



知り合いを作りたい  
外出のきっかけがほしい  
だれかと話したい



ちいきに貢献したい  
やりがいを見つけたい  
集まるきっかけを作りたい

# きずなサロン



「きずなサロン」は、誰もが気軽に立ち寄れるつどいの場です。お茶を飲みながらおしゃべりするサロン、子育て中のパパママたちを応援するサロン、手芸や折り紙を楽しむサロンなど、いろいろな内容で活動しています。地域での孤立を防ぎ、見守りや助け合いの関係づくりのきっかけとなるよう杉並区社会福祉協議会（杉並社協）が支援を行っています。サロンを通じて交流し、仲間づくり・生きがいづくりの活動に参加してみませんか。

社会福祉法人 杉並区社会福祉協議会



# きずなサロンに参加したいあなたへ



## どんなきずなサロンに行きたい？

- お住まいの近く、エリアで探す
- 内容で探す (茶話、手芸、歌、健康体操など)
- 開催日時で探す
- チラシで見た (近くの掲示板に貼ってあるかも!?)

## 直接行く



## きずなサロンを探してみよう



ホームページ



杉並社協へ  
直接問い合わせ

## きずなサロンに行ってみよう

- 「いきなり行って大丈夫かな…」 「場所がはっきり分からない」 など、不安なことがございましたら、活動者へおつなぎすることも可能ですので、ご相談ください。
- 運営資金として、協力金をいただいているサロンもあります。(100円～300円程度)
- 最新の開催状況については、念のためお問い合わせください。



スタッフと楽しくおしゃべり



歌や講話などのプログラムに参加



子育て世代の方も気軽に参加

## 慣れてきたら… 準備や片づけ、運営に関わってみよう!

きずなサロンは、地域住民が主体となって行っている活動です。一緒にサロン運営に関わってみませんか?  
例えば: 会場の設営、お茶出し など

### 参加者の声



- 参加する中で顔見知りの方が増えました。
- サロンの場だからこそ話せることもあるので、毎回楽しみにしています。
- サロンに行けば他の参加者との情報交換ができるのでとても助かっています。

# きずなサロンを立ち上げたいあなたへ

## 1 まずは立ち上げについて考えてみましょう

### どんなサロンにしたいですか？

- 交流 子育て世代 いろんな年代で集まりたい
- 役立つ話を聞ける 健康相談 歌 手芸

### 身近な場所で無理なくサロンを続けるためには？



- 仲間を集めよう (5名以上のスタッフでの運営をお願いしています)
- 頻度を考えよう (月1回以上の開催をお願いしています)
- 運営資金のための協力金を考えよう

こんな声もまずはご相談ください!

「活動がしたいけど場所がない、どこかいいところないかな?」  
「仲間集めから始めたい」  
「まずは見学に行ってみよう」  
「場所を活用したい」  
など



## 2 登録申請 ~立ち上げ申請書類を杉並社協に提出~

### 「きずなサロン登録申請書」「きずなサロン活動計画書」を提出

承認されるときずなサロンとして登録され開催が決定します。  
申請書類はきずなサロンホームページからもダウンロードできます。

### 開催までの準備をしよう

#### 助成金を申請する

サロン開設にあたり必要となる備品、消耗品を購入するための助成を行っています。

#### チラシ、周知方法を考える

チラシを作成、配布しサロン開催の周知をしましょう。

杉並社協ではこんな支援をしています

- 助成金
- 民生委員・児童委員等、町会・自治会への周知のお手伝い
- 保険の加入
- 研修会、交流会の実施
- 運営の相談、アドバイス など



## 3 実施!



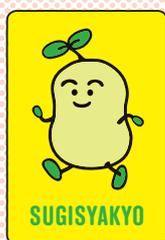
- 地域とのつながりを大事にしましょう。他のサロンとの情報交換もおすすです。
- 誰でも参加しやすい雰囲気づくりを心がけましょう。
- 活動者のみなさまが楽しむことが一番大切です。

### 活動者の声



- サロンが交流のきっかけの場になると良いなと思っています。
- 活動が自分の今のやりがいにつながっています。
- 楽しそうな参加者の顔を見ると自分も嬉しく楽しい気持ちになります。

本事業は、杉並区の皆さまからいただいた「歳末たすけあい運動」の募金を原資としており、サロン開設のための備品購入費や会場にかかる費用などに活用されています。



社会福祉法人 杉並区社会福祉協議会  
地域支援課 地域福祉推進係  
〒167-0032 杉並区天沼3-19-16 ウェルファーム杉並4階  
TEL.03-5347-1017 FAX.03-5347-2063

発行：令和6年11月



杉並社協



きずなサロン