

ふれあい いきいき サロン から “お互い様活動”をはじめてみませんか？

お互い様活動モデル加算の
お互い様活動とは？

サロン会員同士の仲間で、
ふだんの暮らしの困りごとを
お互い様の気持ちで
助け合う活動です。

困りごとの具体例

足腰が弱くなり
ゴミ出しも大変...



ゴミを出して
おきますね。
またサロンで
お会いしま
しょうね。

ありがとう。
助かります。

“お互い様”



お互い様活動の具体例
(ゴミ出し、買物の代行、部屋の掃除、草刈りなど)

転倒しないか不安...
でも、買い物に
行かないとなあ...



代わりに、
買ってきましたよ。
笑顔が見れて
私も嬉しいです。

ありがとう。
サロンでよく
会うあなた
だから安心。

“お互い様”



～ お互い様活動が目指すもの ～



活動を通じて、支援される人だけではなく、支援した人も、「ありがとう」の言葉で元気になれる“お互い様”の関係を広げます。



サロンの2つの柱(介護予防・お互い様活動)で、仲間が安心して暮らし続けることができます。

見守り・ニーズ把握



ふれあいいきいきサロン

介護予防

お互い様
活動



つながりづくりの場



閉じこもり防止・認知症予防



写真: 曾井町 暮らしの応援隊
平津新町 生活応援隊

【問合せ】 四日市市社会福祉協議会 地域福祉課 地域福祉推進係

四日市市諏訪2-2 四日市市総合会館2階 TEL:059-354-8144 FAX:059-354-6486