

この「つどいの場の活動ガイド」は、伊勢市内の地域の支え合い活動の団体、場所等の情報を集めたものです。

地域のつながりづくり、介護予防・生きがいづくり、相談できる場所等、身近な地域で安心して暮らし続けるために参考となる地域活動の情報を掲載していますので、ぜひ、ご活用ください。

## つどいの場の活動ガイドの見方について

※ふれあい・いきいきサロンは以下〇〇サロンと省略します。

**青色**の文字・・・高齢者サロン、共生型サロン

**オレンジ色**の文字・・・子育てサロン

**紫色**の文字・・・障がい児・者サロン

**ピンク色**の文字 ・・・高齢者ふれあい会食会

**緑色**の文字・・・宅老所、  
ちよこっとデイサービス  
(総合事業通所型サービス B1)

**黄緑色**の文字・・・ふくしなんでも相談所

**茶色**の文字・・・認知症カフェ、その他(上記以外、  
事業所の地域貢献活動など)

**吹き出し**・・・生活支援サービス、場所提供など

※詳細について情報の記載がない場所もあります。

情報の更新は伊勢市社会福祉協議会ホームページで行っていきませんが、内容が変更される場合があります。ご不明な点は担当支所等に問い合わせてください。

# ふれあい・いきいきサロン



ふれあい・いきいきサロンって、なんだろう？

地域住民やボランティア、福祉団体等が主体となり、高齢者や障がい者、子育ての当事者、乳幼児等誰もが地域で孤立しないための気軽に集える居場所です。



どんな活動をしているの？

- 楽しめるプログラム  
(例) レクリエーション、カラオケ  
軽い体操、脳トレ 等
- 楽しい時間の共有  
(例) 茶話会、雑談



楽しみ  
生きがい  
社会参加

仲間づくり

生活の  
メリハリ

孤立防止

# 高齢者ふれあい会食会



高齢者ふれあい会食会って、  
なんだろう？

民生委員児童委員や調理ボランティア等  
が高齢者の孤立化を防止し、地域での交流  
を図るために行います。

みんなで食事を食べて楽しい時間を過ご  
します。

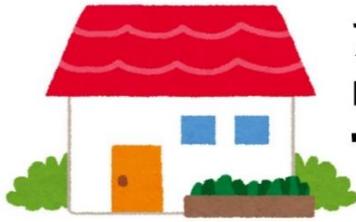


どんなひとが参加できるの？

原則、70歳以上でひとり暮らし  
をしている人

普段はひとりで食べてるけど、  
みんなで食べると美味しいわ〜♡





# たくらうしょ 宅老所

手作りの昼食を  
みんなで楽しく  
食べましょう



宅老所って、なんだろう？

外出する機会が少なくなっている高齢者が集まり、昼食を挟んでわいわいと楽しい時間を過ごします。

地域の自治組織、地域住民やボランティア等との協力で運営されています。

(※参加者は実費負担があります。)



どんな活動をしているの？

週2回、昼食を挟んで4時間程度活動します。会話を楽しみながらレクリエーション小物作り、体操などを行います。

健康習慣  
の意識付け

地域の  
つながり

生活の  
メリハリ

第2の  
我が家



# ちよこっとデイサービス

総合事業通所型サービスB1



ちよこっとデイサービスって、なんだろう？

伊勢市介護予防・日常生活支援総合事業のうち、地域住民組織などが主体となり、地域の「集いの場」で社会的参加を目的として、地域との交流を通じて、生きがいを持ち、地域とのつながりを強化するための運動・体操・会食などを提供するサービスです。



サロンとは何が違うの？

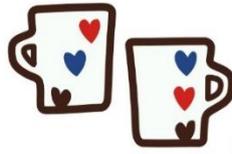


- 要支援1・2、事業対象者が5名以上  
(※利用にはケアプランが必要です)
- 週1回以上の活動
- 介護予防のためのプログラムを実施

元気な高齢者、障がい者、子ども等も参加できます♪

その場合は、運営者に相談します。

# 認知症カフェ



認知症カフェって、なんだろう？

認知症の方やその家族、地域の方々の誰もが気軽に集うことができ、おしゃべりして交流を深めたり、相談し合ったりできる場です。



どんな効果があるの？

- 認知症の人 ⇒ 主体的に活動を楽しみ、安心して過ごすことができる
- 家族 ⇒ 分かり合える人と出会える
- 地域住民 ⇒ つながりの再構築ができる  
(住民同士としての交流の場、認知症に対する理解を深める場)
- 専門職 ⇒ 認知症の方やその家族と相互に情報共有し、理解し合える

認知症の人やその家族、地域の人・・・  
いろんな人に様々な効果があるんだね！



# ふくしなんでも相談所



ふくしなんでも相談所って、なんだろう？

身近な地域で気軽に立ち寄り、日常生活での困りごとや心配ごと、どこに相談したら良いのか分からないといった相談ができる場所です。



どんなところが対応してくれるの？

○ まちづくり協議会、自治会などの地域住民組織



○ 福祉関係の事業所、薬局など



必要に応じ専門機関につながります。

