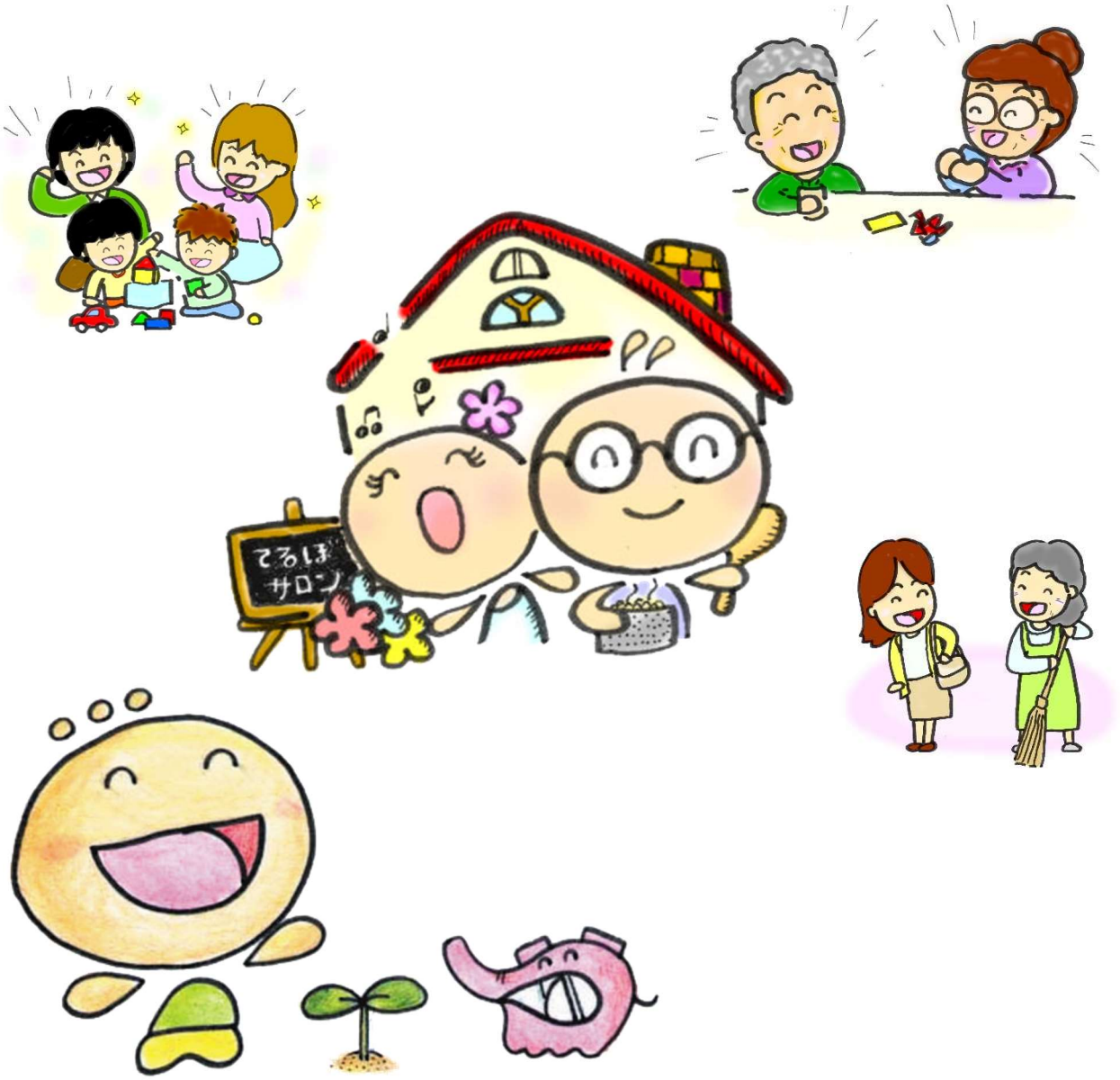
つながる　ふれあう　ささえあう

いちかわ社協

てるぼサロン の しおり



社会福祉法人　市川市社会福祉協議会

令和５年１１月現在

はじめに…

もしもの時に、支えあうことができる「ご近所」さんはいますか？

「てるぼサロン」は、地域の皆さんが気軽に参加できる、息抜きやふれあいの場として開催しています。情報交換や健康づくり、また認知症予防など、様々な効果も期待されています。

いちかわ社協では、人と人との“つながり”をつくる身近な場所として、こうしたサロン活動を増やしていきたいと考えています。

ご近所付き合いが希薄になっている今、一日をテレビの前で過ごしている高齢者や、子育て中で悩みを誰にも相談ができない方などが、地域には多くいらっしゃいます。「てるぼサロン」を通じ、誰もが安心して暮らしていくことができる“地域づくり”に、一緒に参加してみませんか？

サロン高石神（市川東部地区）

「てるぼサロン（ふれあい・いきいきサロン）」とは…

“サロン”とは、自分の家から通える範囲で開催される“集いの場”です。

昔で言う“井戸端”や“寄り合い処”、家庭での“茶の間”のような空間です。

“誰でも参加できること”が特徴で、地域住民の方々によって月１回程度開催されています。

市川市内で開催されているサロンで、各地区社会福祉協議会（以下「地区社協」）の承認を受け、いちかわ社協に登録したサロンを**「てるぼサロン」**と総称し、いちかわ社協および市川市では運営の支援をしています。

ほっとサロン（国分地区）

もものこ（大柏地区）

「てるぼサロン」の「てるぼ」って、何ですか？

「明日天気にな～れ♪」

明日を明るく晴れやかにする“てるてる坊主”に願いをこめて、いちかわ社協のマスコット“てるぼ”が誕生しました。

いちかわ社協では、明るく元気な地域を、皆さんと一緒につくっていきます。

地域づくりを目的とした「サロン活動」は、全国的には「ふれあい・いきいきサロン」と呼ばれていますが、市川市では“てるぼ”を由来に「てるぼサロン」とし、いちかわ社協および市川市が、その活動を支援しています

いちかわ社協マスコットキャラクター
てるぼファミリー

「てるぼサロン」の　目 的

「てるぼサロン」は、趣味のサークルや教室活動ではありません。

- 家に閉じこもり、引きこもりがちな方が、外に出ること
- サロン活動を通じて、顔見知りを増やしていくこと
- 地域の中の“つながり”を育んでいくこと

…が目的です。

ふれあいルーム（信篤・二俣地区）

ゆりんこくらぶ曽谷（曽谷地区）

なかよしサロン（菅野・須和田地区）

男性料理教室サロン（南行徳地区）

てしごとサロン（市川第一地区）

ぴよぴよクラブ（宮久保・下貝塚地区）

「てるぼサロン」の　内 容

いこいのサロン国府台（国府台地区）

内容に、特に決まりはありません。

「一般サロン」では茶話会をはじめ、手芸、

健康体操、カラオケ、勉強会、ゲーム、お出かけ…

「子育てサロン」では、育児相談、絵本の読み聞かせ、手遊び…

初めてサロンに訪れた方も、常連の方も、参加する誰もが

その場所に安心して居ることができること　を大切にしています。

「てるぼサロン」の　効 果

一人で家に閉じこもりがち…
一日誰ともしゃべらないことも…

参加者同士で「こんにちは！」「元気だった？」
と声を掛け合うことが楽しみに

近所に知り合いがいない…

多くの知人ができ、今まで知らなかった
地域の情報をたくさん教えてもらった

初めての子育て…わからないことも多いのに、
家には子どもと２人きり…

友達ができ、子育てのことなど
たくさんおしゃべりできた

行く場所がある

一人ひとりの笑顔の積み重ねが

楽しみ・生きがい

出会いがある

誰もが安心して暮らしていくことができる
地域づくりへとつながります

自分の居場所・役割

「てるぼサロン」を始めてみたい方へ

「てるぼサロン」には条件があります。下記の内容を必ずご確認ください

- 誰でも参加できること
- 営利目的でないこと（実費程度の必要経費は別）
- 政治、宗教活動でないこと
- 地域住民が運営する活動であること
- 定期的に開催される活動であること　※ 毎月１回（年 10 回）程度以上
- 地区社協やいちかわ社協との連携を図ること

「いちかわ社協」および「市川市」では、てるぼサロンの取り組みを応援します

- 「てるぼ看板」を差し上げます
- 運営費の一部を補助します
- サロン保険（全国社会福祉協議会）の加入対象となります
- サロン保険（全国社会福祉協議会）の保険料を助成します（上限あり）
- 運営に関する相談や、サロン活動に関する研修会・交流会を開催します
- 地区社協と連携を図るための支援を行います

地区社協とは…

地区社協（〇〇地区社会福祉協議会）は、それぞれの地域にお住まいの自治（町）会、民生委員・児童委員、高齢者クラブ、子ども会、ボランティア等々によって構成されている住民組織です。

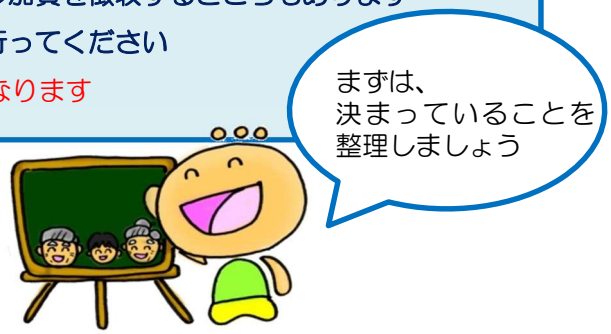
市川市では、自治会連合協議会の区割りに基づき市内に 14 の地区社協が設置されています。

各地区社協では、地域の状況に応じ、さまざまな事業に取り組んでいます。

「てるぼサロン」　申請から決定までの流れ

てるぼサロンを始めるにあたり、以下の内容をご確認ください

- 新たにサロンを始めますか？　それとも、今ある活動を「てるぼサロン」としますか？
  ⇒「誰でも参加できること」が条件です。会員など、決まったメンバーが中心となる活動は、対象外となります
- 活動を一緒に行うお仲間はいますか？
  ⇒１人で抱えてしまうのではなく、お手伝いしてくれる人が多くいれば、なお安心です
- どのくらいのペースでの開催を考えていますか？
  ⇒「定期的に開催していること」…が条件です（最低、年８回以上が目安です）
- どのような内容を考えていますか？
  ⇒毎回同じ内容でも、開催日ごとにテーマが変わっても、構いません
- 参加費を取る予定はありますか？
  ⇒サロンによっては無料のところもあれば、実費程度の参加費を徴収するところもあります
  助成金も考慮に入れて、赤字にならない参加費設定を行ってください
  ※　主催者や講師の収益を目的とした活動は対象外となります



①いちかわ社協にご連絡ください
（活動についての詳細や概要を確認します）
↓
②条件等を確認のうえ、申請書をご記入し、いちかわ社協までご提出ください
（「活動計画書」「連絡先確認表」も合わせてご提出ください）
↓
③活動が開催される場所（会場）に該当する地区社協で検討します
（地区社協で承認されると「てるぼサロン」として認定されます）
↓
④地区社協で承認されたのち、いちかわ社協に「てるぼサロン」として登録

なぜ、地区社協の承認が必要なの？

「てるぼサロン」は、決められた会員を対象にしたサークル活動ではなく、地域のつながりを目的に開催するものです。

自治（町）会の掲示板や回覧板を活用しての広報や、民生児童委員に参加の声掛けをしていただくなど、ご近所の理解や連携が不可欠なものです。

地区社協に承認されることで、サロン活動が個々ではなく、地域と協働で取り組むものとして位置づけていくことを目指しています。

「てるぼサロン」の担い手の方へ

- 「てるぼサロン」は、会員や、決まった人だけを対象にした“サークル活動”ではありません。新たな参加者が来られた時には温かく迎え入れてください。
- いちかわ社協では、毎月、市民の方に「てるぼサロン」の開催日時や内容をご案内しています。開催内容等に変更がある際には、必ずご連絡ください。
- サロン開催時には、万が一の際の連絡先の確認として、必ず参加者名簿を作成してください（保険請求時には名簿の提出が義務付けられています）。

ふれあいサロン Dai2（市川第二地区）

ふれあいサロンやわた（八幡地区）

赤ちゃんあつまれ（真間地区）

行徳歌声サロン（行徳地区）

- 「てるぼサロン」は、地域のつながりを育み、安心して暮らしていくことのできる、地域づくりを目指していくための“住民活動”です。

参加者はもちろん、担い手の方にとっても、【　サロン　】＝【　居場所　】となることが、サロンを長く続けていくための大切な秘訣です。

「てるぼサロン」に行ってみたい方へ

各サロンの開催予定は、毎月の予定表を配布しているほか、いちかわ社協のホームページ（http://www.fukusi.jp/）で確認できます。

また、地域内の情報であれば、お近くの「地域ケア拠点」でお問い合わせいただくほか、掲示板等でご案内している場合もあります。

● てるぼサロン毎月予定表の配布場所

- いちかわ社協　地域福祉・ボランティアセンター
- 行徳ボランティアセンター
- 各地域ケア拠点（市内 15 カ所　※下記参照）

● 最寄りの地域ケア拠点（地区社協拠点）に聞いてみる

地域ケア名	電 話	住 所	開所日	備 考
地域ケア市川第一	047-322-8347	市川２－７－７ 市川地域ふれあい館内	火～金	
地域ケア市川第二	047-376-8343	大洲１－１８－１ ふれあいセンター内	月～金	
地域ケア国府台	047-372-8343	国府台５－２３－５ 国府台町会会館内	月～金	
地域ケア真間「よってこ」	047-324-8347	真間２－１７－１２ キョウエイハイツ真間１階	月～金	
地域ケア八幡	047-334-8347	八幡２－４－８ 旧八幡市民談話室６階	月～金	
地域ケア菅野・須和田	047-326-8347	菅野３－２４－２ 菅野公民館内	火～金	
地域ケア曽谷	047-371-8348	曽谷６－２５－５ 曽谷公民館内	火～金	
地域ケア宮久保・下貝塚 「宮久保・下貝塚寄り合い処」	047-372-8348	宮久保１－１３－２ 宮久保・下貝塚寄り合い処	月～金	
地域ケア市川東部	047-339-8349	本北方３－１９－１６ 東部公民館内	月～金	最終（月）休み
地域ケア国分	047-373-8347	中国分２－１３－８ 西部公民館内	火～金	
地域ケア大柏	047-339-8347	南大野２－３－１９ 大柏出張所内	月～金	
地域ケア信篤・二俣 「ふれあいルーム」	047-328-8347	高谷１－８－１ 信篤公民館内	火～金	
地域ケア行徳	047-356-8347	塩焼５－６－１４ 塩焼中央公園内	月～金	
地域ケア南行徳	047-359-8347	相之川１－３－７ 南行徳公民館内	火～金	
地域ケア南行徳第二 「ほっとスペース」	047-398-8347	塩浜４－２－２－１０１ ほっとスペース	日～土	最終（月）休み

※　開所時間は　10 時～16 時　　（祝祭日・夏季・年末年始を除く）

てるぼサロン実施要綱

社会福祉法人市川市社会福祉協議会　てるぼサロン（ふれあい・いきいきサロン）実施要綱

（目的）
第１条　てるぼサロン（ふれあい・いきいきサロン）は、地域にお住まいの方々が主体となって企画・運営し、地域住民の社会参加や交流を促進し、支え合い体制の基盤を構築することで、地域福祉活動の推進を図ることを目的として実施する。

（本事業の実施主体）
第２条　てるぼサロンの運営は、地区社会福祉協議会（以下「地区社協」という）が実施するものとする。但し、地区社協以外が行うサロン活動のなかで、地区社協が承認したものについても、てるぼサロンとすることができる。
２　市川市社会福祉協議会（以下、「市社協」という）は、てるぼサロンを支援するものとする。

（てるぼサロンの条件）
第３条　てるぼサロンは、参加者と共に地域の実情に応じた自由な発想で取り組み、次の条件を満たすものとする。
（１）誰でも参加できること
（２）営利目的でないこと（参加費等は、実費程度のものとする）
（３）政治・宗教活動でないこと
（４）地域住民が運営する活動であること
（５）原則、毎月１回程度は開催される活動であること

（事業の実施区域、場所）
第４条　てるぼサロンの実施区域は、地区社協圏内とし、公的施設の他、自治（町）会館、個人宅、社寺等地域の実情に応じた場所で開催するものとする。

（事業内容）
第５条　てるぼサロンの事業内容は、第３条の条件を満たし、地域の実情に合わせて地域住民同士のふれあいの場となるようなものとする。

（てるぼサロンの新規登録等）
第６条　新規にてるぼサロンの登録を希望する者は、「てるぼサロン登録申請書（様式第１号の１）」及び「てるぼサロン実施計画書（様式第１号の２）」、「てるぼサロン関係者連絡先確認表」を市社協会長に提出する。
２　市社協会長は、前項の申請関連書類の提出を受けた時は、当該地区社協において登録の可否を決定し、てるぼサロン登録決定通知書（様式第２号）により申請者に通知する。

（事業年度）
第７条　事業年度は、４月１日に始まり、翌年の３月３１日に終わる。
２　てるぼサロンの代表者は、年度内にてるぼサロン実施報告書（様式第１号の３）を市社協会長に提出する。

（登録の継続）
第８条　次年度も継続して、てるぼサロンの登録を希望する者は、次年度のてるぼサロン実施計画書（様式第１号の２）を市社協会長に提出する。

（登録辞退・活動休止・申請内容の変更）
第９条　てるぼサロンの登録辞退及び活動休止等、申請内容を変更する場合、市社協に連絡のうえ、てるぼサロン登録変更届（様式第４号）を市社協会長にすみやかに提出する。

（市社協の支援内容）
第１０条　市社協は、てるぼサロンの運営に対して、次のような支援を行う。
（１）てるぼ看板の配布
（２）運営費の補助
（３）サロン保険の加入手続き及び保険料の負担
（４）「てるぼサロン代表者連絡会」の開催
（５）運営についての助言・指導
（６）住民ボランティアの育成指導・研修
（７）その他運営について必要な支援

（地区社協の支援内容）
第１１条　地区社協は、てるぼサロンの運営に対して、次のような支援を行うことができる。
（１）「てるぼサロン代表者連絡会」への参加促進
（２）運営についての助言・指導
（３）住民ボランティアの育成指導
（４）その他運営について必要な支援

（関係者の守秘義務）
第１２条　てるぼサロンの関係者は、利用に関して知り得た個人の情報を、他に漏らしてはならない。

（委任）
第１３条　この要綱で定めるもののほか必要な事項は、市社協会長が別に定める。

附則
この規定は、平成１９年６月１３日より適用する。
この規定は、平成２０年４月　１日より適用する。
この規定は、平成３１年１月２９日より適用する。
この規定は、令和元年１０月８日より適用する。

【てるぼサロンについてのお問い合わせ】

○ 市川市社会福祉協議会　地域福祉・ボランティアセンター

住 所　市川市東大和田 1-2-10（分庁舎Ｃ棟　1F）
電 話　０４７（３２０）４００２

いちかわ社協　てるぼサロンの手引き

令和２年 １月 初版発行

発行　社会福祉法人　市川市社会福祉協議会