

ささえあい



かわら版

地域名

ほうじょうづ
放生津

人口

3,913 人

世帯数

1,900 世帯

町内会数

21 町内会

65歳以上

1,728 人

高齢化率

44.2 %

ひとり暮らし高齢者数

533 人

第3層生活支援 コーディネーター

12人 ※令和5年4月末現在

(サブコーディネーター含む)



ほうじょうづ
放生津
地域

事業の概要

「射水市地域支え合いネットワーク事業」は、地域の皆さんが、いつまでも安心して暮らし続けられる地域を目指して、地域の課題を地域全体で共有し考える、地域の皆さんによる、地域の皆さんのための事業です。子どもから高齢者まで見守りが必要な方たちを、「困ったときはお互い様」の気持ちで、他人事ではなく我が事として、助け合い・支え合いができる地域のつながりを作ります。

目指すもの

1 高齢者の**健康寿命**を伸ばそう

2 要支援者の**重度化**を防ごう

3 **見守りあい、助けあい**ができる地域を維持しよう

事業の流れ

地域の皆さんが集まり、地域の強みや弱み、自分たちができることを話し合う**地域課題会議**を開催します。ここで出た意見をこれからの地域づくりに反映させるために**地域づくり計画表**を作成します。これに基づいて地域課題解決に向けた様々な**活動**を地域の皆さんで実施していきます。



地域課題
会議

地域づくり
計画表

活動

地域の方向性を決める、 活動の羅針盤！ 地域づくり計画表

課題（ニーズ）

- ・ 一人暮らし世帯や高齢者世帯が増えている。また、世帯数や人口数は減少している。
- ・ 子どもの数も減少してきている。
- ・ 商店経営者の高齢化の為、後継者不足。買い物バスはあっても行きたい店が近くにない。
- ・ 認知症高齢者の増加が心配である。高齢者への対応や認知症への理解が必要である。

目標（目指す地域像）

- ・ 自分の健康は自分で守る。
- ・ 健康寿命を延ばす。
- ・ 若年層や子どもも交わる、つながりのある地域づくりを目指す。
- ・ 日常的に必要な支援（買い物、除雪等）が受け入れやすい体制づくりを形成していく。
- ・ 住民が認知症について正しく理解し、さりげない見守りや声かけが出来る環境づくりを目指す。

計画（取り組むこと）

- ・ 現在、活動をしている「いきいきサロン活動」や「100歳体操」のグループが継続出来るような環境を整えていく。
- ・ コミュニティセンターで実施している100歳体操のグループにおいては、生涯学習事業や各団体との行事共催を企画したり、海王居宅支援事業所の協力のもと「ミニ講座」等も開催したいしていく。
- ・ 各団体と連携を図る為、世話役の方が集まる情報交換会を開催し、各グループの活動内容の状況確認を行う。
- ・ 子ども食堂の開催日に合わせて子どもが集まる場所を提供する。
- ・ 民生委員が中心になっているケアネット活動の中で、地域での見守りを実施する。
- ・ 市の施策を紹介し、多くの住民の方に社会参加してもらうよう、また、利用してもらうように情報発信する。
- ・ 自主防災組織を活用し、防災訓練を実施していく。
- ・ 認知症サポーター養成講座を開催し、認知症について地域で学んでいく。



ミニ講座

1

「べいぐるんの活用方法を学ぼう！」

活動日 木曜日

内容 10時00分～60分体操
11時00分～ミニ講座

参加費 無料

場所 放生津コミュニティセンター



射水ベイエリアにおいて、市民・観光客と施設・観光スポットをつなぐ新たな地域公共交通として、電気三輪自動車(べいぐるん)を活用した実証運行が行われています。今年度新たにルートが拡大され、使いやすくなったという説明と、便利なフリーパスの使い方も教えて貰いました。また、予約の仕方についての説明もありました。もう既に、利用をされた方もいました。今回は、電話予約についての話を重点的に説明していただいたのでわかりやすかったという声が聞かれました。



2

「手洗いの仕方を学ぼう！」

活動日 木曜日

内容 10時00分～60分体操
11時00分～ミニ講座

利用料金 無料

申込・問合せ 放生津コミュニティセンター



正しい手洗いの方法の講義を受けました。その後、汚れに見立てたジェルを塗り、各々石鹸で手洗いをしよく拭いてから、特殊な光を当ててどれだけ汚れが残っているかの実験を体験しました。いかに私たちが普段、いい加減に手洗いをしていたのか…その結果にビックリ！手をしっかり洗ったつもりでも、ほとんど汚れが残っており、丁寧に手洗いをする事の大切さを学びました。

3

「ミニクリスマス会！」

活動日 木曜日

内容 10時00分～60分体操
11時00分～ミニクリスマス会

参加費 申し込み時に必要

場所 放生津コミュニティセンター



参加者の皆さんには「笑って楽しい時間を過ごして頂く」ことを目的とし、今年はサプライズとしてお笑いコンビの「雷鳥」として「独楽ちゃん」に依頼し会場を盛り上げていただきました。最後にビンゴ大会も行い、大いに盛り上がりました。新型コロナウイルス感染症の影響で、皆さんの心にかかなり閉塞感があった中でのクリスマス会でした。みなさんの表情をみると、思い切って開催して良かったと思いました。



お知らせ

《令和5年度 ミニ講座開催予定》

- ・4月27日(木)「マイナンバーカード活用法」(開催済)
- ・6月22日(木)「しばお君の100歳体操」
- ・8月24日(木)「良い睡眠のととり方」
- ・10月12日(木)「口腔ケアについて」
- ・12月21日(木)「ミニクリスマス会」※申し込みが必要

場所: 放生津コミュニティセンター 集会室

時間: 午前11:00～

※どなたでも参加OK! 100歳体操(午前10時～)参加OK!

お問合せ

放生津コミュニティセンター
TEL: 0766-82-8460
所在地: 射水市立町 10-20



過去のかわら版はこちら



地域支え合いネットワーク事業の紹介動画はこちら

※このかわら版は、各地域コミュニティセンター、各地域包括支援センターにも配布しております。

- 「美容院と病院と 100歳体操は自分の為だけの時間!!」を合言葉に楽しく毎週100歳体操に励んでいます。校下にはお世話人を軸に現在9ヶ所にて100歳体操の場を開催しております。
- 各種ボランティア団体、海王居宅介護支援事業所、新湊東地域包括支援センター、市の担当者、そして何より参加されている地域住民の皆様のおかげで今日まで地域づくりに取り組むことができています。
- 健康寿命を延ばす為には、笑いとおしゃべりが必須だと思っています。「あんた～元気け～」
「あれ～久しぶりね～」
「きんのも、おうたがいね～」
「ほんまや～」
「ワッハッハ! 地元漫才! ほんざい!」
これが元気の素ですね。

編集後記



吉野 富士子
第3層生活支援コーディネーター

放生津 地域の担当は...

新湊東地域包括支援センター
TEL:0766-86-8739 FAX:0766-86-8687
所在地: 射水市七美 882 番地 1 (ケアハウス万葉内)



射水市地域福祉課
TEL:0766-51-6625 FAX:0766-51-6657
所在地: 射水市新開発 410 番地 1