

あんまち部の取組みや今年のテーマなど

【あんまち部の取組みとは・・・】

「地域住民の支え合い事業 高齢者の居場所づくりを中心に、子どもとのふれあいを随時行い、健康寿命(自立した生活年齢)を延ばそう！」

～高齢者が住み慣れた地域で自分らしい暮らしを継続できる地域包括ケアの一助を担う～

【今年のポイント】

- ・「緩やかな見守り」の知識を得ながら、「近所同士の見守り」の意識を持とう！
- ・「あんしん広場」では、随時、子どもとのふれあいを取り入れよう！
- ・様々なサービスの情報を収集し、「サービス資源マップ」としてまとめて、必要な方に提供しよう！

【あんしん広場】

各自治「あんしん広場」の活動が4年目を迎え、広場での活動内容も様々な特徴のある内容が工夫されております。回数は、週1回～月1回・年数回と自治の実情によって異なっておりますが、確実にご近所同士の情報交換の場となり、輪と絆が広がっていること、また、コミュニケーションや体操などにより、健康促進や介護予防が図られ、健康寿命が延びていることを確信しております。

「継続は力なり」ご自分のペースに合わせて、笑顔で続けたいものです！

あんまち部一同

❖ 今年のキャッチフレーズは、下記のようにになりました！！



4年目、続けよう！

「あんしん広場」の輪と絆・子どもとのふれあいと「ゆるやかな見守り」！！



【29年度の主な活動内容】

〔各自治〕「あんしん広場」開催 各自治会の実情に合わせて回数や内容を話し合って実施

- ・市居場所づくり申請（和、みどり会、平石、いきいき会、ハラッパ、やまびこ会、長月会、馬山サロンの以上8か所 他に、泉会とコミセン会場が申請 10か所）

〔全体〕・5月9日、16日、23日 手芸ハタ織り班 一閑張り・手提げ籠教室

- ・5月～7月 「元気を広げる人」養成講座参加
- ・9月20日（水） 先進地視察研修 原クリーンハイツ自治会(牟礼町)見学
- ・10月11日（水） 「健康フェスタ&あんしん広場 in みたに」*福祉保健部と共催
- ・12月2日（土） 「あんしん広場 in みたに」◎子どもとのふれあいやレク活動があります！
- ❖ 「あんまちカフェ」、各広場パネル・作品展示、ふれあい交流、体操やレクなど お楽しみに！
- ・年3回(7月、12月、3月)「あんまち通信」発行

〔実務担当 手芸ハタ織り班〕 コミセンでハタ織り体験を随時実施、各自治への出前出張も可能

毎月、第2・4火曜日 9:30～16:00 ハタ織り布で作品作りなど、ご利用ください！！

あんまち通信

高齢者の居場所づくりなど、住み慣れた所で
安心・こころ豊かに暮らすまちづくりを
略して「あんまち」

第 17 号

発行日

平成 29 年 7 月 15 日

発行者

三谷地区コミュニティ協議会

編集:あんまち部:広報係

今年のテーマ「緩やかな見守り」とは

“「なんしょんなあ」 ちょっと、声かけることから”

地域住民や民間事業者が日常生活、日常業務の中で、「いつもと違う」「何かおかしい」と感じる人がいたら、専門相談機関に相談するなど、地域で緩やかに行う見守り活動



- * 地域住民が、散歩や買い物などの際に、不特定の人や住宅をさりげなく気に留める見守り
- * 近所の複数の住民が、「郵便受けに新聞がたまっていないか」「昼間でも電機がついたままになっていないか」など、外部からさりげなく確認する見守り
- * 行政と協定を結んだライフライン事業者や民間事業者が日常業務の中で行う見守り
- * 仲間と集い、趣味やサークル、ボランティア活動に参加するなど、高齢者自ら社会と関わり、生きがいを見つけること自体が、広く見守りになる

「元気を広げる人」養成講座とは

- ・高松市地域包括支援センターが平成15年から高齢者健康づくりのために実施している講座
- ・毎年、各地区から希望を募り「健康づくり」「介護予防」等の理論と実技を行い、各地区で活動できる人を養成
- ・三谷地区の受講者 昨年度まで29名
- ・「のびのび元気体操」は、この講座から発信し提供・推進している体操



備品購入紹介

- ① 懐かしい日本の歌全8巻
「青い山脈」等 DVDあり
- ② 大人の塗り絵グッズ
・塗り絵の本17冊（花、動物、景色、仏像等）
・色鉛筆 ・水彩色鉛筆 ・鉛筆削り
- ③ 脳トレーニングの本やシート 9冊
- ④ あんしん広場紹介パネルづくりグッズ
・色画用紙 ・折り紙 ・マジック類
- ⑤ 様々なレクゲームがあります



“あんまち部員にお尋ねください！”

《お知らせ》

- ・コミセンの「あんまちボード」にあんしん広場の予定や様子、各関係機関からのお知らせパンフ（近隣の施設などで実施されている福祉サービス、買い物支援・出前講座等）も掲載していますのでご覧ください。
- ・備品の貸出をしていますので、コミセンやあんまち部員に問い合わせてください。今年は「懐かしい日本の歌 DVD全8巻」を購入しました。上記に掲載しておりますのでご活用ください。
- ・「あんしん広場」に関する印刷はコミセンで行えますので、お気軽に申し出てください。

「あんしん広場」だより

【 あんしん広場 中西 なかにし 】

5月19日「老人集いの家」にて参加者6名で第1回「あんしん広場 なかにし」を開き、のびのび元気体操の他に「唱歌カルタ」(あんまち部備品)を利用して脳の活性化を図りました。

「えっ?! 第1回? 3年もたっているのに!」と思われるかもしれませんが、実は3年前どうしたらよいのやら途方にくれていた頃、同じ「老人集いの家」を利用して広場を開いている西三谷東の皆さんが「一緒にどうぞ」と声をかけて下さり3年間ご一緒させていただきました。この度、いろいろな事情もあり独り立ちすることになりました。規模は小さくなりましたが「健康寿命の延長」・「認知症予防」を目指し、絆を深めてぼちぼち歩いていきたいと思ひます。

