



お互い助け合う「感謝」の気持ちと「諫早市社会福祉協議会」の意味を
込めて名付けました。末永く皆さまに愛される広報紙を目指しています。

2025
Vol.238

人とつながり、笑顔あふれる生活を 地域の集いの場 ふれあいいきいきサロン



誰とも話さず、テレビとにらめっこが続くことは
ありませんか。そんな時、地域で開催されている「ふれ
あいいきいきサロン」に出かけると、顔なじみのご近
所さんに会えて、話に花が咲き、自然と笑顔があふれ
ます。このように、人と人とのつながりがあること
で、心がぽかぽか温まり、心も体も元気になります。

「ふれあいいきいきサロン」（以下、サロンという）
とは、地域の高齢者の皆さんが地域の身近な場所で、

地域住民と気軽に交流ができる集いの場です。

同じ地域に住む皆さんと安心して元気に暮らせる地
域をつくりたいと地区（校区）社会福祉協議会が実施
主体となり、地域住民が中心となってボランティアで
運営されています。このように地域の皆さんによる自
由な発想で企画・運営されているサロンが、諫早市内
には、161箇所（令和7年4月時点）あります。

今号では、このサロンについて特集します。

おしらせ

あなたの
「かんしゃ」
募集します!!

社協広報紙「かんしゃ」の表題の文字とイラストをお寄せください!

応募方法

右の二次元コードから様式をダウンロードしていただき、ご記入の上、
社協へ郵送してください。採用された方にはクオカード500円分を
プレゼントいたします。今月のイラストはみっちーさん、文字は
ナポリタンさんにかいていただきました。ありがとうございます。



サロンはどんなことしてるの？



サロンの活動内容は特に決まりがありません。誰もが参加しやすい内容のものをそれぞれのサロンで考え、実施されています。多くのサロンで実施されている主な活動内容は、以下のとおりです。

茶話会



歌



体操



季節の飾り作り



レクリエーション



生活に役立つ出前講座



サロンに参加すると、どんないいことがあるの？

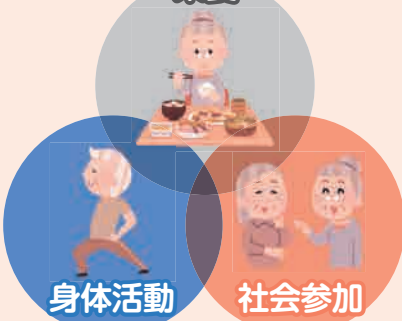


参加される人はもちろん、サロンのボランティアにとってもよい効果があります！
サロンの参加者やボランティアからよく聞く声は以下のとおりです。

- 1 ご近所の仲間ができる
- 2 楽しみ・生きがいができる
- 3 介護予防・認知症予防になる
- 4 情報交換ができる
- 5 生活にメリハリがつく
- 6 見守りにつながる
- 7 さびしさがやわらぐ
- 8 誰かとおしゃべりができる



栄養



身体活動

社会参加

サロンに参加し、健康寿命を伸ばそう！

フレイル（健康な状態と要介護状態の中間の段階）の予防には、「栄養」「身体活動」「社会参加」の3本柱が重要だと言われています。サロンへの参加は、地域住民と交流する「社会参加」の機会となり、サロンの会場まで歩いて行くことで「身体活動」にもつながり、健康寿命を伸ばす大事な要素になります。

実際のサロンは、どんな感じなの？



例えば 県住紫陽花サロン(栗面町)では…

県住栗面団地は、以前は老人会や子ども会の活動も活発で住民同士の交流も盛んにありました。しかし、団地の入居開始から40年が経ち、老人会や子ども会なども活動休止となり、交流する機会が少なくなっていました。誰がどこに住んでいるのかもわからない状況で、不安を感じながら生活している人もいました。



みんなで交流できる
サロンを始めよう！



そのような中、住民の中から「みんなでふれあう場が欲しい」との声が上がり、令和6年10月、自治会長を中心にふれあいいきいきサロンを立ち上げました。



▲県住紫陽花サロンの様子
皆さんの会話と笑顔でいつも賑やかです

サロンを始めて半年以上が経ちました。

現在では、終了時間が過ぎても会話が終わらないほど、皆さん、サロンへの参加を楽しみにしています。

そして、サロン以外の道端などで会った時も会話するようになったり、野菜のお裾分けをしたりと交流が生まれ、住民同士がお互いを気付ける助け合いの関係が育まれています。

サロンで毎回顔を合わせることで、サロン以外の時でも自然と挨拶や会話をする関係を築くことができます。人とのつながりができると、助け合いが生まれ、地域で暮らす安心感にもつながっていきます。

サロンに参加しませんか？

詳細はこちら

サロンへの参加には、開催当日に参加する他に、内容を企画したり、事前準備をしたりするボランティアとして参加する方法もあります。サロンに関するお尋ねや相談などは、お気軽に本会までご連絡ください。TEL 0957-24-5100



お知らせ

ボランティア団体助成 申請受付開始！

～諫早市社会福祉協議会ボランティア団体助成事業～



諫早市内のボランティア団体の運営が円滑に行われるよう、その費用の一部を助成します。

募集期間

令和7年5月20日(火)～6月30日(月)

助成額

- 1 ボランティア活動費 上限30,000円
- 2 ボランティア活動保険料 350円(基本プラン)×加入人数(上限100人)

応募要件

- 1 本会のボランティアセンターに登録する団体
 - 2 令和7年4月1日において団体を組織して6カ月以上経過し、また諫早市内でその活動が継続して6カ月以上行われていること。
- その他、助成対象活動、申請方法などは社会福祉協議会ホームページをご覧ください。



問合せ先

諫早市社会福祉協議会 TEL 0957-24-5100



諫早市ボランティアセンターに登録している団体を紹介します。

安心して暮らせるまちづくりのために、多くの人が、できることを、できる範囲で、ボランティア活動に取り組んでいます！



人形劇いずみ座

幼稚園や福祉施設、ふれあいいきいきサロンなどで人形劇や大型紙芝居の公演を行っている団体です。

活動日 例会（毎週金曜日）・公演日（年10回程度）

活動場所 市内各地

会員募集中

私たちは、結成して60年以上の歴史を持つ人形劇団です。これまで先輩方が大切に作り上げてきた数々の人形劇や大型の紙芝居に加え、現在も団員が力を合わせて、オリジナル作品の創作に取り組んでいます。市内の幼稚園や福祉施設、ふれあいいきいきサロンなどで上演を行い、子どもから高齢者まで幅広い世代に楽しんでいただいています。今年は「ながさきピース文化祭2025」にて、地元・諫早に伝わる民話『河童の仇討』を上演する予定です。

また、定期的に行う例会では、団員みんなで和気あいあいと人形づくりや劇の稽古をしています。さらに、団員のアイディアから、箱の6面に描かれた絵をパズルのように組み合わせて進行する、立体紙芝居「ボックスパ

ズル」という新しい表現にも挑戦しています。

諫早の人形劇の灯を絶やすことなく、続けていくために、次の世代の人にも仲間になって欲しいと思っています。一緒に活動してみませんか。心よりお待ちしております。



▲活動の様子（左：人形劇、右：ボックスパズル）

お知らせ

相談員が定期的に電話を掛けます ～ふれあい電話 新規登録者募集～

日々生活する中で、「誰かと話したい」と感じる時はありませんか。

本会では、登録者に月に1回程度、相談員が安否確認やお困りごとがないか確認を兼ねて電話をかける「ふれあい電話」を実施しています。

自分の気持ちを話す機会が増えることで、不安が軽減され、より生き生きとした生活に繋がることもあります。

ぜひ、登録してお話してみませんか。

〇〇さん、こんにちは！
最近暖かくなってきましたね。体調はいかがですか？



ふれあい電話概要

登録対象者：諫早市に在住し、登録を希望される人
※外出する機会が少ない人など

頻度：月1回程度

電話時間帯：月～金曜日（祝日を除く）
午前10時～午後3時

利用料：無料

相談員：民生委員・児童委員、学識経験のある人

申込・問い合わせ先

TEL 0957-24-5100

ご寄附ありがとうございました

（令和7年4月1日～令和7年4月30日受付分）

物品寄附 ▶ 明勝寺様

篤志寄附 ▶ ふるさと料理愛好会様

▶ 中本 義春様（小船越町）

ご厚志に沿うよう地域福祉事業のため大切にに使わせていただきます。

**編集
発行**

社会福祉法人 諫早市社会福祉協議会

〒854-0045 諫早市新道町948番地

TEL0957-24-5100 FAX0957-24-5101

ホームページ <http://isahaya-shakyo.jp>



ながさきピース文化祭2025

第40回国民文化祭 令和7年9月14日(土)→11月30日(日)
第25回全国障害者芸術・文化祭



6月のふれあい福祉相談

財産、権利擁護など、法律上の悩みごとなどをおたずねください。

無料専門相談

開設日	6月27日(金) 弁護士
開設時間	午後1時30分～4時
場所	諫早市社会福祉協議会

※専門相談は、10日前までに予約をお願いします。

諫早市社会福祉協議会だより「かんしゃ」では、広報紙に関するご意見、地域で行われる福祉活動や行事の情報を皆さまから募集しています。