

〔地域活動に参加する人を広げる取り組み〕

地域活動への参加の大切さを伝える講演会を実施しました

6月26日、弁護士の住田裕子さんを講師に迎えて「住田裕子と未来を描こう！おすすめ講演会」を開催し、約260人が聴講しました。この講演会では、地域活動の重要性や、高齢者の社会活動の参加により得られる介護予防効果について講演いただきました。参加者からは、「聞いて納得、ありがたい話だった」「人と人とのつながりの大切さを再認識させられた」といった声が聞かれました。皆さんもぜひ「元気な高齢者」を目指し、今後の人生を充実したものにしましょう！



住田裕子さん

合言葉は…

教養

=『今日、用』
=今日行う用事を
持つ！

教育

=『今日、行く』
=今日行く場所
がある！

地域らいふサポーター養成講座

「地域活動に参加したい」「ボランティア活動に興味がある」「地域で活躍したい」という人向けに、養成講座を開催します。卒業生の皆さんは、高齢者の集まる場「ちょっくら処」の開催や家事援助をしている「あるたす」を立ち上げ、支援しています。あなたのやってみたいボランティア活動を一緒に作っていきます！

受講生
募集！

第1回「健康長寿の3要素の重要性」

〔日時〕 9月12日
午後1時30分～午後3時
〔場所〕 相良総合センター い〜ら

第2回「健康のための運動実技」

〔日時〕 9月20日
午後1時30分～午後3時
〔場所〕 健康福祉センター さざんか

*第3回以降は、参加者の意向により、回数や内容を検討していきます。

〔申込期限〕 9月2日

〔定員〕 70人

〔申込先・問い合わせ〕

市社会福祉協議会
生活支援コーディネーター担当
大石美、川村、大石愛 ☎@3500



生活支援コーディネーターとは？

生活支援コーディネーターは、市社会福祉協議会に配置されており、高齢者一人一人が自分らしく、身近な地域で安心して暮らしていけるような地域づくりを進める役割を担っています。地域の特徴や実情を把握し、「新たな活動づくり」や「ネットワークづくり」「個人や組織のニーズとサービスのマッチング」「地域活動に参加する人を広げる取り組み」などを行っています。

こんな活動をしています！

1

〔新たな活動づくり〕

高齢者の通いの場を支援しています

「仲間とおしゃべりできる『通いの場』を作りたいな」という思いを聞いて、「六丁目おしゃべり会」立ち上げのお手伝いをしました。



定期的に仲間と集まって、楽しく過ごすことは、いつまでも元気で生活するための源です。高齢者が月1回以上、通いの場に参加することで、要介護状態になるリスクが減少します。また、新たな活動づくりだけでなく、活動継続の支援も行っています。

2

〔個人や組織のニーズとサービスのマッチング〕

個人や組織の願いを叶えるためのつなぎ役

「将棋がしたい」「人と話がしたい」「何かしたいけど一緒にする人が見つからない」「裁縫は割とできる」「草取りならできる」「大それたことはできないけれど、誰かと一緒なら、何かする時間はある」——。そんな「必要とする誰か」と「必要とされる誰か」のマッチング（組み合わせ・仲間づくり）をしています。「出かける場所はどんな所があるの？」「おしゃべりがしたいけど、どこかある？」「5人くらい人が集まるんだけど、誰か来て話をしてくれる？」などといったご要望にも、一生懸命探してご紹介します。お気軽にご相談ください！



高齢者が自分らしく生活できる地域を目指して活動
生活支援コーディネーター

市内で活動している「生活支援コーディネーター」は、高齢者の生活支援や介護予防の推進について検討し、高齢者がこの地域で生き生きと自分らしく生活できるように、さまざまな取り組みを行っています。具体的な取り組みと、これまでの成果についてご紹介します。
問い合わせ 長寿介護課 福田比呂子 ☎(23) 0076