



2019年3月号

第1号 地域支えあい推進員だより

◆平成30年度 第2回ふくし座談会を開催しました◆

2月26日(火)・3月1日(金)に、「ふくし座談会」を開催しました。この座談会は、地域の支え合い活動の推進と地域のネットワークづくりを目的としており、今年度2回目となる今回は、延べ93区、191名の区長・民生委員・自主防災組織の方々にご参加いただき、災害時に支援が必要な方の情報を地図に落とし込む『地域支え合いマップ』作成を体験していただきました。



↑気になる方の情報をマップに記入します
(地域とのつながり、身体状況など)

各地域における防災への関心は日々高まっており既に完成させたマップを活用して、安否確認の声かけ訓練等を実施している地区もあります。

「うちの地域でも防災の取り組みをしたい！」

「既に取り組みをしている地区の見学をしたい！」

など、少しでも興味を持たれた方、地域支えあい推進員があなたの地域に伺います！より安心して暮らせる地域を目指して、まずはできることから一緒に取り組んでみませんか？



↑支援を要する方のお宅(地図上)に
目印となるシールを貼ります

座談会では、地区ごとに話し合いながら真剣にマップ作りに取り組む皆さんの姿が見られました。当日は時間に限りがありました、「マップを持ち帰って完成させよう！」「このマップを活用して地域でできることを考えよう！」等、前向きな声が多く聞かれました。

↓完成したマップの一部



◆H30年度 第2回ふれあい・いきいきサロン連絡会を開催しました◆

→ 講義の様子



小牧市リハビリテーション連絡会
大橋先生（右）、伊岐見先生（左）

1月29日（火）から31日（木）の3日間、今年度2回目となる「ふれあい・いきいきサロン連絡会」を開催しました。

この連絡会は、市内のサロンボランティア同士のつながりづくりや、サロンの健康づくり機能等の更なる向上を目的としています。

当日は、小牧市リハビリテーション連絡会の大橋弘育先生と伊岐見明日香先生より、介護予防の重要性についてお話をいただき、そのあと「こまき山体操」を教えてくださいました。所々で笑いも起こり、終始なごやかな空気で進行しました。また、体操を行う前後に参加者数名の身体の柔らかさや握力などを測定したところ、多くの方の記録が向上しました。

ペットボトルなど身近なものを活用して気軽に楽しく実践でき、効果もバツグンな「こまき山体操」。地域支え合い推進員は、こまき山体操に取り組む地域の皆さんを応援しています。皆様の地域でも、ぜひ取り組んでみてはいかがでしょうか？お気軽にご相談ください！



↑ 四股の動作をイメージした体操

●お気軽にお声かけください！●

地域支え合い推進員は、支え合いマップ作りやこまき山体操など、地域のつながりづくりや健康づくりを応援します。記事内容については、地域支え合い推進員までお問合せください！

●地域支え合い推進員とは？●

年齢や障がいの有無に関わらず、誰もが住み慣れた地域で自分らしく暮らせる、支え合いのまちづくりを支援する専門職です。



小牧市社会福祉協議会 地域福祉課
地域支え合い推進員

〒485-0041 小牧市小牧五丁目 407 番地

☎ 65-7051(直通)

