

●高齢者等が集まる交流サロン

地域	No.	名称	場所	開催日	時間
南部	23	南公サロン	南部公民館	毎月 第2金曜日	10:00～12:00
	24	すこやか会	南団地集会所	毎月 第4水曜日(8月休み)	10:00～13:00
	25	つるかめサロン	ハイデンス集会所	毎月第3火曜日(8月休み)	10:00～12:00
	26	スマイル会	マリオン北本集会室	毎月 第2木曜日	13:00～15:30
	27	あじさいサロン	南部公民館	毎月 第3金曜日(8月休み)	10:00～12:00
	28	京王お茶会クラブ	京王地区公会堂	毎月 第2火曜日	13:30～16:00
	29	西二なかよし会	西二集会所	毎月 第1木曜日・第3水曜日	10:00～11:30
	30	木曜の集い	ハイデンス集会所	毎週 木曜日	13:00～16:00
	31	わいわいサロン	どんぐりハウス	毎月 第2水曜日	13:30～15:30
本町西高尾	32	コミュニ亭サロン	コミュニティセンター	毎月 第1火曜日	10:00～12:00
	33	笑和会	勝林公民館	毎月1回程度	13:00～15:00
	34	コスモス会	勝林公民館	毎月 第3木曜日(8・3月休み)	13:30～15:00
	35	西高尾1丁目サロン なごみの会	西高尾1丁目集会所	毎月 第4月曜日	13:30～15:00
	36	西高尾3丁目親睦会	西山中会館	年数回	
	37	にこにこサロン	西山中会館	毎月 最終水曜日	13:30～16:00
	38	西高尾6丁目ふれあいイキイキサロン	西山中会館	毎月 第4火曜日	10:00～12:00
	39	西高尾7丁目いきいきサロン	西高尾7丁目集会所	毎月 第4金曜日	13:30～15:00
	40	サロン木もれ陽	個人宅(本町4丁目)	毎月 第1・第3火曜日	10:00～1200
西部	41	西高尾8丁目サロン	西高尾8丁目集会所	毎月 第2金曜日	10:00～1200
	42	シニアサロン西部	西部公民館	毎月 第2月曜日(8月休み)	10:00～12:00
	43	にこにこカフェ	西部公民館	毎月 第1月曜日	10:00～12:00
	44	わくわくサロン	西部公民館	毎月 第3月曜日	10:00～12:00
公団	45	かがやきサロン	旧かばざくら	毎週火・木	10:00～15:00
	46	くつろぎサロン	学習センター	毎週 金曜日	13:00～16:00
	47	ふれあいサロン	北本団地Eラウンジ	毎月 第4土曜日	11:00～14:00
	48	Eラウンジ		月～金曜日	13:00～16:00

●子育て中の親子が集まる交流サロン

地域	No.	名称	場所	開催日	時間
中丸	1	なかっこ広場	中丸公民館	年4回 6月・9月・12月・3月	10:00～12:00
東間深井	2	子育てサロン	北部公民館	毎月 第4火曜日(8月、1月休み)	9:30～12:00
南部	3	親子ほっとサロン	南部公民館	毎月 第2月曜日(8月休み)	10:00～11:30
本町西高尾	4	ほっとホットサロン	コミュニティーセンター	毎月 第2火曜日(4、8月休み)	10:00～11:30
西部	5	しゃべり場	西中学校地域活動室	毎月 第3月曜日(8月休み)	10:00～12:00

問合せ (社福)北本市社会福祉協議会 地域福祉グループ
TEL 048-593-2961 MAIL sha-2552@mb.jnc.ne.jp

きたもと

サロン活動マップ

令和4年4月版 (随時改定中)

サロンて？地域でお互いにつながりをつくる集いの場のことです。

地域の支えあいスポット一覧

●高齢者等が集まる交流サロン

地域	No.	名称	場所	開催日	時間
中丸	1	なかよしサロン	中丸公民館	毎月 第4金曜日	13:30～15:30
	2	すこやかサロン	中丸公会堂	毎月 第4水曜日	10:00～14:00
	3	サロンよっちゃん家	中丸2丁目空き家	毎週 木曜日	10:00～14:00
中央地域	4	ときめき☆サロン	東部公民館	毎月 第4木曜日	10:00～11:30
	5	さくらサロン	北本2丁目集会所	毎月 第4月曜日	10:00～15:00
	6	にこにこ体操	北本4丁目集会所	毎月 第1・3金曜日	9:30～11:30
	7	優遊茶話会	中央1・2丁目会館	毎月 第3火曜日	13:30～15:30
	8	ヴィーナス会	中央1・2丁目会館	毎月 第2・3・4月曜日	9:30～12:30
	9	金曜会	中央4丁目会館	毎週 第1・2・3・4金曜日	13:30～15:00
	10	本宿ゆる～いつながりサロン	東部公民館	毎月 第2・4土曜日	15:00～16:45
	11	BJバスケット	まちうさ	毎週 月・木	10:00～14:30
	12	さわやかサロン	勤労福祉センター	毎月 第2・3月曜日	13:00～16:00
東地域	13	ふれあいの会	宮内1丁目集会所	毎月 第2金曜日	10:00～12:00
	14	ワコーレ交流サロントマトクラブ	ワコーレ集会所	毎月 第2木曜日	14:00～16:00
	15	宮内三丁目サロン	宮内3丁目空き家	毎月 第1・3金曜日	13:00～16:00
東間深井	16	さわやかサロン	東間8丁目集会所	毎月 第4月曜日(8、1月休み)	9:30～13:00
	17	さわやかサロン	深井公会堂	毎月 第1金曜日(8、1月休み)	9:30～13:00
	18	さわやかサロン	東間浅間会館	毎月 第2火曜日(8、1月休み)	9:30～13:00
	19	サンマンション北本自治会 ふれあいサロン	サンマンション管理棟	毎月 第3水曜日	10:00～15:00
	20	スカイカフェふれあい	スカイハイツ集会室	毎月 2回 土・日曜日(不定期)	14:00～16:00
	21	お茶っこカフェ	北部公民館	第2、第4日曜日	10:00～12:00
	22	あしびな～さくら苑	さくら苑	毎月1回 土曜日	10:00～12:00

きたもとサロン活動マップ

サロンて？地域でお互いにつながりをつくる集いの場のことです。

サロンに参加するメリット

近隣とのつながり仲間づくり

- ・地域に住む人が「顔の見える」関係となるので安心して暮らすことができる

悩みごとの相談

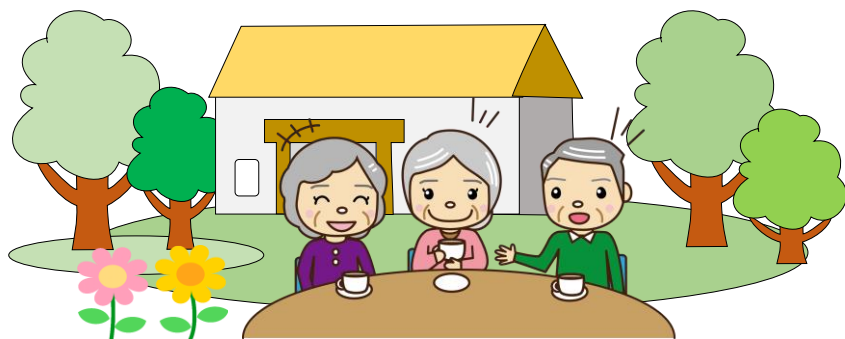
- ・悩みを共感できる仲間ができる
- ・深刻な悩みになる前に、専門家につながるができる

孤立、引きこもり防止

- ・「楽しい」と感じ、また行きたくなるので生活に張りができる。
- ・外に出かけることで気分転換になる。

介護予防、認知症予防

- ・予防の情報が入手できる。
- ・特に高齢の方は、多くの方と接することで生活の張りができるため、介護状態になることの予防にもつながる



地域にとってのメリット

住民相互のかかわり

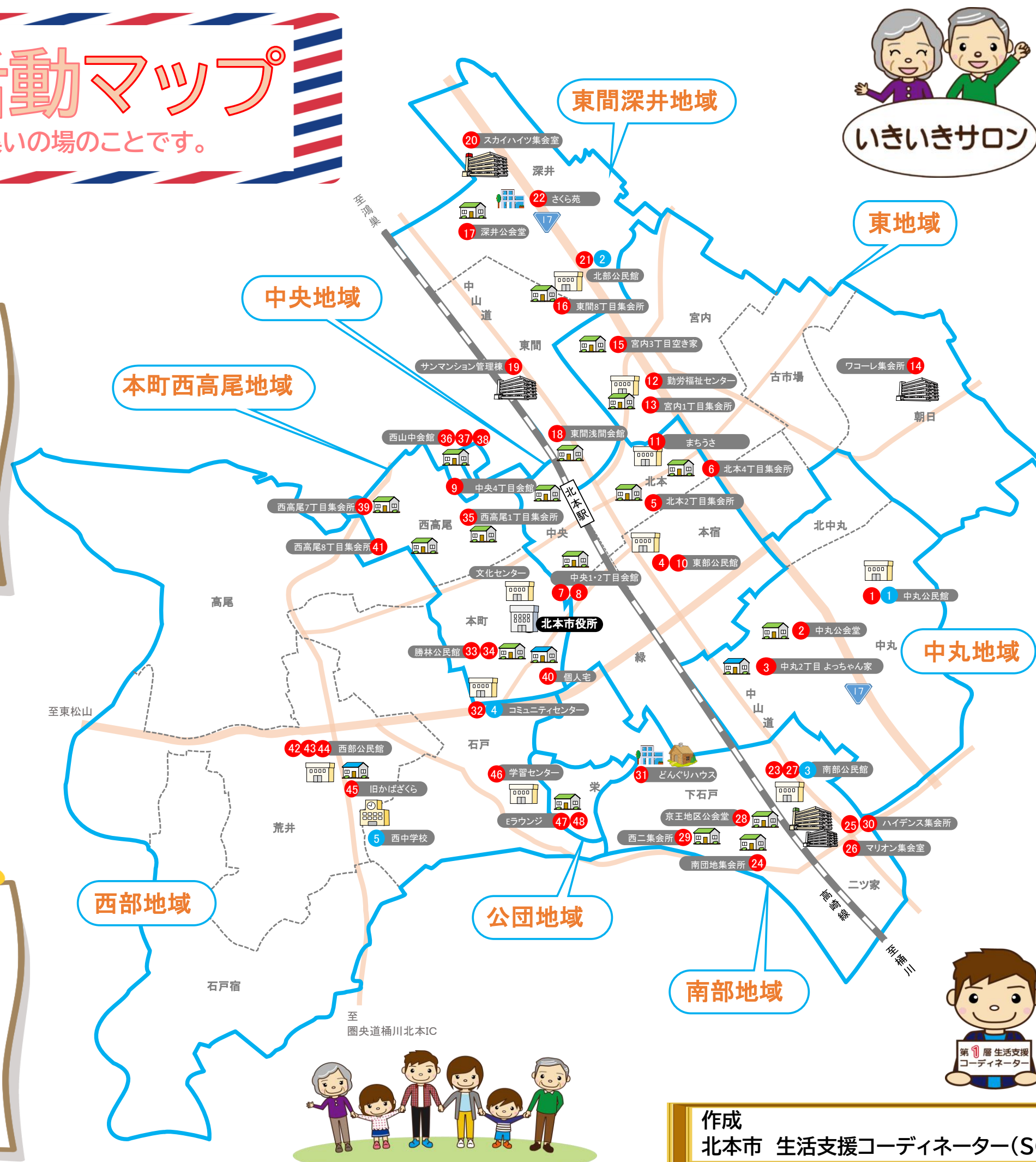
- ・サロンの参加者同士で声をかけあうなど自然と見守りをする人が増える。
- ・気にかける近所つき合いが生まれる。

世代を超えたふれあい

- ・子どもから高齢の方、障がいのある方まで幅広い層の住民が参加することによって、世代を超えたふれあいや学びができる。
- ・互いに支えあうことの大切さを次の世代へつなげることができる。

情報の交換・共有

- ・地域に住む人の課題を発見したり、把握することで「地域住民の悩みなどを知る」ことができる。
- ・またそのことについてみんなで考える機会ができる。



作成
北本市 生活支援コーディネーター(SC)