例】  
午前のみ  
午後のみ
- 【メニュー】
- ・各種レクリエーション
  - ・軽スポーツ（介護予防）・ゲートボール・グランドゴルフ等
  - ・料理教室・手芸等趣味活動等
  - ・社会貢献活動・地区内保育所・小中学校、子供会等との交流等
  - ・講演・研修会、事業説明会（邑南町出前講座等）、その他学習会等
  - ・町内外巡り・日帰り旅行等・買い物ツアー
- 【案内】
- ・開催案内は文書または口頭及び電話連絡でかまいません。
  - ・案内等の文書があれば助成金申請時に添付しご送付ください。