

# 元気高齢者健やかサロン事業を始めませんか

国東市では、高齢者の方ができるだけ介護が必要な状態にならずに自立した生活ができるよう、日ごろから地域で健康づくりに取り組むグループに活動助成を行っています。



安国寺老人クラブ寿会健康づくり教室でのしめ縄作り

## サロン事業とは

家に閉じこもりがちな高齢者の方が、健康でいきいきと生活できるように、レクリエーションや茶話会、調理実習などを通して、地域で暮らす人たちと楽しく交流する活動です。市には、このサロン事業を実施する団体が現在94団体あります。そのほとんどが歩いていける地域の集会所や公民館など、参加される皆さんが無理なく通える場所で行われています。市では、この団体を行政区の中で最低でも一つできることを目指しています。

## 対象者と活動内容

### 【対象者】

市内に住所を有する同じ地区内の65歳以上の高齢者で、概ね介護保険に適用されない人を対象とし、5人以上のグループと活動支援者（年齢制限はありません）の計6人以上に對して支援します。

### 【活動内容】

- ① 茶話会・交流会・調理実習
- ② 健康増進を目的とした健康相談・健康体操

## サロン事業の交付金

- （ちよるちよる体操）・健康講話
- ③ レクリエーション
- ④ 奉仕作業・環境美化運動・花作りなど

- ① 6人以上の調理実習  
一人につき400円 限度額1万円
- ② 6人以上の茶話会など  
一人につき200円 限度額5千円

## 実施上の注意

茶話会や運動をして、月に1回以上定期的に開催することが効果的です。（補助は月1回までです）

また、健康相談や福祉・介護保険の話などの保健福祉に関する事業は年3回以上行う必要があります。

## サロン開設・運営などの問い合わせ

市民健康課	介護保険班
☎0978-72-1111	
国見総合支所	地域市民健康課
☎0978-82-1111	
武蔵総合支所	地域市民健康課
☎0978-68-1111	
安岐総合支所	地域市民健康課
☎0978-67-1111	