

サロン広報紙

赤い羽根

ふれあい サロン

FUREAI
SALON

発行 2025.3
No.18



伊豆市社会福祉協議会では、ふれあい
サロン活動を支援します。

現在、伊豆市では **50** 箇所でふれ
あいサロンを実施しております。



ふれあいサロンとは

子どもから高齢者まで、参加者が一緒になりふれあい活動を通じて、心豊かな充実した人生を送るための仲間づくり、地域住民の結びつきを深め、地域の人たちで地域を見守りする事を目指し「ふれあいサロン」を推進します。



社会福祉法人
伊豆市社会福祉協議会

〒410-2505 静岡県伊豆市八幡 33-1
TEL.0558-83-3013 FAX.0558-75-7200

伊豆市社協HP

この広報紙は、皆様からいただいた赤い羽根共同募金により作られています。

修善寺

サロン加殿

場所／加殿コミュニティセンター



参加者に好評だった内容は？
ワッハッハッ体操（笑いは健康幸せ）、ビンゴゲーム・ポーリング

- 4月 ロコトレ体操・読み聞かせ・リハビリ体操・かどの音頭
- 5月 包括（認知症予防、他）・リハビリ体操・かどの音頭
- 6月 出前お話講座（図書館）・リハビリ体操・かどの音頭
- 7月 七夕飾り・リハビリ体操・かどの音頭
- 9月 敬老を祝う会（ビンゴゲーム大会）・リハビリ体操・かどの音頭
- 10月 区文化祭出品（作品作り）・リハビリ体操・かどの音頭
- 11月 ワッハッハッ体操・リハビリ体操・かどの音頭
- 12月 大正琴（おじゃまむし）・リハビリ体操・かどの音頭
- 1月 健康講座（伊豆赤十字病院）・リハビリ体操・かどの音頭
- 2月 節分豆まき・ポッチャ・リハビリ体操・かどの音頭
- 3月 講話（本立野駐在所見城さん）・リハビリ体操・かどの音頭

修善寺

サロンさつき

場所／本立野公民館



- 4月 体操・方言カルタ・話し合い
- 6月 区長あいさつ・1年間の予定発表・市議会議員（鈴木優治氏）のお話
- 7月 七夕飾り
- 8月 学童保育の子ども達との交流
- 9月 作品を決める・2年生との交流会について・包括のお話
- 10月 ポーリング輪投げ等を皆で楽しむ
- 11月 包括のお話（3B等）
- 12月 各自にて安心して出来るケーキ作り・お弁当用意
- 2月 東小学校2年生との交流会
- 3月 おひな祭り・ビンゴ大会他・弁当あり

参加者に好評だった内容は？
輪投げ・ポーリングはとても好評でした。3B体操も良かったです。12月のクリスマスケーキを作り皆で食べてとてもおいしく喜んでくれました。

修善寺

サロン牧之郷

場所／牧之郷公民館



- 4月 散歩（牧之郷駅の公園）・ビンゴゲーム・弁当有
- 5月 ロコトレ（包括2名、伊豆中央ケアセンター1名）
- 6月 フェルトバック作り（文化祭展示用）
- 7月 伊豆中央警察署のお話（詐欺など）
- 8月 子ども会との交流（手話と輪投げ）
- 9月 敬老会（区長他参加、踊りなど、弁当有）
- 10月 落葉絵作り（干支の蛇）
- 11月 紙粘土で工作（蛇、文化祭用）
- 12月 クリスマス会（人形劇）
- 1月 ポーリング大会
- 2月 かるたでおしゃべり
- 3月 ひなまつり（弁当有）

参加者に好評だった内容は？
ポーリング大会

修善寺

サロンかつら

場所／ガイヤ



- 4月 暖かいトルコの花茶を飲みながらお手玉・紙芝居
- 5月 温泉場散策（スマートボール・射的・喫茶店でコーヒーお弁当）
- 6月 輪投げゲーム・脳トレ（1時間4問）
- 7月 懐かしい歌と雑談（生きがい友の会コーラス部）
- 8月 ワッハッハッ体操（石渡静さん）
- 9月 栄養講座（包括）
- 10月 お手玉廻し・カルタ・読み聞かせ
- 11月 唱歌カルタ（社協CD）
- 12月 クリスマス会（スタッフと会員で楽器演奏・クリスマスソング）
- 1月 新年会
- 2月 ピロピロゲーム、他
- 3月 お花見

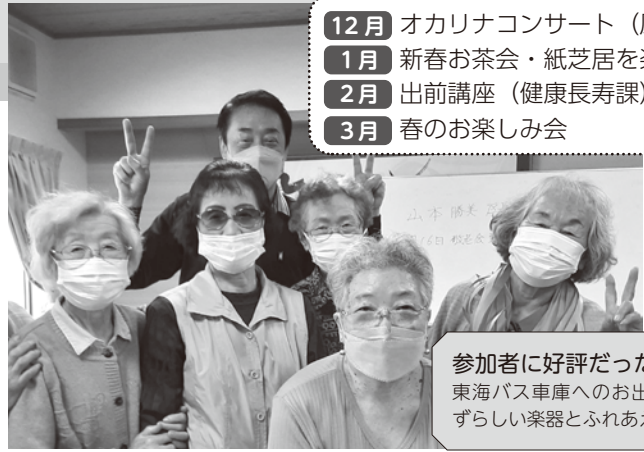
参加者に好評だった内容は？
輪投げゲーム・脳トレ366日・温泉場散策・ワッハッハッ体操

修善寺

サロン柏久保

場所／柏久保公民館

- 4月 新区長さんのお話とサロンで体操
- 5月 東海バスの乗り方講座
- 6月 出前講座（包括）
- 7月 二胡の演奏の会
- 8月 カイマナヒラさんウクレレコンサート
- 9月 天桂寺副住職の法話・カリンバの演奏会
- 10月 出前講座（図書館）
- 11月 交通安全教室



- 12月 オカリナコンサート（風の音）
- 1月 新春お茶会・紙芝居を楽しむ会
- 2月 出前講座（健康長寿課）
- 3月 春のお楽しみ会

参加者に好評だった内容は？
東海バス車庫へのお出かけや、めずらしい楽器とふれあえた事など。

修善寺

サロン嵐山

場所／半経寺公民館

- 4月 お花見（狩野川公園）
- 5月 輪投げ
- 6月 伊豆赤十字病院の出前講座
- 7月 七夕飾り作り
- 8月 ギター演奏会
- 9月 三味線の演奏会
- 10月 奥の院散策
- 11月 歌の会・ギターバンド演奏
- 12月 クリスマスリース作り
- 1月 ギターバンド演奏
- 2月 包括出前講座
- 3月 お花見（長嶋ロード）



修善寺

サロン大堀山

場所／堀切公民館

- 4月 公民館でお花見（歌やおどり等）
- 6月 包括のお話・脳トレ
- 9月 敬老のお祝い会・ビンゴゲーム
- 11月 バスの乗り方教室（東海バス、地域づくり課）
- 1月 健康出前講座（伊豆赤十字病院）
- 3月 交通安全教室（伊豆中央警察署）

参加者に好評だった内容は？
バスの乗り方教室で実際のバスに乗せて頂き、地域からのバス路線を走って車庫まで行きました。踊り子号まで乗せて頂いて、皆様大喜びでした。



修善寺

サロン大平

場所／大平公民館

- 4月 お花見（旭滝）・勝呂先生の音楽療法
- 6月 東海バス乗り方教室（公民館⇄車庫）
- 7月 社会福祉協議会のお話・七夕飾り
- 9月 ウクレレ演奏（カイマナヒラ）
- 10月 秋の寄せ植え教室（津田生花店）
- 11月 防災講話（伊豆市危機管理課）
- 12月 クリスマス会・出前お話講座（修善寺図書館）
- 1月 お正月遊び（ビンゴ大会）
- 2月 オカリナ演奏（izu オカリナサークル風の音）
- 3月 お弁当配布・1年の振り返りと来年度計画



参加者に好評だった内容は？
寄せ植え教室は次年度もやりたいと言うくらい好評でした。1,000円で作製し完成した時、すごく良かったです。

修善寺

サロン大野

場所／大野区公民館

- 4月 ロコモ体操と今年度の計画発表
- 5月 ゲーム大会
- 6月 笑いヨガ・栄養講座
- 7月 出前お話会
- 8月 役員会と料理教室
- 9月 消費に関する出前講座
- 10月 方言で朗読する伊豆の民話（選挙で中止）
- 11月 マジックショー
- 12月 クリスマス会・大正琴演奏
- 1月 オーラルフレイルについて
- 2月 役員会（次年度計画）
- 3月 反省会とビンゴゲーム



参加者に好評だった内容は？

大正琴ボランティア（おじゃまむし）の演奏にあわせて懐かしの歌を歌い、とても良かった。マジックショー（山下氏）すばらしい手品に感動しました

修善寺

サロンくまさか

場所／熊坂公民館



参加者に好評だった内容は？

グラウンドゴルフ・こども園との交流（元気、パワーをもらえる）

- 4月 春のハーモニカ演奏会
- 5月 ペタンク（高架下）
- 6月 熊坂こども園との交流会
- 7月 七夕祭り・ピアノ演奏会
- 8月 交通指導員のお話（交通安全協会）
- 9月 バスの乗り方教室（中止）
- 10月 グラウンドゴルフ（高架下）
- 11月 健康のお話（食・生活習慣等）
- 12月 クリスマス会（プレゼント交換）
- 1月 お正月遊び（カルタ・福笑い）
- 2月 熊坂こども園との交流会
- 3月 ひな祭・二胡演奏

修善寺

サロンえきまえ

場所／駅前コミュニティ会館



参加者に好評だった内容は？

石渡氏のワッハッハッ体操、山下氏のマジックショーは子供と共に楽しんだ。オカリナ演奏、レパートリーが幅広く好評だった。恒例のクリスマス会、ビンゴ、プレゼント交換も楽しくできて良かった。

- 4月 体操、新区長・市議員・民生委員挨拶、包括による講座、締め之歌
- 5月 体操、石渡静香さんのワッハッハッ体操、締め之歌
- 6月 体操、市役所による消費に関する講座、締め之歌
- 7月 体操、ゲーム大会、盆踊りの練習（駅前祭り参加の為）、締め之歌
- 8月 体操、子供会との交流、山下利明さんマジックショー、締め之歌
- 9月 体操、ハーモニカ「ドレミ」による演奏会、締め之歌
- 10月 体操、伊豆赤十字病院による健康出前講座、締め之歌
- 11月 体操、オカリナサークル「風の音」の演奏会、締め之歌
- 12月 体操、クリスマス会（ビンゴゲーム・プレゼント交換）、締め之歌
- 1月 体操、サロン開設20周年記念式典、佐治妙心さんによる講演、締め之歌
- 2月 体操、包括による講話、締め之歌
- 3月 体操、あけてびっくり！！玉手箱

修善寺

サロン小立野

場所／小立野公民館

- 4月 グラウンドゴルフ
- 5月 市議会議員鈴木優治氏のお話
- 6月 包括
- 7月 あすなるハーモニカ
- 8月 図書館 DVD 視聴覚室
- 9月 健康長寿課
- 10月 石渡静さんワッハッハッ体操
- 11月 生きがい友の会
- 12月 伊豆赤十字病院

参加者に好評だった内容は？

生きがい友の会、石渡静さん、トランプ

- 1月 うさぎ薬局
- 2月 グラウンドゴルフ
- 3月 昼食会・グラウンドゴルフ



修善寺

サロン踊り子

場所／横瀬公民館

- 4月 ル・グランガーデン見学会
- 6月 花の寄せ植え
- 7月 自分の写真立てを作ろう
- 9月 包括のお話
- 10月 大正琴を聞こう
- 11月 花の寄せ植え
- 12月 正月飾りを作ろう
- 2月 みんなでゲームをしよう
- 3月 食事会



参加者に好評だった内容は？
花の寄せ植え、写真立て、正月飾り

修善寺

友笑会館ふれあいサロン

場所／友笑会館



- 4月 講話・編み物・健康麻雀
- 5月 談話・たこ焼きパーティー
- 6月 談話・健康麻雀・編み物
- 7月 リバイバルダンス・健康麻雀
- 8月 リバイバルダンス・健康麻雀
- 9月 リバイバルダンス・編み物
- 10月 リバイバルダンス・健康麻雀
- 11月 年末清掃・おしるご会
- 12月 クリスマス会
- 1月 新年鏡開き・リバイバルダンス
- 2月 節分祭・作品展
- 3月 ひな祭り

修善寺

サロンかつらの里

場所／修善寺保育園



- 4月 みんなで歌おう
- 5月 伊豆中央警察署出前講座
- 6月 おいしいお茶の淹れ方教室
- 7月 盆踊りの練習
- 9月 みんなで歌おう Vol2
- 10月 ハンドベルと合唱（生きがい友の会）
- 11月 美味しいものを食べよう（中里公民館）
- 12月 クリスマスコンサート
- 1月 山下さんの手品
- 2月 伊豆赤十字病院出前講座
- 3月 スタッフ反省会

土肥

大藪ふれあいサロン

場所／大藪公民館



- 4月 桜見学（松崎町方面那賀川沿いの桜・三聖苑で昼食）
- 5月 健康の話・軽体操（包括）
- 6月 買い物ツアー（大仁アピタ店）・夢庵にて昼食
- 7月 アロマを使った防虫剤づくり
- 9月 防災の話（防災袋の確認・災害時の避難方法等）
- 10月 食事会（土肥地区の食堂にて 地魚料理）
- 11月 簡単な脳のゲーム・ぬり絵
- 12月 お飾りづくり・クリスマス会
- 1月 新年会（会食会・トランプゲーム大会他）
- 2月 アロマのハンドマッサージ（講師稲木理江子氏予定）

参加者に好評だった内容は？

買い物ツアー、地区内でのお食事が好評でした。テレビ放送で紹介される頭脳と手先を使う簡単な遊具（室内遊具）

土肥

中浜いきいきサロン

場所／中浜コミュニティセンター



- 4月 みんなで楽しくお口の体操
- 9月 三味線演奏会
- 12月 みんなで体操「ロコトレ体操」
- 1月 みんなで歌おう、楽しいひと時
- 3月 来年度の計画

土肥

ふれあいサロンやかた

場所／屋形公民館



- 4月 ロコトレ教室・お食事会
- 5月 ロコトレ教室・お食事会
- 6月 ロコトレ教室・お食事会
- 7月 ロコトレ教室・お食事会
- 9月 ロコトレ教室・お食事会・身体機能測定
- 10月 ロコトレ教室・お食事会
- 11月 ロコトレ教室・お食事会・身体機能測定
- 1月 ロコトレ教室・ビンゴゲーム・会食
- 2月 ロコトレ教室・お食事会
- 3月 ロコトレ教室・お食事会

土肥

ふれあい元気サロン

場所／大久保公民館



参加者に好評だった内容は？

土肥ホーム車両を利用してお出かけ（クリーンセンターいず・道の駅月ヶ瀬・西伊豆スカイライン）、地区老人会・子ども会と共催の七夕飾り作り、大笹への飾り付け

- 4月 計画作成（役員会）
- 5月 歌・体操・ゲーム
- 6月 手芸（和紙のフラワーブローチ作り）
- 7月 歌・体操・ゲーム
- 8月 工作（七夕飾り作り）と笹への飾り付け
- 9月 防災訓練の後11月の活動打合せ
- 10月 歌・包括による講話
- 11月 クリーンセンターいず見学他バスツアー
- 12月 クリスマス会中止、菓子を配布
- 1月 新年会・お弁当配布
- 2月 歌・体操・ゲーム
- 3月 歌・体操・ゲーム・来年度に向けて

土肥

下村ふれあいサロン

場所／下村公会堂

参加者に好評だった内容は？

土肥ホームに外出支援の協力を頂き、クリーンセンターいずの見学・昼食会を実施



- 4月 サロン総会（昨年度の反省と今年度に向けて）
- 5月 ミニ工作（鯉のぼり作り）
- 6月 クリーンセンターいず見学、他
- 7月 七夕飾り、風鈴作り
- 9月 交通安全教室
- 10月 おしゃべり会（クイズ・脳トレ）・昼食会
- 11月 ゲームで楽しく
- 12月 大掃除・クリスマス会
- 1月 お花見（土肥桜見物）・昼食
- 2月 ゲームで楽しく・おひな様作り
- 3月 お花見・昼食会

土肥

さわやかサロン

場所／上野公民館



- 4月 お花見・雨天で室内で会食
- 5月 ゴキブリ団子作り
- 6月 茶話会
- 7月 包括によるお話し（コグニサイズ等）
- 9月 茶話会
- 10月 脳トレ・お手玉
- 11月 音楽療法（勝呂もとえさん）
- 12月 グランドゴルフ
- 1月 新年食事会
- 2月 茶話会
- 3月 おひなまつり

参加者に好評だった内容は？
外でのグランドゴルフが好評でした。

土肥

ほほえみサロン

場所／小池公民館

- 4月 歌体操・きずな（内田さん）
講話とふきもどしを使ったゲーム
- 5月 歌体操・ボーリング
- 6月 歌体操・脳トレ（斉藤教授）
- 7月 歌体操・包括講話・ゲーム
（鈴木さん、ペットボトルふた）
- 9月 天神社境内草取り清掃
- 10月 合同敬老感謝祭・音楽療法
（勝呂もとえさん）

- 11月 一足早い忘年会・
歌体操・お手玉玉入れ
- 12月 天神社境内草取り清掃
- 1月 ふれあい会食会・ビンゴゲーム
- 2月 歌体操・ロコトレ体操・脳トレ
- 3月 歌体操・ロコトレ体操・脳トレ

参加者に好評だった内容は？
R6.7いつも参加している100オの方のお祝いを
しました。皆と食べるふれあい会食会（数年ぶり）



土肥

中島・長藤サロン

場所／中島・長藤公民館



参加者に好評だった内容は？
お散歩や体を動かす体操など・クリスマス会・ハワイアンダンス披露

- 4月 お花見散歩
- 5月 口腔体操・おはなし会
- 6月 さわやか体操・読み聞かせ
- 7月 歌を唄いましょう・全員でサロンのおそうじ
- 9月 口腔体操・健康体操
- 10月 ボール体操・さわやか体操
- 11月 タオル体操・お話し会
- 12月 クリスマス会・ハワイアンダンス披露
- 1月 会食（新年会）・お話し会
- 2月 豆まき
- 3月 お茶会・サロンのおそうじ

土肥

中村二十日会

場所／中村集会所

- 4月 役員引継ぎ、活動計画
- 5月 母の日、ゲーム
- 6月 ボーリング大会
- 7月 区長とお祭りの話合い
- 9月 おはぎ作り
- 10月 ゲーム
- 11月 ゲーム
- 12月 食事会（忘年会・クリスマス）
- 1月 食事会（新年会）



土肥

高根シルバーサロン

場所／高根神社、平野区集会所



- 5月 包括による健康講座
- 6月 高根神社境内除草及清掃
- 7月 高根神社境内除草及清掃・神社祭典手伝い
- 8月 高根神社境内除草及清掃
- 9月 津波避難タワー「テラッセオレンジトイ」での食事
- 10月 高根神社境内除草及清掃
- 11月 高根神社境内除草及清掃
- 12月 忘年会（カラオケ及食事会）
- 1月 新年会（お楽しみゲーム及食事会）
- 3月 高根神社境内除草及清掃

天城

宿ふれあいサロン

場所／宿公民館



参加者に好評だった内容は？

椅子に座ったままでできるヨガは無理なく体を動かすことができ好評でした。12月のコンサートではなつかしい曲を鈴やカスタネットを鳴らしながら歌い、楽しい時間を過ごすことができました。

- 4月 環さんと遊ぼう、体操
- 5月 包括よりお話
- 6月 大正琴ボランティア（おじゃまむし）
- 7月 折り紙を作ろう（かべかけ）
- 10月 バスの乗り方教室（東海バス）
- 11月 ヨガ
- 12月 ミニコンサート
- 1月 お正月遊び
- 3月 おたのしみ会 or 反省会

天城

大滝ふれあいサロン

場所／大滝公民館



- 4月 出前お話し会（天城図書館）
- 6月 インボディ
- 8月 大滝区民交流会
- 9月 敬老会（サロンよりプレゼントを贈る）
- 10月 脳トレなつかし思い出カルタ会
- 12月 クリスマス会（音楽教室）
- 2月 食事会

参加者に好評だった内容は？

なつかし思い出カルタ会は皆さん楽しんでいました。

天城

茅野ふれあいサロン

場所／茅野公民館

- 4月 バスの乗り方教室
- 5月 本の読み聞かせ、シルバー川柳
- 6月 弘道寺見学、浄蓮の滝「あまぎ」おぬい婆さんのカレーライス食べた
- 7月 認知症すごろくゲームなど
- 9月 敬老会への協力、参加
- 10月 手品（山下さん）
- 11月 音楽療法（勝呂もとえ先生）
- 12月 クリスマス会、忘年会、ビンゴゲーム、豚汁・おにぎり・菓子
- 1月 新年会、ゲーム（輪投げ・カルタ）
- 3月 エレクトーン演奏

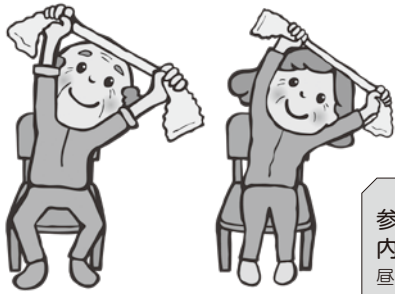
参加者に好評だった内容は？

勝呂先生の音楽療法はとても好評でした。



天城 長野ふれあいサロン

場所／長野公民館



参加者に好評だった内容は？
昼食会、歌やおしゃべり

- 4月 ロコトレ
- 5月 ロコトレ (ロコトレ教室全6回コース)
- 6月 ロコトレ (ロコトレ教室全6回コース)
- 7月 ロコトレ (ロコトレ教室全6回コース)
- 8月 ロコトレ、茶話会
- 9月 ロコトレ、ゲーム
- 10月 ロコトレ、昼食会
- 11月 ロコトレ、歌
- 12月 ロコトレOB会評価に参加
- 1月 ロコトレ、昼食会、ビンゴゲーム
- 2月 ロコトレ、歌
- 3月 ロコトレ、反省会

天城 市山ふれあいサロン

場所／市山公民館



参加者に好評だった内容は？
バスの乗り方教室が楽しかったです。
切り絵も良かったです。

- 4月 こんにやく劇場
- 5月 健康講話 (包括)
- 6月 バスの乗り方教室 (東海バス)
- 9月 敬老会協力 (切絵作家水口氏)
- 10月 ロコトレ体操 (鈴木暁美氏)
- 11月 ぞむさんと歌おう (安楽城望氏ギター)
- 12月 認知症すごろく (包括)
- 1月 カルタ遊び (社会福祉協議会天城支所)
- 2月 音楽療法
- 3月 ミスターひばりさんの歌

天城 門野原ふれあいサロン

場所／門野原公民館



- 4月 計画発表・ラジオ体操・ゲーム (間違いさがし・〇×クイズ)
- 6月 タオル体操・熱中症のお話 (包括)
- 9月 敬老会への協力
- 10月 出前お話し会 (天城図書館)
- 11月 歌レク体操・歌あそび・ビンゴゲーム
- 12月 クリスマス会 (替え歌・なぞなぞ・カラオケ)

参加者に好評だった内容は？
歌レク体操・歌あそび・ゲーム (〇×クイズ・まちがいがさがし) は参加者の方に好評でした。

天城 吉奈ふれあいサロン

場所／吉奈公民館



- 6月 インボディ・握力検査・体操
- 9月 敬老会と一緒に、こんにやく劇場
- 10月 出前お話し会 (天城図書館) と工作
- 12月 クリスマス会 (手品・ビンゴ大会)
- 2月 インボディ検査
- 3月 テラッセオレンジトイ

天城 月ヶ瀬ふれあいサロン

場所／月ヶ瀬地区コミュニティセンター他



- 6月 脳トレーニング
- 8月 造花でリース作り
- 10月 昼食と紙芝居とゲーム
- 12月 小さなカゴ作りと伊豆のわさびのクイズ
- 2月 鈴木暁美さんの講座（体のこと）
- 3月 新旧引継ぎ会（反省会）

参加者に好評だった内容は？
造花でリース作り、小さなカゴ作りです。

天城 田沢ふれあいサロン

場所／田沢区集会所

- | | |
|----------------------|----------------|
| 4月 体操・年間計画表作成 | 11月 体操・缶釣りゲーム |
| 5月 体操・ゴキブリ団子作り | 12月 クリスマスリース作り |
| 6月 体操・オーラルフレイルについて学習 | 1月 体操・お楽しみビンゴ |
| 7月 体操・輪投げ | 2月 体操・的当てゲーム |
| 8月 転倒予防体操・体組成測定(包括) | 3月 体操・ビデオ観賞会 |
| 9月 9/15 敬老感謝祭 | |
| 10月 体操・風船バレー | |



参加者に好評だった内容は？
クリスマスリースを参加者それぞれ工夫して作り上げることができました。
個性が磨かれる取組みになりました。

天城 矢熊ふれあいサロン

場所／矢熊集会所



- 6月 音楽療法（講師 高田誠子先生）
- 9月 地域行事手伝い
- 10月 オカリナ演奏（風の音）
- 12月 忘年会、X'mas会
- 1月 新年会
- 3月 お花見会

参加者に好評だった内容は？
・音楽療法、歌と寸劇・オカリナ演奏会
癒しの音色と歌

天城 下船原ふれあいサロン

場所／下船原集会所



- 9月 敬老会に参加
- 12月 お話し会
- 1月 どんど焼き参加



本柿木ふれあいサロン

場所／本柿木多目的集会場



参加者に好評だった内容は？
社協のわなげ、カードあて、小運動会は好評でした。

- 4月 包括 鈴木さんの話・体操
- 5月 青羽根駐在所下山さんの話
- 6月 包括による認知症予防のすごろく
- 7月 プラムカフェでバンドを聞きお昼を食べる
- 8月 消防の納涼祭へ自由参加
- 9月 敬老会へ参加
- 10月 室内で小運動会
- 11月 体操・歌
- 12月 歌・体操・ビンゴゲーム
- 1月 新年会
- 2月 大正琴
- 3月 子ども会と一緒に遊ぶ

大平柿木ふれあいサロン

場所／大平柿木集会所



参加者に好評だった内容は？
旭滝はジオガイドの説明を受け、好評でした。

- 4月 お花見・グラウンドゴルフ
- 6月 集会所の草取り・ゴキブリ団子作り
- 10月 クリーンセンターいず・旭滝見学
- 12月 クリスマス会・寄せ植え
- 1月 包括のお話
- 3月 ひな祭

雲金ふれあいサロン

場所／雲金公民館、他



- 4月 ふれあいサロンボランティア募集・協力者顔合わせ
- 5月 紙コップで作るバスケット
- 6月 ガマの油売り口上・介護体操
- 7月 ペタンク
- 9月 敬老感謝祭のお手伝い(手作りバスケットをプレゼント)
- 10月 雲金区民祭参加
- 11月 体操・ストレッチ
- 12月 クリスマス会
- 2月 親睦会・反省会
- 3月 引き継ぎ

サロン佐野

場所／佐野公民館



参加者に好評だった内容は？
カイマナヒラウクレレ、あすなるハーモニカ

- 4月 ロコトレ体操・意見交換
- 5月 ロコトレ体操・脱水予防について
- 6月 ロコトレ体操・ダスキンインボディ
- 7月 ロコトレ体操・タオル
- 9月 ロコトレ体操・カイマナヒラウクレレ
- 10月 ロコトレ評価
- 11月 ロコトレ体操・認知症サポーター養成講座
- 12月 ロコトレ体操・あすなるハーモニカ
- 2月 ロコトレ体操・消費者相談センター
- 3月 ロコトレ体操・意見交換

中伊豆 サロン小川

場所／小川公民館



- 6月** お口の機能トレーニング法及び七夕祭り (児童6名参加)
- 10月** 地区のお祭りに参加 (区計画)
- 12月** 地区のグランドゴルフ大会に参加・人形劇 (コロコロ劇場)・クリスマス会
- 3月** 健康講座・ひな祭り

中伊豆 サロンパールタウン

場所／コミュニティー広場



11月 お茶会

参加者に好評だった内容は？
天城路を歩こう会は好評でした。

中伊豆 向クラブ

場所／向公民館



- 4月** 話合い (お茶会)・計画作り
- 5月** 料理教室 (おやつ作り)
- 6月** 農休み (食事会)
- 7月** 地域美化活動 (掃除と花だん)
- 8月** 地域祭 (大東フェスタ) に参加
- 9月** 手芸 (えと作り)
- 10月** 料理教室 (つけもの) 実習と試食
- 11月** 地域の文化祭に参加
- 12月** 地域 (大東学区) 防災の話会参加
- 1月** 小正月 (新年会)
- 2月** 節分祭 (恵方巻作りと試食会)
- 3月** 話合い (お茶会)・反省会

中伊豆 サロンニューライフ

場所／ニューライフ公民館

- 4月** ミーティング
- 5月** 修善寺虹の郷とお買い物ツアー
- 6月** 花壇の苗植え 生涯学習事業に協力
- 7月** ミーティング、かんたん菓子・料理作り試作
- 8月** 災害時に役立つお料理教室 生涯学習事業に協力
- 9月** 消費者教育出前講座第2弾
- 10月** ミーティング
- 11月** 花壇の苗植え 生涯学習事業に協力
- 12月** クリスマス会
- 1月** 新年会
- 2月** 内容未定
- 3月** 内容未定

参加者に好評だった内容は？
消費者教育出前講座とクリスマス会が特に好評でした。



中伊豆 徳永南サロン

場所／徳永南公民館

- 6月 草取り・春植えの花植付け
- 7月 草取り（お盆前）
- 8月 大東文化展への参加についての話し合い
- 9月 草取り・オーラルフレイルの勉強会
- 10月 文化祭作品作り
- 11月 草取り・秋植球根等の植付け・文化祭準備文化祭参加
- 1月 新年会（昼食）
- 3月 反省会・引継ぎ

参加者に好評だった内容は？
昼食の時間の雑談



中伊豆 あじさい会

場所／上和田農村改善センター



- 4月 ロコトレ
- 5月 ロコトレ・草取り
- 6月 ロコトレ
- 7月 ロコトレ
- 8月 ロコトレ
- 9月 ロコトレ
- 10月 ロコトレ
- 11月 ロコトレ
- 12月 ロコトレ・草取り
- 1月 ロコトレ
- 2月 ロコトレ
- 3月 ロコトレ

中伊豆 サロン梅木

場所／梅木公民館



参加者に好評だった内容は？
図書館出前おはなし講座

- 4月 大見城址ハイキング
- 5月 ロコトレ体操
- 6月 花壇に花の苗植え付け
- 7月 ロコトレ体操
- 8月 出前お話講座（中伊豆図書館）
- 9月 花壇の草取り
- 10月 ロコトレ体操
- 11月 体力測定（理学療法士による）
- 12月 ロコトレ体操
- 1月 花壇の手入れ
- 2月 反省会と次年度の計画
- 3月 お食事会

中伊豆 サロンひだまり

場所／元村公民館

- 4月 出前お話講座・つる製作（中伊豆図書館）
- 5月 ロコトレ体操
- 6月 ペットボトルカバー作り
- 7月 ロコトレ体操
- 8月 手品（山下利明さん）
- 9月 ロコトレ体操
- 10月 音楽療法（勝呂もとえさん）
- 11月 ロコトレ体操
- 12月 お楽しみ会（ボッチャ、他）
- 1月 ロコトレ体操
- 2月 伊豆の民話（伊豆市資料館、市職員）
- 3月 1年間の反省と来年度の計画立案



参加者に好評だった内容は？
ペットボトルカバー作り、音楽療法、ボッチャ・ラダーゲッター

今年度立ち上げた新規サロンです

New

中伊豆

サロン沢口

場所／沢口公民館



- 7月 墓そうじ、終了後集会所にてお弁当
- 9月 墓そうじ、終了後集会所そうじ
- 11月 紅葉狩り（虹の郷にて）
- 1月 こんにゃく作り

もともと地区の墓そうじや公民館のそうじ等々、皆でまとまり行なってきました。そのため、何のこだわりもなく、すんなりと始める事ができました。引き続き行うことができればと願っています。尚、次世代に継いで行けたら…と願います。

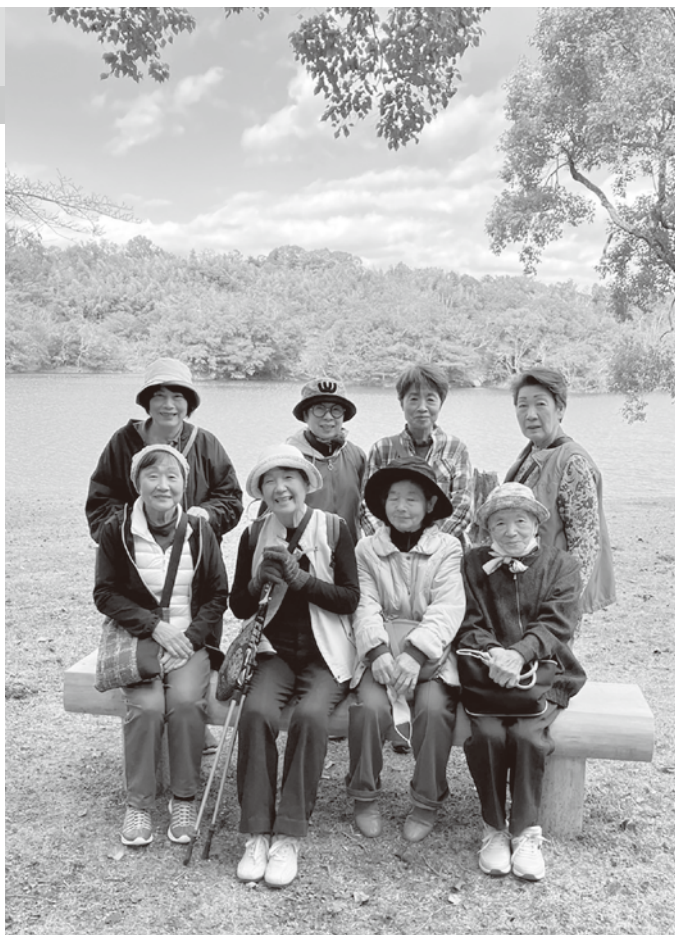
中伊豆

サロンしもおの

場所／下尾野集会所

- 4月 サロン初集会（これからの計画）
- 6月 ラジオ体操・ロコトレ体操
- 8月 ラジオ体操・10月ハイキング話合い
- 10月 次回の日程について
- 11月 一碧湖ハイキング
- 2月 来年度事業計画話合い

今年は何をやろうか？みんなで1年間考えました。ロコトレの体操をやったり、包括とハイキングに行きました。メンバーは固定しており、12人が参加しています。他のサロンに話を聞き、来年度は料理を計画しています。



ふれあいサロンボランティア研修・交流会

ITリテラシー教室



～安全に使うためのスマホ・パソコン教室～

令和7年1月24日、ふれあいサロンボランティア研修・交流会を開催しました。

市内50箇所の各サロンを運営されているボランティアを対象に、通いの場の新たな可能性に向け「ITリテラシー教室」を実施しました。

土肥集学校の相磯恵一氏を講師にお迎えし、まずは身近なスマホやパソコンを安全に使うための知識や方法について研修を行いました。

不安に思っているパスワードの設定、不審メールやメッセージ・通知などを受け取った時の対処法、不安になった時の連絡先等についてもわかりやすく教えてくださいました。これからの各サロンで行う企画で参考にしたいと感想がありました。



今後も社協ではサロン活動のヒントになるような研修を開催していきます。



ふれあいサロン ボランティア連絡会・交流会のお知らせ

- 全体交流会 年1回（2月頃）
- 各地区連絡会 年1回（6月頃）
- 各地区交流会 年1回（2月頃）

ふれあいサロンボランティアのための研修や交流会を行なっています。

ふれあいサロンで 地域ぐるみの支えあい

ふれあいサロン活動を楽しく安心してできるよう

社会福祉協議会がお手伝いします。

ふれあいサロンの PRを行います

未実施地区へのPR・実施地区のための社協広報紙掲載、公式SNSでの紹介

ふれあいサロンの 立ち上げ支援を 行います

運営方法や開催後、軌道に乗るまでお手伝いいたします

ふれあいサロンの 継続支援を行います

研修会、連絡会（各地区単位）の実施・資機材の貸出・活動助成の交付

資機材の貸出の一例



輪投げ



ボーリング



かるた



トランプ



お手玉



カラオケセット



ジャンボぐらぐらゲーム



ビンゴ

各サロンの問合せについては、地域のボランティアさんか、
伊豆市社会福祉協議会各支所へご連絡ください。

修善寺支所 本立野 531-1 城山活動支援センター内 TEL.72-8508 FAX.74-2374

土肥支所 土肥 670-2 土肥支所内 TEL.98-0294 FAX.98-0296

天城湯ヶ島支所 湯ヶ島 161-1 天城湯ヶ島支所内 TEL.85-1199 FAX.85-2350

中伊豆地区業務 八幡 33-1 中伊豆保健福祉センター内 TEL.83-2122 FAX.75-7200

サロン立ち上げ等に関するお問い合わせは、伊豆市社会福祉協議会本所へご相談ください。

本 所 八幡 33-1 中伊豆保健福祉センター内 TEL.83-3013 FAX.75-7200



伊豆市社協 公式 LINE アカウント

友だち募集中



講座情報やイベント
情報など随時
お知らせします！



伊豆市社協 公式インスタグラムアカウント

フォロワー募集中

