

聞きたい！知りたい！はじめたい！！ ～サロン体験会～

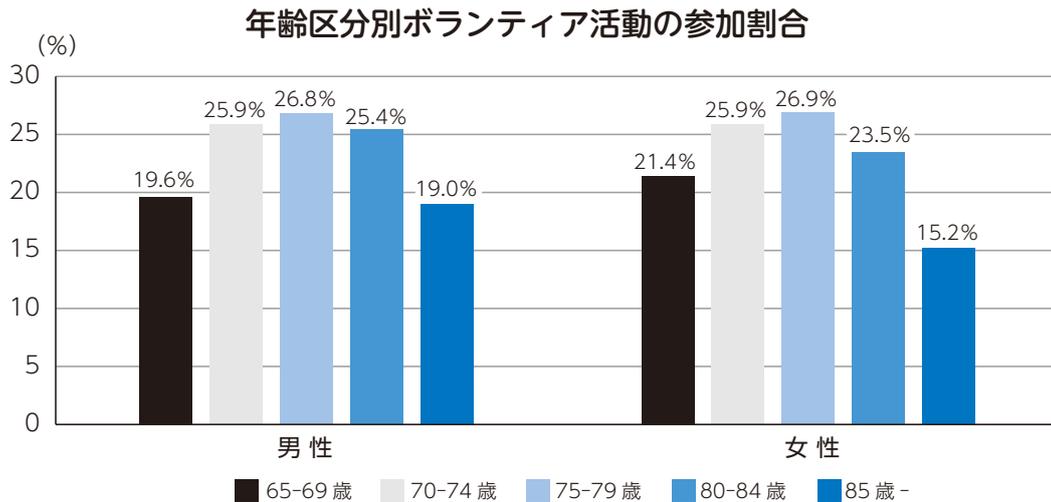
問合せ／長寿応援課
内線2424

市内には「サロン」という、誰もが気軽に集える場所があります。集会所などさまざまな場所で、趣味活動や茶話、体操などが行われ、市民の皆さんがボランティアで運営しています。

ボランティア適齢期は75歳から！あなたの力が必要です

埼玉県は2025年にかけて75歳以上の高齢者の増加率が、全国で1番高いと言われてしています。

しかし、実はボランティアに年数回以上参加している人の中で最も多い割合を占めるのは、男女ともに75歳～79歳です。「もう高齢だから」と諦める必要はありません。まだまだ、活躍の場がたくさんあります。



(出典: JAGES [Japan Gerontological Evaluation Study, 日本老年学的評価研究] プロジェクト2016)

ボランティアで元気に長生き、幸せに

「地域で役割のある高齢者は、認知症のリスクが半減し、長生きしやすい」「人との交流が月1回未満では、気力や体力が落ちやすい」と言われています。

また、「助け合いが多いまちほど幸福感がある人が多い」「ボランティアをする人が多いまちは、幸福感が高い人が多い」というような調査結果も示されています。

実際にサロンでボランティアをしている人は、皆さんが笑顔で楽しく活動しています。

地域には、誰にでも役割があり、出番があります。より幸せなシニア生活につながるボランティアをぜひやってみませんか？

サロン体験会を実施します！

とき／2月14日(木) 10時～12時

ところ／いろは遊学館

内容／第1部：講演「広めたい！サロンの魅力」

講師：岡本 利江さん

(埼玉県社会福祉協議会

ボランティア・市民活動センター)

第2部：体験会「知りたい！ご近所サロンの工夫」

参加費／無料 定員／50人 申込み／不要



【サロン体験会参加団体より】

ふれあいサロン「あざみ」は、「家族の団らん」のような雰囲気を味わうことができる、中宗岡1丁目にある空き店舗を利用したサロンです。いっしょにゆっくりお茶を飲みながら楽しくおしゃべりしませんか？

2月14日(木)のサロン体験会には、ふれあいサロン「あざみ」も参加しますので、皆さんとお会いできることを楽しみにしています。