

令和7年度「武蔵村山市サロンサポーター」

「お互いさまリーダー」養成講座



あなたの方で
「お互いさま」の
まちづくり

【日時】 令和7年4月25日(金) 午後1時30分～午後4時30分

* 別日にサロンでの実習が3日間あります(日時は個別に相談)

【会場】 市民総合センター(学園4-5-1) 3階 集会室

【定員】 先着20名

【対象】 18歳以上の市民でボランティアとして介護予防事業やサロン活動の企画・運営又は活動のお手伝いをしていただけるかた

* 要支援・要介護認定を受けているかたは受講できません。

【費用】 無料

【持ち物】 筆記用具、飲み物

【服装】 動きやすい服装

【申込み】 4月1日(火)から4月18日(金)までに下記の申込先へ電話にてお申し込みください。

* 定員になり次第締め切りとさせていただきます。

* 詳細は裏面参照

【武蔵村山市サロンサポーター「お互いさまリーダー」とは】

「お互いさまリーダー」とは、主に地域包括支援センター(高齢者の総合相談窓口)と一緒に、自宅から歩いて通える集いの場＝「お互いさまサロン」などを運営していただくボランティアです。

お問い合わせ・お申込み

高齢福祉課 地域包括ケア係
☎042-590-1233
武蔵村山市学園4-5-1
市民総合センター1階

講座修了者には修了証と
名刺を差し上げます



市では『子どもからお年寄りまで だれもが垣根なく「お互いさま」でつながるまちづくり』を目標に、自宅から歩いて通える集いの場＝「お互いさまサロン」づくりを進めています。

「お互いさまサロン」は、地域のさまざまな世代が交流し、「地域の助け合い」を広げることを目的に、『お客様』として参加するのではなく、「みなさんだれもが地域の担い手」という考えのもと、地域のみなさんが協力して運営しています。体操や脳トレなど様々な講座やレクリエーションを行い地域の高齢者の介護予防やいろいろな世代との交流を目指しています。

養成講座プログラム

| | |
|----------------------------------|---|
| <p>1日目 4月25日（金）</p> | <p>「お互いさまリーダー」養成講座の目的や役割について学びます。</p> |
| <p>午後1時30分～ 午後4時30分</p> | <p>テーマ「お互いさまでつながるまちづくりを進めよう」</p> <ul style="list-style-type: none"> ①サロンづくりと「お互いさまリーダー」の役割について ②高齢者の特性について ③感染予防や緊急時の対応について ④対人援助の基礎知識について（守秘義務や傾聴など） <p>テーマ「サロンで介護予防 やってみよう！体操と脳トレ」</p> <ul style="list-style-type: none"> ①介護予防について ②認知症予防について ③介護予防に役立つ体操や脳トレについて実践をまじえて学びます。 |
| <p>2～4日目 日時は個別に相談</p> | <p>地域包括が主催するサロンに参加し、実践の中で学びます！</p> <p>テーマ「実践！サロンに参加しよう！」</p> <p>「お互いさまサロン」へ<u>3回</u>参加し、サロン運営の基本や対人援助など実践の中で学びます。</p> |