

参加者・担い手の発掘と育成！

サロン応援ボランティア養成講座開催しました



みなさんはお住まいの地区のサロンに参加したことはありますか？

地域サロンは住民同士が気軽に集い、一緒になって内容を企画し、活動内容を決め、ふれあいを通して「生きがいづくり」「仲間づくり」の輪を広げる活動です。

鏡石町社会福祉協議会では地域サロンを知り、お手伝いや参加するきっかけづくりとして、今年度もサロン応援ボランティア養成講座を開催しました。19名の参加者に、サロンの役割を学び、実際の活動メニューを体験していただきました。プログラムの一部をご紹介します！

インテリアにもおすすめ ～手軽にハーバリウム作り～

作り方が簡単なので、材料さえ集めれば初めてでもオリジナルハーバリウムが作れます。材料も100円ショップなどで手に入るの、好きな花材を揃えてぜひ作ってみてください！

【作り方】

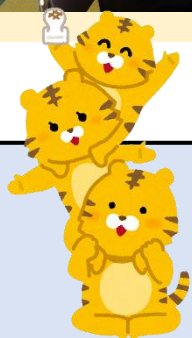
花材などをボトルに好きなように入れる
→ハーバリウム専用液（オイル）を注ぐ
→ボトルのふたをして完成☆



活用方法いろいろ！ 風船を使ってレクリエーション

風船ひとつでも楽しみ方がいろいろあります！
手を使って風船を隣の人に渡したり、後ろ向きに座り、足を使ってリレーしたり…
集まる人数や年齢に合わせてレクリエーションのルールややり方を変えてみると、また違った楽しみ方ができます。

感染対策をしながら
サロンで試してみてください♪



作成・発行：鏡石町社会福祉協議会

住所：鏡石町旭町161 電話：0248-62-6428

Eメール：kagamiishishakyo@poem.ocn.ne.jp

協力：鏡石町協議体“みんなで支え合うまちづくり会議”

2022年
早春号 No.2

カタチはいろいろ！みんなで作る地域のサロン

「自由な活動・自由な発想」「アイディア勝負！」

サロンの主役は参加者のみなさんです！活動はみんなで楽しむことが大切です。

楽しく！

おしゃべり



高久田あーさーサロン

お話の中では、いろいろな情報や暮らしのヒントがいっぱい！

夢中で！

レクリエーション



成田友愛会

わなげやボッチャなどのゲームはみんな大盛り上がり！！

学べる！

出前講座



さろん「てんさくせんたー」

役立つ！メニューが豊富な出前講座をぜひ活用してください！

元気に！

体操



1区集会所サロン「和み」

みんなで元気に楽しく体を動かして健康寿命を延ばしましょう

鏡石町社会福祉協議会ではサロン活動を応援します！

1

サロン立ち上げの支援や

運営についての相談お受けします

立上げ方法や開催内容など、お気軽にご相談ください。レクリエーションや出前講座など、活動に役立つ情報をお伝えします。

回覧などのチラシの作成もお手伝いします！

2

魅力的なサロンづくりの

活動をお手伝いしています

レクリエーション備品などの貸出を行っています。詳しい内容についてはお問い合わせください。

参加者とお世話役の発見と育成のため、ボランティア養成講座を開催しています。

3

他のサロンとの交流

情報交換の場をつくります

サロンの代表者や実施者が、情報交換する場を企画します。他のサロンの活動の特徴や長所を知ることによって新しいアイディアの創出や、悩みを共有することによって解決へのヒントが見つかることもあります。