三谷きずな号 No.5

令和４年１２月１日
編集・発行
三谷地区コミュニティ協議会
地域福祉ネットワーク会議

支え合い　温もりのある三谷町　「声かけ 見守り活動」実施中

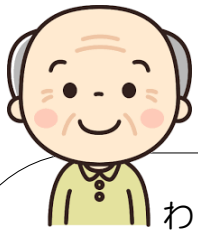
三谷地区地域福祉ネットワーク会議の取組み発表

11月11日にサンメッセ香川において地域福祉ネットワーク会議交流会が開催されました。

「地域共生社会の実現に向けた取組について」高松市より、地域住民等が主体的に地域生活課題を把握し解決を目指す場としてのネットワーク会議の必要性や、多様な主体が参画した地域づくりをし、支え合い活動を幅広い世代へ広げ、制度・分野を超えた多機関協働のネットワークの構築が必要などの説明がありました。

その後、四番丁地区、三谷地区がそれぞれの取り組みについて発表を行いました。

参加者の方との情報交換も行われ、すぐに結果が出ることではありませんが、きちんとシステムを構築していくことの重要性を再認識しました。



コミ男さんとナシ男さんの ほのぼの劇場 ④

わしも「あんしん広場」に通って、毎日楽しく元気に過ごしているが、友達になった「みさちゃん」がもっと凄いんじゃ。今日は、そのみさちゃんの紹介をしよう。

みさちゃんは、今８５歳。だけど、とっても元気でパワフルなんじゃ。そこで、元気に楽しく過ごす為に何をしてるのか、ちょっと聞いてみたんじゃ。

すると😮、

① 食事、特に腸内環境を良くする物を多種類とる。② 色々な人と会話する。友達が多い。③ 色々な用事に挑戦する。畑作業も楽しくする。④ 早寝早起き（快眠）⑤ 孫も交え、家族と楽しい日々を過ごす。⑥ 人から頼られる、必要とされる事に生きがいを持って生活する。**と答えが返ってきた**

この前も、１歳８ヶ月のひ孫をおんぶして子守りしたそうじゃ。元気、元気。
自分に出来ることは何でもして、常に若い時と同じ意識を持って生活することじゃな。
それと、何といっても友達や近所の人とたくさん会話する。仲間がいつも近くにいることが幸せな気持ちで健康寿命を延ばしているんじゃな。

各地区「あんしん広場」開催予定

日程の予定がなされているものの中で、その月に特別に予定している内容のみを掲載しています。内容の変更、延期、中止などの場合もありますので、詳細は必ずコミュニティセンターまでお問合わせください。（TEL 889-4938）

備考欄：他地区からの参加可能（○）　内容によって他地区の参加可能（△）

【１２月の予定】

日	曜日	あんしん広場	時間・場所		予定内容	備考
6・13 20	毎週 火曜日	いきいき会	13:30 ～ 15:00	山大寺上 集会場	第一火曜日は健康チェック 元気体操・ 他	○
6 20	火曜日	原中ハラッパ	13:00 ～ 16:00	原中集会場	クオリアート制作（秋・冬バージョン） 正月準備・しめ縄作り・寄せ植え	
24	土曜日	幸の会（中原）	12:00 ～ 14:00	中原集会場	クリスマス簡単な昼食で茶話会	

【１月の予定】

日	曜日	あんしん広場	時間・場所		予定内容	備考
10・17 24・31	毎週 火曜日	いきいき会	13:30 ～ 15:00	山大寺上 集会場	第一火曜日は健康チェック 元気体操・作品作り	
7・14 21・28	毎週 土曜日	幸の会（中原）	13:00 ～ 15:00	中原集会場	のびのび元気体操 口腔体操	
未定	月	和 （中三谷）	13:30 ～	中三谷集	ちぎり絵・体操等	△

※　和（中三谷）（１２月～１月）毎週水曜日　個人宅で１２：３０～移動スーパー利用
※　やまびこ会（原上）（１２月～１月）１・３金曜日　１３：３０～　元気体操・茶話会
※　平石下　（１２月～１月）毎週月・木　１３：３０～　健康マージャン
（注意：この開催予定案内は、あんしん広場を開催しているすべての広場ではありません）

令和４年度も残り１ヶ月となりましたが、各あんしん広場では、クリスマス会やお正月に向けた準備物作成など、皆さんで集まって楽しい時間を過ごす計画を立てています。また、年明けには新年会等を計画している広場もあります。ご近所さんを誘って広場に行ってみませんか？

第８回 広場交流会のお知らせ

１２月３日（土）９時～１２時　第８回広場交流会を開催します。
各広場の紹介パネルや作品展示があります。10 時からは、スマホ教室
11 時からは、交流タイムもあります。
各あんしん広場の情報交換を図る場として、多くの皆様のお越しをお待ちしております。

～あんまち部～