

コーディネーターだより

姫戸在宅介護支援センター
0969-58-3633
生活支援コーディネーター 橋本

第14号 (令和5年3月)

神代地区意見交換会



前田公民館長より集まってもらった内容の説明がありました。意見が出やすいように2グループに分かれ意見交換が始まりました。

令和5年2月2日(木) 14:00～神代公民館にて

神代さくらネットに続いて「通いの場・百歳体操」の参加者に集まってもらい呼びかけがありました。地区の役員と一緒に昨年の地区社協の地域座談会にて話し合われた内容を住民の意見を聞く事からはじめようと第1回の開催となりました。少子高齢化が加速する中、地域で解決できる事、行政にお願いすること等に分けて、できることから取り組もうと開催されました。

「神代で安心して暮らす」を目指して!



今回は女性高齢者に限られていたため、今後は男性や若者等にも焦点を当て、地域の困り事・住みよい地域を目指して、2回3回と回を重ねていく予定だそうです。

R5.2/10 認知症サポーター養成講座



10:00～団地集会所

老人会にて15名の会員の皆様が熱心に聞いて下さいました。

- ①驚かせない
- ②急がせない
- ③自尊心を傷つけない

ポイント!

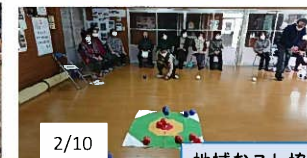
「認知症」は誰でもなる可能性があります。地域で支え合っていきましょう!

地域に居場所がありますか?



3月

永目: グランドゴルフ場整備



2/10

本郷: ボッチャ体験



2/24

地域おこし協力隊: 瀧上氏指導

団地: ボッチャ→購入決定



2/27

社協: 老人会輪投げ大会



3/1

西川内: 通いの場後の茶話会



2/5

神: グランドゴルフ大会

近所やお友達でお茶したり、おしゃべりする場所があれば最高!

今年も綺麗に咲きました。

春は 桜の季節
姫戸公園の桜も見ごろ
花見に出かけませんか

春の陽気に誘われ体も動きやすくなりました。又、コロナ感染も徐々に、減少しています。まだ油断はできませんが地域の活動も活発になってきています。体を使う機会や行く場所はありますか? 公民館に通いの場(百歳体操)や輪投げ・ボッチャの遊具やカラオケの設備が整っている所は高齢者の楽しみにつながりやすく、介護予防になっています。グランドゴルフ場も地区内にあると行きやすく、地区の交流の場にもなっています。



地域の宝：中学生が頼もしい！



1/27：起業家販売会



どれにしようかな？

地域の方との
入念な
打ち合わせ！
試行錯誤を繰り返し、
又12月予定が天候不良により
延期となるも、
不安をよそに
大盛況！

地域を巻き込み
貴重な体験！



初めての試み。花を育て寄せ植えを行い販売する。一連の行いを中学生が取り組み、地域に販売する仕組みづくり。地域の方の中学生を育て見守っていききたい意向と相まって、販売当日は大盛況。起業家の長、岡村君「『赤字になったらどうしよう』と心配したけど、利益の出る結果となった。」とホッとした様子。又「超嬉しかった」「頑張ったお金を何に使うかこれから、検討します」と満面の笑顔で話してくれました。

姫中・グランドゴルフ交流会



的に合わせて



未来を担う中学生。
お年寄りとの距離が近くなり、今後、
地域を支える頼もしい存在に
将来が明るく感じました。



コロナ禍で中断されていた交流会が復活。今回は卒業生17名と老人会地区5名（45名）と先生方の参加で授業の一環として開催されました。春の気配が漂うポカポカした絶好の天気恵まれ、中学生は「初めて」という中で始まりました。途中、「グランドゴルフはどう？」と尋ねると「超楽しい」と明るい声が返ってきました。老人会の皆さんは手慣れた様子で「ホールインワン」もあり、あちこちで歓声が上がっていました。

生徒・校長先生ともに真剣！

地域の方との触れ合う機会が少なくなっている中、老人会の皆さんの温かいまなざしと一緒に取り組む事で通い合ういい思い出になった事でしょう。ぽあちゃんと孫のチームもあり「ぽあちゃん、やばい」と誇らし気でした。



耳よりなはなし

「70歳が分かれ道」というタイトルで70歳代の意識次第でよぼよぼになるか、元気が維持できる人になるかという話をする機会がありました。

「体を動かし、できることをしていきましょう」と伝えています。早速、あるKさんはグランドゴルフに参加されるようになり、又ウォーキングで気になっていたトンネル内のゴミ拾いをされたそうです。（ゴミ袋いっぱい）自分のできる範囲で体を動かし、できることをする。

それも地域に目を向けた取り組みに胸が熱くなりました。「すばらしい！」

元気で長生き：キーワードは「できることをし続ける」

健康寿命をのばしましょう

あなたも始めませんか！