



市内では、12中学校区ごとに「ささえあい協議会」(以下、「協議会」という。)が活動しています。協議会では、地域の各種団体と連携しながら、高齢者が安心して暮らせるまちづくりを進めています。

今回は、令和元年度より取り組みを進める「平岡公民館エリア協議会」について紹介します。

## ささえあい協議会だより

協議会で実施した70歳以上を対象とした住民アンケート調査では、体力低下への不安、趣味や楽しみの機会が欲しいとの声が多く出されました。その結果、介護予防を支援する情報発信や、趣味などを通じて身近な住民同士がつながりあえる機会づくりに向けて、2つの取り組みを進めています。

### 1. 介護予防を支援する情報発信

昨年度、自宅で取り組める体操や、脳トレの紹介、生活の困りごと相談先などを掲載したチラシを作成し地域住民に情報発信しました。そして今年度からは、「ささえあい協議会だより」を定期発行することとなり、高齢者の外出機会につながるよう地域行事なども紹介し、配布先も増やしています。

裏面



表面



### 2. 高齢者が交流できるつどい場づくり

コロナ禍などの影響もあり、地域で閉じこもりがちな高齢者が増えている現状を踏まえ、協議会では身近な地域で高齢者が集まり交流できる「つどい場づくり」を進めています。

協議会では「つどい場づくり」に向けて、平岡公民館エリア各町内会への協議会メンバーによる出前講座や地域ボランティアによるレクリエーション指導などを提案したところ、城の宮団地南地区から「介護や福祉についての相談会を実施したい」との声が上がりました。



▲「介護・福祉相談会」

そこで協議会メンバーである「地域包括支援センターひらおか」の保健師を派遣し、「介護・福祉相談会」を開催しました。

この相談会には住民10人が参加し、「自分たちの心配ごとである介護について気軽に相談ができる地域包括支援センターが近くにあることがわかり良かった」ほか、多くの感想が出されました。

◆協議会はこれからも、協議会メンバーや地域の各団体と力を合わせて、高齢者の健康や暮らしをささえるさまざまな取り組みを進めていきます。

社協には、市内各地区担当の生活支援コーディネーターがいます。地域で気になることがありましたら、お気軽にご相談ください。

問合せ先:地域福祉推進係 TEL:079(424)4318(代)