

# 「あんまち」通信

第 9 号

発行日  
平成26年11月1日  
発行者  
三谷地区コミュニティ協議会  
編集:あんまち:広報係



去る六月に「平成二十六年高齢者居場所づくり事業」(高松市長寿福祉課)の募集がありました。この事業は、高齢者などが気軽に集える「居場所」の開設を本年度から三か年で三百か所程度を目標として高松市が進めているものです。「居場所」とは、おおむね徒歩圏内に一か所を目安として、高齢者などの介護予防、健康増進、地域のボランティア活動など、さまざまな活動の場となるものです。

三谷町からも次の五か所の「あんまち広場」が選出され、高松市からの施設設備・運営助成金をうけて週一回以上の活動をスタートさせています。

- ・「老人集いの家・和泉の会」
- ・「三谷コミセン」
- ・「ハラッパ(原中)」
- ・「長月会(矢野)」
- ・「いきいき会(山大寺上)」

また、十月には二次募集もあり「和・なこみ(中三谷)」「みどり会(火山)」「平石(平石下)」「あじさい会(通谷西)」「馬山サロン(馬山団地)」の五か所の「あんしん広場」が応募され、活動を活発化させようとしています。まさに、「三谷町のあんしん広場」の輪と絆は、広がっています。今後ともよろしく願います。

各自治「あんしん広場」の予定表や会場マップ・紹介写真などがコミセンに常設されています。お立ち寄りの際には是非ご覧ください。



広げよう！！  
三谷町の  
「あんしん広場」の輪と絆



## 視察研修 報告

### 研修雑感

本年一回目の他地区の研修ということで丸亀地区を選定し、去る9月17日総勢34名で見学してまいりました。

最初に訪問したのは **NPO おたすけネットワーククラブ** が運営している施設でしたが、金倉川沿いの古民家の提供を受け改装したそうで高齢者は勿論子供たちまでが楽しめるよう様々な工夫を凝らしていました。そこで一番感じたことは、内容は勿論ですがリーダー、スタッフの方々の高い情熱で大いに刺激を受けました。

次に伺ったのは **飯山南コミュニティの法の場にごんご会** でしたが、ここでは三谷地区とほぼ同様の組織と活動内容でしたが各部会がそれぞれの役割を果たしつつ相互の連携もし、あんしん街づくりを目指している様子でした。

私達三谷町も各部会の諸活動は近辺他地区より活発で進んでいるとの評価をいただいているようですが、一層その輪を広げていけたらよいのではと思いました。とりわけどの地区も共通しているとは思いますが参加者34名のうち男性が私を含め2名と寂しい限りでした。今後男性の方々にも大いにご参加いただき男女力をあわせて住みよい安心街づくりに行動していくこと自体が大きな生き甲斐になるのではないかと考えています。

**男性の方々の沢山のご参加** をお待ちしております。

研修係 横内 康浩



# あんしん広場の紹介



## あんしん広場 中原 幸の会



6月18日 健康セミナーを開きました。「骨密度」よく耳にする言葉ですが、私自身の骨密度が高いのか低いのかわかりませんでしたので、この機会を得て調べてもらいました。私自身は十分に高いと思っておりましたが、低いことに気付かされました。

今後は「日光（お日様にあたる）」「食事（カルシウムが多い食品）」「運動（歩く）」に気を付けていきたいと思っています。

## あんしん広場 北野

毎回大勢の方が参加して下さりまして楽しんでいます。今回（4月20日）は肩こり・腰痛など早めに自分で治せる治療方法を指導していただきました。全員身を乗り出して体験いたしました。



## あんしん広場 西三谷下・北



5月25日、長年取り組んできて、地区の皆さんから好評を得ている「ゴキブリ団子作り」をしました。17名の参加者で、材料を計る係、玉ねぎをミキサーにかける係、団子に丸める係、おやつ係と分担して手際よく作りました。お茶の時間には、手作りのおはぎ、梅かんてん、プリンを笑顔で美味しくいただきました。

その後、みんなでセルフマッサージと指体操を楽しみ、これからも、集会所を利用した楽しい集まりを計画していこうと話しました。

## 文化祭「あんまちブース」紹介！

【小会議室にて】

① 各自治会「あんしん広場」の様子を紹介  
(1日～3日)

② あんまちカフェ (2日9時～3日16時)  
飲み物いろいろ 100円

【コミュニティスペースにて】

ハタ織り体験（親子）と作品作り（2日9時～15時）  
仕立て込みで1000円より

みんなで たのしもう！

11月29日（土）10時～15時

「あんしん広場 in みたに」開催！

※各自治会「あんしん広場」を写真パネルで紹介  
※ハタ織りの（親子）体験と作品づくり  
※あんまちカフェ

生演奏で歌あり踊りあり・・・  
z z x ※「あんまち市場」開店

冬野菜・果物、カップシフォンケーキなど  
地域の方々の手作り品です

親子できてください