

りんくる地域福祉新聞

石狩市の様々な地域福祉の話題を取り上げて提供する「りんくる地域福祉新聞」第30号です。いつも地域の会館等への掲示にご協力をいただきまして誠にありがとうございます。これからも地域の話題をたくさんお届けしてまいりますので、よろしくお願いたします。

「生活支援体制整備事業」マンガで説明します!

今年度の4月から取り組みが始まり、介護予防を重視しながら、ささえ合いの地域づくりをすすめている『生活支援体制整備事業』の説明資料を作成しました。より皆さまにわかりやすく伝えられるように、「マンガで楽しく理解しよう!生活支援体制整備事業」と題し、イラストを取り入れた漫画風の資料になっています。

生活支援体制整備事業の取り組みだけでなく、石狩市の高齢化率や地域の現状、介護保険制度はどのように変わったのか、自分自身の生活にどのように影響しているのか等も具体的に記載しています。また、健康寿命を延ばすポイントにも触れています。

現在、各地区の生活支援コーディネーターが、地区社会福祉協議会や町内会、高齢者クラブ、サロン等、様々な場面で、この資料を



↑マンガ風資料

使いお話ししています。皆さまが集まる機会がございましたら、ぜひ生活支援コーディネーターにお知らせください。お待ちしております!

「マンガで楽しく理解しよう!」

生活支援体制整備事業

問い合わせ ☎72-8184

生活支援コーディネーター

工藤・成田・古嶋・小池・瀧

(資料は、ホームページからもダウンロード可能です)

《第30号》
石狩市社会福祉協議会
発行

みんながつながる計画です
りんくるプラン
この壁新聞は、
地域福祉推進
を目指す「新・
りんくるプラン」に基づき発行
しています

「通いの場」紹介

ささえ合いの地域づくりを進めていく上で『通いの場』がとても重要です。通いの場とは、地域の皆さんが気軽に楽しみながら集まれる場所のことになりますが、定期的に集うことで顔なじみの関係ができ、支え合い活動につながります。それだけではなく人と会って談笑したり、誰かと一緒に運動をすることは自分自身の健康づくりにもなります。

石狩市内には、様々な通いの場があります。今回は、特に運動を取り入れている市内の通いの場の活動を紹介いたします!

生保パークゴルフ同好会

夏季はパークゴルフ、冬季は週に2回、室内で卓球・健康麻雀を行っていただきます。未経験の方が大半でしたが、同好会会長が中心となり一からルールや技術を教えたのだそうです。今では皆さん初心者だったとは思えない程の腕前で、卓球の試合は毎回熱戦です。体と頭を使うだけではなく、楽しみながら交流できる場となっています。



おげんき塾(花川中央会館)

小物作りやカラオケなど、毎月2回行われているサロン「おげんき塾」では、会の始めに必ず体操を行っています。



ラジオ体操とヨガの要素を取り入れた「ラジオガ体操」というものです。体育協会の講師の方から習ったこの体操を、参加者の方が覚えて、毎回皆さんで取り組んでいます。

転倒予防教室

厚田保健センターでは、週に1回、軽運動を行い柔軟性や筋力の維持・向上を目的とした体操教室を行っています。毎回、30名程の方が、楽しみながら参加されています。



緑ジョイクラス

浜益区内7ヶ所にて毎月1回開催しています。『北国の春』に合わせて行なう「いきいき体操」や、はしごを使った軽体操、月替わりのレクを行なっています。いつも参加者の笑い声や楽しいお話がいつぱいの楽しい時間です。



地域福祉懇談会開催中

1月より市内6地区で地域福祉懇談会を開催しています。地区社協や町内会、民生委員・児童委員、高齢者クラブ、ボランティア団体の方などをはじめ、大勢の地域住民の方にご参加いただいております。この懇談会は、社会福祉協議会が地域福祉事業を進めていくにあたり、住民の方から率直な意見をいただける場として大変貴重な機会となっております。(3月中旬に全6地区終了予定です。)

～お知らせ～
前号で「調整中」と記載していた厚田地区の地域福祉懇談会は、**3月20日(火) 15時30分～**厚田保健センターにて開催します。

りんくるちゃんのつばやき



【1月9日】本日より小学生の冬のボランティア体験が始まりました。ティサービスでは大型カルタとり大会が開催され、カルタの読み手を小学生ボランティアが担当し大盛り上がりでした。喫茶体験もロビーに来ているお客様が多く大忙しでした。



りんくるちゃんツイッター

検索

新聞に関するご意見・お問い合わせは、石狩市社会福祉協議会まで!



(Tel: 72-8184)



この壁新聞は、赤い羽根共同募金の助成を受けて作成しています。