

レクリエーションを楽しむ「いきいきサロン」の参加者
 (内谷・鳥取地区)



「いきいきサロン」は、町社会福祉協議会をはじめ民生児童委員や健康推進員、ボランティアのみなさんなどの協力のもと、概ね65歳以上の高齢者を対象に、毎月1回、各地区の集会所などで開催しています。

「いきいきサロン」では、茶話会や健康相談、体操、手芸、料理など、さまざまな活動が行われています。また、参加者の希望により、講師を招いて各種講演

会や教室を開催したり、新年会やお花見会、クリスマス会などの季節の行事も行われ、地区のみなさんと交流を深めながら、楽しく活動しています。

平成29年度には、新たに山根地区でも「いきいきサロン」がスタートし、現在町内24か所で開催されています。今後、サロンの運営を支える地区の協力者の育成を図りながら、新たなサロン開設に繋げていきます。

生きがいき活動の場 いきいきサロン

町では、高齢者の閉じこもりを解消して社会参加を促し、生きがいきや健康づくりを推進するため、「いきいきサロン交流事業」を行っています。

「地域の居場所」は、名前や形のあるものだけではありません。地域のみなさんが顔を合わせ、互いに繋がることができ「ぎっかけ」となる場所であれば、それは立派な「地域の居場所」なのです。例えば、地域で行われるお祭りや年中行事などの伝統・文化活動から、玄関先や道端で盛り上がるご近所さんとの立ち話に至るまで、それらすべてが人と人の繋がりを生み出す「地域の居場所」になるのです。

目に見えない地域の居場所

今、地域の「支え合い」の輪は、地域のみなさんの手によって、少しずつ広がりをかせています。この輪をさらに広げていくためには、私たち一人一人が地域が抱える課題と正面から向き合い、「自分事」として考える必要があります。それこそが、地域の「支え合い」を育む「結」の心なのではないのでしょうか。

これから先もずっと、住み慣れたこの国見町で安心して暮らしているために、私たちが今できること、一緒に考えてみませんか？

「くにみささえ愛」に参加してみませんか？

「くにみささえ愛」は、地域のみなさんによる「地域づくり」を応援します。新たな「地域の居場所」の立ち上げを考えている人や、地域の心配ごと・悩みごとを抱えている人など、誰でも自由に参加することができますので、気軽に参加ください。詳しくは問い合わせください。

保健福祉課長寿介護係 ☎ 585-2125

03 さまざまな地域の居場所のカタチ

「新たに一から“地域の居場所”を作るのは大変…」。
 そう思っていないですか？
 “地域の居場所”に、決まった「カタチ」はありません。
 実はあなたの身近な場所にも、すでに多くの“居場所”があるのです。

地域で支え合う 通いの場 介護予防事業

町では、超高齢社会の今、介護が必要な状態になっても生きがいや役割を持って暮らすことができ、互いに支え合える地域づくりを目指して、平成28年度から介護予防事業「通いの場」を始めました。



▲今年度、滝山町内会でスタートした「通いの場」

通いの場とは？

「通いの場」は高齢者のみなさんが、日常的に地域のみなさんとふれ合うことができる身近な“地域の居場所”です。体操教室を通して高齢者の健康増進と介護予防を図るとともに、地域における交流の場としての役割も期待されています。

町では、「通いの場」の立ち上げを希望する地区に対し、週に1回、全15回にわたって運動指導士を講師として派遣し、地区の集会所などにおける体操教室の運営をサポートしています。

講師派遣終了後は、自主的な活動として継続していくかどうかを地区のみなさんに委ねられますが、平成29年度までに「通いの場」に取り組んだ10地区全てにおいて、講師派遣終了後も「ぜひ続けていきたい」という声が多く上がり、自主的な活動につながっています。地区によって参加者数や開催頻度は異なりますが、運動後に茶話会や食事会などを開催している地区もあり、地区内の交流を深めています。

また、今年度は新たに3地区で「通いの場」が立ち上がることになり、すでに「滝山町内会」で活動がスタートしています。今、「通いの場」を通じた「地域の居場所」づくりが広がっています。

「通いの場」自主開催地区

平成30年6月現在

地区	教室名	場所	開催日時
第2町内会	し・あ・わ・せ健康教室	第2多目的集会所	毎週金曜日 13:30～14:30
西大枝地区	ハッピー体操教室	東部高齢者等活性化センター	第1・3金曜日 13:30～14:30
本町・大町北町内会	まごころ倶楽部	まごころサービス国見センター	第1・2・3金曜日 10:00～11:00
第3町内会	さくら体操クラブ	第3町内会集会所	毎週金曜日 10:00～11:00
第8町内会	にこにこ体操教室	徳江南部公民館	毎月第1金曜日 13:30～14:30 ※7・8月は活動休止
大町南町内会	かたくりの会	まごころサービス国見センター	第1・2・3水曜日 14:00～15:00
第1町内会	しゃしゃんと長生きクラブ	第1町内会集会所	毎週金曜日 10:00～11:00
宮町南町内会	元気会	光陽集会所	毎週金曜日 13:30～14:30 ※第5週目休み
小坂・太田川町内会	太陽クラブ	こさかふるさと館	毎週金曜日 10:00～11:00 ※第5週目休み
鳥取・内谷地区	陽だまり	鳥取・内谷防災センター	毎週火曜日 13:30～14:30 ※第1週目休み