

生活支援サービス立ち上げマニュアル④ ふれあい・いきいきサロン

生活支援サービス立ち上げマニュアル **4**

# ふれあい・ いきいきサロン

社会福祉法人 全国社会福祉協議会

社会福祉法人 全国社会福祉協議会

# 目次

## CONTENTS

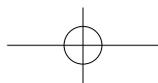
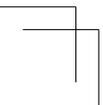
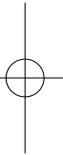
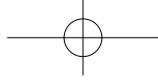
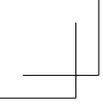
はじめに ～本マニュアルの見方・使い方～	1
<b>第1章 生活支援サービスとは？</b>	5
1. 「生活支援サービス」の意義	6
2. これまでの研究、取り組みの概要	7
3. 「生活支援サービス」とは	9
4. 生活支援サービスの充実、発展に必要なこと	14
<b>第2章 ふれあい・いきいきサロンとは？</b>	17
1. ふれあい・いきいきサロンとは？	18
(1) 「サロン」って一体何なの？	18
(2) サロンの効果	20
(3) サロンが注目されるワケ	23
(4) 代表的なプログラム	25
(5) 事例紹介	27
2. ふれあい・いきいきサロンの仕組み	32
(1) サロンの運営で気をつけること	32
(2) 基本的な仕組み	34
(3) こんな「思い」でサロンを始めました	36
3. ふれあい・いきいきサロンのこれまでとこれから	37
(1) サロンのこれまで	37
(2) サロンの今後	40
<b>第3章 活動の立ち上げ・継続のための心構え</b>	43
1. 明るく柔軟な気持ちを持ち続けること	44
2. 信頼される体制づくりも忘れずに	45
3. 「人」と「場」の魅力を高めよう	47
4. リーダーは縁の下の力持ちになろう	49
<b>第4章 サロンを立ち上げるために</b>	51
1. サロン立ち上げに向けて	52
(1) サロン立ち上げの流れ	52
(2) サロン立ち上げに必要なことは？	54
(3) 立ち上げのきっかけをつかもう	56

2. 活動内容を考えよう	58
3. 仲間集め	61
(1) 仲間を見つけよう	61
(2) 参加を呼びかけよう	64
4. 活動の骨格づくり	66
(1) 「活動計画」をつくろう	66
(2) 場所と設備を確保しよう	68
(3) 活動内容を決めよう	71
(4) 開催頻度を決めよう	74
(5) ルールを決めよう	76
5. お金に関する準備	78
(1) 立ち上げ資金を集めよう	78
(2) 運営資金を確保しよう	81

<b>第5章 活動の継続のために</b>	83
1. 事業の見直し	84
(1) サロンを始めてからわかること	84
(2) 活動評価をしよう	86
(3) 新しいサービスを立ち上げるときの留意点	89
2. 会計の基本	90
3. 担い手のマネジメント	93
(1) シフトマネジメント	93
(2) 担い手の育成	95
(3) コミュニケーション	96
4. リスクマネジメント	99
(1) サロンで想定される事故、トラブル	99
(2) 保険への加入	101
(3) 個人情報の保護	104
5. 他団体との連携	106
(1) 推進・支援団体や自治体との連携	106
(2) 他のサロンとの連携	108
(3) 地域との協力	110

<b>第6章 支援者に期待されること</b>	113
1. 地域に必要なサロン像を探る	114
2. 効果的な働きかけ方	117
3. 立ち上げ以降のフォローアップ	120
4. 担い手育成の必要性	123
5. 関係機関との連携	125

<b>参考資料</b>	127
活動の立ち上げ・継続に関する Q&A	128
参考文献・ヒアリング協力先	130
用語集～一層の理解を深めるために	131
高齢者地域活動推進者養成支援事業「企画運営委員会」構成団体	136



はじめに

～本マニュアルの  
見方・使い方～

# 本マニュアルの見方・使い方

## 本マニュアルシリーズのねらい

住民・市民の主体性に基づいて運営されているサービスとして、従来から、住民参加型在宅福祉サービス、食事サービス、移動サービス、宅老所などがボランティアグループ、特定非営利活動法人（以下、「NPO法人」）、生活協同組合、農業協同組合、社会福祉協議会（以下、「社協」）などによって展開されてきました。

これらのサービスは、介護保険制度などの公的サービスが拡充されるなかで、その役割が減っていくという見方もありましたが、実際には、むしろ公的サービスとの違いが明確になり、固有性を持つ活動として発展、拡充してきています。

本マニュアルシリーズは、これらを「生活支援サービス」と総称し、これから地域社会の課題解決に向けた活動に参加しようとする人や、その活動を応援しようとする人を対象に、活動の考え方や成り立ちの背景、活動を立ち上げる際のポイント等を分かりやすくまとめたものです。マニュアルはサービスの種類別に全5巻で構成されています。

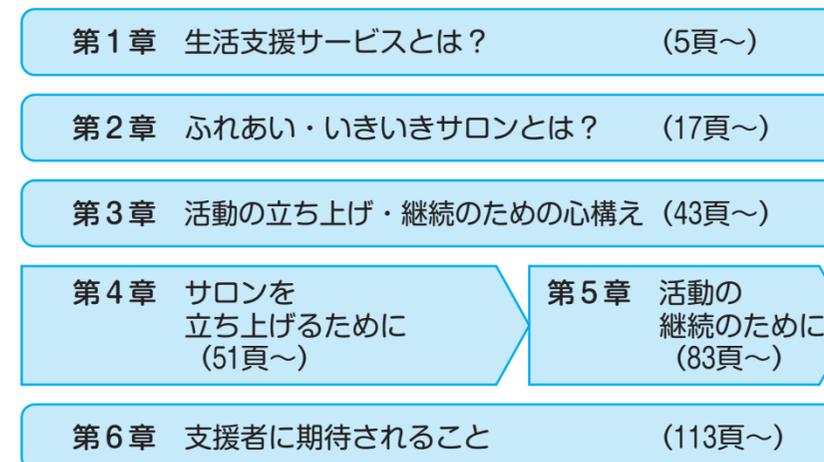
第1巻	住民参加型在宅福祉サービス
第2巻	食事サービス
第3巻	移動サービス
第4巻	ふれあい・いきいきサロン
第5巻	宅老所

なお、本マニュアルシリーズの別巻として、「生活支援サービスに取り組むNPOの設立と運営」があります。同書は、実施サービスの種類に関わりなく、NPO（団体）の立ち上げ、継続のポイントに絞って解説していますので、併せて参照してください。

## 本マニュアルの構成と使い方

本マニュアルの構成は以下のようになっています。このマニュアルを手引きとして使っていただきやすいよう、本文はテーマごとに項目を分け、各項目が数頁で完結するようになっていますので、必要な部分から読み始めると良いでしょう。

図表 1 本マニュアルの構成



### <まずは「ふれあい・いきいきサロン」がどんなものか知りたい！という方へ>

第2章「ふれあい・いきいきサロンとは？」から読み始め、第1章「生活支援サービスとは？」や他のサービスマニュアル（第1～3、5巻）を読むと良いでしょう。

### <ふれあい・いきいきサロンをやりたい！と思っている方へ>

第3章「活動の立ち上げ・継続のための心構え」と第4章「サロンを立ち上げるために」から読み始めましょう。サロン立ち上げのイメージが湧いたら第5章「活動の継続のために」も読んでおくと良いでしょう。

### <ふれあい・いきいきサロンの立ち上げを支援する方へ>

まず第2章「ふれあい・いきいきサロンとは？」でその活動を概観します。その上で、第6章「支援者に期待されること」を読んで支援への期待を理解してから、具体的な立ち上げのポイント（第3～5章）を読むと良いでしょう。

## 第4巻のポイント～「サロンは地域の場づくり。形式にこだわりすぎず、今できることを地域の人たちとともにやってみましょう！」

第4巻で取り上げる「ふれあい・いきいきサロン」は、地域において住民である担い手と参加者が互いに主体となって、相互につながりを持つ場、集いの場となることをめざしています。

「ふれあい・いきいきサロン」には、「こうでなければいけない」という堅苦しい決まり事はありません。また、「サービスを提供する人」「サービスを受ける人」という区別もありません。皆さんの「こういう地域になったらいいな」という思いと、その思いを共有できる仲間さえいれば、サロンを立ち上げることができます。集まっておしゃべりするサロンもあれば、食事会や子育て支援などのプログラムを実施するサロンもあります。自分の地域に「こんな場所があったらいいな」という思いを「気軽に」「自由に」「楽しく」「無理なく」実現してみましょう。

サロンで最も大事なことは、地域の人たちが楽しく参加できること、交流する環境を継続的につくることです。そのことで地域における人びとのつながりができ、参加者の日常生活をお互いに支え合うきっかけになります。また、サロンを通じて、地域の課題がどんどん見えてくることでしょう。

このマニュアルには、地域の人たちにサロンの目的を理解してもらい、立ち上げ、継続していくためのちょっとしたコツを掲載しています。地域をより良くしたいという思いのある方はこのマニュアルを参考にぜひ行動に移してみましょう。

## サービスの立ち上げを志す方へ～まずは地域の活動に参加しよう！

生活支援サービスは、地域住民の自主性に基づく活動ですから、どのようなサービスであってもネットワーク(=地域の中の個人や団体のつながり)が重要です。先駆的に生活支援サービスに取り組んでいる“先輩団体”はいずれも、地域の中で地域とともに活動を広げてきました。

地域には町内会・自治会、PTA、ボランティアグループなどさまざまな活動があります。生活支援サービスの立ち上げを志している方は、地域の活動に参加することから始めてみてはいかがでしょうか。地域の課題を具体的に知ることができるとともに、あなたの思いに共感してくれる人が見つかるはずです。また、参考になる“先輩団体”や立ち上げ・継続を支援してくれる個人・団体も見つかるかもしれません。

生活支援サービスの立ち上げに早い、遅いはありません。ちょっと回り道に思えても、まずは地域の活動に参加してみましょう。

## 第1章

# 生活支援サービスとは？

1. 「生活支援サービス」の意義
2. これまでの研究、取り組みの概要
3. 「生活支援サービス」とは
4. 生活支援サービスの充実、発展に必要なこと

## 1. 「生活支援サービス」の意義

### 「生活支援サービス」の意義＝「支え合い」機能のシステム化

わが国における家族の機能の低下、地域社会におけるつながり、支え合いの機能の脆弱化が指摘されて久しく経っています。核家族や単身世帯が一般化し、人間関係が希薄化するに伴って地域社会では「孤立」とも言える状態に置かれている人びとも少なくありません。そしてこれらの人びとが有する生活課題、福祉ニーズは複雑かつ深刻である場合も多く、分野ごとに発展・整備されてきたわが国の公的な福祉制度だけでは対応が困難であるという事実があります。

このような状況のなか、従来の地域住民による自発的な支え合いだけでなく、より意図的な互助・共助の関係づくりを住民自らの手でつくり上げていこうとする動きが徐々に広がってきています。例えば、ひとり暮らし高齢者をはじめとする要援助者に対する見守りネットワークの取り組み等、地域の実情に即した意図的かつ意欲的な活動が行われています。

さらにそれらを一歩進め、よりシステム化（＝安定的・継続的）を図った、住民参加型在宅福祉サービス（有償・有料のホームヘルプ等のサービス）、高齢者や子育て世帯を対象にした「ふれあい・いきいきサロン」、食事サービス、移動サービスなどの仕組みも生まれてきました。

これらの取り組みは公的な福祉制度が不十分な状況における「代替」というとらえ方もありましたが、これまでに福祉諸制度が量的にも質的にも充実が図られつつあるなかでも、依然として住民自らの活動そのものの重要性は不変であることから、代替性よりは固有性を評価する考え方が広がっています。

## 2. これまでの研究、取り組みの概要

### 『介護保険制度への住民参加の考え方と方法』（平成19年度）

全国社会福祉協議会（以下、「全社協」）では、公的な福祉制度に該当しない取り組みのなかにあって、よりシステム化されたものについて、その「固有性」についての位置づけと担い手の養成の研究を行いました（社会参加活動の介護保険制度への活用等に関する調査研究委員会）。

その研究過程において「生活支援サービス」とは、「住民の自主的な地域福祉活動ではあるが、要援助者への個別支援を安定的・継続的に行うため、よりシステム化された活動」と位置づけています。その上で、すでに実施されているものとして、住民参加型在宅福祉サービス、食事サービス、移動サービス等が生活支援サービスに該当するものと整理しています。なお、本研究に前後して、前出の生活支援サービスを実施する団体当事者や関係者からは、生活支援サービスを本格的に充実・発展させることの必要性が強く指摘されるに至っています。

本報告書では、これらの声の高まりや関係者の真摯な意見等を基に、次の3つの点を提起することとなりました。

- ① 「生活支援サービス」という活動は、単なる地域社会の「助け合い」「支え合い」とどまらず、要援助者<sup>1</sup>の個別ニーズに応えるシステムとしてその必要性や有効性について社会的認知を受けつつある。それは、公的サービスの補完でなく、人と人とのつながりを尊重したサービス、生活に寄り添うサービス、ニーズに即した柔軟なサービスという特徴や固有性を持ったものである。
- ② 「高齢者が社会参加に意義を見出すとともに、高齢者を含むすべての人びとが言わば『介護保険制度の運営に参加』し、制度と整合性を持つ新しい仕組みづくりを進めることの意義」を追求する上でも、この生活支援サービスへの参加は一定の役割を持つと考える。
- ③ 「地域支援事業を媒介として行う、地域福祉と制度（介護保険制度）の福祉の新しい関係づくり」を展望しつつ、市町村（保険者）が地域支援事業（財源）により、継続性のある地域福祉活動を支援することを提案する。

1 要援助者とは、支援・援助・介護等を必要とする人のことをさす。

『生活支援サービスの充実・発展のために』（平成20年度）

平成19年度の研究成果を踏まえ、あらためて地域の要援助者に対する支援を行う新たな支え合いの仕組みとしての「生活支援サービス」が一層充実、発展するために求められる基盤整備のあり方について検討を行うとともに、その担い手となる「生活支援サポーター」養成研修を試行実施しました（生活支援サービスの充実・発展に関する検討委員会）。

本報告では、「生活支援サービス」及び「生活支援サポーター」を定義するとともに、検討過程での議論を受けて、「生活支援サービス」を充実、発展させるための条件を整理しました。そのなかで、これまであまり重要視されてこなかった「事業継続」についても検討を重ね、その環境整備についても言及しています。

特に、「生活支援サービス」の充実、発展に向けてはその担い手を確保、養成することが重要であり、「生活支援サポーター」の養成研修事業の整備を提案しています。全国6か所で試行研修に取り組んだ実績を生かし、研修実施体制のモデル紹介をはじめ、研修カリキュラムを「導入編」「ステップアップ編」の2段階で提案しています。

なお、担い手となる「生活支援サポーター」については、「単に活動の担い手にとらえるのではなく、自分の興味のある分野で自分の得意なことを活かして、地域の助け合い活動に参加し、支援を必要とする高齢者の生活を支え、その活動がサポーター自身にとっても自己実現、生きがいにつながる」ととらえている点に大きな特徴があります。

また、「提言」として市町村・都道府県などの自治体に対して、「生活支援サービス」の関係者との連携を強化すること、その持続性を確保するための公的な助成を検討することなどを述べています。

なお、本マニュアルでは、主として各「生活支援サービス」の立ち上げや継続に関するノウハウやスキルを紹介していくこととしていますから、「生活支援サポーター」についての詳細は、報告書『生活支援サービスの充実・発展のために』を参照していただければ幸いです。

3. 「生活支援サービス」とは

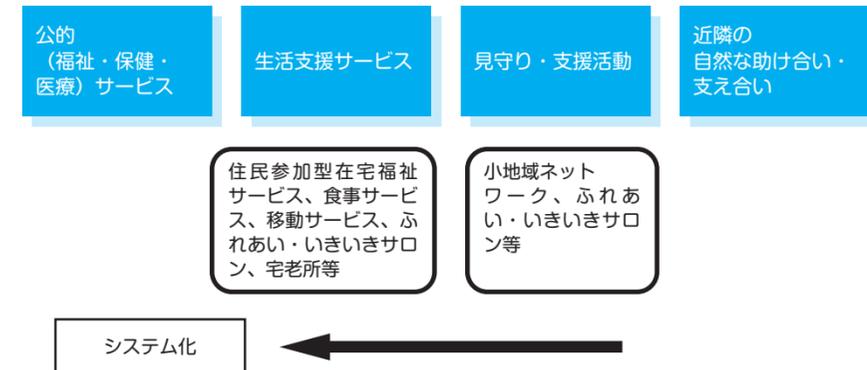
生活支援サービスとは

はじめに、生活支援サービスを定義すると次のとおりです。

市民の主体性に基づき運営される、地域の要援助者の個別の生活ニーズに応える仕組み。公的サービスに比べ柔軟な基準・方法で運用されるが、一方、他の市民の地域福祉活動に比べ、個別支援を安定的・継続的に行うためよりシステム化されたものである。

公的サービス、生活支援サービス、見守り・支援活動（小地域ネットワーク等）、近隣の自然な助け合い・支え合いの関係は、下図表のとおりです。図の左にいくほど、意図的な取り組み、支援を安定的・継続的にするためのシステム化、財源の安定化（公費等）が指向されていると考えられます。要援助者の生活を真に支えるには、それぞれのサービス・活動の隙間が埋まっていく必要があります。

図表2 生活支援サービスのイメージ



現状において、生活支援サービスの主なものとしては住民参加型在宅福祉サービス、食事サービス、移動サービス、ふれあい・いきいきサロン、宅老所等が挙げられますが、今後、他のタイプのサービスの出現も期待されています。さらに地域によって要援助者が必要とするサービスは異なるので、自らの地域特性に合わせて生まれてくるものだと言えます。

## 生活支援サービスの現状

近隣の助け合いだけでは解決できない多様な生活課題に対応するために、地域に暮らす人びとがさまざまな形で生活支援サービスを実践してきました。そして、継続的な支援を行っていくために創意工夫のもとで多様な仕組みをつくり上げてきています。要援助者のニーズに応えるため、制度ができるのを待たずして、多様な仕組みをつくり、その仕組みへの参加者を獲得してきたものと言えます。

以下に、現在、各地で実践されている主な生活支援サービスの現状を概観していきます。

### ① 住民参加型在宅福祉サービス

住民参加型在宅福祉サービスは、利用者と担い手がともに会員になり住民相互の助け合いとして、訪問型の活動、サロンなど通所型の活動等を行うものです。最初は訪問型から始まった団体が多いですが、住民のニーズに応じて活動を増やし現在では約8割の団体が複数の活動を行っています。介護保険では対応できない部分も支援し住民の生活を支えています。高齢化の進行などで、ニーズは増えてきていますが、担い手の確保が難しい状況にあります。

### ② 食事サービス

1980年代以降、「地域での豊かな老後を主体的に実現しよう」と、多くの食事サービス団体が生まれ、草の根で都市部を中心に全国に広がりました。その後1992年（平成4年）「在宅高齢者等日常生活支援事業」のメニューの一つとして国の施策に制度化され、在宅高齢者の生活を支える公的施策へと位置づけられました。しかしながら近年の改正介護保険法や障害者自立支援法などにおける食費の自己負担化をはじめとする制度施策の動向により、食の福祉的な支援（ボランティアや市民活動による会食・配食、小規模作業所・授産施設・通所介護といった拠点施設による食事の提供を通じたさまざまな支援）の社会的な位置づけが大きく揺らぎ、その結果利用者のQOL<sup>2</sup>の中心とも言える食生活に大きく影響を与えています。

さらには郊外型と言われる大型店舗の出店に伴う中心商店街の衰退、またバスや電車等の公共交通網の変化により、移動や買い物の制約を受ける高齢者が良質の食材を確保できなくなる「フードデザート」なども社会問題化されてきました。高齢者に限りませんが、質の高い（安心で必要な栄養が確保された）食事を確保できる機会があることは、現在の生活の質や健康の観点から見て生活上極めて重要です。

### ③ 移動サービス

移動サービスは、1970年代に福祉車両によって、障害者の外出、社会参加を促す活動として始まりました。また、マイカーを使って高齢者の通院などを支援する助け合い活動の送迎

2 QOL (Quality of Life, クオリティ・オブ・ライフ) = 「生命の質」、「生活の質」。

も増えていき、2000年（平成12年）の介護保険制度の開始前後からは、通院をはじめ生活のための外出移動手段の確保が社会問題として表面化しました。これを受けて2006年（平成18年）に道路運送法が改正され、NPO法人による有償運送が道路運送法の中に制度化されことから、移動サービスは新たな局面を迎えています。

しかし、過疎地域の移動手段の確保や通学の支援など「移動のニーズ」が増加かつ多様化しているのに対し、団体数や運転者数は伸び悩んでいます。今後、市民が担い手として参加する中で解決していくことが求められています。

### ④ ふれあい・いきいきサロン

「ふれあい・いきいきサロン」は、全国各地で先駆的に始まっていた参加者と担い手と一緒に楽しく過ごす場づくりの活動を、社協活動として全国的に呼びかけたことが契機となって展開されてきたものです。

この間、サロン活動は大変な勢いで数を増やし、2009年（平成21年）度時点で約52,000か所に達するとともに、その活動内容や性格もバラエティに富んでいます。対象者別にサロンを見ると、数が一番多いのが高齢者サロンで全体の約8割を占めています。次いで、子育てサロン、対象者を分けない複合型サロンと続き、徐々にではありますが精神障害者を対象としたサロンも広がりつつあります。

サロン活動は、対象の違いはもとより、そのつくり方や運営方法、活動内容、実施回数・場所もさまざまであり、その多様さが魅力であると言えます。サロン活動の今後の方向として、サロン本来の目的である住民相互の交流を深め、地域の結びつきを強めていくこと、サロンが拠点となって住民主体の地域福祉活動を展開していく仕組みづくりをめざすこと、の2点が期待されており、特に後者を指向すれば、より「生活支援サービス」として深まっていくものと思われる。

### ⑤ 宅老所

民家などを活用し、家庭的な雰囲気の中で、一人ひとりの生活リズムに合わせた柔軟なケアを行っている小規模な事業所をさします。

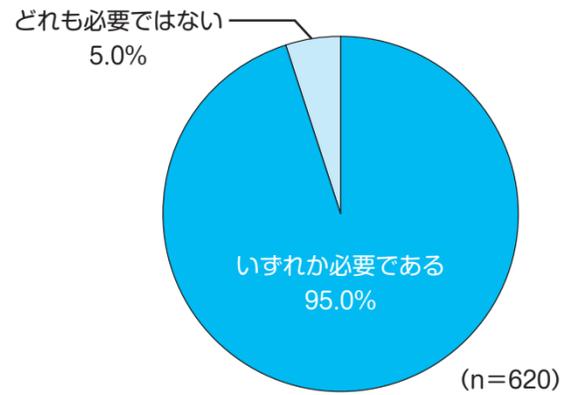
通い（デイサービス）の形態から出発し、通い（デイサービス）のみを提供しているところから、泊まり（ショートステイ）や自宅への支援（ホームヘルプ）、住まい（グループホーム）、配食などの提供まで行っているところもあり、サービス形態はさまざまです。

また利用者も、高齢者のみと限っているところがある一方で、障害者や子どもなど、支援の必要な人すべてを受け入れるところもあります。介護保険法や障害者自立支援法の指定事業所になっているところもあれば、利用者からの利用料だけで運営しているところ、あるいは両者を組み合わせて運営しているところもあり、事業形態もさまざまになっています。

### 地域における支え合い活動に対する意識

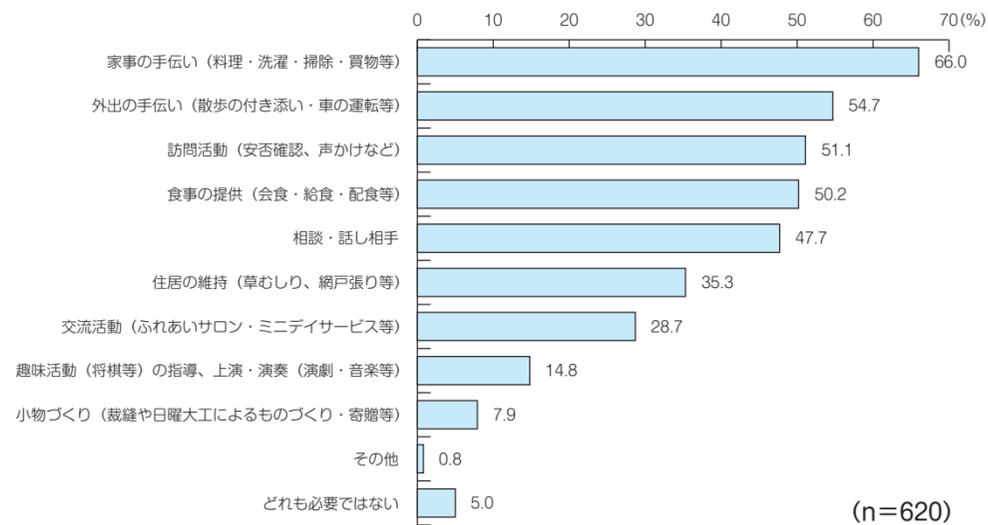
地域における支え合い活動に対する市民一般への意識調査の結果を見ると、アンケート回答者の95%が何らかの支え合い活動が必要であると回答しています。また必要なサービスとしては「家事の手伝い」、「外出の手伝い」、「訪問活動」、「食事の提供」など幅広いさまざまなサービスが必要であるとの認識が読み取れます。

図表3 地域での支え合い活動の必要性の認識



(資料) 全国社会福祉協議会「生活支援サービスの充実・発展のために」(平成21年3月)

図表4 必要とする生活支援サービスの内容(複数回答)

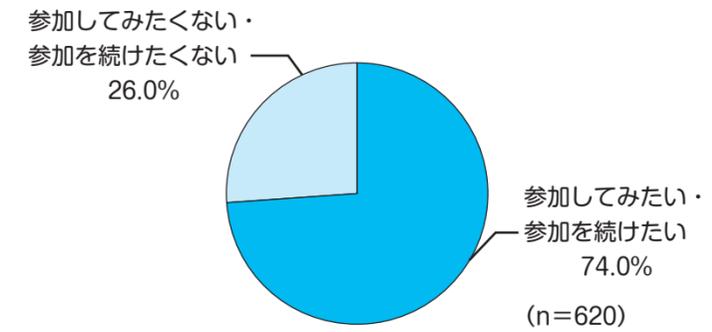


(資料) 全国社会福祉協議会「生活支援サービスの充実・発展のために」(平成21年3月)

また生活を支える活動への参加意向については74%が何らかの活動への参加(継続)意向を示しています。

このことから、市民の潜在的な参加意欲は高く、きっかけがあれば参加につながるのではないかと考えられ、その意味からも担い手となる「生活支援サポーター」の養成のあり方が重要な要素となっています。

図表5 生活を支える活動への参加意向



(資料) 全国社会福祉協議会「生活支援サービスの充実・発展のために」(平成21年3月)

## 4. 生活支援サービスの充実、発展に必要なこと

生活支援サービスの充実、発展に向けては、地域の助け合いの新たなシステムであるその活動の重要性及び有効性を広く人びとに知ってもらうこと、そして多くの市民に参加してもらうこと、その動きを関係者に応援してもらうことが何よりも大切です。

そこで、本章のまとめとして、生活支援サービスの充実、発展に向けた提言を整理したいと思います。

### <生活支援サービスの必要性、公益性への理解を深めること>

地域における助け合い、支え合いの重要性に対する地域に暮らす人びとの理解が基本となります。また、自治体の理解も欠かせません。

#### ●生活支援サービスの社会的認知の必要性

生活支援サービスは、地域の要援助者を支える新たな仕組みであり、社会に十分認知されていません。生活支援サービスは要援助者一人ひとりの生活を支え、さらに市民が生活支援サービスに参加することで地域福祉の推進、さらには地域づくりにつながっています。この有効性を多くの市民が理解し、応援できるようにすることが必要です。さらに自治体が理解し、支援する仕組みも重要です。

#### ●生活支援サービスへの参加意識の醸成

生活支援サービスの充実、発展を図るには市民の間に参加意識を醸成することが欠かせません。自らの地域を支援が必要になっても自分らしく住み続けられる地域にするため、生活支援サービスにより多くの市民に参加してもらうことが必要です。

### <生活支援サービスを公的サービスの「補完」と位置づけない。また、その担い手は市民・住民の主体性に基づくものとして新たな領域の人材として位置づけること>

その背景には、子どもから高齢者まで、あらゆる人びとが助け合い、支え合いに参加するという文化が不可欠といえます。新しい担い手の掘り起こしや育成はその文化を共につくることと言えるでしょう。

### <自治体は、生活支援サービスの必要性・公益性を踏まえ、一定の公費助成を検討すること>

ただし、過度な助成は、活動の主体性の阻害につながる場合があるので、その助成額や方法については十分な検討が必要です。助成の第一歩として活動の担い手養成のための費用、修了者と活動を結ぶコーディネーターの費用、事務局費用等に公費助成をすることも意義があると考えられます。

### <市区町村内の生活支援サービス関係者の連携体制をつくること>

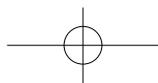
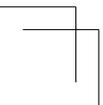
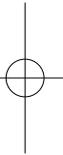
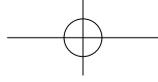
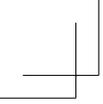
生活支援サービスはそれぞれ個性のあるボランティアグループやNPO法人が展開しています。その個性を尊重しつつも、要援助者の支援を確実に行うためには、関係者同士の連携が欠かせません。

### <生活支援サービスを担う組織づくりの支援を行うこと>

既存組織、社協、自治体等が協力して、新たな組織づくりを進めていくことが必要です。とりわけ、既存組織がないところでは、積極的な対応が望まれます。

### <生活支援サービスが地域の事業として継続して展開できるような支援を行うこと>

担い手と活動を結びつけるコーディネート機能、事務局機能、担い手に対する継続的な研修等を実施できる体制が必要です。



## 第2章

# ふれあい・いきいきサロン とは？

1. ふれあい・いきいきサロンとは？
2. ふれあい・いきいきサロンの仕組み
3. ふれあい・いきいきサロンのこれまでとこれから

## 1. ふれあい・いきいきサロンとは？

### (1) 「サロン」って一体何なの？

#### ポイント

- 「サロン」は、地域でお互いにつながりをつくる集いの場である。
- 地域の実情に合わせて高齢者、障害者、子育て家庭といった参加者別のサロンの他、参加者を限定せずその地域に暮らす人であれば誰でも参加することのできるサロンも生まれている。

#### サロンは“地域のつながりをつくる場”

サロンの特徴を一言で表すと、「地域住民によるつながりづくりのきっかけの場」です。介護保険制度などの公的制度は、一定の福祉サービスを提供することはできても、地域が抱えている固有の問題をきめ細かく解決する力は十分ではありません。それゆえ、地域住民相互のつながりとそれに基づく助け合いが重要になります。

サロンは、参加する一人ひとりがともに楽しい時間をすごしながら「地域の一員」としての気持ち高め、地域社会におけるつながりの再構築、ひいては地域の助け合いが広がっていくことのきっかけの場です。

#### サロンの生い立ち

ふれあい・いきいきサロンは、全社協が1994年（平成6年）に提唱した活動です。その一方で、この種の活動には、さまざまな源流がありますし、その後生まれた活動も必ずしも他から影響を受けたものでないものも数多くあります。

名称も、茶の間、居場所、縁側、広場、喫茶などさまざまなものが見られます。それぞれの活動には共通性もありますが、名称からはその内容や力点の置き方の違いをうかがうことができます。

#### サロンに「こうでないといけない」という決まりはない！

サロンは当初、高齢者分野で始まりましたが、現在では子育てサロン、障害者のサロン、参加者を限定せずに地域の人たちが集うサロンなど、さまざまなタイプが誕生し、多様なサロンが展開されています。サロンは、地域の皆さんが「地域の課題を解決したい」、「安心して暮らせる地域にしたい」といった思いを実現するためのひとつの実践です。そのため、サロンの内容や方法には一律に「こうでないといけない」というものはありません。参加者の状況や希望によって、自由に活動を展開すれば良いのです。

#### 地域には仲間がいっぱい

サロンは地域に根ざした自由な活動です。また、「サービスを提供する側」、「サービスを受ける側」という概念もありません。こうした考え方を理解してくれる仲間を地域に増やしながらか展開していくことが、サロンの基盤となります。

## (2) サロンの効果

### ポイント

- 地域とつながることで「心のハリ」を持つことができる。
- 多くの参加者が、サロンを通じて地域とのつながりを持ち、その地域で暮らしていくことへの喜びを感じている。
- また、同じような悩みを持つ人と「情報交換」ができる、ともに取り組むことで健康管理等を継続できる、といった効果もある。
- サロンを通じて参加者同士の見守りの輪を広げ、安心して暮らすことのできる地域社会を創造しよう。

### 「心のハリ」を持てた！

外出のきっかけや機会が少ない高齢者等にとっては、サロンに出かけて行くこと自体が、「心のハリ」をもたらします。

また、サロンは気軽に集まる場であり、自分が関心のあるプログラムに自由に参加することができます。「参加させられている」のではなく、「自らの意志で参加している」といったように主体的な気持ちになるという効果もあります。

参加者のなかには、「サロンに行きたい」という気持ちから、つらいリハビリに励んだという例もあります。そのように、参加者の「いきがい」を支えることのできるサロンであることが望まれます。

### 事例 おおきな栗の木の下で（東京都世田谷区）

「おおきな栗の木の下で」は子育てサロンですが、主役は若いママたちだけではありません。子育てを終えた中高齢の方々もサロンに集い、世代間交流を楽しんでいます。

東京都世田谷区は近年マンションの建設が進み、子育て世代の若い世帯の流入が増えるなか、こうした若い人たちはなかなか地域活動に参加しにくいという実情がありました。

しかし、「子ども」を通して、先輩ママ（子育て経験者）は子育ての智恵などを若いママに伝え、先輩ママたちは若いママや子どもたちから元気をもらうそうです。ここで生まれたきずなのおかげで、まちで会っても挨拶を交わし、サロンを卒業したママからもたびたび連絡があるなど、サロンをきっかけに地域のつながりが生まれています。



### 地域住民同士のつながりが生まれた！

最近では、隣の名前を知らないことも当たり前という地域も多くなっていますが、例えば災害時の避難支援などの初期対応、その後の生活の立て直しにおいても、地域のつながりが強いほど円滑に進みやすいと言われています。

サロンを通じて参加者たちは、これまで話すことのなかった人たちとも関係を持つことができ、地域で生活することの楽しさを感じています。また、地域としての一体感が強まったという声もあります。

### 悩みを共有し助言を得ることができた！

誰もいろいろな悩みや問題を抱えて生活をしています。一方で、そういった悩みや問題の多くは、身近な人に相談したり、お互いに情報交換をすることで解決できるものも少なくありません。また、もっと難しい問題であったとしても、こうした身近な情報交換により、「どこに相談すれば良いのか」ということが見えてくるものです。サロンに集い、日ごろ抱えている悩みや問題を打ち明けることにより適切な助言を得ることができ、心の健康を回復した参加者は数多くいます。サロンを「社会につながる小さな窓」として、集まってくる人たちがたくさんいるのです。

また、情報にアクセスできる人とそうでない人の間で情報格差が広がっていると言われています。また、情報にアクセスできる人たちでも、あまりにも多い情報の中で、自分が本当に必要としている情報にたどり着けないという問題も出てきています。「自分が本当に必要な情報を入手したい」という場合、同じような状況にある人たちが多く集まるサロンは重要な情報交換の場にもなります。サロンでは、ときには専門家の力も活用しながら、参加者相互の情報交換、共有を図ることができます。

### 楽しみながら健康維持！

運動が健康に良いことがわかっても、義務感だけではなかなか長続きしません。運動を継続させるためには、楽しみや喜びが必要です。サロンの中には、健康チェックや保健指導の他、軽い運動プログラムなど、「みんなで健康な体づくりを楽しく実践」する活動を展開しているところもあります。参加者が一緒に楽しく取り組むことで、健康についての自己管理の意識付けがなされ、地域の人たちが元気になるという効果も現れています。

また、難しいプログラムはなくとも、食べること、しゃべることは、人間誰も元気の源です。ひとり暮らしで、食べる楽しみの少ない人も、サロンでわいわい楽しくおしゃべりを

しながら食事をするので、おいしく感じることができ、普段に増して食が進みます。

### 見守りの機能

サロンでは、担い手が参加者の状況を定期的、継続的に見ることになります。参加者の微妙な変化に気づくには相応の力（気づき、観察等）が必要です。しかし、福祉や医療の専門職が参加者一人ひとりの毎日の様子を長時間見ていることはできないので、サロンの参加者によるお互いの気づきには大きな意味があります。

参加者と担い手は、サロンのとき以外にも地域の中で出会うことがあります。これも大切な「見守り」の機会です。また、地域の中でサロンの数や開催頻度が増え「密度」が濃くなってくると、逆にサロンに来ない人がだんだん見えてきます。

サロンに来ない人の方がニーズを抱えていることは少なくありません。サロンに来ない人に対する見守りができるようになれば、サロンが地域に根付いたということができるでしょう。

### 事例 ふれあい喫茶“チェリー”（兵庫県宝塚市）

地区の高齢者が集うふれあい喫茶“チェリー”では、おしゃべりやカラオケ、体操をしたりしながら、参加者や担い手でお互いに見守りを行う仕組みをつくり上げてきました。

会話やちょっとした仕草の変化に気づくと、「ちょっと〇〇さん調子悪いんとちゃう？」という言葉が担い手の元に届きます。担い手は、社会福祉協議会（以下、「社協」）や市、福祉施設などに相談し、適切な処置を施します。ひとり暮らしだとなかなか気づかれにくい軽微な認知症なども、こうして早期発見・対応につながることができます。

## (3) サロンが注目されるワケ

### ポイント

- サロンは、楽しく過ごすことが基本であるが、楽しみながら希薄化した地域の人間関係を再構築し、つながりづくりのきっかけをつくる有効な活動でもある。
- 場所さえ確保できれば、比較的始めやすい活動である。

### サロンは「つながり」をつくりだす有効なツール

近年、周囲の人との関係が希薄化することにより、さまざまな問題を抱えている人が増えています。例えば、高齢になるにつれ社会的な活動が少なくなり、人間関係はだんだん薄くなっていきます。そうすると、家に閉じこもりがちになり、さらに行動が不活発になることはよく見られることです。また、気軽に相談する人が身近にいないことは、ときに悪質商法の被害に遭うというようなことも引き起こします。

高齢者に限らず、知的障害者、精神障害者あるいは認知症の人は、交友関係がどうしても狭くなりがちです。子育て家庭もまわりとのつながりが薄くなりがちであることが指摘されています。さらに、在住外国人も言葉の問題などから、社会とのつながりが薄くなっています。

これら「つながりの薄さ」が、孤独・孤立、虐待、自殺といったさまざまな深刻な問題を引き起こしているのとらえることができます。福祉のニーズを考えると、この「つながりの薄さ」がもたらす影響に注目することが大切です。

サロンは、参加者がともに楽しく過ごす活動であることに違いはありませんが、実はこのようなつながりの希薄化、喪失に切り込むツールとしても有効です。

### 今、なぜサロンか？

サロンは地域住民相互の「つながり」、「見守り」、「助け合い」の仕組みづくりの有効な活動でありながら、運営にさほど大きな負担を必要としないことも特徴です。

サロンには当然「場所」が必要です。第4章で触れますが、実は「場所」の確保が思った以上に難しく、結果としてサロンをあきらめたという例も確かにあります。しかし、自治体によっては、そのような活動の拠点となる施設・設備を整備して各サロンの取り組みを支援している例もあります。また、最近では「自宅開放型」のサロンも増えています。

このように「場所」さえ確保できれば、他に大きな設備投資や備品等を多く必要とせず、

また、光熱水道費や材料費は参加者から実費程度の一定金額（参加費）を徴収することで賅うことが可能です。

その一方で、前節でも触れたとおり定期的にサロンを開催することによって参加者相互の「見守り」が可能となります。例えば「今日は〇〇さん来ていないね」、「××さん、今日は具合悪そうだね」といったように、日々の変化を見逃さず、また、重要な変化があった場合は適切な関係機関（民生委員・児童委員、医療機関、自治体等）につなぐことができます。

また、サロンを通じて知り合うことで、町中で出会った際にあいさつ、声かけが自然にできるようになり、ひいては安否確認にもつながります。

もちろん、楽しいからこそ人びとが集うサロンであるわけですが、実は、このような観点からもサロンの有用性が認められてきています。

## (4) 代表的なプログラム

### ポイント

- 「お茶とおしゃべり」から「地域住民の学習の場」までサロンの内容はさまざまである。サロンは、「地域の人たちが楽しく集う場」であるとの原則を守り、参加者が楽しめる活動を心がけよう。
- 平均的なサークル活動、趣味の同好会とは違うことを意識する点が重要。

### お茶とおしゃべり

お茶とおしゃべりはサロンの基本と言えます。好きなときに集まって、お茶を飲み、お菓子をつまみながらおしゃべりをすれば、参加者が日ごろ抱えている悩みやひとり暮らしの孤独感が軽減され、楽しいひとときを過ごすことができます。さほど費用もかからないため、比較的気軽に始められます。



### 健康維持

高齢者や乳幼児が参加するサロンの場合、定期的に健康管理のためのプログラムがあると、参加者の生活の質の向上に役立ちます。そこで、保健師や看護師による健康チェック（血圧測定、発達測定、健康や育児の相談など）を実施しているサロンがあります。また、いつまでも元気な体を保つための軽い運動を組み入れたプログラムを実施しているサロンもあります。



### 地域住民の「学習の場」

サロンは地域住民の交流の場ですから、日常の困りごとが数多く集まってくるところでもあります。「振り込め詐欺」や「悪質商法」などの犯罪に巻き込まれないための講習会など、地域や時代のニーズに応じた学習機会を設けることにより、地域の人たちが安心して生活できる環境づくりをあわせて行っているサロンもあります。

### 趣味の活動

高齢者が参加するサロンを中心に、手芸や囲碁をはじめとする趣味のプログラムが多く取り入れられています。趣味に没頭することにより、参加者の「生きがい」を生み出します。ただし、サロンは誰でも参加できる場ですから、例えば「高齢者が子どもたちに手芸を教える」といったように、趣味を通じてつながりやコミュニケーションの輪が広がるようプログラムを工夫することも大切です。

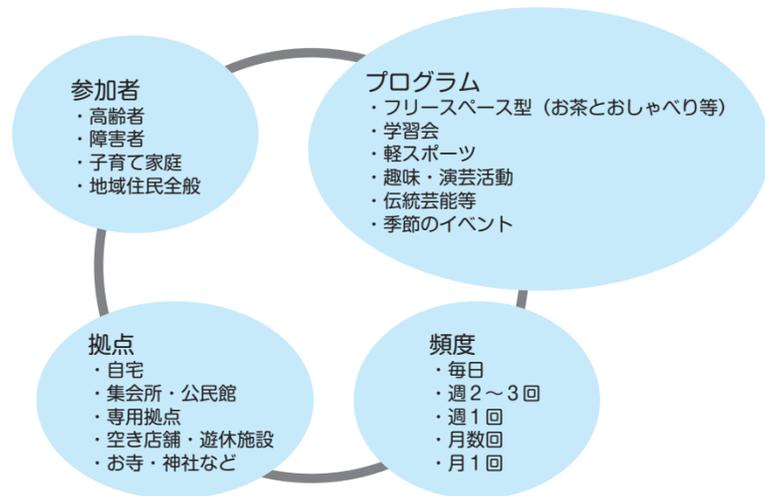


### 伝統技術や芸能の継承

地域に古くから伝わる祭事や伝統工芸などを引き継ぐ場として、サロンが活用されている例も見られます。ふだんは交流の少ない人たちがともに活動する機会が生み出され、地域におけるコミュニケーションの円滑化に貢献しています。

以上のように、サロンは多種多様ですが、「自分の気の合う人たちだけで行う活動」ではなく、「地域の誰もが参加できる活動」でなければなりません。「地域の人たちに親しまれる場をつくる」という原則がサロンではとても大切です。

図表6 サロンの内容を定める4つの要素



## (5) 事例紹介

ここで、地域のつながりや見守りの輪が広がっているサロンの事例をいくつかご紹介いたします。これらの事例をもとに、具体的なサロンの様子を思い浮かべてみましょう。

### 事例 ふれあい喫茶“チェリー”（兵庫県宝塚市）

#### ～地域の高齢者の熱気であふれるサロン～

宝塚市未成小学校区亀井地区にある特別養護老人ホームの地域交流スペースを利用して開催されるサロン「ふれあい喫茶“チェリー”」。毎週木曜の開催日には、地域内の高齢者が何十人も詰めかけ、会場が満杯になるほどの盛況ぶりです。参加者はお茶を飲みながらおしゃべりをしたり、カラオケを楽しんだり、ただ周りの様子を眺めたりと、思い思いの時間を過ごしています。

#### ～阪神・淡路大震災後の復興住宅建設がサロン立ち上げのきっかけ～

「ふれあい喫茶“チェリー”」立ち上げのきっかけは1995年（平成7年）に起こった阪神・淡路大震災でした。阪神地区には震災で家屋を失い、仮設住宅などに住む人たちのために復興住宅が建設され、それに付随して独り暮らしの高齢者のための交流の場を立ち上げようという動きが活発化していました。

そんなときに、宝塚市の亀井地区でも復興住宅が建設されることになりました。民生委員をしているAさんは、外部のボランティアや社協の人たちの提案もあり、所属していた地区のまちづくり協議会の福祉部会の仲間に、「サロンをやってみない？」と相談したところ、「自分たちの地区のことだから自分たちでやろう」と賛同してくれる人を見つけ、復興住宅の交流スペースを活用して1999年（平成11年）に、「ふれあい喫茶“チェリー”」が誕生しました。

#### ～参加者同士の見守りの輪が自然に醸成～

当初は参加者数も伸び悩みましたが、「復興住宅の入居者だけでなく、地域の高齢者みんなに利用してもらおう」と参加者の枠を広げてからは、多くの人たちが詰め掛けるようになりました。

「ふれあい喫茶“チェリー”」では、介護保険制度の説明など外部からの講師を招いたプログラムもありますが、基本的にはお茶を飲んでおしゃべりをして、歌を歌ったり、体操をしたりと自由なものです。自由な雰囲気の中に、担い手と参加者、参加者同士の見守りの輪が形成され、お互いのちょっとした異変に気づき、支えていく体制が自然とできあがってきています。

## ～再開が「涙が出るくらいうれしい」と言われて～

10余年の活動を経て、「ふれあい喫茶“チェリー”」は地域に欠かせない交流の場となっています。2009年（平成21年）に新型インフルエンザ流行の影響でサロンの開催をしばらく休み、再開を果たしたときには、ある参加者が担い手に対して「涙が出るくらいうれしい」と声をかけてくれました。

また、サロンに参加した人が、「今まで知らなかった人でも、まちで会ったら挨拶できるようになった。お友達の輪が広がった」とうれしそうに話してくれることもあります。地域の交流の場を設けることが、高齢者の人たちに多くの生きる喜びを与えているのだと、担い手の人たちも感動したそうです。

## ～施設と地域のつながりの結節点～

数年前に「ふれあい喫茶“チェリー”」は復興住宅の交流スペースから、現在の特別養護老人ホームの地域交流スペースに会場を移しました。Aさんが「地域の皆さんが集う場にしたい。入居者の人も参加してください」と訴えたところ、施設の厚意で、無料でスペースを利用できるようになり、入居者の人にも参加していただけるようになりました。サロンのメンバーは「せめてもの恩返しに」と、年末に大掃除をしたり、夏祭りのお手伝いをしたりした結果、施設と地域のつながりもできてきました。

## ～高まる地域での存在感～

「ふれあい喫茶“チェリー”」の担い手は約20人。立ち上げ時と比較すると約2倍に増加しました。立ち上げ時からのメンバーが現在も現役であることと、地域活動の中でAさんが「この人は」と見込んだ人に積極的に声をかけていき、徐々に担い手の輪を広げていったのです。「最初は参加者であったのが、いつの間にか担い手にされてもうたわ」と笑う担い手もいます。数は少ないのですが、男性の担い手も機械の操作や重いものを運んだり活躍しています。「できることをすればいいねん」と、お互いができることを尊重した結果、担い手もサロン活動に参加する意義を強く感じられるようになったと言います。

サロンの参加者は地区内の高齢者が主体で、自分で会場まで足を運べる人が基本となります。しかし、「サロンに行きたいけど、どうしても自力では行けない」という人に対しては、Aさんが送迎をしたり、帰りは他の参加者に自宅まで同行してもらおうということもあるそうです。「ふれあい喫茶“チェリー”」は担い手と参加者の協力の輪が広がる場所になったのです。

## 事例 華やぐ倶楽部世田谷（東京都世田谷区）

## ～民家に響く参加者の笑い声～

参加者の笑い声がもれてくるミニデイ<sup>3</sup>「華やぐ倶楽部世田谷」の会場は、世田谷区内の閑静な住宅街にあります。この家に住むAさんが自宅を開放し、毎月2回サロンを開催しています。「華やぐ倶楽部世田谷」は月に2回、Aさんがふるまう手料理をみんなでわいわいおしゃべりしながら食べることを楽しみに活動していますが、年に2回開催される高齢者のファッションショーのための企画や準備も、みんなが集まる一つの目的となっています。

## ～自宅の温かさと開放的な雰囲気を両立したサロン～

Aさんが自宅を開放し始めたのは、詩吟教室の仲間を自宅に招き、食事をふるまうという取り組みを始めた数十年前にさかのぼります。こうしたAさんの活動に注目した社協から「サロンをやってみませんか」と声がかかり、現在のサロン活動へとつながっています。詩吟教室時代の仲間のなかにはすでに他界している人もいますが、Aさんの自宅の居心地の良さが口コミで広がり、参加者の輪はどんどん広がっています。参加者は、「華やぐ倶楽部」の活動を通じ知り合った人もいれば、Aさんとの近所づきあいを通して参加するようになった人もいます。「誰でも参加できる」というサロンの本質をAさんは体現しているのです。

食事会のメニューはAさんや担い手だけでなく、参加者の希望も取り入れながら決めていきます。「今日は寒いから温かいうどんにしようかな」などと、季節感を感じられるメニューが考え出されます。食事の準備は他の参加者も一緒になって行きます。誰が「手伝い係」と決まっているわけではありませんが、「私が運ぶわ」と、自発的に協力の輪が広がっていくのです。

## ～何気ない会話が元気の源に～

食事会の場は歓談の場でもあります。「これおいしいわ」「どうやって漬けたの」などと、何気ない会話ですが、みんなの笑顔が広がります。ふだんはひとり暮らしで、簡単に済ませがちな昼食も、楽しい仲間と囲まれるとついつい箸が進みます。ボリュームたっぷりのメイン料理、漬物、デザートなど盛りだくさんのメニューを残す人はいません。「家だところなに食べられないけど、おいしいし、いっぱいしゃべって笑うから、それが良い運動になってペロッと平らげられちゃう」と参加者は楽しそうです。

もちろん、Aさん一人が取り仕切っているのではなく、縁の下の力持ちもいます。活動報告をまとめ支援先である社協に報告するのは代表であるBさん、参加費（1回500円）を徴収して管理し、季節のイベント開催を企画するのはCさんと、適切な役割分担ができていることが、華やぐ倶楽部世田谷の活動が長続きしている秘訣の一つです。

3 ミニデイ（地域ミニデイサービス）とは、介護保険の適用を受けない、高齢者等の生きがいの創出や心身機能の維持向上を目的とした活動。

**事例 おおきな栗の木の下で（東京都世田谷区）****～世代間交流の場としての子育てサロン～**

子育てサロン「おおきな栗の木の下で」の参加者は、子育て中のママと子どもたちだけではありません。地域の高齢者も参加し、子ども同士、子どもと親、子どもと高齢者、親と高齢者というさまざまな人たちによる交流の場としてにぎわっています。

サロンが開かれている世田谷区の下馬地区は近年、マンションの建設が盛んになり、子育て家庭の流入が進んでいましたが、新しく地域に移り住んできた人たちのなかには、地域とのつながりがないため、困りごとを相談する場を見つけることができず、孤独を感じる人もいたそうです。

一方、地域に長く住み続けてきた人たちも、高齢化が進み、配偶者が他界したりする中で、生きがいを見失いがちな人が増えてきていました。こうした状況下で2005年（平成17年）に誕生した「おおきな栗の木の下で」では、子育て家庭を支援する「担い手」として、高齢者の人たちが多く関わるようになりました。

**～世代間交流は、ママにとっても高齢者にとってもメリットがいっぱい～**

サロンは毎月2回、地区の町内会の集会所で開催されます。開催回数を増やした方が良いのではと考えたこともあったそうですが、担い手への負担を考慮すると、現在の回数で落ち着いています。また、お母さんたちも、サロンのない日は児童館や公園に行くなど、別の交流の場を選択できるので、月に2回程度でも十分に機能を果たしていると考えています。

サロンの会場の広い和室には、若いママと子ども、高齢者の人たちの輪があちこちに広がり、会話が花が咲きます。参加料は100円。参加者だけでなく、担い手も「私たちも十分楽しんでいるから」と100円払っています。活動内容はお茶を飲みながらのおしゃべりが中心ですが、多世代が交流することにより、高齢者が「先輩ママ」としてさまざまなアドバイスをするなど、子育て世代にとって心強い情報を入手する良いきっかけとなっています。一方、高齢者の担い手にとっても、「ここに行けば誰かに会える」ということが生きがいになっているそうです。また、若いお母さんや子どもたちと触れ合うことで、元気をもらっていると話す人もいます。

**～自然と助け合う担い手～**

担い手間のルールは特になく、ローテーションもありません。ローテーションがなくてもみんな自然と集まるので、サロンの運営に支障はないそうです。また、特定の責任者がいるのではなく、みんなが責任を持って活動をしており、担い手同士がフラットな関係を築いているそうです。

**～つながりの輪はサロンの外へ～**

「おおきな栗の木の下で」の参加者の多くは、お子さんが3歳になると幼稚園入園のため卒業していきませんが、「卒業生」同士の交流はその後自主的に続いており、ときにはサロンに遊びに来ることもあるそうです。まちのスーパーで買い物をしていても、「卒業生」が「サロンはどう？」と声をかけてくれるそうです。サロンを引っ張ってきたAさんは、子育てサロンを通じて、地域とのつながりが生まれ始めていると実感しています。

サロンの開催により、子育ての悩みを共有したいというお母さんたちのための交流の場所は確保され、地域とのつながりは着実に育まれつつありますが、Aさんは「本当に困っているお母さんはサロンには来ていないはず」と考えています。そんな人たちにサロンに参加してもらい、子育ての大変さをわかちあうために、「おおきな栗の木の下で」の担い手や参加者たちは、地域のお母さんたちに声をかけ続けています。

## 2. ふれあい・いきいきサロンの仕組み

### (1) サロンの運営で気をつけること

#### ポイント

- サロンに求められる以下の4つの要件をおさえよう。
  - ① サロンは、地域の人たちが歩いて行ける範囲に。
  - ② 地域の人たちが主役となって積極的に活動すること。
  - ③ 「おしゃべりだけ」もよし、「イベントをたくさん開く」もよし。プログラムは自由に発想しよう。
  - ④ 活動内容や形態に合わせて柔軟に考え、運営形態を選ぼう。

#### 「気軽に」(身近な場であること)

サロンで一番大切なことは、地域に住む人たちの出会いの場、交流の場、仲間づくりの場として親しまれることであり、気軽に立ち寄ることができる場でなければなりません。ですから、サロンは歩いて行ける範囲にあることが基本になります。

ただし、坂道の多い地域では、歩行の困難な人に対して他の参加者が車による送迎を実施しているところもあります。地域の条件によってはそのような配慮も必要となります。

#### 「無理なく」(地域の皆さんが居心地の良いこと)

住民同士が交流する場であるサロンでは、地域で生活する皆さんが主役です。つくるのも楽しむのも自分たち自身です。また、サロンの中には「助けるだけ」、「助けられるだけ」という立場はありません。

老若男女の別なく、元気な人も元気でない人も、社交的な人も人付き合いが苦手な人も、それぞれの思いや個性をお互いに認め合いながら、居心地の良いサロンづくりに関わっていきましょう。

#### 「自由に」(プログラムは自由です)

上述のように、サロンは地域の状況に応じて、参加者が無理のない範囲で行う活動なので、プログラムは千差万別です。やりたいことが出てきたら、興味のある人を集めてやってみた

り、サロン全体でプログラムを実施してみようと提案してみると良いでしょう。もちろん、「何もしない」や「おしゃべりだけ」といったプログラムでもかまいません。

実際のサロンを見てみると、プログラムにいろいろ工夫をしているところもあれば、プログラムをつくらないというところもあります。

#### 「楽しく」(出入りも自由です)

サロンのプログラムはさまざまで、「適当な時間に集まってお茶を飲みながらおしゃべりに花を咲かせます」というところもあれば、「年間スケジュールを立てて、たくさんのイベントを開催します」というところもあります。どちらにも良さがありますが、「参加者が楽しめればそれが一番」ということを念頭にプログラムを考えましょう。

また、サロンの原則は「出入り自由」なこと。参加者が楽しみたいと思ったときに自由に参加できるような環境を整備するように心がけましょう。

#### 多様な運営形態

サロンの運営形態は、地域のボランティアグループや町内会・自治会、老人クラブ、福祉団体など多様であり、「こうでなければならない」という決まりはありません。

「お茶飲み程度でいい」ということであればボランティアグループのままでも十分ですし、「サロンをきっかけとしてデイサービス等の介護保険事業にも取り組みたい」という場合は、NPO法人化などを検討する必要もあるでしょう。各サロンは、活動内容や目標の変化に合わせて、自分たちがもっとも良いと思う運営形態を選んでいきます。

## (2) 基本的な仕組み

### ポイント

- 参加者のなかに縁の下の力持ちとして運営に携わる「担い手」がいてこそ、サロンが成り立っている。
- サロンの運営やプログラムの実施の際は、自治体や社協などと連携することで、その幅をさらに広げられる。
- 参加費は無料か実費とするサロンが多い。

### 「担い手」が自由な活動を支えています

サロンには「サービスを提供する人」、「サービスを受ける人」という明確な区分は存在しません。ただし、参加者のなかにサロン運営の「担い手」という人たちがいます。

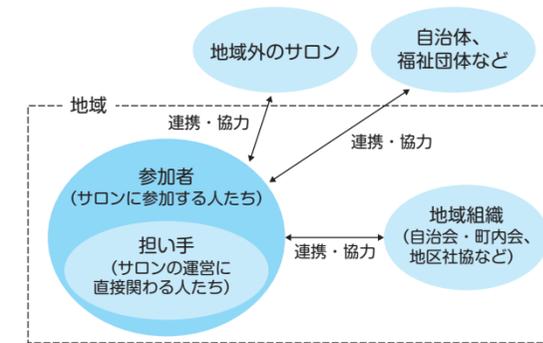
「担い手」は、活動場所の確保・管理、プログラムやイベントの企画・運営、参加の呼びかけの他、さまざまなサポートを必要とする参加者へのケア、サロンは運営に関わること全般を行います。運営に携わる「担い手」がいるからこそ、サロンは参加者がともに楽しく過ごすこのできる場所として成り立ち、また継続的な活動ができるのだと言えます。

### 地域の力を上手く活用しています

サロンは、自治会・町内会や小学校区などの地域単位で行われることが多く、地域内のさまざまな団体、人びとと連携・協力することにより、活動の活性化や地域とのつながり強化を実現しています。また、サロンのなかには、自治体や福祉団体などの専門職と連携しているケースも多く見られます。例えば、体操や音楽の先生を派遣してもらったり、保健師に健康チェックをお願いしたりすることもあるでしょう。

活動の幅を広げるために、地域の資源を上手く活用している例が多くなっています。

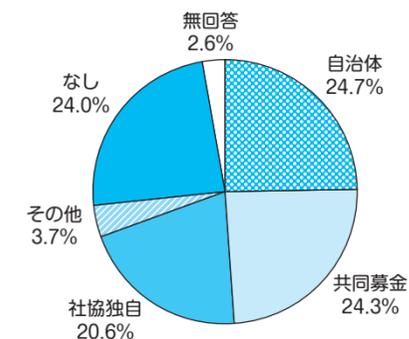
図表7 サロンのイメージ



### 参加費は無料か実費が原則

地域の人たちの交流の場として多くの人に集ってもらいたいということから、サロンへの参加費は無料あるいは実費としているところが多くなっています。運営費に関しては、全国のサロンの約70%で、自治体、共同募金、社協等からの助成制度があるという結果も出ています。

図表8 サロンの財源 (運営費の助成)



(資料) 全社協「平成20年度ふれあい・いきいきサロン実態調査結果報告」

## (3) こんな「思い」でサロンを始めました

### ポイント

- 「自分たちにとって、こんな場所があったらいいな」、「近くに住むあの人が抱えている問題を解決したい」という思いから、サロンは始まる。
- めざすは「誰もが住み慣れた地域にいつまでも暮らしつづけられること」。そのため地域づくりに向けた取り組みとしてサロンの輪が広がっている。

### 高齢者が外出する機会を増やしたいと思った

高齢化社会を迎え、また、ライフスタイルの変化などにより、ひとり暮らしの高齢者が増えています。「外出もせず、誰とも話さずに過ごすひとり暮らしの高齢者が多い」という現状に危機感を持ち、高齢者が集まって話ができる場所としてサロンを立ち上げる動きが多く見られます。

### 子育ての悩みを相談したいと思った

子育ての悩みを誰にも相談できず、孤独な気持ちで子どもと向き合っているお母さんやお父さんは数多くいます。そんな状況を踏まえ、「集まって相談して元気になろう」という思いから立ち上げられているのが子育てサロンです。「悩みを相談したらすっきりした」「自分だけが抱えている問題ではなかったんだ」と、多くのお母さんやお父さん達の輪が広がっています。

### 地域のつながりを強くしたいと思った

地域内のつながりの希薄化が進む中、「地域に住む人たちが笑顔で挨拶を交わす環境を取り戻したい」とサロンを始める人たちがいます。子どもから高齢者まであらゆる世代の人たちの笑い声が響くサロンをめざして立ち上げる人もいます。

### いつまでも住み慣れた地域で暮らしたいと思った

障害を持っている人が、住み慣れた地域でいつまでも安心して暮らしていくためには、周囲の人たちの支援や見守りが必要です。こうした思いから、障害を持つ人たちにとっての地域における生活の場としてサロンを立ち上げる例が見られます。

## 3. ふれあい・いきいきサロンのこれまでとこれから

### (1) サロンのこれまで

#### ポイント

- 楽しさより義務感が優先したり、発起人がいなくなると継続できなくなるといった課題を解決するために、住民が一体となった仲間づくりの必要性が高まり、サロンにつながっていった。
- サロンの対象は高齢者から障害者や子育て家庭へと広がり、現在では多種多様な活動が展開されるようになった。

### サロンの原点は、当事者と住民の線引きをなくすこと

サロンはまず高齢者分野において始まりました。全社協では平成5～6年度に高齢者分野における当事者や家族の会についての事例調査や、仲間づくり活動に関する調査を行いました。その結果、「高齢者団体の多くは非常に組織的だが、そのことが災いして楽しそうな雰囲気伝わってこない」、「組織的な団体は、保健師や看護師、社協職員など、専門職の人たちが中心的な役割を果たして立ち上がるものの、その人たちがいなくなると活動が継続できない」という課題が浮かび上がりました。これらを背景に、当事者と地域住民が一体となった仲間づくりの必要性が高まり、今日のサロンの原点となったのです。

### ふれあい・いきいきサロンの提案

こうした調査結果を受け全社協では1994年（平成6年）に、市町村社協に対してサロンへの取り組みを呼びかける「ふれあい・いきいきサロン開発マニュアル」を発行し、「サロン」の概念を社会に提案しました。ここで強調したことは、サロンは、デイサービスのよう高齢者が「サービスを受ける人」として参加するのではなく、歩いていけるような身近なところで高齢者と地域住民と一緒に活動していくという新しい概念でした。

### サロンの広がり

高齢者分野におけるサロンが始まるとともに、他の分野でのサロンも模索されるようになりました。全社協による平成7～8年度の調査結果から、精神障害者がさまざまな局面で社

協の取り組みに期待していることがわかりました。また、「気軽に集まれる場や仲間づくり」についても多くの相談が寄せられており、すでに精神障害者のサロンが先駆的に展開され始めていることも明らかになりました。以上のような調査結果を受け、全社協では精神障害者のサロンづくりを提案するに至ったのです。

また、子育てサロンについても、全社協では平成13年度に「ふれあい・子育てサロン」活動に関する調査研究の結果、孤立しがちな現代の子育て家庭はもちろんのこと、地域社会にとっても、サロンが大きな効果をもたらすことが明らかになり、全国展開に向けた支援を行うことになりました。

こうした地域における交流の場づくりは全社協だけではなく、さまざまな主体によって推進されることとなりました。財団法人さわやか福祉財団は、「新しいふれあい社会の創造」を理念として活動しており、介護保険制度が開始されると、身体だけではなく心のケアの必要性を認識し地域に「ふれあいの居場所」をつくる活動を推進するようになりました。サロン同様、地域の人たちが楽しめるプログラムや食事会、ものづくりなど、交流を深める多様な活動が行われています。

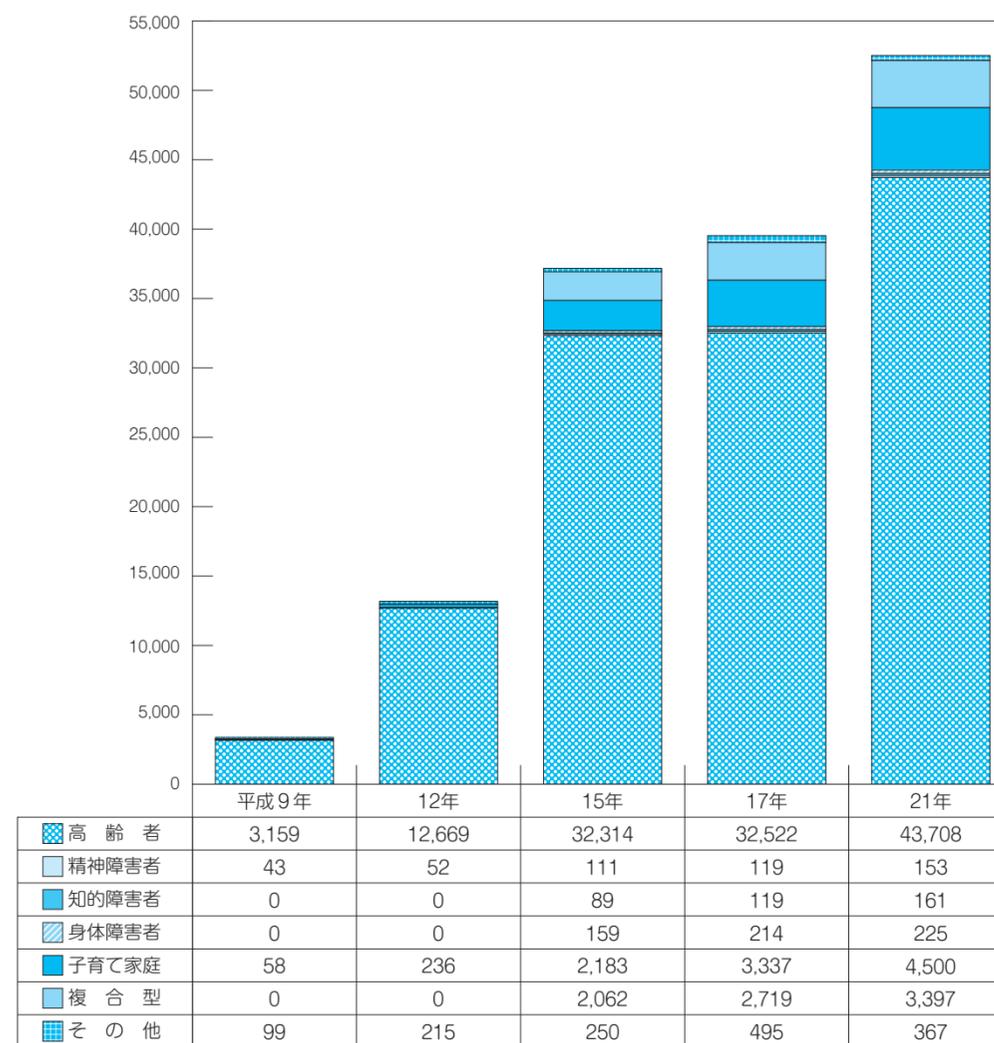
### 高齢者の介護予防の推進

2000年（平成12年）に介護保険制度が創設され、制度的な福祉サービスが体系的に提供されるようになる一方、全社協では、住民自らが介護予防に取り組むという視点で、サロンが介護予防にどのような意義や可能性があるのかについて、平成12～13年度の2年間にわたり調査を実施しました。その結果、寝たきり予防や認知症の改善という観点からもサロンに取り組む重要性が明らかになりました。

### サロンの現状

「地域で気軽にできる活動」というコンセプトが受け入れられ、近年、サロン設置数は増加しています。全社協が把握しているサロンの数は2009年（平成21年）4月現在で52,000か所を超えています。内訳は、高齢者を対象としたサロンが8割を超えており、「子育て家庭（8.6%）」「複合型（6.5%）」が続いています。一方、障害者を対象とするサロンは全国で500か所強にとどまっており、今後一層の広まりが求められています。

図表9 「ふれあい・いきいきサロン」の対象別設置数の推移



(資料) 社会福祉協議会活動実態（基本）調査報告書（全社協）より

## (2) サロンの今後

### ポイント

- 福祉という観点だけでなく、地域に暮らす人びとのつながりを再構築するための役割を果たす大切な社会資源となる。
- サロンの継続性を確保するため、担い手の育成が求められている。
- 地域におけるニーズの多様化に対応して、参加者の幅を広げたり、見守り活動のようにサロンの外での活動も合わせて行ったりするなど、活動の範囲が広がっていく。
- 多様化するニーズへの対応と自律的な運営を実現するため、運営基盤の一層の整備が必要となる。

### 地域の課題を見つける社会資源としての役割の期待

これまであいさつも交わしたことのなかった人たちの間に交流が生まれ、自然と助け合いの輪が広がっていきます。そして、サロンを通じてつながった絆や交流の輪が、お互いの異変に気づき適切な対応を促すきっかけとなったり、地域の課題を認識し、新たな活動の展開につなげる機能を果たします。

すなわち、サロンは地域の課題を発見したり、解決のためのきっかけを提供したりするための「社会資源」として役割を果たしていくことが期待されます。

### 担い手育成の必要性

サロンでは、参加者同士のつながりを支える担い手が重要ですが、活動開始以来、長期間が経過しているサロンでは、次の世代の担い手を育成することが課題になっています。

そのためには、担い手のメンバーが固定化しないように、常に地域に対して担い手の募集をしたり、社協、ボランティア・市民活動センターなどで担い手の研修会を実施したりと、担い手を確保するための取り組みを実施している地域もあります。

また、リーダーの養成は不可欠という認識の下、リーダー養成の研修会を行うなどの取り組みも盛んになっています。このように、地域で生まれた活動を継続させていくためには、担い手のスムーズな世代交代が重要なカギとなっています。

### ニーズの多様化への対応

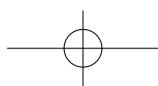
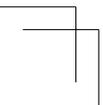
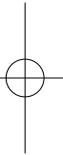
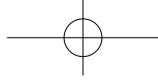
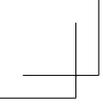
地域や参加者の状況が年月の経過とともに変化していくのに伴い、サロンに期待される役割も変化しています。これまでのサロンは高齢者を対象としたものが大半でしたが、近年は子どもや障害者を対象としたサロンも増加しています。さらに、在宅での生活支援や見守り活動など、サロンの外に出た活動へと発展している例もあります。

また、地域住民が主役の気軽な活動というサロンの利点を活かせば、今後の地域におけるニーズの多様化に対応して、ニーズの解決に向けた活動の範囲も広がっていくものと考えられます。

### 運営基盤強化の重要性

サロンを継続したり、多様化するニーズに対応して活動の幅を広げていくには、運営基盤を強化し、自律的な運営を行っていくことが重要です。運営基盤を強固なものにするためには、担い手の養成がもっとも重要ですが、それ以外にも自治体や社協、他の団体とのネットワークを強化したり、安定して利用できる拠点や運営費を確保することも大切です。

運営費については、それほど多額の金額が必要なわけではありませんが、その内容によっては一定額を必要とする場合があります。近年、サロン設立や運営を支援する自治体も増えていますが、財政状況が厳しい自治体も多いので、自治体以外の財源を獲得したり、イベントを開催して自主財源を確保することが必要な場合もあります。



## 第3章

# 活動の立ち上げ・ 継続のための心構え

1. 明るく柔軟な気持ちを持ち続けること
2. 信頼される体制づくりも忘れずに
3. 「人」と「場」の魅力を高めよう
4. リーダーは縁の下の力持ちになろう

## 1. 明るく柔軟な気持ちを持ち続けること

### ポイント

- 「気軽に」、「無理なく」、「楽しく」、「自由に」のサロンをつくるためには、担い手自身が明るく柔軟な気持ちを持つこと。
- サロンの運営に行き詰るときもある。そんなときには「何とかなるさ」という前向きな気持ちも大切。

### 「気軽に」、「無理なく」、「楽しく」、「自由に」を大切に

サロンは「気軽に」、「無理なく」、「楽しく」、「自由に」取り組む活動です。サロンが地域交流の「場」として機能するためには、気軽に楽しく参加してもらえるような開かれた環境づくりが求められますし、サロンを継続していくためには担い手も参加者も無理なく活動に取り組めるようなプログラムや運営体制が必要となります。担い手も参加者も楽しめるサロンであれば、口コミを通じて参加希望者が増えてくることでしょう。そんなサロンをつくるためには、自分たちの発想を活かして「参加者自身がやりたいことをやる」のがポイントです。

地域の人たちに「あのサロンおもしろそう」、「また参加したい」と言ってもらえる開放的でリラックスしたサロンになるよう、明るく柔軟な気持ちで取り組みましょう。

### 「何とかなるさ」という前向きな考え方が大切

サロンを立ち上げると、いくら入念に準備をしても、思ったより参加者数が伸び悩んだり満足してもらえなかったりと、予想外のことが起こるときもあるでしょう。つい、「だから言っただろう」や「〇〇するべきではなかった」などと否定的な言葉を繰り返したくなるかもしれませんが、そんなときこそ「何とかなるさ」と前向きな気持ちを持つことが大切です。その上で、時間をかけて、「どうすれば地域に受け入れられるのか」を考えていけば良いのです。

皆さんと一緒に取り組む担い手の中に、「失敗してもやり直せばいい。じっくり取り組もうよ。」という人が一人でもいると、活動を継続しやすくなります。

## 2. 信頼される体制づくりも忘れずに

### ポイント

- サロンを安定的に運営していくためには、互いの得意を活かし苦手を補える仲間の存在や担い手同士が助け合いやすい体制づくりが必要である。
- 意見を言ってもらえる仲間を大切に。仲間の建設的な意見がより良いサロンづくりにつながる。
- 地域に対して「誰がどんな課題を抱えているのか」をとらえるためのアンテナを常に張っておくことが、継続的な活動につながる。

### 体制づくりの必要性

サロンは「気軽に」、「無理なく」、「楽しく」、「自由に」取り組む活動ですが、一方で、サロンが地域の人に親しまれる場であり続けるためには、中・長期的な視点に立って、どのようにサロンを継続していきたいかというビジョンを持ち、長く続けられる体制をつくっていくことが重要です。

担い手が一人でもサロンを立ち上げることは可能です。しかし、一人だと、自分自身が病気になったり、都合がつかない場合にサロンを休まざるを得なくなるなど、サロンの運営が不安定になり、サロンを楽しみにしている参加者をがっかりさせることになりかねません。それゆえ必要最低限の体制づくりが求められます。

例えば、サロンを維持したいという思いを共有する仲間とともに、互いに過度な負担にならないかたちで役割分担することで、サロンを安定的に運営することができるようになります。

### 意見を言ってもらえる仲間を増やそう

サロンを続けていく中で、ときには運営に行き詰まってしまうことがあるかもしれません。そんなときは、社協やボランティア・市民活動センター等に相談するののも一つの手段ですが、「こうすればいいんだよ」、「こんな人にも声をかけてみようよ」と建設的で率直な提案をしてくれる仲間がいれば、大きな力になることでしょう。

仲間を増やすためには、日ごろから自分自身が感じている思いを語りかけ、理解を求めていくことが有効です。皆さんがサロンで実現したいことを理解している人たちはきっと、同じ志を持って、適切なアドバイスをしてくれるはずですよ。

### 「誰がどんな課題を抱えているのか」というイメージを常に持つておこう

サロンを立ち上げたいと考えていると、例えば「子育て家庭は、他の子育て家庭と交流したいはず」といったように、地域に対して何らかの課題認識を持っているでしょう。しかし、自分が課題だと感じていることが本当に地域に共通した課題だと言えるのでしょうか。

例えば、「サロンを始めたのはいいけれど、参加者が誰もいない」というケースは決して珍しいことではありません。上記の例で言うと、地域の子育て世代は子育て経験のある先輩と交流したいと考えているのかもしれない。

「〇〇の人たちの状況を何とかしたい」という強い思いと、実際にそのニーズがあることを確認して初めて、サロンの第一歩を踏み出せるのです。また、サロンを続けていく中で運営方針について迷ったときも、立ち上げ時の理念と対象者がはっきりしていれば、改善のきっかけもつかみやすくなります。

サロンの立ち上げ自体はさほど難しいものではないだけに、地域の課題の把握と参加者のイメージをしっかりとつかんだ上で行動に移すという慎重さも必要です。

## 3. 「人」と「場」の魅力高めよう

### ポイント

- 地域住民が集まれる拠点があること自体が地域の財産。さらに気軽に参加できる場になることで、場そのものの魅力が高まり、さらに人が集まってくるという良い循環が生まれる。
- 担い手自身が「楽しい」と感じることで、サロン全体の雰囲気を作り良くし、さまざまな人が関わる土台をつくることにつながる。
- 参加者が受身の関わりに留まるのではなく、地域の課題に関する話題を自然に持ち込み、それをきっかけに地域の助け合いが生まれるような「場」をめざそう。

### つい足を運びたくなる、地域の拠りどころ（＝寄りどころ）をめざそう

サロンは参加者の交流を促したり、楽しんでもらえるプログラムを提供したりするものですが、大切なのは「つい足を運びたくなる拠点」として機能することです。成功しているサロンは、「毎週〇曜日に行けばみんなに会える」といった安心感や楽しみを地域に与えています。

地域住民が気軽に参加できる場になることで、場そのものの魅力が高まり、さらに人が集まるという良い循環が生まれます。

参加者同士が交流し、それがいつかは地域全体の輪へと広がっていくためには、自然と地域住民が集うような「拠りどころ（寄りどころ）」をめざして活動を続けていくことが重要です。

### 担い手が「楽しい」と感じることで継続の源

担い手はサロンを支える縁の下の力持ちですが、活動がマンネリ化してくると、「やらされ感」を抱くこともあるかもしれません。そんなときは、「サービスを提供する側」、「提供される側」の区別はないというサロンの原則を思い出しましょう。継続しているサロンでは、担い手自身が「楽しい」と感じています。担い手自身が参加料を払っているサロンも多くあります。

担い手はサロンを支えているだけでなく、参加者から多くのことを学んでいるという意識を持つことができれば、担い手の魅力が場の魅力高め、サロンも継続していくことでしょう。

### 地域への思いをざっくばらんに持ち込める「場」

サロンを通じて人びとが関わる中で、「こんなことに困っている人がいる」という情報を共有したり、「こんなことをやってみたら面白いんじゃないかな」といったアイデアが生まれたりします。また、さまざまな人が顔を合わせて話をすることで、地域への関心を一緒に高めていくことも期待できます。特定の目的で集まる場（趣味教室、セミナーなど）ではなかなか出会わない人たちが顔を合わせることで、新しい取り組みが生まれるかもしれません。

地域住民にとって集まりやすい場づくりがある程度できたら、参加者がもつ関心や課題を読み取り、集約していくようにしましょう。「あそこは話を聞いてくれる」という地域住民からの信頼が芽生えれば、地域の課題や思いを持ち込める場に成長できることでしょう。

このような姿をめざすことで、サロンは、参加者を通して把握できる地域の課題を、自治体や社協等につなげる役割（＝地域の窓口）を果たすこともできます。

## 4. リーダーは縁の下の力持ちになろう

### ポイント

- 何でも自分でやるのではなく、担い手の適性に合わせて少しずつ役割を任せていけば、「参加者が担い手になる」サロンらしい人のつながりが実現できる。
- 参加者が口にする意見だけでなく、声には出さない思いもくみ取って、サロンの運営に活かしていこう。
- 参加者の固定化は必ずしも悪いことではないが、常に地域とのつながりを持ち、新たな参加者を発掘しようとすることも必要である。

### 担い手に役割を任せつつ、リーダーは見守り役になろう

リーダーはサロンの運営に必要なことがいろいろと見える立場にいます。サロンを上手く運営していくために、気づいたことについて自分で対応してしまうこともあるでしょう。しかし、リーダーが仕切りすぎず、ぜひ担い手の個性や力に応じて役割を担ってもらいましょう。

サロンには、高齢者との会話が得意な人、お金の計算が得意な人、掃除や料理が得意な人など、さまざまな人が集まってきます。適材適所を見極めて、「〇〇さんが話すと参加者の人たちが明るくなるね」というように担い手一人ひとりの魅力を引き出すようにすることで、多くの参加者に喜ばれる上、担い手のやりがいにもつながります。

ただし、リーダーは突然すべてを任せるのではなく、まずは担い手の気持ちをくみ取りながら、少しずつ役割を任せていきましょう。リーダーがきちんと見守りながら、徐々に担い手が一人立ちできるように促すことで、「参加者が担い手になる」というサロンらしい人のつながりが起こってくるはずですよ。

### 事例 ふれあい喫茶“チェリー”（兵庫県宝塚市）

ふれあい喫茶チェリーの担い手として参加者の人たちと気さくにコミュニケーションをするBさん。Bさんは身体障害者であり、当初は、「私が担い手として活動するなんて想像もつかなかった」そうです。しかし、他の担い手から、「受付ならできるんじゃない？」と声をかけられ、Bさんも思い切って挑戦してみることにしました。その結果、Bさんは参加者の人たちとコミュニケーションを取れるかけがえのない担い手となりました。Bさんはサロンでの活動にとってもやりがいを感じるとともに、活動のきっかけを与えてくれた仲間感謝しています。

### 参加者が持つ思いをくみ取ろう

サロンを運営していると、参加者から「今度はこういうことをしたい」という提案が出てくるかもしれません。提案が出てくるということは「このサロンに期待しているよ」というサインでもあります。サロンの原則は「自由に」ですので、可能な範囲で提案に柔軟に対応するだけの心構えを持っておきましょう。

一方、サロンの参加者の中には、さまざまな事情により、なかなか自分の意見を言い出せない人がいることもあります。そのような場合には、担い手が話しかけたり、他の参加者との会話の輪の中に一緒に参加してみるなど、自然なかたちでコミュニケーションを取り、「この人はこういうことを望んでいるんだな」ということを読み取り、把握する姿勢も必要となってきます。

参加者がサロンに求める目的はさまざまであり、それぞれの参加者が楽しいひとときを過ごせる環境を整えるよう、気を配りましょう。

### 分け隔てなく参加者を受け入れよう

サロンが継続していく中で出てくる悩みが、「担い手や参加者の固定化」です。しかし、メンバーの固定化は悪いことばかりではありません。担い手、参加者相互のつながりがこれまで以上に強くなるからです。

しかし、「固定化＝外部の人を受け入れない雰囲気」にならないよう気をつけることは必要です。通常のサロンとは別に無料の食事会を開催することを通じて、新たな参加者を開拓したという事例もあります。このように、通常のサロンとは少し異なるかたちで地域に存在をアピールすることで、多様な参加者を掘り起こすことが可能になることを心に留めておいても良いでしょう。

## 第4章

# サロンを立ち上げるために

1. サロン立ち上げに向けて
2. 活動内容を考えよう
3. 仲間集め
4. 活動の骨格づくり
5. お金に関する準備

## 1. サロン立ち上げに向けて

## (1) サロン立ち上げの流れ

## ポイント

- 簡単に立ち上げられるからこそ、活動の継続を見据えて、一つひとつのステップをじっくり検討する慎重さを持つ。
- 一緒に活動していくため担い手同士のビジョンの共有や、参加者を募るための準備のための時間を確保しておく。

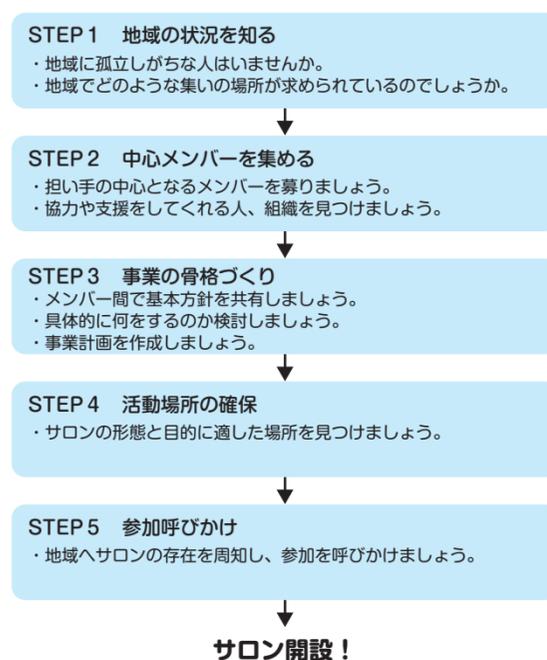
## サロン開始までに考えておきたいこと

サロンは気軽な活動ですので、場所と多少の運営資金を確保できて仲間が集まれば、比較的容易に立ち上げることが可能と言えます。

ただし、活動の継続を見据えれば、後になって「こんなはずじゃなかった」とならないよう、一つひとつのステップについては、じっくりと検討して立ち上げにつなげていきたいものです。

下図表は、サロン開始までに考えておきたいことを流れにしたものです。必ずしもこの順序のとおり考える必要はありませんが、皆さんの立場に当てはめて一つひとつのステップを検討してみましょう。

図表10 サロン立ち上げまでの流れ (例)



## サロン開始までのスケジュール

サロンを開始するまでに「これぐらいの期間をかけないといけない」というきまりはありません。早ければ1か月程度で立ち上げに至ったサロンもあるようです。

しかし、活動を安定的に継続させていくためには、一緒に活動していく担い手とこれからの活動の目標や手段に関するビジョンを共有しておく必要があります。このためには、自分たちが活動を展開しようとする分野について勉強会を開催することも有効です。

また、場所や資金の確保、担い手の役割分担、参加者を集める方法（チラシ作成や配布など）などについて、しっかりと準備をしておくことも重要です。

「サロンを始めたい」という熱い思いを抱きつつ、しっかりと基礎固めをしてから行動に移すことをおすすめします。

## (2) サロン立ち上げに必要なことは？

### ポイント

- 自分には何ができて、何が不足しているのか整理する。
- すべて自分で抱え込まず、いろいろな人に相談する。

### 今の自分自身の状況を確認し、準備すべき項目を明らかにしよう

「サロンを始めたい」と決めたら、まずは自身が置かれている状況を整理しましょう。  
 サロンを始めるまでに揃えるべき要素を「アイデア」、「仲間」、「場所」、「お金」に分類してまとめています。この図表を見て、自分自身の状況と準備すべき項目を明確にしましょう。  
 例えば、「まだ具体的なイメージは持っていないけど、一緒にサロンをつくりたいね」とい合える仲間がいる」という場合は、「アイデア」、「物・場所」、「お金」の項目を確認すると良いでしょう。

図表11 サロンを始める際に満たしておくべき要素

	チェック項目	まだできていない場合は	ここを読もう！ (第4章)
アイデア	<ul style="list-style-type: none"> <li>・やりたいことは決まっている</li> <li>・やりたいことが地域ニーズに対応していることが検証できている</li> <li>・同様のサービスが既に行われているか確認している</li> </ul>	→	2. 活動内容を考えよう
仲間	<ul style="list-style-type: none"> <li>・活動にともに取り組む仲間がいる</li> <li>・自治会・町内会など、地域の人たちの理解と協力を得られている</li> <li>・活動の相談や助言をしてくれる組織や人がいる</li> </ul>	→	3. 仲間集め
場所	<ul style="list-style-type: none"> <li>・活動する場所は確保できている</li> <li>・活動拠点は対象とする人たちが集いやすい場所である</li> </ul>	→	4. 活動の骨格づくり
お金	<ul style="list-style-type: none"> <li>・活動を継続的に行うための資金を確保できている</li> </ul>	→	5. お金に関する準備

### いろいろな人や機関に相談しましょう

サロンを始めようとしている方のなかには、「地域活動や福祉活動自体が初めて」という方もいらっしゃるかもしれません。サロンは地域の交流の場づくりですので、地域の事情をよく知り、地域住民のニーズに対応した活動をすることが求められています。

将来の参加者や担い手を見つけるきっかけにもなりますので、これを機会に多くの人たちに話しかけて、「地域で何が求められているのか」、「サロンを始めるためにどんな準備をしておく方が良いか」を率直に相談してみたいかがでしょうか。

### (3) 立ち上げのきっかけをつかもう

#### ポイント

- 地域で暮らす上で自分自身が困っていることはないかを考える。
- 民生委員・児童委員や社協、ボランティア・市民活動センターなどの提案を受けて一緒に取り組むのも良いきっかけ。
- 「自分の知識や技能を役立てたい」というのも大切な動機。

#### 自分自身が困っていることがある場合

地域で生活している上で、自分自身が困っていること、気になっていることはありませんか。この場合、同じような思いを抱いている人たちを探しだしていくことが、サロン立ち上げのきっかけになるかもしれません。自分が困っていることは、決して自分だけの問題でない可能性が高いのです。

#### 事例 お助けマンの会（原宿芙蓉会）（横浜市戸塚区）

原宿芙蓉会が立地する横浜市戸塚区の原宿地区は1960～1970年代に開発された一戸建て主体の新興住宅地。住民は特定の世代に偏った構成となっていたため、近年高齢化が進展していました。あるとき、老人会の茶話会のときに、ひとり暮らしの女性の世帯が増加し、住居や庭のメンテナンスが課題となっていることがわかりました。

この話を聞いたAさんは、「何とか助けたい」という思いにかられ、必要とされるであろう作業をリスト化（パトロール、大工仕事、庭仕事、病院への付き添い、電気機器の保守点検）。それを老人会の回覧に回し、手伝いのできる人（お助けマン）を募集しました。その結果、活動の趣旨に賛同した11人が担い手となり、2006年（平成18年）10月、「お助けマンの会」を結成しました。

#### 民生委員・児童委員や社協にサロンの立ち上げを打診された場合

民生委員・児童委員、社協職員、ボランティア・市民活動センターなど地域福祉の推進機関は、誰もが住みなれた地域でいつまでもいきいきと生活していけるように、各地域の置かれている状況を確認し、必要な対策について常に考えています。その上で、皆さんのもとに「地

域のことを一緒に考えてみませんか」、「サロンをやってみませんか」という提案を行うこともあるかもしれません。

こうした外部からの提案に対し「思いあたる節がある」と感じたら、ぜひ行動に移してみましょう。きっと「あなたなら地域のことを考え、行動できる」と考えて提案しているはずです。

#### 事例 ふれあい喫茶“チェリー”（兵庫県宝塚市）

ふれあい喫茶チェリーの立ち上げ者であるAさんは、「サロンをつくりたいけど、どうしよう」と迷っていた時期が長かったと言います。阪神・淡路大震災後に各地で整備された復興住宅に立ち上げられたサロンの話を聞き、「私もやってみたいな」と思いつつ、仲間になかなか話を切り出すことができませんでした。

そんなとき、外部の組織からサロン立ち上げを提案されたこともあり、「Aさんが適任」と考えた社協がAさんに声をかけました。「やっぱり話がきたな」と思ったAさんは、思いきって地区のまちづくり協議会の福祉部会にサロンの立ち上げを提案しました。慎重な意見を言う人もいましたが、「自分たちの地区のことだから自分たちでやってみよう」という心強い仲間を得て、サロンをスタートさせました。

#### これまで培ってきた知識や技能を地域活動に役立てる

サロンを始める際に、「これは福祉に役立つ活動なのだろうか」などと堅苦しく考える必要はありません。「自分自身が培ってきた知識や技能を地域で活かしたい」という思いからサロンのプログラムに結びつけていくという事例も数多くあります。

例えば「ピアノが得意」であれば、ピアノの伴奏に合わせて健康体操を実施するプログラムを行うこともできますし、伝統芸能に携わっているのであれば、子どもたちを集めて地域全体で継承していくプログラムも考えられます。

この場合、「福祉活動をしなればいけない」ではなく、「自分の持っている知識や技能は、工夫次第で地域福祉に役立つんだ」という考えでサロン展開の可能性を探ると良いでしょう。ただし、単に「自分の知識や技能を何かに役立てたい」という漠然とした思いではなく、「どういう人に役立ててもらいたいか」という目的意識をしっかりと持つことがコツです。ここで具体的な目的意識を持っておくと、サロンを始めて運営に行き詰っても、活動内容にブレが生じにくくなります。

## 2. 活動内容を考えよう

### ポイント

- 町内会・自治会の役員や民生委員・児童委員、近所の仲間、社協、自治体などさまざまな人や団体に積極的に話しかけて地域のニーズを把握する。
- 地域内ですでに行われているサービスの特徴を見つけ、サロンの方向性を考えよう。
- 地域内外で団体の話を直接聞くことで、自分たちの活動の特性を際立たせるヒントを得られる可能性もある。
- サロンの活動の特徴としてあげられる「フリースペース型」「プログラム型」について、大まかなイメージを描くと、検討が進みやすい。
- 早い段階から多くの仲間に参画してもらえれば、地域の誰もが参加しやすい活動内容を構築しやすい。

### 地域のニーズを把握しよう

サロンを始めようとしたときに、まず、これからやろうとしている活動に対するニーズがあり、十分な解決策が提供されていないことを確認しましょう。地域内のニーズを把握するためには、町内会・自治会の役員など、地域の事情に精通している人たちや、地域で困っている人たちの相談等に応じている民生委員・児童委員などに話を聞くと良いでしょう。また、「気の合う近所の仲間とおしゃべりをしながら」でもかまいません。

一方、都心部をはじめとして、地域におけるコミュニケーションが必ずしも活発ではない地域では、「自治会長さんと話したことなんてないし…」と躊躇するかもしれません。その場合は、地元の社協、ボランティア・市民活動センターに相談をしてみてもいいでしょうか。地域福祉のプロが、あなたの課題意識が地域全体として共有できそうなものなのか、助言してくれることでしょう。

### 地域にあるサービスや団体を探そう

地域ニーズをおおむね把握したら、次に、そのニーズに対して、地域内でどのようなサービスが行われているのかを調べてみましょう。もっとも手軽な調べ方は、インターネットでご自身のお住まいの市区町村名と「サロン」などのキーワードで検索することです。団体と内容についての基本情報を入手できるでしょう。

もっと詳しく知りたければ、社協やボランティア・市民活動センター等に問い合わせれば、地域内の団体に関する情報を教えてもらえます。

### 事例 世田谷区社協のホームページの例（東京都世田谷区）

世田谷区社協のホームページでは「サロン・ミニデイ検索」のページを設け、地域内でどのようなサロンが展開されているのか、簡単に情報を入手できるようにしています。検索に際しては「グループ名」「活動形態（サロン、ミニデイ、子育てサロン）」「活動内容」「町名」について記入する欄があり、特定したい項目を入力した上で検索すると、条件に合った団体が一覧となって抽出されるようになっています。地域におけるサロンの概況を知るには大変便利なシステムとなっています。

図表12 サロン・ミニデイ検索

グループ名	<input type="text"/>
活動形態	サロン <input type="button" value="▼"/>
活動内容	<input type="text"/> <small>「囲碁」「手芸」「おしゃべり」など検索したい活動内容を入力してください</small>
	あ <input type="checkbox"/> 赤堤 <input type="checkbox"/> 池尻 <input type="checkbox"/> 宇奈根 <input type="checkbox"/> 梅丘 <input type="checkbox"/> 大蔵 <input type="checkbox"/> 大原 <input type="checkbox"/> 岡本 <input type="checkbox"/> 奥沢 <input type="checkbox"/> 尾山台

資料：世田谷区社協HP

### 団体の話を聞こう

地域内外の団体について調べてみると、皆さんと同じ問題意識を抱いている団体が意外に多いことに気づくことがあるかもしれません。そんなときは躊躇せず、団体の人に話を聞きに行ってみましょう。活動内容やシステムについて直接話を聞くことで、皆さんがやろうとしていることとの共通点や相違点を発見し、ニーズや活動内容のさらなる絞込みに役立つことでしょう。また、特色ある活動を展開している複数のサロンを見学すれば、自分たちが理想とするサロンのイメージを描きやすくなります。

地域内ですでに活動している団体はライバルではなく、地域をともに良くしていこうとする「仲間」です。こうした団体とサロンの立ち上げ後も交流を絶やさず、横のつながりを強化していくことにより、サロンもより充実したものとなっていきます。

### 活動内容のイメージをつくろう

地域のニーズとすでに活動している団体についての情報を収集したら、活動内容の大まかなイメージを描いてみましょう。この時点で活動内容を把握する必要はありませんが、場を提供する「フリースペース型」なのか企画を提供する「プログラム型」なのかを決めておけば、サロン立ち上げまでに準備しておくべきことがより明確になります。

#### ■フリースペース型の活動内容のイメージ（子育てサロンの場合）

10:30				12:00
おもちゃ出し	自由遊び	おやつ	自由遊び	片付け

参加者は、子どもたちが自由に遊ぶのを見守りながら、飲み物と茶菓子を用意して、飲んだり食べたりしつつ、自由におしゃべりして情報を交換します。

活動の担い手は、子どもの遊びにつきあったり、ときには子育ての先輩として、親からの気軽な相談にのったりします。

#### ■プログラム型の活動内容のイメージ（子育てサロンの場合）

	10:30			12:00
子ども	親子体操	季節行事	紙芝居	手遊び
親	親子体操	季節行事	学習会	

リズム遊びなど親子のふれあい遊びや、ひな祭り、子どもの日、七夕、クリスマス会などの季節行事、ミニ運動会や工作など、家庭でやるのが難しいイベントなどを楽しめます。

子どもの食事、誤飲等の緊急時の対応策、子育て発達相談などのテーマで、専門家を招いた勉強会を開催し、子育てを学び合う場にもなっています。活動の担い手等に子どもの遊び相手になってもらうなど、子どもと親が離れている時間もあります。

### たくさんの人に関わってもらおう

これまでのサロンの中心はどちらかというと女性が中心で、活動内容も「手芸」や「演芸」などに偏りがちでした。しかし、今後は定年退職し、地域で活躍する場を見つけない男性の参加も増えるでしょう。

こうした人たちが参加しやすい環境を構築するためにも、活動内容を検討する段階から参画してもらおうと良いでしょう。近年、マージャンや料理など、男性が参加しやすいプログラムを実施するサロンも増えています。

## 3. 仲間集め

### (1) 仲間を見つけよう

#### ポイント

- 「一人でできる」と考えるよりも、活動の主旨に共感し、一緒に活動してくれる仲間を探す。
- すでに持っているつながりに加えて、勉強会や講習、研修の仲間、既存の地域活動に参加している人にも積極的にアプローチする。なかでも、明るく前向きな仲間は貴重な存在になる。
- 活動には直接携わってもらわない場合も、地域の理解を得ることは重要。特に町内会・自治会の協力を得ることで、スムーズに地域に受け入れてもらえる。
- 自治体、社協、ボランティア・市民活動センターなどの機関とも、相談に乗ってもらえる関係を築いておく。

#### 一緒に活動する仲間を見つけよう

サロンを始めるときに大掛かりな組織をつくる必要はありませんが、「自分ひとりだけ」というのは、活動を継続していく上で得策とは言えません。サロンの趣旨に共鳴し、ともに活動してくれる仲間をせめて一人は見つけましょう。仲間の見つけ方の主なパターンを下記に紹介します。

##### パターン1 もともとの近所仲間

つねにコミュニケーションを取っている人たちですから、地域の課題に対する認識もお互いよく知っているはず。日頃から「サロンをやりたいんだ」という熱い思いを伝えておけば、周りの人たちもきっと応えてくれることでしょう。

##### パターン2 勉強会や講習、研修の仲間

社協などが主催する各種勉強会や講習、研修を通じて知り合った人たちが、「研修終了後に実際に地域で活動したい」と、サロン立ち上げの仲間となるケースも見受けられます。同じ志を持って集まった人たちですから、意思の疎通も容易です。

##### パターン3 すでに地域で行っている団体のメンバー

すでに地域でボランティア活動などを展開している仲間が、「サロンという新しい形式に挑戦しよう」というパターンもあります。仲間として活動を実践済みですので、結束力は固いでしょう。

### 事例 お助けマンの会（横浜市）

地域の高齢者の住まいに関する困りごと（庭木の剪定、電球の交換など）解決の支援をする「お助けマンの会」は、老人クラブ「原宿芙蓉会」の活動として展開されています。

もともと、原宿芙蓉会が立地する原宿地区は町内会活動が活発であり、住民間のコミュニケーションが密接に行われていました。このような土壌があり、老人会活動に参加する高齢者も多く、「お助けマンの会」の活動も、こうした地域の相互扶助意識の高さから生まれてきたものと言えます。

サロン立ち上げの呼びかけに対し、ときには、「そんなことをやっても…」と消極的な態度がかえってくることもあるかもしれません。しかし、これは新しいことに挑戦しようとしている以上、避けられないことと考えましょう。そのような人たちには、勉強会に参加してもらう等の方法で、ゆっくりと時間をかけて理解を求めていくと良いでしょう。

一方、サロンの継続的な運営を考えると、前向きな姿勢で「自分もやってみよう」という積極的な仲間も確保しておきたいものです。サロンを始めて、運営に悩んだときも前向きに一緒になって解決方法を考えてくれるはずですよ。

なかには、「どうすれば一緒に活動してくれる仲間を見つけられるかわからない」という人もいます。そういう場合は、社協、ボランティア・市民活動センターや自治体などに相談してみましょう。民生委員・児童委員など地域の事情をよく知っている人や、同じ思いを抱いている人を紹介してくれるかもしれません。

### 事例 おおきな栗の木の下で（東京都世田谷区）

担い手の中心メンバーの一人であるAさんは、民生委員・児童委員時代に子どものネグレクトの問題に直面した経験から、若いお母さんの相談にのって地域で支えることの重要性を感じ、子育てサロンを立ち上げたいと考えるようになっていました。友人にも声をかけ、賛同してもらっていたものの、肝心のお子さんを持つ若いお母さんとの接点を見出せず、サロン立ち上げのきっかけをつかめないうでした。

一方、代表のBさんは、子どもが生まれて仕事をやめてから、地域運動を通して、Aさんと知り合ったものの、サロンのことを話し合うことはありませんでした。そんな折、社協のサロン立ち上げ募集のチラシを見て、自分も子育てサロンをやりたいと思い、社協に相談したところ、偶然職員から、Aさんもやりたがっているという話を聞いたのです。そこで2人は意気投合し、サロン立ち上げとなったのです。

### 地域の団体に活動の趣旨を説明しよう

サロンは「地域の交流の場づくり」ですから、活動内容を地域の人たちに理解してもらうことが不可欠です。たとえ、担い手として直接サロンに参加するわけではなくても、町内会・自治会をはじめとする地域の団体に活動の趣旨を説明し、理解と協力を求める手間を省いてはいけません。

地域の人たちにもっとも身近な組織である町内会・自治会の理解を得ることにより、サロンへの参加者が増える可能性がありますし、ときには支援をしてくれる可能性もあるからです。

### 活動を支援してくれる助言者を見つけよう

サロンは住民が主体となって取り組む活動ですが、会場や運営費、運営方法の相談など、活動に協力したり支援してくれる人や団体があると安心です。すでにサロンを行っている団体や社協等に相談するのが良いでしょう。

そこから自治体や保健所、地域包括支援センター、児童相談所、介護・医療関係機関など、さまざまな人や組織につながっていき、多方面の協力や支援が得られることがあります。

## (2) 参加を呼びかけよう

### ポイント

- 掲示板や回覧板、口コミなど地域の情報網を活用し、対象者に適した方法で呼びかける。
- 活動の内容や「あなたに来てほしい」という思いがきちんと伝わるように、内容を吟味し、イラストを使ったり、直接会って説明するなどの工夫をする。
- 参加する本人だけでなく家族の理解も必要。

### 地域や対象者の特性を見極めよう

せっかく活動の目的や内容がしっかりしていても、来てもらいたい人たち（＝参加者の候補）に適切に情報が伝わらなければ意味がありません。地域の事情や対象者の特性を見極めた上で、適切な情報発信を行う必要があります。

下表に参加呼びかけ方法の一部を紹介します。こうした地域に根ざした情報網を活用し、対象者に確実にメッセージが届けるために、さまざまな工夫をしてみてください。また、サロンは地域に根ざした活動ですから、町内会・自治会等との関係構築を大切に、参加者呼びかけに協力してもらおうと効果的でしょう。

図表13 参加者の呼びかけ方法の例

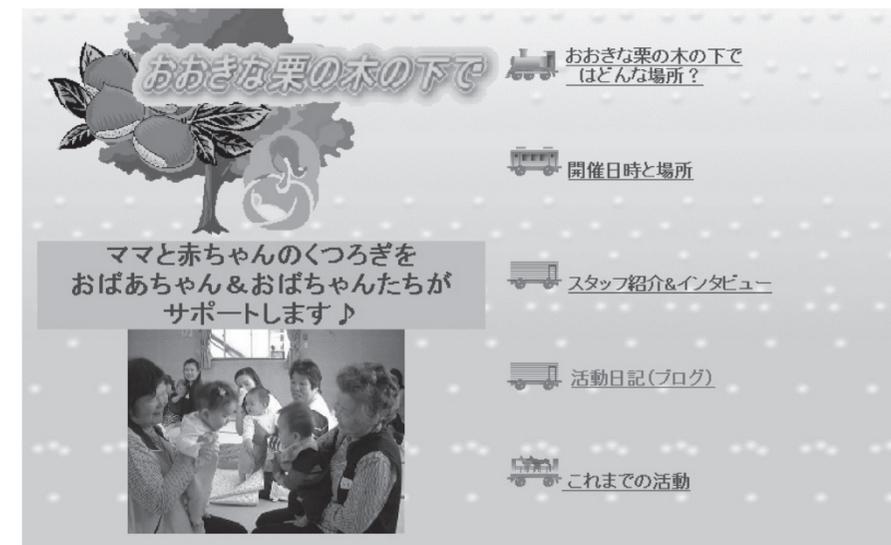
方法	主な活動内容
掲示板	役所や公共施設（保健センター、公民館など）、町内会・自治会、郵便局や銀行、スーパー（住民活動のための情報交換のための掲示板等）等
広報誌への掲載	自治体広報の他、社協情報誌、タウン誌等への掲載
回覧板	町内会・自治会のものを活用
チラシの作成	作成の上、新聞折込等を活用
口コミ	保健師、民生委員・児童委員、福祉委員等のキーパーソンに、活動の参加者となりそうな人を紹介してもらう
ホームページ	ホームページ立ち上げと募集記事の掲載

### メッセージは「わかりやすく」「あなたに来てほしい」という思いを込めて

対象者に呼びかけを行う場合、例えばチラシを作成するときなどは、楽しい雰囲気が伝わるよう、イラストなどを使うと効果的でしょう。また、対象者が特定されている場合は、直接会ってチラシを手渡しして説明したり、個人名や開催日を明記した案内状を送ったり、「あなたに来てほしい」という思いが伝わるような工夫をすることも検討しましょう。

また、「一度断られたから」と諦めるのではなく、継続して呼びかけ「いつも気にかけています」という思いが伝わるようにすることも重要です。

図表14 サロン紹介ホームページの一例



(資料)「おおきな栗の木の下で」(<http://ohokinakurinoki.web.fc2.com/>)

### 家族へのアプローチの重要性

高齢者や障害者を対象者として考えている場合には本人だけでなく、家族の理解を得ることも重要です。家族の思いを汲んで活動の意義や目的を説明することにより、参加の後押しをもらえるだけでなく、「応援団」としてサロンを支援してくれることもあるかもしれません。

## 4. 活動の骨格づくり

## (1) 「活動計画」をつくらう

## ポイント

- 地域内外から協力や支援を得るためには、サロンの目的や内容を示す「活動計画」をつくるのが有効である。
- 「活動計画が埋まらない＝準備不足の黄信号」と考えよう。どこが足りないのか見極め、検討する。

## 「活動計画」は思いを理解してもらうための説明書

サロンの基本は「気軽に」、「無理なく」、「楽しく」、「自由に」なので、「活動計画なんてそんな堅苦しいものは必要なの？」と思うかもしれません。でも、皆さんがサロンを始めるため、そして、継続させるためには多くの人たちの協力や支援が必要です。

そんなときに活用するのが「活動計画」です。皆さんのサロンの目的は何なのか、そして「いつ」、「どこで」、「誰に対して」、「何を」、「どのように行うのか」、「活動によってどのような成果が得られるのか」をあらかじめ整理しておくことで、初期の目的達成に向けた活動が可能になるとともに、対外的に示すことにより、協力したり支援したりしてくれる人が現れることもあります。

活動計画に決まった様式や書き方はありませんが、一般的に活動計画に含まれる主な項目と内容を次頁に掲載しました。各項目の詳しい考え方は後述しますので、まずは「多くの人に理解してもらうためには、丁寧に説明しなければいけない」ということを認識しておきましょう。

図表15 活動計画に含まれる主な項目と内容

	項目	内容
全体イメージ	サロンが必要な背景	・地域にどのような課題があり、既存のサービスでは対応しきれない部分があるのか
	活動目的	・活動によってどのようなニーズに応えていきたいのか
	サロンの基礎情報	・サロンの名称、代表者名、事務担当者名、連絡先等
具体的な活動内容	開催場所	・拠点となる開催場所
	開催日・頻度	・どの程度の頻度でサロンを実施するのか
	参加者	・主な参加者は誰なのか(高齢者、障害者、子育て家庭など)
	活動内容	・活動内容と展開の仕組み等
	参加予定の見込み	・どの程度の参加者数が見込まれるのか(明確な根拠をもとに)
	今年度の目標	・活動の目標と、目標達成を検証するための手段
	収支の見通し	・必要な運営費用をどのようにして調達していくのか(自治体等からの助成金を活用するのか、参加者から費用を徴収するのか等)

## 「活動計画」をうまく作成できない場合は・・・

「活動計画を作成しようと思っているのだけど、うまく埋められない」という場合は、活動が具体化できていない「黄色信号」状態だと考えましょう。そのまま無理してサロンを立ち上げて途中で頓挫してしまう可能性があります。

焦らずに自分がどこでつまづいているのか、何を考えなくてはいけないのかを見極めましょう。課題は必ず解決しますから、すでに活動しているサロンや社協、ボランティア・市民活動センター等にも相談して、準備を進めて行きましょう。

## (2) 場所と設備を確保しよう

### ポイント

- サロンの拠点は、誰もが参加しやすい場所であることが大切。自宅や集会所・公民館、空き店舗・遊休施設、お寺・神社などの中から、活動目的にあった拠点をを見つける。
- 高齢者にとっては安全でも、乳幼児にとっては危険な場所もある。参加者の特性に応じて、安全な場所であるかどうか十分に検証する。
- 設備や備品は簡単な準備で済む場合が多いが、自分たちで準備ができるのか、事前に確認しておく。

### 「地域の交流の場」として誰もが参加しやすい場所を確保しよう

サロンは「地域の交流の場」として、参加しやすい場所に設置することが重要です。すでに活動しているサロンでも、「歩いて参加できるようにできるだけ近い場所で開きたい」とさまざまな拠点の形態を選択しています。皆さんの活動目的にあった、拠点を届けたいと思います。

#### ■集会所や公民館など

地域のもっとも身近な施設として、集会所や公民館などを活用する事例は一般的です。一定のスペースを確保できることから、大人数への対応が可能で、体操や趣味の活動などの各種プログラムも比較的实施しやすいというメリットがあります。また、会場利用料が安い、あるいは無料なのも魅力的です。

一方、こうした施設は慢性的に混雑が続いているところが多く、いかに安定的に会場を確保していくのが課題となります。

#### 事例 華やぐ倶楽部世田谷（東京都世田谷区）

「華やぐ倶楽部世田谷」の会場は、Aさんの自宅。1階の和室に溢れんばかりの人たちが集まり食事会を開催し、まるで我が家のようにくつろぎ、部屋には笑い声がこだましています。気がついた人がお茶を入れるなど、役割を決めなくても自宅のようにふるまいます。

「知らない人でもどんどん自宅に招きいれてしまう」というAさん。最近では区内の他団体による制度を利用しながら、さらに多くの人たちに自宅を「地域のお茶の間」として活用してもらうよう、新たな取り組みも始めています。

#### ■いわゆる「専用施設」

自治体によっては、サロンをはじめとする住民による地域の活動を支援するためのいわゆる「専用施設」を設置している場合があります。こうした施設では、テーブルやいす、茶器などの備品があらかじめ設置されていることも多く、うまく活用できれば、サロン立ち上げのための初期費用を抑えることもできるでしょう。

#### ■自宅

参加者が少人数の場合や、「自宅のつもりでくつろいで」という思いを込めて、担い手あるいは参加者の自宅を活用するケースがあります。一般的に、「お茶を飲みながら楽しくおしゃべり」といった「フリースペース型」の活動をするサロンに多いようです。

#### ■空き店舗、遊休施設など

地域の理解を得て、空き家や商店街の空き店舗、空き教室などの遊休施設を利用してサロンを展開するケースもあります。特に商店街などは、地域の人たちがアクセスしやすい場所に立地していることも多いですし、商店街側としても、来街者の増加を見込んで協力してくれることもあるようです。

#### ■お寺、神社など

お寺、神社などはもともと、地域の中心的な存在であったので、参加しやすい場所にあることが多くなっています。

#### ■活動内容等により場所を決める

フリースペース型の場合、特定の活動場所を設けず、毎回参加者の自宅を巡回していくという例も見られます。

また活動内容に合わせ、開催の都度、会場を変更するサロンもあります。

### 安全上の配慮を忘れないように

さまざまな人が参加するサロンですので、安全対策についても細心の注意が求められます。高齢者、障害者、乳幼児など参加者の特性に応じて、安全に関して留意すべき点を十分に検証した上で拠点を決める必要があります。

例えば、階段を使わないと行けない場所は、高齢者には不便ですし、乳幼児には転落の恐れがあります。安全上のリスクを十分考えて対応を講じておきましょう。

### 設備の確保について

同じサロンでも、「月に1度集まっておしゃべり」であれば、必要な設備や道具は少なく済みますが、常設型のサロンや、「リハビリを行いたい」などの活動を想定している場合は、必要となる設備の確保を考えておく必要があります。

下図表はどのような活動内容のサロンにも共通して必要と思われる設備のリストです。この項目を参考に、「自分たちのサロンに必要か否か」を判断し、必要であればその確保策を検討しましょう。

図表16 必要な設備リスト

設備・備品	必要度	こんなときに必要！
湯飲み、コップ、ポット	◎	お茶などを飲みながらおしゃべりすれば、交流が深まることでしょう
テーブル、いす	◎	場所に合わせて用意しましょう
調理器具	○	食事をするサロンの場合に必要です
ラジカセ・カラオケ	△	参加者が一緒に歌を歌うプログラムなどを想定している場合に必要です
パソコン	△	サロンの紹介HPをつくったり、会報をつくる時などにあれば便利です
プリンター、コピー機	△	チラシや冊子を作成する際にあれば便利です

## (3) 活動内容を決めよう

### ポイント

- 活動目的と内容の中核となる部分を決めておけば、その後の状況変化にも柔軟に対応できる。
- 「フリースペース型」は担い手の負担が少ないものの、何をすれば良いかわからないという不安が生まれることもある。一方、「プログラム型」は特定のニーズに対応できるが、担い手の負担が大きい。それぞれの特徴を見極めることが重要。
- 住民が持っているさまざまな特技や技術を活用し、「教えあい、助け合う」ことができる活動内容を考える。

### 活動目的と内容の中核となる部分を決めておこう

サロンにおいては、「〇〇をしなければいけない」という決まりはありません。これまで述べてきたように、「フリースペース型」のように定期的に集まってお茶を飲みながらおしゃべりを楽しむのも、「認知症を予防するためのトレーニングプログラムを実施する」といったように特定の目的に基づいた活動を展開するのも、どちらもサロンです。

大切なことは、あらかじめ活動目的と内容の中核となる部分を決めておくということです。そこをしっかりと固めておけば、サロン開始後に活動内容を変更する際にも柔軟な対応が可能となります。

### 「フリースペース型」と「プログラム型」の特性を見極める

サロンは大きく「フリースペース型」と「プログラム型」の2つに分類され、それぞれ特性を持っています。

「フリースペース型」の場合、活動内容は自由ですので、当日のサロン参加者の希望を聞いた上で、活動内容を柔軟に変更することが可能であり、担い手の負担が比較的軽微である一方、「何をしてもいいがゆえに、何をすればいいのかわからない」と迷ってしまう可能性があります。

一方、「プログラム型」の場合は、特定の目的やニーズに対応した効率的な活動が可能となる一方、担い手の準備などの負担が重く、また、プログラム内容がニーズに適しているのか、あるいは陳腐化していないか、常にチェックする必要があるなど、相当の活動量が必要

です。

また、地域特性により、「フリースペース型」が向いている地域、「プログラム型」が向いている地域があることも考えられます。皆さんがお住まいの地域の環境や活動目的、担い手の状況を踏まえて、活動内容の方向性を決めていきましょう。

図表17 「フリースペース型」と「プログラム型」サロンのメリット、デメリット等

	フリースペース型	プログラム型
メリット	<ul style="list-style-type: none"> <li>参加者の動向やニーズに応じて柔軟に活動内容を変更することが可能。</li> <li>担い手の負担は軽い。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>目的やニーズに沿った活動を確実に実施することが可能。</li> <li>家庭ではできない活動ができる場合も。</li> </ul>
デメリット	<ul style="list-style-type: none"> <li>「何でもできる」がゆえに「何をすればいいのかわからない」となる可能性。</li> <li>（物理的な負担は軽いが）「気をつかう」ことが求められ、精神的負担が大きいことも。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>企画内容が参加者ニーズに合わない可能性や、ときの経過とともに内容がマンネリ化する恐れも。</li> <li>マンネリ化を防ごうとすると担い手の負担は重くなりがち。</li> </ul>
向いている地域	<ul style="list-style-type: none"> <li>地域のつながりが比較的強く、お互いのことや地域について、情報の共有ができていく地域。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>地域のつながりが希薄で、共通のテーマを掲げないとなかなか人が集まらない地域。</li> </ul>

#### 事例 ふれあい喫茶“チェリー”（兵庫県宝塚市）

地域の憩いの場として愛されているサロン「ふれあい喫茶“チェリー”」。毎月2回のサロンの実施日には数十人もの人が参加する人気サロンです。

サロン立ち上げ当初は、「健康プログラム」などさまざまなプログラムを実施してきましたが、徐々に担い手の間に疲れの色が。そして、「もっと気楽にやろう」と原点に立ち返り、現在の喫茶、遊び、カラオケを中心に好きなときに好きなことをするというスタイルになりました。すると、担い手も参加者も思い思いの時間を楽しむようになり、参加者も増えています。

#### 地域の人たちの特技や技術を活かそう

サロンの一環で講習会や研修会を開催する場合、外部から講師を招へいすることもあるかもしれませんが。普段接することがない外部の専門家のお話は、地域住民にとって学びになり、良いプログラムです。

しかし、サロンは地域における仲間づくりの場ですから、「担い手ができること」、「地域でできること」の視点でプログラム内容を考える機会も設けてみてはいかがでしょうか。地域の中にはさまざまな特技や技術を身につけた人がいるものです。そういった人たちにテーマごとに「講師」になってもらい、お互い「教えあい、助け合って活動すること」を実感することにより、多くの人たちがサロンの大切さを実感することができるでしょう。

#### 困ったことは社協やボランティア・市民活動センターに相談しましょう

「活動内容をいろいろ考えてみたのだけれども、どうにもまとまらない」と頭を抱えている人もいらっしゃるかもしれません。そんなときはぜひ社協、ボランティア・市民活動センター等に相談してみてください。担い手や地域の人たちが持っている技能や活動目的を考慮し、適切なプログラムを提案してもらえるかもしれません。困ったときには外部の意見を取り入れることも大切です。

## (4) 開催頻度を決めよう

### ポイント

- 「活動の効果を上げるための頻度」と「担い手に過度の負荷がかからない頻度」のバランスを見極める。
- 担い手の負担が少ない「フリースペース型」を上手く組み合わせるなど、活動内容を工夫することで頻度を高めるといった工夫もできる。

### 適度な開催頻度の決め方

サロンの開催頻度について重要なことは、「活動の効果を上げる」ことと「担い手に過度の負担をかけない」ことのバランスをとることです。

活動の効果を上げるためには、「毎日」や「毎週」開催した方が、参加者の生活習慣の一部にも組み込まれやすいことでしょう。

一方、担い手はボランティアであり、他に仕事などを持っていることが多く、「サロンに終始かわる」という環境にないことが多いと思われます。「早く効果を上げたい」と思い、頻度を高めたくなるかもしれませんが、「継続的に活動を展開していく」という観点から、はじめは余裕のある開催頻度を選択すると良いでしょう。

実際、地域ニーズや担い手の状況等を勘案して、サロンの開催頻度は「常設(毎日)」から「1か月に一度」まで多様です。地域にいくつかのサロンがある場合には、各サロンが月1回の開催であっても、参加者から見れば複数のサロンに参加できるため、「十分に居場所がある」と感じているかもしれません。立ち上げ時は無理をせず、他のサロンとの連携も含めて検討してみましょう。

### 開催頻度を上げて負担の少ない方法

既述のように、サロンの原則は「自由」ですから、活動内容に柔軟性を持たせることにより、担い手に過度の負担をかけずに開催頻度を高めることが可能です。

例えば、頻繁に開催されているサロンでも会場や時間の設定のみを行い、特に決まったプログラムを実施せずおしゃべりを中心に展開する「フリースペース型」のサロンであれば、担い手の負担は比較的少ないものと考えられます。また、目的を達成するために、予定を立ててさまざまな活動を実施する「プログラム型」のサロンは担い手の負担が大きくなりがち

ですが、「フリースペース型」をうまく組み合わせることによって、担い手の負担を軽減しつつ、プログラムの効果を高めることが可能でしょう。

さらに、「プログラム型」でも負担を軽減する方法はあります。食事を提供しているあるサロンでは、思い切って各回のメニューをほぼカレーライスに統一しました。そうすることで、毎回違ったメニューを考える必要がないので担い手の負担は軽減されますし、ひとり暮らしの人はカレーライスをつくる機会が少ないため参加者にも好評と、まさに一石二鳥。担い手の負担軽減と参加者の満足度向上を両立する方法は意外なところに見つかります。アイデアを出し合って工夫してみましょう。

## (5) ルールを決めよう

### ポイント

- 「自由」がウリのサロンでも、集団活動を円滑に行っていくためには最低限のルールが必要。
- 担い手、参加者間でよく話し合っテルールを作ろう。

### 最低限のルールは必要です

サロンの原則は「気軽に」、「無理なく」、「自由に」、「楽しく」ですので、規約（会則・定款）等の厳密な決まりは必ずしも必要とは言えません。ただし、地域の中で「サロン」という集団活動を円滑に行っていく以上、最低限のルールを決めておくことは必要です。

図表18 ルールの項目例

項目	留意点
サロンの名称	・サロンの名称や呼びやすい愛称を、担い手や参加者がアイデアを出し合っテ決めることにより、仲間意識のきっかけやサロンへの愛着につながっていきます。
参加者	・活動場所や活動時間帯の制約にも配慮しながら、「高齢者」「子ども」「障害者」などの参加者を設定していきます。 ・さまざまな人たちが参加できるような柔軟な仕組みを構築していると良いでしょう。
活動の担い手	・サロンの代表者や活動の中心となる担い手の役割、参加者による参画の方法などについて決めておきましょう。 ・担い手が一人でなく、複数いることが基本条件です。
活動日・活動時間	・サロンが「いつ」「どこで」開催されるのか、地域の人たちに理解されやすいように、定期的な活動日を設定することをおすすめします。
活動の内容	・1日の流れや年間の活動計画など、おおよそのイメージをつくっテおきましょう。
活動の場	・地域の人たちが参加しやすい場所とすることが基本ですが、気候や参加者の状況、公共施設の確保状況に合わせて、柔軟に変更することも選択肢としてあります。

項目	留意点
参加費	・サロンは費用をかけずに楽しめる活動を行うのが基本ですが、会場費やお菓子代など出費はあります。実費負担を念頭に、参加者の金銭負担のあり方についてルール化しておくことが重要です。
保険の加入 (101頁を参照)	・万一の事故に備え、活動の担い手も参加者も、ボランティア活動保険等に加入することや、緊急連絡先などを事前に準備しておくことを決めておきましょう。 ・サロンを行っている際に起こりえる事故やトラブルを想定し、安全や責任の問題についてもスタンスを示しておくことが大事です。
プライバシーの保持 (104頁を参照)	・プライベートな事柄や相談内容等、サロンで得た個人情報を他人に漏らさないよう、十分に注意する必要があります。

### 担い手、参加者と十分に話し合ひましょう

サロンは地域の交流の場ですので、一部の担い手だけでルールを決めるのではなく、広く参加者の意見を募っていくことが重要です。もちろん、活動内容のように、サロンの核になる部分は担い手を中心に決めた方が良い項目もありますが、活動日・時間、参加費、保険の加入など参加者に関わる項目については、参加者の意見を盛り込むことで、担い手も参加者もともに愛着を持つことができるサロンにしていけることができます。

## 5. お金に関する準備

# (1) 立ち上げ資金を集めよう

## ポイント

- どんなサロンでも、当初の運営資金をはじめ最低限の立ち上げ資金は必要。
- 「自分が負担すればいい」はトラブルの元。公私の区別をしっかりとつける。
- 外部からの資金調達は、サロンに対する理解を深めてもらう良い機会としてとらえ、活用する。

## 立ち上げに必要な資金とは

サロンは費用をかけずに楽しむことが基本ですが、なかにはどうしても必要な費用もあります。たとえば、「自宅に集まってもらっておしゃべりするだけ」でも、参加者へサロンの開催を告知するために電話をしたりチラシを作成したりする必要があるでしょう。

さらに、常設型のサロンを立ち上げる場合は、机やいす、通信機器など、さまざまな設備を準備する必要があります。下図表に、サロン立ち上げに際し準備するべきもののうち、お金がかかりそうなものをリストアップしました。お金をかけずに調達できるのか、お金がかかる場合はいくらかかりそうなのか、洗い出してみましょう。

図表19 立ち上げ時に必要な資金の例

項目	費用の詳細
会場に関わるもの	会場の購入あるいは借上にかかる費用、改装費用など
設備に関わるもの	机、いす、食器、パソコン、電話・ファックスなど
広報に関わるもの	印刷代、ホームページの作成費用など
当初の運営費用	会場費、通信費、飲食費、謝礼、保険代

## 必要な資金の集め方

### 「自分が負担すればいい」は禁物

サロン立ち上げに必要な金額がわかったら、次に、必要資金をどのように準備していくのか考えましょう。資金負担についてしっかりとした取り決めをしておくことは大切です。一部の人たちだけが資金的な負担を強いられるということにならないようにするべきです。安易に「私がやりたいことなんだからポケットマネーから出す」と考えると、活動を続けるう

ちに負担が際限なく増えることになりかねません。

また、お金の管理を適切におこななければ、お金を払ってくれた人たちの期待を裏切りかねません。気軽なのは活動内容であって、お金については、公私の区別をしっかりと、無駄なく有効に使っていく必要があります。

## 資金を集める方法は多様

資金集めを行うためには、「自分たちでいくら負担をするのか」という考えと「外部からいくら調達するのか」という2点をバランスよく組み合わせることが必要です。すべて、担い手だけで立ち上げ資金を負担するというのも考えられますが、費用がかさむ場合はそれだけ一人あたりの負担も重くなりますので、外部からの資金調達もあわせて考えていくのが適切でしょう。

また、外部からの資金調達は、「皆さんがこれから行うサロンが外部の組織や人たちにどれだけ理解され、支持を受けているか」を見極める良い機会であり、サロン成立の試金石とも言えます。活動に対する責任感を養う意味でも、ぜひ活用してみましょう。

## ア) 出資金

立ち上げのメンバーが中心に必要な資金を出しあう方法です。寄付とは異なり、団体が個人から預かる（借り受ける）資金ですので、出資者が退会するときには返却する必要がありますが、立ち上げ時に必要な「現金」を準備できるメリットがあります。

出資金の額については、一定額とする方法や「一口〇円」として口数を選べるようにする方法が考えられます。口数を選べる方が出資者の自由度が大きいです。出資者同士の発言力の違いを作りたくない場合は、一定額とすることも検討すると良いでしょう。

## イ) 自治体からの支援

サロン立ち上げに際し、支援を行っている自治体もたくさんあります。ただし、助成対象や要件はそれぞれ異なりますので、まずは、お近くの社協や自治体に問い合わせてみましょう。

## ウ) 社協の支援

自治体だけでなく、社協もサロンの立ち上げや運営を支援しています。支援内容は、会場の借り上げ費用やボランティア活動保険の保険料の負担などがありますが、社協により異なりますので、地元の社協に相談してみましょう。

## エ) 共同募金配分金

赤い羽根共同募金や歳末たすけあい運動などの配分金がサロンの活動資金として支給され

ることがあります。支援を受けるためには、支援機関にサロンの存在を知ってもらう必要がありますので、まずは社協などに相談してみましょう。

### オ) 現物支援

立ち上げ時に必要な備品については、現物を無償で確保することも選択肢に入れると良いでしょう。なかでも、机やいす、パソコンなどは、地域の事業所が設備を入れ替えたり引越したりする際に不用品が出ることもあるので、探してみましょう。スーパーなどの住民の意見交換用の掲示板をチェックすることにより、必要な備品を調達できる可能性もあります。

また、地域によっては社協やNPOセンター等が不要となった備品のマッチングを行っている場合もありますので、問い合わせてみましょう。

## (2) 運営資金を確保しよう

### ポイント

- 「お金をかけずに楽しむ」ことを基本に必要な運営資金を算出する。参加者に過度の負担を強いることや、一部の人が不足分を穴埋めすることは控えるべき。
- 利用料、会費、事業収入、自治体からの支援など、さまざまな選択肢を組み合わせながら、継続性のある運営計画を立てよう。

### 運営費用を考える

運営費用について、下表のリストを参考に、お金がかかりそうな項目を洗い出し、費用を積算してみましょう。ただし、サロンの基本はあくまでお金をかけずに楽しむことですから、参加者に過度の資金負担を強いないように運営費用について考えていきましょう。

また、「私が払えばいい」と一部の人が不足分を負担するような行為も控えるべきです。活動の内容を参加者に理解してもらい、応分の負担をいただくことが継続的な活動につながりますから、面倒がらずに参加者の理解を求めていきましょう。

図表20 運営に必要な資金リスト例

項目	費用の詳細
会場に関わるもの	会場借上費、光熱水費など
連絡に関わるもの	資料印刷代、郵便代、電話代、ホームページの維持費など
飲食に関わるもの	茶菓子代、食材購入費（食事を出す場合）など
プログラムに関わるもの	講師謝礼、担い手の研修費用など
保険代	ボランティア活動保険等の保険料など
その他	消耗品（文房具、コピー用紙、インクなど）の費用など

### 運営費用の確保の方法

運営費用の積算が終わったら、必要な資金をどのようにして確保していくか考えていきましょう。基本的な考え方としては、お茶菓子代や食材購入費などの実費は参加者に負担してもらいつつ、残りの諸費用をどのように調達していくのかを検討すると良いでしょう。

バザーなどを通じて資金を確保する例もあれば、自治体の支援を活用している例もありますので、よく情報を集めて工夫をしながら運営に必要な資金を確保していきましょう。

### 利用料

サロンを利用する参加者から料金を徴収する方法です。「お茶菓子代」や「材料費」など、実費を負担していただくことが基本ですので、多くのサロンでは100円から500円程度の場合が多いようです。

あまり利用料を高く設定しすぎると参加者の枠を狭めてしまうことになり、逆に多くの人に来てもらいたいがために無料にすると別の収入源を探す必要が出てくることから、利用料金の設定については十分検討が必要です。

### 事業収入（イベントや研修会など）

サロンの参加者がイベントや研修会を開催して収入を得て、立ち上げ資金に充てることも検討すると良いでしょう。特にバザーやフリーマーケットなどの誰でも参加できるイベントは、サロンを地域のたくさんの人びとに知っていただく広報機会としても活用できるでしょう。

ただし、イベントや研修会の開催にはコストが発生しますので、赤字にならないように入念に企画・準備することが必要です。

### 自治体からの支援

サロンの運営についても、支援を行っている自治体もたくさんあります。ただし、助成対象や要件はそれぞれ異なりますので、まずは、お住まいの地域の自治体に問い合わせてみましょう。

### 社協からの支援

社協でも、材料等購入費や会場代、謝礼、送料・通信費、光熱費、水道費などを支援しているところがありますので、お住まいの地域の社協に問い合わせてみましょう。

### 共同募金からの支援

「(1) 立ち上げ資金を集めよう」と同様、各種共同募金の配分金は社協などを通じ、サロンの活動資金として支給されることがあります。まずは社協などに相談してみましょう。

## 第5章

# 活動の継続のために

1. 事業の見直し
2. 会計の基本
3. 担い手のマネジメント
4. リスクマネジメント
5. 他団体との連携

## 1. 事業の見直し

## (1) サロンを始めてからわかること

## ポイント

- サロンは地道な活動であり、徐々に地域に認められ、息の長い活動ができるようになる。長期的な視点で取り組む。
- 立ち上げ前の期待や想定と異なる点があれば、その原因をとらえ対策を打とう。困ったときはサロン内で話し合い、外部の人の視点から助言をもらう。

## 長期的な視点で取り組むことが大切

地域の課題を認識し、大きな理想を抱いてサロンを始めた皆さん。その熱意と行動力は素晴らしいものです。でも、もっと大切なのは、「地域の交流の場」として活動を継続することです。当初の見込みよりも参加者数が少ない場合でも、サロンが地域に認められるまでの期間と思い、最低1年間はじっくりと腰をすえて続けていきましょう。

## 何が足りないかを見極めて対策を考えよう

サロンの立ち上げ後は、長期的な視点でじっくりと活動していくことが大切ですが、一方で、課題と思われる点については常に目を光らせ、発見次第、対策をとるようにしましょう。下記にサロンを始めたばかりの皆さんが陥る可能性がある“症候群”を掲載しています。もしも該当しているようでしたら、早急に対策を打ちましょう。

## 症状①

サロンを始めた皆さんはやる気満々。しっかりとした目標と、目標を達成するために構成したプログラムの準備も万端です。でも、回を重ねるごとに参加者数は減ってくるし、あまり満足していない様子。

## 処方箋①

活動中に参加者の人たちとしっかりコミュニケーションをとっていますか。活動中も「あなたが大切だ」と思うことと参加者が求めていることの調整を常に行い、状況に応じて柔軟に活動内容を調整してみるのも選択肢です。まずは、肩の力を抜いて、参加者

とざっくばらんに触れ合える気持ちと時間の余裕を持ちましょう。

また、たとえ参加者数が少なくても、「そこにサロンがある」ということで安心感を抱いている人はいるはずです。時間はかかるかもしれませんが、じっくりとサロンを続け、実際に参加してもらった環境を維持し続けることが継続への秘訣かもしれません。

## 症状②

サロンを始めてはや数か月。参加者の間でも評判は上々で常連さんもいます。ただ、新しい参加者は来なくなりました。本来であれば、もっとニーズのあるサービスのはずなのに、なぜ参加者数が伸び悩むのでしょうか。

## 処方箋②

サロンは地域の中で開かれた場所であることが求められるので、参加者の固定化は良い兆候とは言えません。サロンをもっと多くの人に知ってもらうように、対策を打ってみましょう。まずは、地域の人たちへの挨拶をしてみたいかがでしょうか？挨拶が会話に発展し、サロンを必要とする人を発見できるかもしれません。また、活動を数回行った実績をもとに、簡単な会報を発行してみたいかがでしょうか。活動の内容を具体的に伝え、参加を呼びかける資料として活用できるでしょう。

この他、口コミを積極的に活用することも有効です。参加者の人たちに、「困っている人がいたら連れてきてください」と話しかけてみたいかがでしょうか。

多くの課題の根底にある問題は、プログラムの内容といった技術的なところにあるのではなく、担い手と参加者のミスコミュニケーションにあります。参加者が安心して、「楽しいな」、「また来たいな」と思ってもらえるように、担い手の皆さん自身が明るく、柔軟に振舞うことが求められているのです。

## 困ったことがあれば相談しよう

サロンを実際に始めてみると「困ったな」、「こんなはずではなかったのに」ということも多々あるかと思います。そんなときは一人で悩みを抱え込むのではなく、サロン内（参加者と担い手）でよく話し合うことが大切です。

また、外部の視点を取り入れるという意味でも、社協やボランティア・市民活動センター等にも積極的に相談し、皆さんで協力して課題をクリアしていきましょう。

## (2) 活動評価をしよう

### ポイント

- 「評価」は、活動をしっかりと軌道に乗せるための「点検」と「調整」を行う機会。活動内容が参加者や地域に受け入れられているか、目的に沿ったものなのかを確認して、活動をより良くするきっかけとする。
- プログラム等の開催ごとの評価と長期的な評価、自己評価と参加者評価を組み合わせ、多角的に意見を集めることが重要。
- 評価と同じくらい、日ごろの参加者や担い手とのコミュニケーションと、そこから意見を汲み取ることが大切。

### 定期的に活動評価をしよう

それぞれのサロンには目的、目標があり、それを達成するために活動を展開しています。したがって、活動が一定程度軌道に乗った時点で、担い手や参加者の活動への参画方法などについて定期的に評価を行います。そして、当初の目的を達成できているか確認し、必要に応じて改善策をとることが大切です。

### 評価方法

一般的な評価には、主に、自らが行う「自己評価」、活動への参加者が行う「参加者評価」、外部の人が行う「第三者評価」の3つの方法があり、目的別に3つの方法を使い分けます。サロンでは、活動の担い手自身が行う自己評価と、活動への参加者による参加者評価が重要です。

### 自己評価

自己評価は一人で行うのではなく、担い手が集まって「地域や参加者のニーズに応えられているか」、「プログラムは適切であったか」、「当初の目的に沿った成果を上げられているか」など、さまざまな項目について話し合っていきます。この話し合いを通して、活動の担い手同士で情報や課題を共有化し、今後の展開に向けて共通の目標を持つことができます。

具体的には、サロンの実施ごとに評価する日誌のような「日々の活動の振り返りシート」と、中・長期的な視点でサロンの目的の再確認と成果の検証を行う「年間活動の振り返りシート」の2つを作成すると良いでしょう。

「日々の活動の振り返りシート」では、活動内容や気づいたことなどを日々の活動評価として記録します。こうすることにより、これまでの活動における課題を発見し、すぐに改善に結び付けることが可能となります。

一方、「年間活動の振り返りシート」では、半年に一度あるいは1年に一度程度、長期的な視野に立って活動を振り返り、目標の達成状況などを確認します。この結果を踏まえて、必要があれば目的自体の修正を行うことも検討しましょう。

このような評価もさることながら、大切なことは日ごろから担い手同士で「こんなことやってみようよ」、「こうしたらもっとよくなるよ」と言い合えるような雰囲気をつくり出すことです（日ごろから話し合いがよくできていれば、「振り返りシート」の作成なども必ずしも必要ないかもしれません）。すべての基本は日ごろのコミュニケーションにあると心に留めながらサロンを続けていきましょう。

図表21 日々の活動の振り返りシート例

日時	
場所	
天気	
担い手の人数、名前	
参加者の人数、名前	
準備したもの、費用	
活動内容と時間区分	
成果、良かった点	
反省点、次回に向けて	

(資料) 全社協「子育てサロン活動推進マニュアル」

図表22 年間活動の振り返りシート例

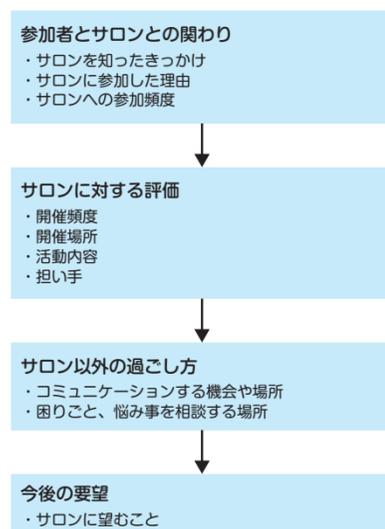
子育てサロンの活動の目的は何か？活動の対象は誰か？
これまでどのような活動をしてきたか？
これまでどのような成果があったか？（参加者、担い手、関係者の変化など）
これまでの活動における課題、問題点は何か？
課題を解決するためにはどうすれば良いか？

(資料) 全社協「子育てサロン活動推進マニュアル」

## 参加者評価

参加者評価は、自己評価を行う際に参加者のニーズや満足度を測る資料になります。また、活動の参加者と担い手が協働して、サロンのあり方を考えていくきっかけにもなります。サロンに対する思いや感想について自由に発言してもらって座談会を開催したり、アンケート調査を実施したりといった方法が考えられます。

図表23 参加者アンケートの項目例



このような「参加者評価」という形式に限らず、日ごろの活動で参加者のニーズを把握することが重要です。サロンは自由な活動ですから、参加者との自然なコミュニケーションを通じて、「次はあんなことしたいな」という思いを汲み取り、実施が可能なら、無理のない範囲で対応していくと良いでしょう。

サロンは、参加者や担い手の区別なく、地域の人たちのものです。参加者に“私のサロン”と実感してもらえるような、風通しの良い運営を心がけましょう。

### 評価結果を改善に活かす

評価の結果、課題が浮かび上がってきたら、対応策を検討しましょう。活動内容に対して課題があるのであれば、プログラムや開催場所、時間等の変更を検討します。

また、長く活動を続けているとサロンの目的自体が地域のニーズと一致していない可能性も考えられます。地域の状況やニーズは時間の経過とともに変化していくものですから、参加者だけでなく地域の声を定期的に聞くように努め、その声に柔軟に対応していく姿勢が重要です。

## (3) 新しいサービスを立ち上げるときの留意点

### ポイント

- サロンを続けると、いろいろなニーズが見えてくる。サロンを出発点に、そのようなニーズに応えるサービスを新たに立ち上げる道もある。ただし、何でも自分たちでやるより、他団体と連携する方が良い場合もある。
- プログラム内容や対象となる参加者が共通している新しいサービスは、サロン運営のノウハウや資源を有効活用しやすい。

### 多様なニーズに応えるには他団体との連携も考えよう

サロンは「気軽に」、「無理なく」、「楽しく」、「自由に」活動できるのが特徴ですが、一方で、活動を展開していく過程で、「もっと多様な地域福祉活動に挑戦したい」という思いが募ることもあると思います。サロン自体も、地域の状況やニーズに合わせて活動形態を柔軟に変更していくことが必要ですから、新たな活動へのチャレンジは歓迎すべきことです。

しかし、地域の課題解決のために利用できる資源（担い手の数、お金等）は限られています。新しく発見した課題解決のために多くの資源を割いた結果、それまでにサロンに参加していた人たちが困るようなことは避ける必要があります。

したがって、新しい地域の課題（ニーズ）を把握したら、すぐにサロンだけで対応しようとするのではなく、サロンの理念や現在の活動内容と合致するかどうか、サロンが今持っている資源を利用できるかどうか、他に対応できそうな団体はないかといった点を検討して対応を決めましょう。特に、他に対応できそうな生活支援サービス団体があれば、連携していくことも有効です。

### 現在のサロンとの親和性を考えよう

これまでのノウハウや、人材やネットワークなどの資源を有効に活用するには、現在のサロンと新しいサービス（例：別拠点でのサロン、家事援助サービスなど）の親和性を考えると良いでしょう。

現在のサロンとの親和性は、「参加者」と「活動内容」の2つの視点でとらえると分かりやすいでしょう。つまり、現在のサロンと同じプログラム内容だったり、参加者が共通していたりすれば親和性が高く、これまでのサロンを運営する中で蓄積してきたノウハウや資源を有効活用しやすくなると考えられます。

## 2. 会計の基本

### ポイント

- お金をかけなくても、その管理をしっかりすることは大切。
- お金の流れを標準化すれば、お金の出入りが一元管理できる。そうすれば管理の手間が小さくなり、収支も考えやすくなる。
- サロンの運営が円滑に進むように、請求日、支払い日の設定をする。
- 不安な点があれば、外部の支援機関に相談しよう。

### 帳簿を作成しよう

サロンはそれほど費用をかけずに楽しめるものですが、第4章の「(1) 資金調達を考えよう」でも述べたように、最低限の資金は必要です。また、自治体や社協などの助成金を活用する際には、サロンによる収入、支出を明らかにした書類の提出が必要な場合があります。

この他、しっかり資金の流れを把握していないと、一部の人がばかりが資金負担をしてみたり、逆に余剰金を不明朗なカタチで処理してしまったりする恐れがあり、サロンへの不信感を生む結果になりかねません。「自分たちだけでやっている気楽な活動だから」と怠るのではなく、しっかりとお金を管理します。

帳簿のつけ方については、特別な知識なしにできる単式帳簿と、簿記に関する一定の知識が必要なものの会計記録としての間違いを発見しやすい複式簿記の2通りがあります。しかし、大切なことは、「お金の出し入れについてこれを見ればわかる」というように整理されていること。無理なく継続的につけられる方式を選ぶのが良いでしょう。

### お金の流れを標準化する

現金預金を正確に管理する秘訣は、お金の流れを標準化することです。会計の主たる仕事は、活動に伴う資金の動きをとらえることなので、このお金の流れがシンプルになれば、会計もすっきりシンプルになるのです。

具体的には、活動資金を扱う特定の預金口座を決めて、すべての入金、すべての出金がそこを通るようにしましょう。そうすれば、その口座の通帳で入出金の全部を見ることができます。手数料や寄付金も、すべて一旦その口座に入金してから支払いにあてるというルールを徹底すると良いでしょう。

### 請求、支払の管理と資金繰り

「参加者に対する利用料の請求と回収の状況」と「担い手に対する活動謝金の発生と支払い状況（必要な場合）」はいずれも人別に管理しましょう。両者は同時に発生するものですから、連動してチェックできるように番号管理の工夫ができれば便利です。

期中は現預金の支払に着目して諸経費を把握しておき、決算期には期末までに発生した諸経費で未払いのものも含めて計算する方法が良いでしょう。

重要なのは予算管理です。「気がついたら赤字だった」ということのないよう予算を立て、予算をガイドとして予算と実算を比べながらコントロールしていく必要があります。予算を作成するにあたっては、定期的に発生する経常的支出と臨時的な支出を分けて積算すると、コントロールしやすくなるでしょう。

資金繰りについては、「参加者に対する利用料の請求と回収のタイミング」と「外部講師招へい費用などの支払いのタイミング（必要であれば）」をうまく組み合わせると、楽になります。

謝金などの支払いが利用会員からの料金徴収より早いタイミングで訪れると、当然のことですが資金繰りが苦しくなります。運転資金の規模を考慮して、締日、集金日、支払日を決めていきましょう。

### 困ったときには

「サロンを始めたいけど、メンバーの中に会計知識のある人がいない」というところも多いかと思います。最終的にはメンバーの中で会計のイロハを身に付けていく必要がありますが、当面は外部の支援団体に支援をお願いするという手もあります。ボランティア・市民活動センターなどでは、会計の手伝いをするボランティアが登録されている例もあるようです。困ったときにはこうした団体や社協などに相談し、「どのような会計知識が必要なのか」、「必要に応じて活用できる支援策はあるのか」を確認してみると良いでしょう。

**<ワンポイントレッスン>****担い手の活動謝金に関する税務上の取り扱い**

担い手の位置づけは、雇用契約がある場合、役務提供契約（シルバー人材センターと同様）がある場合、参加者との間で契約がある場合と団体によって、さまざまになっています。

雇用関係がある場合には、給与所得であり、団体側に源泉徴収義務が生じます。雇用関係がない場合は、団体側に源泉徴収義務はありませんが、担い手自身は所得があると整理される場合が多いようです。疑問がある場合には、先輩団体、支援組織、さらには税務署等と相談されることをおすすめします。

一般に、担い手をボランティアと位置づけている場合が多いですが、雇用関係がないとするには、一定の条件をクリアする必要があります。

この点について、「有償ボランティア活動の実態及び労働基準関係法令適用に当たっての問題点に関する調査研究報告書」（平成17年2月28日、社団法人日本労務研究会）においては、次のように述べています。

「『有償ボランティア』が労働者であるか否かは、自発性というボランティアの特性が失われるほどの拘束の強い活動に編入されているかどうか、つまり使用従属性と評価できるほどの指揮監督関係が認められるか否かで決定されるべきものであろう。

そうだとすると、その判断は、報酬（謝礼）の多寡ではなく、諾否の自由の有無、活動の指揮命令の有無（場所、時間、内容、手順など）、拘束性の有無、違反への制裁の有無など、関連する事項全体をみて総合的になされるべきものであると考えられる。」

すなわち、担い手に対しては、上司が指揮命令をするのではなく、コーディネーターが参加者と担い手の間を調整している、という状態にあることが求められるということになると思われます。

なお、給与を支払っている担い手との間には、雇用関係が発生していますから、当然、就業規則などの条件整備、労災、雇用保険、社会保険などへの加入が求められます。パート労働の場合も同様です。

**3. 担い手のマネジメント****(1) シフトマネジメント****ポイント**

- 担い手を継続的に確保するためには、シフト表を作成する等、計画的な管理を行おう。
- 担い手の特性を見極めた役割分担をすれば人材のやりくりも円滑になる。
- 内部の人材でやりくりができないときは、外部の団体に支援を求めることも有効。

**計画的な担い手確保の必要性**

サロンを安定的に運営していくためには、いかに担い手を確保していくかが大切です。まずは、担い手のシフト表を作成してみましょう。各人の仕事や家事等の都合を聞いた上で、1か月～2か月分のシフト表を作成しておく、担い手も自分の予定も立てやすくなると思います。

シフト表の作成方法はサロンの開催頻度等により異なりますが、開催時に参加者数に見合った人員を確保できるように可視化しておくことが大切です。

図表24 シフト表の一例（毎日開催の場合）

名 前	時 間	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日
		日	月	火	水	木	金	土
○橋○夫	12時～15時	○		○			○	
	15時～18時			○			○	○
△村△子	12時～15時		○		○	○		
	15時～18時							
□本□江	12時～15時							○
	15時～18時	○	○		○	○		

**シフトを安定化するための秘訣**

ここでは、担い手を確保していくための工夫を紹介していきます。サロン運営を安定化していくために、ぜひ参考にしてみましょう。

### 参加者数の把握

サロンへの参加者数がわかれば、適切な担い手数も自ずとはじき出されるものです。先輩サロンの中には、「会員制を採用している」、「サロン開催時に次回の参加申し込みをしてもらう」など、参加者数をなるべく正確に把握するための工夫を施しているところもあります。

### 定期的に順番が回ってくるように工夫

あるサロンでは、1か月ごとの交代制で担い手2名ずつの当番制を採用しているそうです。また別のサロンでも、担い手を5つの班に分け、月ごとにサロンを運営しているそうです。定期的に自分の順番が回ってくることがあれば、担い手もその他の予定が立てやすくなるため、なるべくシンプルなシフト表を作成できると良いでしょう。

### 担い手の特性を見極めて適材適所の配置を

担い手の人たちはサロンを支えようというやる気にあふれているはずですが、人には得手不得手があるので、あらゆる作業をこなせるとは限っていません。ここで重要なのは、各担い手の特性を見極めた上で、その人に合った役割を提供することです。リーダー格の人は、サロンの運営にはどのようなことが必要で、そのためには担い手がどのような役割を遂行すべきかを把握する必要があります。

そして、それぞれの担い手に対しては、できないことを責めるのではなく、できることをどんどん任せて、特性を伸ばしましょう。「いてくれて助かるよ」という言葉をかけるだけで、担い手のやる気も倍増して、「活動していて楽しい」と感じるはずですが、お互いが得意分野で力を発揮できる環境を整えられれば、自然と「担い手候補」も増えてくることと思います。

### 外部の支援を借りるのも手

通常は担い手だけで対応できるサロンも、予測不可能なトラブルが起こったり、あるいは大規模なイベントを実施しようとしたときなど、人手が足りなくなることも考えられます。そんなときは、地域内外の団体等に積極的に支援を要請することも大切です。

町内会・自治会等や他のサロン等が、皆さんのサロンを理解してくれれば、きっと力になってくれることでしょう。「支援を仰いだことをきっかけに交流が広がり、協働事業に発展する」ようなこともあるので、積極的に周囲の団体とコンタクトをとってみましょう。

## (2) 担い手の育成

### ポイント

- 地域には多様な才能や特技を持った人たちがいる。このような「講師の卵」を発掘して、積極的に活用する。
- サロンをきっかけに、担い手がスキルアップすることで、地域に多彩な人材を輩出することにつながる。そのためには担い手に対して、講座や研修の機会を提供したり、そのような情報を伝えたりといった「投資」が有効である。

### まずは地域の「講師の卵」を発掘しましょう

地域には皆さんの想像以上に多様な才能や特技を持った人たちがいるものです。まずは、地域の人たちと話をしてみて、「この人はこんなことができるんだな」とチェックしてみよう。こうした人たちは、「地域で自分が持っている知識や技能を活かすことができればいいな」と思っている場合も多々あります。地域の人たちが「講師」となることにより、地域内におけるコミュニケーションも活発化し、一石二鳥ですよ。

また、担い手の中にも意外な特技を持っている人がたくさんいることと思われます。ある子育てサロンでは、参加者のお母さんたちが「講師ママ」になっています。例えば、元栄養士のお母さんが簡単なおやつづくり方を教えたり、元歯科衛生士のお母さんが乳幼児の歯の磨き方を教えるなどです。担い手の特技を引き出して、どんどん活かしてもらいましょう。

### 担い手のスキルアップに努めよう

サロンを運営していくと、「もっと参加者に満足してもらうためには、担い手がさらにスキルアップしなければならない」という思いを強くする人もいるかもしれません。そのような場合には、社協や自治体などが開催する福祉関連の各種講座や研修に参加してみてもいいでしょうか。講座や研修で得たスキルを活用してサロンがさらに充実するばかりか、講座や研修を通じて他の受講者とのネットワークを構築し、情報交換できることなども期待できます。

短期的には、担い手が不足してサロンの運営が大変だと感じるかもしれませんが、担い手が講座や研修に参加して持ち帰るネットワークは、担い手自身にとってだけでなくサロンにとっても貴重な財産になりますので、「投資」ととらえて積極的に機会を活用しましょう。

## (3) コミュニケーション

### ポイント

- 日ごろの活動での参加者や担い手とのコミュニケーションは何よりも大切と心得る。
- サロンの参加者や担い手の興味や関心や悩みをキャッチし、柔軟に活動内容や運営方法を見直していく。
- 地域に対して「サロンの活動内容」、「どんな人たちが参加しているのか」を継続的、定期的に発信して興味を持ってもらい、サロンに参加してもらうことで信頼関係を築いていく。

### サロンの参加者や担い手とのコミュニケーションを図る

サロンが地域の交流の場として機能していくためには、そこに集う参加者や担い手がいずれでも自分の意見を発し、改善に結び付けていく環境をつくり上げていくことが必要です。特にサロンが軌道に乗ってくれば、参加者の興味や関心、悩みに耳を傾け、柔軟に活動内容を変更していくことも大切になってきます。

各回の活動後に担い手同士で反省会を開く事例もありますし、第5章1節(2)「活動評価をしよう」でも紹介したように、アンケートの実施というかたちで、参加者とコミュニケーションをとるという方策もあります。

また、プログラムに、参加者や担い手が同じ場に一緒にいると感ぜられるようなアクティビティを取り入れることも有効かもしれません。

#### 事例 ふれあい喫茶“チェリー”（兵庫県宝塚市）

サロン活動全体としては順調でも、参加者同士の仲が心配というケースはよくあるものです。ふれあい喫茶“チェリー”でも、参加者の中に認知症の人を受け入れられない人がいました。しかし、無理に仲良くさせるようなことはしませんでした。

ただ、毎回最後に「みんな生きてるんだ、友達なんだ」というフレーズの入った「手のひらを太陽に」を歌うのです。歌の中にサロンの「お互いを思いやる」というメッセージが込められ、それがみんなの心に伝わり、より一層お互いを尊重できるサロンになってきました。

### 地域とのコミュニケーションを図る

サロンは常に地域に、そして新しい参加者に門戸が開かれていることが理想です。「一部の人がだけで活動している」という誤解されたイメージを与えないためにも、現在はサロンに参加していない人に向けて活動の理念や内容を発信し、「いつでも参加してください」という思いを伝えることが大切です。

### どのような活動をしているのかを伝える

サロンはその活動形態、内容の多様性ゆえに、一体どのような活動をしているのかを理解してもらうのは容易ではありません。したがって、シンプルに「サロンでどのような活動をしているのか」、「どのような人たちがサロンに参加しているのか」を整理して伝えてみましょう。参加者や担い手からの感想なども織り交ぜれば、より気持ちは伝わりやすくなります。

### 定期的に活動内容を伝える

サロンが継続・発展していることを地域の人たちに理解してもらうためには、会報などを制作し、定期的に情報発信することをおすすめします。春には「花見をしました」、秋には「運動会をしました」といった季節ごとの活動内容の変化をお知らせするとともに、「今度こういうイベントを行います」という告知を兼ねると、関心のある人は参加してくれるかもしれません。

とにかく、「サロンが常に活発な活動を展開している」ということを参加者や担い手はもちろん、地域の人たちに理解してもらうことが重要です。

#### 事例 お助けマンの会（横浜市）

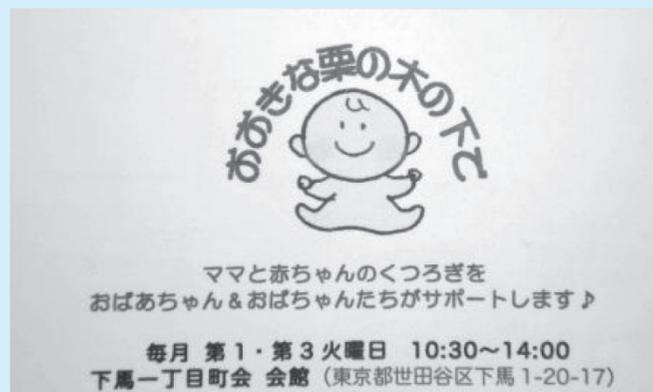
高齢者が自分だけではできない作業を手伝う「お助けマンの会」では2か月に1回、会報を発行しており、期間中にどのような依頼に対応したのかを記載しています。自分たちの活動を振り返るという意味で有効ですし、何よりも、会報を読んだ高齢者が「なるほど、こういうことを頼めばいいのね」と、会の活動に親しみを持ってくれるという効果があるそうです。

### 多彩な情報発信手段

会報やチラシを制作しても、地域の人たちに届かなければせっかくの努力も無駄になってしまいます。サロンの内容や地域の状況に合わせ、適切な手段を選択することが重要です。第4章3節(2)「参加を呼びかけよう」に記載されているようにインターネットやメールマガジンなども含めて情報発信手段を検討してみましょう。

#### 事例 おおきな栗の木の下で (東京都世田谷区)

「おおきな栗の木の下で」では名刺を作成し、担い手が持ち歩いています。公園で、バス停で、サロンの参加者となるような若いお母さんを見つけると、挨拶と軽い会話をしつつ、サロンの名刺を渡します。「開いているとき、いつでも待ってます!!」。名刺にはそんなメッセージが込められています。



## 4. リスクマネジメント

### (1) サロンで想定される事故、トラブル

#### ポイント

- 「事故、トラブルは起こるもの」という認識で、あらゆる可能性を見すえてリスクを周知しておく。
- 高齢者にとっての会場の段差、子どもにとっての家具の出っ張りなど、参加者の特性に合わせて危険を察知し、事前に配慮する。
- 参加中に体調が悪くなるなど、いざというときのための緊急連絡網を整備する。
- 不幸にも事故やトラブルが起こってしまった場合には、全員で話し合い、二度と同じことを繰り返さないための思いやするべきことを共有する。

#### あらゆる可能性を見すえたリスク対策の必要性

サロンには高齢者をはじめ、乳幼児、障害を持った人たちなど、さまざまな人たちが参加する可能性があります。すべての参加者が安全に過ごせる場所として、また、万が一事故が起こった場合にも被害を最小限にとどめることができるよう、あらゆる状況を想定し、担い手に対し活動の際に起こりうるリスクを周知しておくことが必要です。

#### 会場での配慮

高齢者が段差でつまずいて転んだり、子どもが家具にぶつかってけがをしたりなどの事故が起こる可能性があります。このような事故を未然に防ぐために、会場の段差解消に努めたり、見張り係を設けたり、そもそも危険物を会場に設置しない（たとえば、転倒しやすいフロアランプや不要なイスを片付ける等）の工夫が必要です。

また、地震や火災など万が一の事故に備え、避難誘導路の確保・確認を行い、担い手間で情報を共有しておくことが大切です。

この他、食事を提供するサロンの場合は衛生面での配慮も必要です。自治体や社協などから提供される食中毒や感染症などの情報をこまめに把握し、対策を取ることが必要です。

### 参加に際してのルールを決める

特に乳幼児を対象としている場合は、子ども同士のけんかなどによりけがをすることなども想定されます。また、サロン参加中に負ったけがなどがトラブルのもとにならないよう、あらかじめ、参加者との間で安全や事故の際の責任分担についてルールを策定し、お互いに確認した上でサロンに参加してもらうことが重要です。

### 緊急連絡網を作成する

特に、高齢者や障害者などが、サロン参加中に体調を崩すことも考えられます。このような事態に備え、保護者や主治医の緊急連絡先、参加者の持病や必要な支援等の情報を把握し、緊急連絡網として整理しておく必要があります。また、緊急連絡網の運用方法などについてもルールを取り決め、担い手間で情報共有しておきましょう。

### 起きてしまった事故、トラブルも分析しよう

起きてしまった事故、トラブルは、その場の対処で終わりにするのではなく、担い手側で「なぜその事故、トラブルが起こってしまったのか」を検証する必要があります。全員で話し合えば、トラブルを起こさないため良いアイデアが出てくるでしょうし、何よりも、「こういうトラブルは二度と起こさないようにしよう」という思いを共有できます。

## (2) 保険への加入

### ポイント

- 万が一の場合への対応策として、サロンとして保険に必ず加入しておく必要がある。
- 保険には担い手のけがを補償するもの、参加者のけがや物の破損に対する賠償責任を補償するものなどがあるため、それぞれの特徴を知っておこう。
- 全社協や各団体、保険会社等が提供する保険制度について知り、自分のサロンにあった保険を選ぶことが必要である。

### 必ず保険に加入しよう

想定されるさまざまな事故が発生した場合への備えは、まずはどのような事故、トラブルが起きそうかを考えるとともに、サロンとして保険に加入しておくことや、担い手に保険への加入を推奨することが、非常に有効です。毎月の負担はかかりますが、安心して活動できるよう、万が一の備えとして必ず加入するようにしましょう。

### 保険の種類

保険には、大きく分けて、傷害保険と賠償責任保険があります。

担い手自身のけが(場合によっては死亡)については、傷害保険が対応します。

参加者などにけがをさせ(場合によっては死亡させ)、そのことについて責任がある場合には、賠償責任保険が対応します。

参加者自身の責任によるけがの場合は、賠償責任保険では対応できませんが、ふれあい・いきいきサロン、会食会、スポーツ大会等人が集まる場合には「行事保険」というかたちで、利用会員のけがの保障をカバーすることができます。

なお、参加者の送迎を行っている場合は、さらに配慮が必要です。自動車については、いわゆる車両事故の際に被害者や遺族に対して最低限の賠償金を確保するための強制保険(自賠責保険)への加入はもちろんですが、強制保険の上乗せ補償である任意の保険に加入して事故に備えることが必要です。いわゆる車両事故だけではないケースも含めて、万が一の事故に備えて、上記の保険とは別に下記の「送迎サービス補償」制度に加入するなどして、利用会員の事故の補償をカバーすることでより安心して活動に従事することができます。

サロンは、サービスの種類が多岐にわたりますので、それに対応する保険もさまざま考えられます。保険会社に相談をされることをおすすめします。

### こんな保険があります

全社協やいくつかの都道府県・指定都市社協では、社協のネットワークを利用して、ボランティア及び福祉関係の事業に関わる保険を提供しています。

社協のネットワークに入っている団体・個人（社協の構成員・会員、ボランティア・市民活動センター等に登録されている団体・個人等）が加入対象です。加入受付や事故の際の証明ができるように、社協が知っている団体・個人であることが必要となります。

お近くの市区町村社協または都道府県・指定都市社協にご相談ください<sup>4</sup>。

また、他の団体や保険会社等でも保険が提供されています。次図表は、全社協の提供している保険を例としてあげたものです。

図表25 全社協が提供している「ふくしの保険制度」とサービスとの対応関係図

サービス	全社協 保険制度	活動者の けが	利用者の けが (賠償責任のない)	賠償責任	保険料根拠
住民参加型 (助け合い有償)	福祉サービス総合補償	○	△ (対人見舞費用として)	○	活動従事者数
サロン活動 (主体が社協)	ふれあいサロン・社協行事傷害補償	○	○	別途社協の保険への加入が必要	参加予定者数
サロン活動 (主体が社協以外)	ボランティア行事用保険 <sup>5</sup>	○	○	○	参加予定者数
移動サービス	送迎サービス補償 (利用者特定方式)	—	○	—	利用者特定
	送迎サービス補償 (自動車特定方式)	○	○	—	自動車特定
宅老所 (通い、泊まり、 居住、手伝いなど)	福祉サービス総合補償	○	△ (対人見舞費用として)	○	活動従事者数
食事サービス	福祉サービス総合補償	○	△ (対人見舞費用として)	○	活動従事者数
生活支援サービス において、無償で 活動するボラン ティアについて	ボランティア活動 保険	○	—	○	ボランティア 1名につき
生活支援サービス における、ボラン ティア行事・イベ ント開催	ボランティア行事 用保険	○	○	○	参加予定者数

4 詳細は、<http://www.fukushihoken.co.jp/> を参照。

5 ボランティア行事用保険では対象となる行事・ならない行事があるので、確認が必要。

## (3) 個人情報の保護

### ポイント

- 個人情報の不適切な利用を防ぐためには、利用や管理のルールを決めておこう。
- 本人や家族から開示請求を受ける場合もあるので、日頃から対応できる体制づくりをしておこう。

### 会員の個人情報を守ろう

サロンは、日頃の活動を通して、担い手や参加者の個人情報にあたる情報を持つ可能性があります。代表的なものをあげれば、氏名、住所・電話番号などの連絡先、健康状態、家族の状況などです。これらは、活動をする上でどうしても知ってしまうことや、活用することでより良いサービスを提供するために必要なものですので、情報を取得すること自体は何ら問題ありません。また、個人情報保護法は、団体の持つ個人情報が5,000名以下の場合には適用されません。したがって、多くのサロンはこれに該当すると思われるので、法律上の責任は問われません。

しかし、そういった情報が、担い手や参加者の意図しないところで利用されてしまうようであれば、サロンへの信頼がなくなり、安心してサービスを利用したり活動に参加したりすることができなくなるでしょう。つまり、重要なのは個人情報をどう管理するかです。したがって、会員やその家族から信頼を得る上で、次のような点は守った方が良いでしょう。

例えば、住所や電話番号を収集するときは、情報の利用目的を知らせること、名簿などの書類は必ず鍵のかかる戸棚などに保管し、必要のない限り開かないようにすることがあるでしょう。法律上も、同一組織内では、誰でも見ることはかまわないことになっていますが、それぞれの書類を見ることができる人は限定しておいた方が良いでしょう。また、古い名簿がいつまでも残ってしまわないように、一定期間が過ぎたら破棄するなどのルールをつくる必要があります。

また、担い手が活動の中で知りえた参加者に関する情報などは、担い手に対して個人情報を取り扱うルールを決めて伝え、注意を促さなければなりません。ただし、どうしても必要があれば会員の許可を得て出すという方法も考えられます。

### 情報を伝えることも重要

ただし、個人情報保護のルールを守ろうとするばかりに、必要な情報を連絡できないというのでは、本末転倒です。

生命、身体等に関わる緊急時には、本人の同意を得なくても、必要なところに個人情報を伝達することは可能です。しかし、そのような場合だけでなく、たとえば、ある参加者が風邪をひいて寝込んでいる、というような情報は、どのように扱えば良いでしょうか。サロンの担い手や参加者に伝えることは重要だし、基本的には問題ありません。近所の友人、民生委員・児童委員、保健師に伝えるというのでしょうか。参加者がよく知っている人であれば、かまわないと思いますが、念のため「〇〇さんと〇〇さんに伝えておくね」と伝えておいた方が良いでしょう。「自分のことが知らない内にあちこちに伝わっている」という印象を持つことは決して愉快なことではないからです。

### 参加者からの開示請求に対応しよう

個人情報は、本人から開示を求められる可能性があります。いつでも開示できるよう、普段から本人に開示しても良いように注意して記入するようにしましょう。

なお、開示にあたっては必ず本人確認や、本人でない場合は法的な代理権があるかどうかの確認を行い、第三者に情報が漏洩しないよう、十分注意をしなければなりません。

## 5. 他団体との連携

### (1) 推進・支援団体や自治体との連携

#### ポイント

- 社協はサロン推進の中心母体のひとつ。「何かあれば社協」というように気軽に相談しよう。
- 自治体は活動助成の他、サロンの推進支援を行っている可能性があるため、必要に応じて上手く活用しよう。
- 社協や自治体との関係は、単に補助金や助成金をあげる側・もらう側というものではない。地域の課題を共有し、ともに対策を考えていくなど「対等なパートナー」という関係をつくるのが重要。

#### 社協等との連携

社協は、その全国段階の全社協がふれあい・いきいきサロンを提唱した（1994年（平成6年））ということもあり、現在もサロンを推進する中心母体のひとつとなっています。

しかし、サロンは多様なものであるため、生協、農協、さわやか福祉財団などでもさまざまな支援が行われています。例えば、さわやか福祉財団では「居場所」という名称を用い、その推進をはかっています。

皆さんのサロン立ち上げや運営に関する悩みに対する答えのヒントの多くはサロンにあります。以下に示すような状況に直面した場合、迷わず社協等に相談してみましょう。

- サロンを始めたいが仲間がいない。
- サロンを始めたいがノウハウがない。
- サロンの拠点が見つからない。
- 地域にサロンのニーズがあるのか確認したい。
- 活動資金を確保したい。
- サロンを開始したものの、参加者が伸び悩んでいる。
- 新たな担い手育成がうまくいかない など

#### 自治体との連携

基本的にサロンの活動支援は社協が行う場合が多いのですが、自治体が積極的にサロンに関与することもあります。主に運営資金の助成というかたちでの支援が多くなっているようですが、自治体が設置しているボランティア・市民活動センターや市民協働センターなどを通じ、他のサロンや関連のボランティア団体を紹介してくれるということもあるようですので、常にコミュニケーションを取るよう心がけましょう。

#### 将来に向けて

現時点で、サロンが自治体に求める支援として特に多いのは「補助金」などの財政的支援です。しかし、補助金をもらうための要件がサロンの自由な活動を阻害することときにはあるかもしれません。

その意味では、サロンが地域に受け入れられ、自律した活動を展開することを目標に、徐々に補助が収入に占める割合を下げていく努力をしていくことが重要です。

一方、サロンを通じて得られた課題や教訓は、自治体がまちづくりを行っていく上で重要な情報となります。こうした情報を自治体や社協等と共有し、より良い解決方法をともに模索していくことが、地域福祉の向上のために望ましい連携のあり方の一つと言えるでしょう。

## (2) 他のサロンとの連携

### ポイント

- 同じ地域で活動している他のサロンと協力すれば、地域のニーズの把握や相互補完につながる効果がある。
- 地域にこだわらずサロンと連携することで、運営上のノウハウを教え合うとともに、単独ではできなかったプログラム、企画が実現するメリットもある。
- 情報ネットワークを活用し、多種多様な情報を入手しよう。

### 同じ地域の他のサロンとの連携

同じ地区で複数のサロンが展開されている例も珍しくありません。こうした場合、より良い地域づくりをめざすという観点から、他のサロンと交流することは、以下の点から重要です。

- お互いの活動において足りない部分を相互補完できる。
- 地域特性や必要なサービス等について情報交換・共有することができる。
- 連携イベントなどを開催することにより、参加者増などの相乗効果を生むことができる。

### 広い地域的な視点での他のサロンとの連携

サロンの運営に悩んだときには、広い地域的な視点で同様の活動をするサロンとの情報交換をするのも有効です。他のサロンがどのような運営をしているのかを知ることにより、活動の参考になる可能性もあります。逆に、自分達が持っているノウハウを必要に応じて提供することができれば、いざというときに重要な情報を入手できる可能性も出てきます。

また、他の同種のサロンと連携することにより、単独では実施が難しかったプログラムや企画を実現するという事例もあります。

### 事例 宝塚市社協（兵庫県宝塚市）

宝塚市社協ではサロン同士の横のつながりを生むことを目的に、市内の全サロンが参加する交流会「ふれあいいきいきサロン 交流会」を開催しました。これまで面識のなかったサロン同士でも、抱えている目標や抱えている課題に共通点があれば、一気に話が盛り上がります。講師の紹介から、人手が足りないときの支援など、自然と助け合いの場が広がっていきました。

### 情報ネットワークをうまく活用しよう

情報技術の発展が進んでからは、特に地域の枠にとられない情報ネットワークの形成が盛んになっています。関連するホームページを検索すれば、必要な情報を入手できますし、メーリングリスト（ML）に加入したり、ホームページを作成することにより、情報の共有や意見交換も容易になりました。

サロンを展開する上では、こうした新しい情報技術を活用することも重要になってきます。

## (3) 地域との協力

### ポイント

- サロンは「地域住民がつくる地域の交流の場」であることを忘れずに、地域との協力関係を築いていく。
- サロンを立ち上げる際は、町内会・自治会関係者をはじめとする地域のキーパーソンに活動の意義を伝えよう。
- 地域の人とのコミュニケーションは日々のあいさつから始まることを心得よう。また活動内容を定期的に知らせることも忘れずに。

### 地域とコミュニケーションしよう

サロンは「地域住民がつくる地域交流の場」ですので、地域の人たちや各団体と密接にコミュニケーションを取っていくことは不可欠です。また、町内会・自治会役員や民生委員・児童委員などは地域の事情に精通した人たちですので、サロンをより円滑に運営するコツを伝授してもらえることでしょう。困ったことがあれば積極的に相談してみましょう。ときには参加者や担い手を紹介してくれることもあるかもしれません。

### 地域の理解を得てこそサロンは始まります

まず、サロンを具体化する段階で、町内会・自治会関係者をはじめとする地域の「キーパーソン」と言われる人に、皆さんの思いを伝えに行きましょう。これまでより良い地域づくりのために奔走してきた人たちに敬意を払い、サロンがあればさらに良い地域となることを訴えましょう。地域のキーパーソンの理解があれば、会場確保から活動開始後のトラブル対策などにおいて、きっと力になってくれます。

### 日々のコミュニケーションを忘れずに

コミュニケーションの基本はあいさつです。地域の人たちと道ですれ違うとき、「おはようございます」、「こんにちは」とあいさつしてみましょう。さらに、「最近どうですか?」とよもやま話ができるようになればさらに前進です。必要に応じ、「サロンでこんなことやっているんですよ。今度来てみませんか?」とお話してみても良いでしょうし、地域の人

をもとにサロンの活動内容を変更しても良いかもしれません。サロンを「定期的に関交流の場所」と狭く定義するのではなく、「道端で地域の人たちとサロンを開きましょう」という意気込みでがんばりましょう。

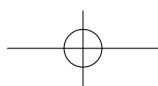
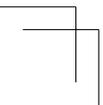
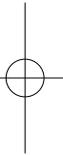
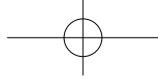
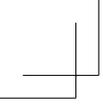
### 事例 華やく倶楽部世田谷（東京都世田谷区）

サロン「華やく倶楽部世田谷」の食事は毎月2回、主催者のAさんの自宅を開放して開催されています。Aさん宅から聞こえる楽しそうな会話や笑い声を聞きつけて、「私も仲間に入れて」と参加を希望する人もいます。

また、Aさんはサロンのない日でも、自宅前で水遣りをしている最中に通りかかった人に、「うちに入ってお茶でも飲んでいったら?」と声をかけることもあるそうです。そういう自然なコミュニケーションを通じ、これまで面識のなかった人たちがAさんのお宅でつながりをつくっています。

### 定期的なコミュニケーションも忘れずに

日々のコミュニケーションはもちろん大切ですが、サロンでどのような活動をしていて、どのような成果を上げているのかを定期的に地域に発信することも大切です。第5章3節(3)「コミュニケーション」に記載されているように、会報を制作するなどして、回覧板で流してもらえば地域におけるサロンの知名度、理解度は少しずつ向上していくことでしょう。



## 第6章

# 支援者に期待されること

1. 地域に必要なサロン像を探る
2. 効果的な働きかけ方
3. 立ち上げ以降のフォローアップ
4. 担い手育成の必要性
5. 関係機関との連携

## 1. 地域に必要なサロン像を探る

### ポイント

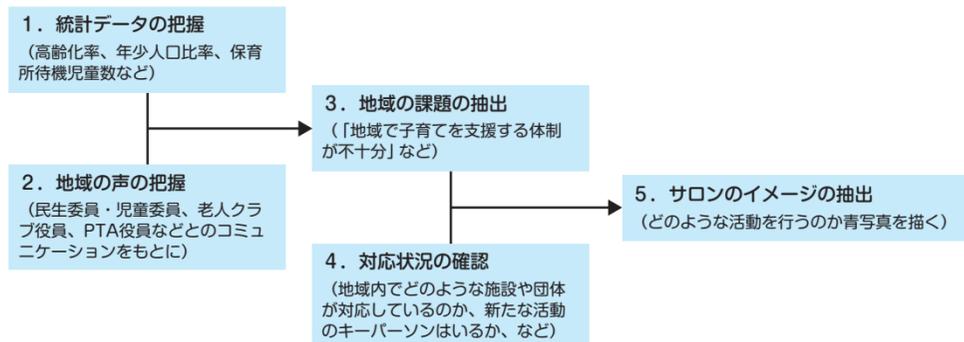
- 地域の現況を網羅的、多面的に把握した上で、どのようなサロンが必要か検討しよう。統計データと地域の生の声を集めた上で、地域の課題を抽出する。
- 地域資源（施設や団体など）を把握することはサロンの担い手発掘の第一歩。「サロンありき」ではなく、さまざまな解決手法を検討する。

### 地域の現況を多面的に把握しよう

同じ自治体のなかでも地域が抱える課題や、対応状況は異なります。こうした地域特性を把握しなければ、支援者は適切な課題解決策を提案できません。

まず、支援者は、各地域で必要とされている支援内容を、データ面、そして地域の生の声を聞きながら課題を抽出していくことが重要です。そして、地域資源を見極めつつ、課題解決にはどのような手段をとるのが最適なのかを考えていきましょう。その際、「サロンありき」ではなく、あらゆる可能性を排除せず、検討することが大切です。

図表26 地域の現況把握のフロー



### 統計データを集めよう

地域の状況を把握するための基本情報として、統計データを集めてみましょう。「高齢化率（全人口に占める65歳以上の人口の比率）」や「年少人口比率（全人口に占める15歳未満の人口の比率）」を把握することにより、該当地域が高齢者の多い地域なのか、あるいは子どもの多い地域なのかがわかります。こうした基礎情報に加え、多くの自治体では「保育所待機児童の数」「町内会・自治会加入率」など、地域の実情がわかる統計もとっていますので、必要に応じて収集しましょう。

### 地域の生の声を聞こう

地域のニーズを把握するためには、広く住民に聞く機会をつくるのが大切です。

それが難しい場合には、町内会・自治会役員、民生委員・児童委員、老人クラブ役員、PTA役員、福祉委員などに聞くと良いでしょう。また、地域福祉推進基礎組織（地域福祉を推進するための住民の組織。地区社協、校区福祉委員会、まちづくり協議会福祉部会など）の組織がある場合には、この組織を通して聞くことも有効です。

ただし、地域ニーズの把握を本格的に実施する場合には、サロン立ち上げのためだけに聞くのは実際的ではありません。地域福祉計画、地域福祉活動計画などを策定する中で、住民座談会を開催したり、アンケート調査を実施し、総合的、全体的に聞く取り組みが基本となります。

ここで重要なのは、地域から出てきた課題を、「〇〇ですすで実施していますよ」と簡単に片付けないことです。「こういうサービスが必要」という直接的なニーズの影に、例えば「地域の人ももっと関わりを持ちたい」というような根底にあるもっと大切な思いを汲み取るよう努力をしてください。統計データと地域の生の声をもとに、地域にはどのような人たちが住んでいて、どのような課題があるのか整理してみましょう。

### 対応状況の確認

地域の課題が抽出されたら、地域で現在どのような対応策が取られているのかを確認していきましょう。すでに活動している団体や施設を抽出すれば、これから必要とされている活動内容を見つけ出すヒントを得られるかもしれません。

また、地域活動の従事者は、サロンの新たな担い手として活躍する可能性があります。ですから、地域活動の従事者については、これまでの活動実績とともに、「どんな目的で活動しているのか」、「サロンを立ち上げた場合、どのようなかたちで協力が得られそうか」につ

いてもメモを作成しておく、サロン立ち上げが本格化する際に役立ちます。

地域の現況把握は一度行えば良いというものではなく、常に最新情報を把握しておく必要があります。自治体をはじめとする関係機関と協力しながら、常に地域の情報をチェックしていきましょう。

図表27 地域で活動する団体や施設の例

活動団体・内容等	子育てサロン	施設	保健センター
	高齢者対象サロン		地域包括支援センター
	障害者対象サロン		デイサービスセンター
	地域住民対象サロン		宅老所
	家事援助		児童館
	介護		公民館
	入浴		子育て支援センター
	食事（配食）		ファミリーサポートセンター
	外出援助・移送		

### サロンのイメージの抽出

地域が抱える課題と対応の現状を把握できれば、必要とされる対策のイメージが浮かび上がってくるはず。現在の体制で対応できる可能性もありますし、サロンよりもさらに制度的なサービスの仕組みを必要としている可能性もあります。サロンが適しているか否かを判断する基準はさまざまですが、地域の人たちの力で運営できる可能性があるということが第一になってきます。

## 2. 効果的な働きかけ方

### ポイント

- サロンの中心メンバーを発掘する方法は多様であり、地域の特性等に応じて適切な手法を選択する。
- 民生委員・児童委員や福祉委員はサロン立ち上げの中心人物として有力だが、徐々に地域の人たち全体で参加できるように工夫する必要がある。
- 地域のキーパーソンや関心を持ちそうな人たちに直接会い、サロンの必要性を訴えるやり方もある。
- サロンを立ち上げたいと考えている人には、地域に開かれた拠点であるというサロンの特性を十分に理解してもらう。

### サロンの効果と支援者の姿勢を理解してもらおう

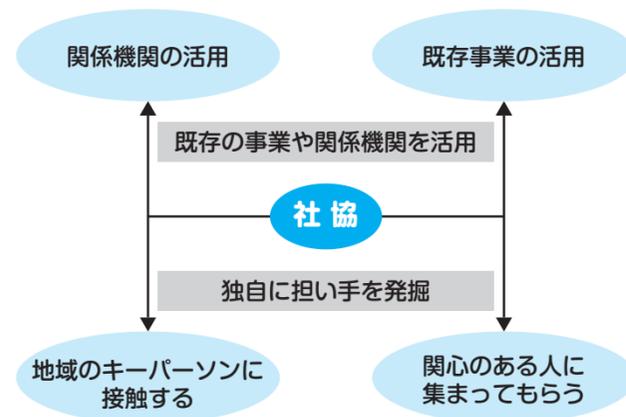
サロンを地域に広めていくためには、まず、サロンが「気軽に」、「無理なく」、「楽しく」、「自由に」活動できるものである一方、活動が地域全体に及ぼす効果が大いであることを伝えることが重要です。すなわち、志さえあれば、「私でも何か地域のためにできることがあるかもしれません」と思ってもらうように、地域の人たちとコミュニケーションを取っていくことが重要です。

また、サロンに対し、支援者としてどのような姿勢で支援していくのかを明らかにすることも必要です。特に立ち上げ時には、ノウハウ面、資金面など、あらゆる場面で外部機関の支援が必要となります。こうした場面において、支援者がどのような支援を行っているのかという姿勢を示すことにより、初めてサロンを地域に広めることができます。

### サロンの中心メンバーを発掘する方法はさまざま

サロン立ち上げの際に中心メンバーに求められる資質は、サロンが地域の交流拠点として機能するよう、各方面との協力関係を構築できることです。介護講習など既存の事業や関係機関を活用したり、地域のキーパーソンと直接接触するなどして、適切な人材を発掘していきましょう。

図表28 活動のきっかけづくり例



(資料) 全社協「子育てサロン活動推進マニュアル」に基づき作成

### 関係機関を活用する

民生委員・児童委員や福祉委員など、地域の福祉ニーズを把握している関係者にサロン立ち上げの中心メンバーとなってもらうことが考えられます。この場合に重要なことは、サロンが軌道に乗る過程で、他の地域住民にも中心メンバーとして参画してもらおうようにすることです。

### 既存事業を活用する

社協やボランティア・市民活動センターなどでは、ボランティア講座をはじめとする地域福祉の実践講座、研修を定期的に行っているかと思われます。こうした講座、研修の参加者の中には、「講座を修了したら、学んだことを地域で実践してみたい」という人たちもいるはずですので、ぜひ発掘してみましょう。

また、既存のサロン、サークルなどを通じて、新たにサロンを立ち上げたい人がいるかを把握する手法も考えられます。

### 地域のキーパーソンに接触する

町内会・自治会役員をはじめ、すでに各種活動を実践している人たちは、地域の現状に対する問題意識も高いはず。こういった人たちと直接コミュニケーションをとれば、サロン立ち上げの中心メンバーとなってくれる可能性があります。また、中心メンバーとならなくても、側面的にサロンを支援してくれることもあるでしょうし、適切な人材を紹介してくれることも期待できそうです。

### 関心のある人に集まってもらう

サロンの中心メンバーとなるような人々を対象としたイベント（例：子育てに関するセミナー、懇談会など）を開催し、集まった人たちにサロンへの参加を呼びかける方法も考えられます。こうしたイベントに参加している人たちは当該テーマに関心のある人たちですから、サロンの中心メンバーになってくれる可能性も高くなります。

### 「サロンを始めたい」という人が現れたら

支援者側の働きかけとは別に、自ら「サロンを始めたい」という人も出てくるのが想定されます。このような場合、サロンの特性を理解、尊重してもらえるのか、継続的な運営は可能なのかという視点を持ち、立ち上げ希望者と話し合っていくことが重要です（立ち上げ希望者の該当箇所については54～60頁参照）。

サロンの担い手に求められる主な事項は、以下を参考にしてください。

- **中心メンバーとなる人が複数人いる**  
一人ではサロンの運営が大変です。
- **定期的に活動する予定があり、体制が整えようとしている**  
地域の状況にもよりますが、最低月に1～2回は開催することが望ましいと考えられます。
- **焦ってものごとを進めようとしな**  
全部自分で抱え込んでしまい、結果として活動が長続きしない恐れがあります。
- **地域との交流・連携に熱心である**  
サロンは地域の人たちとの理解と協力は必要です。
- **地域の人たちがいつでも参加できるような仕組みをめざしている**  
固定メンバーで活動することを想定しては、地域の交流拠点としてのサロンを実現できません。

### 事例 宝塚市社協（兵庫県宝塚市）

宝塚市社協では、「サロンをやりたい」という希望者が現れた場合、一緒に複数のサロンを見学するようにしています。フリースペース型とプログラム型という性格が大きく異なる2つのタイプのサロンを見学することにより、希望者の中に自分たちがつくりたいサロンのイメージが徐々に浮かび上がってくるそうです。

### 3. 立ち上げ以降のフォローアップ

#### ポイント

- サロン立ち上げ後のフォローこそ支援者に求められる役割。
- 支援者が問題を直接解決するのではなく、担い手自身が地域との連携を通じて解決できるような側面的な支援を心がける。支援制度の活用方法など活動継続に向けた実践面での助言を忘れない。
- サロンが抱えている課題を確認するには実際に足を運ぶことが何より重要。

#### 立ち上げてからのフォローこそが大事

サロンの立ち上げ前は、担い手も希望を抱き、やる気満々でしょうから、意外と簡単に設立までこぎつけることができるかもしれません。ただし問題は立ち上げ後に活動を軌道に乗せることです。当初は予想していなかったさまざまな問題が露呈する可能性もあります。

こうした難題に直面した担い手を励まし、解決のヒントを一緒に考えていく姿勢こそ、支援者に求められる役割です。

#### 担い手が陥りやすい課題と対策

サロン立ち上げ後に直面する課題はさまざまです。ここにいくつかの事例を紹介しますが、対策の基本は、支援者の皆さんが直接問題を解決するのではなく、担い手の人たちが他の担い手、参加者、そして地域の人たちとともに考え、解決していくように促すことです。

#### 思ったよりも参加者が集まらない

##### 課題

サロンを始めたものの参加者数は伸び悩み、現在参加している人たちもいまいち満足していない様子。どうしたら良いのでしょうか？

##### 解決のヒント

特にプログラムを実施するサロンに言えることですが、担い手の人たちは、「サロンで自分がしたいこと」を意識しすぎて、周囲の状況が見えていない可能性があります。プログラム内容を詰め込みすぎず、実施の過程でアイコンタクトを取ったり、おしゃべりの時間をとってみても良いでしょう。そうすることにより、参加者とのふれあいが生まれるとともに、サロンに求められるニーズを把握するきっかけをつかめるかもしれません。

また、サロンの存在を多くの人たちに知ってもらうために会報を発行するなどの情報発信を積極的に行うようアドバイスすることも考えられます。いずれにしても、サロンの参加者を増やす一番の方法は口コミ。とにかく、現在の参加者に満足してもらえよう、積極的にコミュニケーションをとり、柔軟に活動内容を変更していくことを促すことが重要です。

#### 予想以上に参加者が集まりすぎて対応できない

##### 課題

サロンを立ち上げた途端に予想以上に参加者が集まりすぎて、現在の担い手では対応しきれません。地域との連携、協力が大事なので断るわけにもいかず、どうしたら良いのでしょうか。

##### 解決のヒント

立ち上げ時においては、支援者も状況に応じて担い手として一緒に活動するような柔軟な対応を心がけましょう。人数が多くて予定していたプログラムを実施できない可能性もありますが、決して焦らず、できることを着実に実施するように助言していきましょう。

立ち上げ後しばらくすると落ち着いてくることが多いのですが、引き続き参加者数が多く、担い手が負担を感じるようであれば、新たな担い手を募集したり、参加者の中から活動の担い手を補助するように働きかけたりするように助言しても良いでしょう。

一方、根本的な対策としては、地域内に同種のサロンをもう一つつくる呼びかけをすることも検討する必要があります。

### 近所から苦情が出た

#### 課題

住宅地に立地する民家を借りサロンを立ち上げたところ、「話し声大きい」などの苦情が出るようになりました。参加者はサロンに満足しているのですが、活動を継続していくためにはどうしたら良いのでしょうか。

#### 解決のヒント

まずは、サロンに対する地域住民の理解を醸成することが大切です。本来であればサロン立ち上げ前に行っておくべきことですが、町内会・自治会関係者等にあいさつし、活動の趣旨と内容を説明し、理解を求めることが重要です。また、活動内容と成果を地域の人たちに定期的にお知らせする手段（例：会報等）を有しておくことも重要でしょう。

一方、どうしても現在の場所での活動継続が困難な場合は、新たな拠点探しを支援するという考えられます。自治体への折衝を支援したり、自治体や社協の広報誌等で場所の提供者を募集する記事を掲載するなど、側面的な支援を行っていきましょう。

### 支援制度の活用

サロンは費用が比較的にかからない活動ですが、会場代やお茶代など最低限の費用は必要です。自治体、社協をはじめさまざまな団体が支援制度を設けていますが、回数制限や利用目的の限定など、様々な制約があります。担い手の活動方針の希望を把握しながら、最善の活用法を助言してあげると良いでしょう。

### 実際に活動を見守ろう

社協などの支援制度を活用しているサロンの場合、定期的に活動報告書が提出されているはずですから、活動の実態は大まかには把握できるかもしれませんが、しかし、第三者でなければ発見できない課題も数多くあるはず。『地域の交流の場として常に開かれたサロンとなっているのか』や『参加者は活動内容に満足しているのか』などといった点について把握するには、定期的にサロンに実際に足を運び、活動を見守っていくことが重要です。

## 4. 担い手育成の必要性

### ポイント

- サロンは地域に開かれたつながりをつくる集いの場であり、常にニーズを敏感に感じ取って運営されるようにするには、円滑な世代交代の支援も必要。
- サロン参加者から担い手を発掘する方法と、社協事業等の中で担い手を育成する方法のバランスをうまく取る。
- サロンの「卒業生」は担い手の卵。ぜひ参加してもらおう。

### 担い手や参加者の世代交代の必要性

サロンは、「気軽に」「無理なく」「楽しく」「自由に」できる活動として多くの人たちに支持され、全国各地で新しいサロンが誕生してきました。一方、サロンが本来の趣旨から離れ、一部の人たちが参加する固定された集まりとなった結果、担い手や参加者の世代交代が起こらず、残念ながら姿を消していくサロンもあります。

サロンを地域の交流の場として機能させていくためには、担い手は参加者や地域のニーズを敏感に感じ取り、必要に応じて活動内容を柔軟に変更することにより、新たな参加者を呼び、新たな担い手が育っていくことが必要です。支援者は、そのサロンが地域の環境変化に対応できるような体制をとっているのか、常に見守っておきましょう。

### 新たな担い手を育成しよう

新たな人材の育成には大きく2つのパターンがあります。1つ目は参加者が担い手となることであり、「助け、助けられる」というサロンの醍醐味と言えます。担い手が参加者の特技を見極めつつ、参加者が「私はこれができるよ」と発言しやすいような雰囲気をつくってあげることが重要です。支援者の皆さんも実際にサロンに参加し、「担い手の卵」と一緒に発見するお手伝いをしてみたいでしょうか。

また、人材育成の2つ目のパターンとしては、社協等で開催するリーダー養成の講座、研修の参加者を活用することです。サロン立ち上げ時と同様、参加者の中には「講座、研修終了後に何らかのかたちで活動したい」という人がいるはず。そういった人たちに現在地域で展開されているサロンを紹介し、担い手として関わりを持つことを提案することも考えられます。

### 「卒業生」に力になってもらおう

特に子育てサロンなど対象世代が限られているサロンの場合、参加者が「卒業」していき、行き詰ってしまう事例が少なくありません。このような「卒業生」に新たに担い手になってもらってはいかがでしょうか。子育てに奮闘中のママにとっても、数多くの課題を解決してきた「先輩ママ」の存在はきっと頼もしいはずです。また、参加者のニーズに合わせ、対象年齢を拡大し、サロンを継続させている例もあります。

支援者はこのようなサロンの特徴をよく理解した上で、子育てサロンを卒業した参加者で構成するOB・OG会を結成し、現在のサロン参加者を支援するなど、これまで培ってきたノウハウ等を次代に伝えるための仕組みづくりを検討する必要があります。

## 5. 関係機関との連携

### ポイント

- 自治体との連携には多彩なパターンがある。うまくパートナーシップを構築できるよう、丁寧にコミュニケーションをとることが重要。

### 自治体との連携のあり方

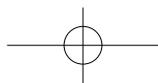
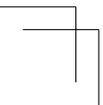
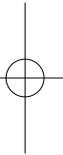
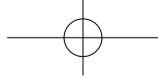
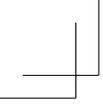
自治体は介護保険をはじめとする「制度」を管轄しています。サロンは、制度ではカバーしきれないニーズに対して、地域住民の力を結集して対応していく活動（インフォーマルな活動）です。心身ともに豊かな生活を送るためには、制度と、サロンをバランスよく組み合わせることが求められています。

自治体の中には、こうしたインフォーマルな活動を積極的に支援しているところもありますが、その実態は自治体によって大きく異なります。ですから、自治体の総合計画や地域福祉計画、次世代育成支援行動計画、障害者基本計画など、地域の現況と課題に対する認識や目標の方向性を理解できる資料を読み込んで、連携の方策を検討すると良いでしょう。

連携のパターンとしては、サロン助成金の支給などが多くなっていますが、自治体によっては以下のような支援を行っている事例もあります。地域の実情に応じ、自治体に提案してみても良いでしょう。

図表29 自治体によるサロン支援の例

- 拠点の提供
- 福祉施策に関する情報提供
- 団体同士のマッチング（ボランティア・市民活動センターやNPO支援センター等を通じた取り組み）



## 參考資料

## 活動の立ち上げ・継続に関する Q&A

ここでは、日頃寄せられる代表的な質問と、それに対する簡単な回答を紹介しています。

### サロンを始めたい

**Q1** 「サロン」になるには、指定や登録が必要なのですか。

**A** 特にきまりはありません。皆さんが「サロンだ」と決めれば、それは立派なサロンです。ただし、社協等によっては登録することでサロン立ち上げ、継続のためのさまざまな支援を行っている場合もあります。

**Q2** サロンを始めるためには、NPO 法人などの法人化が必要なのでしょうか。

**A** 法人化の必要はありません。多くのサロンは任意団体として活動を展開しています。ただし、常設サロンなど、活動頻度が高く、内容も多岐に渡る場合、多くの資金確保を必要とすることもあるかもしれません。そのような場合は、団体としての対外的な信用力を高める意味でも法人化を検討しても良いかもしれません。

### サロン立ち上げのコツ

**Q3** 拠点を探すときはどんな点に気をつけると良いですか。

**A** 参加者の特性を見極めることが必要です。例えば、高齢者を対象としている場合は「階段や段差が多い施設は不向き」「集会所や公民館など、既存の集会施設の方が参加者は集まりやすい」などの傾向があるようです。身体面、精神面の双方の視点を考慮しつつ、適切な拠点を見つけていきましょう。

また、会場借り上げ費用はサロン運営にかかる支出の多くを占めます。なるべく安価な場所、できれば無料の場所を探して、無理なくサロンを行いましょう。

**Q4** 仲間づくりのコツを教えてください。

**A** とにかく、臆することなく自分で地域の中に飛び込み、素直に思いを話すことです。社協でも仲間候補の紹介をしてくれることもありますが、まずはご自身で地域のキーパーソン（町内会・自治会関係者、民生委員・児童委員など）に話をしてみてもいかがでしょうか？

**Q5** 会費、利用料の基準はあるのですか。

**A** 基本的には実費の徴収になります。安価な設定をしておいた方が多くの人たちが参加しやすくなります。ただし、担い手が赤字を補填するような利用料金の設定はやめましょう。誰もが均等に負担できるような料金設定することを心がけてください。

ただし、サロンの中には少し多めに利用料を徴収して、定期的なイベント開催費用の基金として活用している例もあります。担い手、参加者との会話を通じ、サロンの趣旨にあった金額を設定していきましょう。

### サロン継続のコツ

**Q6** 長続きできるか心配だけどサロンをやってみたい。どうしたら良いでしょうか。

**A** まずは仲間を見つけましょう。しかも「何とかなるさ」と明るい気持ちを持った人が理想です。次に、「どんなことがあっても1年間は続けよう」という強い意志を持ってください。この2つの課題をクリアできれば、サロンは案外長続きするものです。

**Q7** 例えば、ひとりで生活しているが、介護保険などの公共サービスの利用を拒むような高齢者がサロンに参加している場合、どこに相談したら良いでしょうか。

**A** 第一に、サロンの内部で十分に話し合いましょう。その上で、町内会・自治会、他のサロン、社協、地域包括支援センター等の関係機関に相談すれば、きっと力になってくれることでしょう。困っている人のために自分たちでできることをしようという気持ちは大切ですが、あらゆるネットワークを駆使しているいろいろな人や団体に相談し、ニーズに合ったふさわしい解決方法に、円滑につなげることが重要です。

## 参考文献・ヒアリング協力先

### 参考文献

- 全国社会福祉協議会「ふれあい・いきいきサロンの広がり 実態調査結果報告」  
(平成21年3月)
- 財団法人さわやか福祉財団「これからはじめる人に向けて ふれあいの居場所 ガイドブック」(平成20年11月)
- 全国社会福祉協議会「『ふれあい・いきいきサロン』のてびき～住民がつくる地域交流の場～」(平成20年4月)
- 住民参加型福祉サービス団体全国連絡会「住民参加型福祉サービス」(平成18年3月)
- 全国社会福祉協議会「子育てサロン活動推進マニュアル」(平成15年3月)
- 全国社会福祉協議会 全国民生委員児童委員連合会「地域で子育て 子育てサロンに取り組もう」(平成14年3月)
- 全国社会福祉協議会「住民参加型在宅福祉サービス団体組織運営の手引き」(平成10年3月)

### ヒアリング協力先

- おおきな栗の木の下で(東京都世田谷区)
- 華やぐ倶楽部世田谷(東京都世田谷区)
- お助けマンの会(原宿芙蓉会)(神奈川県横浜市)
- ふれあい喫茶“チェリー”(兵庫県宝塚市)
- 社会福祉法人 世田谷区社会福祉協議会(東京都世田谷区)
- 社会福祉法人 宝塚市社会福祉協議会(兵庫県宝塚市)

## 用語集～一層の理解を深めるために

本用語集は、今後、生活支援サービスに取り組む上で折りに触れて目にする福祉に関する主な用語を例示しました。興味のある分野をみつける、あるいは深く学ぶ際のきっかけにしてください。

### 地域福祉に関する用語

#### 社会福祉法

社会福祉を目的とする事業の全分野における共通的基本事項を定めた法律です。社会経済環境の大きな変化とともに社会福祉のあり方も根本的な見直しが必要になったことから1951年(昭和26年)に制定された社会福祉事業法の改正法として、2000年(平成12年)6月に施行されました。

地域福祉の重要性の高まりを背景に、社会福祉法の基本理念規定では、「地域福祉の推進」が掲げられ、①施設入所中心から在宅や地域を基盤とした福祉へ、②行政施策に依存する福祉から市民や住民参加の福祉へ、というこれからの社会福祉の方向性が示されました。

#### 地域福祉計画

社会福祉法では、市町村が策定する地域福祉の推進に関する計画(市町村地域福祉計画)と、都道府県による市町村地域福祉計画を支援する計画(都道府県地域福祉支援計画)を策定することを規定しています。

市町村地域福祉計画は、地域住民等の参加を得て、地域の生活課題とそれに必要なサービスの内容や量等を明らかにし、提供する体制を計画的に整備することを内容とする計画です。

各自治体の地域福祉計画の内容を知ること、地域における生活支援サービスへの期待や果たすべき役割を考えることにつながります。

#### 地域福祉活動計画

住民、ボランティア、ボランティアグループ、NPO法人、社会福祉法人、その他福祉サービスを経営する者、民生委員・児童委員、さらに、関連領域の関係者が参加し、相互協力して策定する地域福祉の推進を目的とした「民間の活動・行動計画」です。

#### 特定非営利活動促進法(NPO法)

ボランティア活動などの社会貢献活動を行う、営利を目的としない団体(NPO(Non Profit Organization))に法人格を付与すること等により、活動の健全な発展を促進することをねらいとした法律です。

1998年(平成10年)に施行され、簡易な手続きで法人格を取得できる仕組みを定めています。自由な法人運営を尊重し、情報公開を通じた市民の選択・監視を前提に、所轄庁の関与が極力抑制された制度となっている点が大きな特徴です。生活支援サービス団体を

運営する中で、NPO法人の取得を検討する際に関わってきます。

### ボランティアセンター

ボランティア・市民活動へ住民参加を広く呼びかけ、ボランティアとボランティアを必要とする人の受付、調整・紹介を行ったり、住民の幅広いニーズに応える新しいボランティア・市民活動のプログラム開発・普及、ボランティア・市民活動グループへの支援等を行っています。ほとんどの社会福祉協議会に設置されていますが、社会福祉協議会以外が運営しているものも少なくありません。

近年は、「ボランティア・市民活動センター」という名称を使用しているところもあります。

### NPO支援センター

幅広い分野のNPO団体・組織の支援を行っています。研修会の開催、相談・コンサルティング、企業などの支援者との仲介、NPOのための会場・備品提供といったNPOの活動を支えるための事業を実施し、プログラム開発などを行っているところもあります。

### 民生委員・児童委員

民生委員は、社会福祉の増進を目的として、民生委員法により設置されている民間のボランティアです。社会福祉を業務とする行政機関と連携・協力しながら、担当する区域の住民の生活の見守りや、住民の生活の相談対応等を行っています。また、民生委員は児童福祉法（第16条第2項）に基づき児童委員を兼ねており、地域の子どもたちが元気に安心して暮らせるように、子どもたちを見守り、子育ての不安や妊娠中の心配ごとなどの相談・支援等を行っています。

### 家事援助、生活援助

在宅生活を支えるため、掃除・洗濯・買い物・食事の準備など、日常の家事を手伝うことです。単に家事を代行するのではなく、利用者ができることを尊重し、それをサポートしていくことに主眼が置かれています。

なお、介護保険では「生活援助」という名称で呼ばれ、訪問介護サービスの1つとして提供されています。

### デイサービス

在宅の要介護等高齢者や障害児・者を受け入れ、日常生活の援助等を行う事業です。利用者はデイサービスセンター等に通い、健康チェック、日常動作訓練（裁縫や折り紙など）、入浴、レクリエーションなどを行います。住民参加型在宅福祉サービスの場合は、要介護認定を受けていない人も対象としていることが多いです。高齢者の場合は、介護保険法の居宅サービスの1つとして位置づけられています。

### 地域通貨

法定通貨ではなく、地域コミュニティが独自に発行する通貨です。特定のコミュニティ内のみで流通し、お互いにモノやサービスのやり取りをするときに使われます。例えば、話し相手や草取りなどの助け合いに対して、お礼として地域通貨を支払うなどの使い方があります。無償では依頼しにくかったちょっとしたサービスが受けやすくなるとともに、今まで接点を持つ機会の少なかった住民同士がふれあう機会を増やすなどの効果が期待されています。

## 高齢者福祉に関する用語

### 老人福祉法

高齢者の心身の健康の保持や生活の安定のために必要な対策を講じ、高齢者の福祉を図ることを目的とした法律で、1963年（昭和38年）に施行されました。主な福祉サービスの見込み量を明らかにし、必要なサービスを提供する体制を整備するための市町村老人福祉計画の策定を定めています。

### 介護保険法

要介護者等が尊厳を保持し、その有する能力に応じて自立した日常生活を営むことができるよう、必要な保健医療・福祉サービスの給付を行う介護保険制度を設けることを規定した法律です。1997年（平成9年）に成立し、2000年（平成12年）に介護保険制度がスタートしました。介護保険は、社会保険方式によって介護を支える制度であり、その導入により措置制度から、利用者とサービス提供事業者との契約にもとづくサービス利用制度へと移行しました。

高齢者を対象とした生活支援サービスを実施する際は、介護保険との兼ね合いを意識する必要があります。

### 介護予防

2006年（平成18年）4月の改正介護保険法において導入された考え方で、①要介護状態になるのをできる限り防ぐ（遅らせる）こと、②現在すでに要介護状態の場合は、状態がそれ以上悪化しないようにする（改善を図る）こと、の両方をさします。生活支援サービスがめざす方向とも関係します。

なお、制度としてはそれらを推進するため、認定を受けていないか、あるいは非該当（自立）判定の人を対象に市区町村主体で実施する「介護予防事業」と、「要支援（1・2）」認定の人を対象に介護保険から給付が行われる「予防給付」の2つの取り組みを行っています。

### ケアプラン（介護サービス計画）

要介護者が在宅で自立した生活を行うための援助を目的として、心身の状況や環境など

を総合的に評価して生活全般のニーズを把握し、介護保険サービス等をいつ、どれだけ利用するかを決める計画です。

生活支援サービス団体には、必要に応じてケアプランを作成する介護支援専門員（ケアマネジャー）と連携し、利用者にとって望ましいサービス提供の形を考えるなどの対応が求められます。

### ケアマネジャー（介護支援専門員）

介護保険法に基づき、介護保険サービスを受ける要支援者・要介護者が、適切かつ効果的にサービスが受けられるよう、介護サービス計画（ケアプラン）を立てたり、介護サービス提供者・施設と、サービス利用者・家族との連絡調整にあたっています。

### 地域包括支援センター

地域住民が要介護状態になることを予防するとともに、保健・福祉・医療が連携して地域包括ケアを提供するために、総合的なマネジメントを行う機関です。2006年（平成18年）4月の改正介護保険法において各市町村に設置が義務づけられました。

総合相談支援や権利擁護、介護予防マネジメントを通じて、住民の生活課題を把握し、生活支援サービスを含めたさまざまな社会資源と連携して課題解決を支援しています。

## 障害者福祉に関する用語

### 障害者自立支援法

障害者の地域生活と就労を進め、自立を支援する観点から、障害種別にかかわらず福祉サービスを一元的に提供する仕組みを設けることを規定した法律です。2005年（平成17年）に成立し、翌年に施行されました。同法では、利用者のニーズや障害の程度に応じたサービスが提供されるよう、給付体系等を整理しています。

また、地域での暮らしを実現するために各自治体がボランティア育成、移動や家事支援等の事業に取り組む「地域生活支援事業」が創設されました。障害者を対象とした生活支援サービスを行う際は、各自治体の地域生活支援事業との関わりを考慮することが望ましいでしょう。

### 障害者計画

2004年（平成16年）の障害者基本法改正により、都道府県・市町村が策定を義務付けられるようになりました。障害者のための施策に関する基本的な計画と位置づけられているものです。障害者施策の基本理念や基本目標、施策の重点課題（地域福祉・在宅福祉への移行、障害の重度化・障害者の高齢化への対応）等の基本的な考え方を設定することが求められています。

## 児童福祉に関する用語

### 次世代育成支援対策推進法

次代の社会を担う子どもが健やかに生まれ、育成される環境の整備を進めるために、2003年（平成15年）に成立、2005年（平成17年）に施行された法律です。

次世代育成に関する国、地方公共団体、事業主及び国民の責務を明らかにし、地方公共団体に対しては市町村行動計画及び都道府県行動計画を、301人以上（平成23年4月以降は101人以上）の従業員のいる企業に対しては、「一般事業主行動計画」の策定を義務付けています。

### 次世代育成支援対策推進行動計画

地方公共団体および事業主が策定する、住民や従業員の仕事と子育ての両立を支援するための環境の整備等に関する計画です。地域における子育ての支援、母親や乳幼児の健康の確保・増進、教育環境の整備、子育て家庭に適した住宅や居住環境の確保、職業生活と家庭生活との両立の推進等の取り組みを定めることが求められています。

サービス利用者の視点や地域における社会資源の効果的な活用の視点が盛り込まれるとともに、子育て支援を行う団体等との連携も触れられています。

### 地域子育て支援拠点

地域全体で子育てを支援する基盤の形成を図るため、育児不安等についての相談指導、子育てサークル等への支援などを通して、地域の子育て家庭に対する育児支援を行うことを目的とした子育て支援拠点です。1993年（平成5年）度に事業が創設され、新エンゼルプラン等に基づき数を増やしてきた結果、全国に約7,000か所設置（平成20年度）されています。

### ファミリーサポートセンター

子育てに関する援助（一時預かりなど）を受けることを希望する人と、援助を行うことを希望する人がともに会員となり、会員同士のマッチングを行う会員組織をさします。1994年（平成6年）から、労働省（当時）により「仕事と育児両立支援特別援助事業」として開始されました。

設立・運営は市区町村が行っていましたが、近年は社会福祉法人やNPO法人に委託するところも見られます。現在、実施市区町村数は570市区町村（平成20年度）、会員数は、援助を受けたい会員256,787人、援助を行いたい会員88,107人、両方会員33,945人（会員数はいずれも平成19年度末現在<sup>\*</sup>）となっています。

※厚生労働省社会保障審議会少子化対策特別部会（第28回、平成21年10月13日開催）資料3-2「すべての子育て家庭に対する支援について（参考資料）」より

## 高齢者地域活動推進者養成支援事業「企画運営委員会」 構成団体

名称	住民参加型在宅福祉サービス団体全国連絡会
所在地	〒100-8980 東京都千代田区霞が関3-3-2 新霞が関ビル 社会福祉法人 全国社会福祉協議会 地域福祉部/全国ボランティア活動振興センター内
TEL	03-3581-4656 (全国ボランティア活動振興センター)
HP	<a href="http://www3.shakyo.or.jp/cdvc/jusan/index.html">http://www3.shakyo.or.jp/cdvc/jusan/index.html</a>

名称	全国老人給食協力会
所在地	〒156-0054 東京都世田谷区桜丘4-13-21
TEL	03-5426-2547
HP	<a href="http://www.mow.jp">http://www.mow.jp</a>

名称	特定非営利活動法人 全国移動サービスネットワーク
所在地	〒156-0055 東京都世田谷区船橋1-1-2 山崎ビル204号
TEL	03-3706-0626
HP	<a href="http://www.zenkoku-ido.net/">http://www.zenkoku-ido.net/</a>

名称	特定非営利活動法人 市民福祉団体全国協議会
所在地	〒105-0011 東京都港区芝公園2-6-8 日本女子会館1階
TEL	03-6809-1091
HP	<a href="http://www.seniornet.ne.jp">http://www.seniornet.ne.jp</a>

名称	宅老所・グループホーム全国ネットワーク
所在地	〒981-0932 宮城県仙台市青葉区木町16-30 シンエイ木町ビル1階 特定非営利活動法人 全国コミュニティライフサポートセンター内
TEL	022-727-8731
HP	<a href="http://www.clc-japan.com/takurousyo_net/">http://www.clc-japan.com/takurousyo_net/</a>

名称	財団法人 全国老人クラブ連合会
所在地	〒100-8917 東京都千代田区霞が関3-3-2 新霞が関ビル
TEL	03-3581-5658
HP	<a href="http://www4.ocn.ne.jp/~zenrou/">http://www4.ocn.ne.jp/~zenrou/</a>

名称	財団法人 さわやか福祉財団
所在地	〒105-0011 東京都港区芝公園2-6-8 日本女子会館7階
TEL	03-5470-7751
HP	<a href="http://www.sawayakazaidan.or.jp">http://www.sawayakazaidan.or.jp</a>

名称	日本生活協同組合連合会
所在地	〒150-8913 東京都渋谷区渋谷3-29-8 コーププラザ
TEL	03-5778-8111 (総務部)
HP	<a href="http://jccu.coop/">http://jccu.coop/</a>

名称	全国農業協同組合中央会
所在地	〒100-6837 東京都千代田区大手町1-3-1 JAビル
TEL	03-6665-6000 (総務部)
HP	<a href="http://www.zenchu-ja.or.jp/">http://www.zenchu-ja.or.jp/</a>

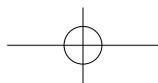
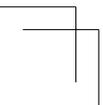
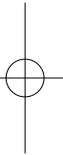
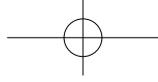
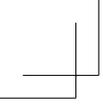
名称	日本商工会議所
所在地	〒100-0005 東京都千代田区丸の内3-2-2 東京商工会議所ビル6階
TEL	03-3283-7823 (代表)
HP	<a href="http://www.jcci.or.jp/">http://www.jcci.or.jp/</a>

名称	特定非営利活動法人 日本NPOセンター
所在地	〒100-0004 東京都千代田区大手町2-2-1 新大手町ビル245
TEL	03-3510-0855
HP	<a href="http://www.jnpoc.ne.jp">http://www.jnpoc.ne.jp</a>

名称	東京ボランティア・市民活動センター
所在地	〒162-0823 東京都新宿区神楽河岸1-1 セントラルプラザ10階
TEL	03-3235-1171
HP	<a href="http://www.tvac.or.jp/">http://www.tvac.or.jp/</a>

名称	社会福祉法人 大阪ボランティア協会
所在地	〒553-0006 大阪市福島区吉野4-29-20 大阪NPOプラザ100号 【福島区事務所(本部)】
TEL	06-6465-8391 (代表)
HP	<a href="http://www.osakavol.org/">http://www.osakavol.org/</a>

名称	社会福祉法人 全国社会福祉協議会
所在地	〒100-8980 東京都千代田区霞が関3-3-2 新霞が関ビル
TEL	03-3581-4655・4656 (地域福祉部・全国ボランティア活動振興センター)
HP	<a href="http://www.shakyo.or.jp/">http://www.shakyo.or.jp/</a>



生活支援サービス立ち上げマニュアル **4**

## ふれあい・いきいきサロン

平成22年3月発行

発行／社会福祉法人 全国社会福祉協議会

〒100-8980 東京都千代田区霞が関3-3-2 新霞が関ビル

TEL：03-3581-4655・4656（地域福祉部・全国ボランティア活動振興センター）

URL：http://www.shakyo.or.jp/

