

ささえあい



かわら版

地域名

ほうじょうづ
放生津

人口

3,761 人

世帯数

1,857 世帯

町内会数

21 町内会

65歳以上

1,665 人

高齢化率

44.3 %

ひとり暮らし高齢者数

543 人

第3層生活支援 コーディネーター

12 人

(サブコーディネーター含む)

※令和 6 年 6 月末現在



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

- ・一人暮らし世帯や高齢者世帯が増えている。また、世帯数や人口及び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、後継者不足による閉店が相次いでいる。買い物に困っている方が増えている。べいぐるんの活用は出来るが、行きたい店への直行ではないので日々の買い物に支障が出ている。
- ・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。
- ・隣近所の繋がりが薄くなってきており、空き家も増え、災害時の不安がある。

課題（ニーズ）

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、さげない見守りや声がけ・相談しやすい環境を目指す。
- ・防災（自助・共助）の必要性を根付かせる。

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の行事と共催をし、
- ・海王居宅支援事業所の協力のもとミニ講座等も開催していく。
- ・各団体と連携を図る為に、世話役の方が集まる情報交換会を開催し、情報共有や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達が集まる場所を提供する。
- ・ケアネット活動については民生委員が中心となり、地域での見守りを実施する。
- ・地域の行事を紹介し、多くの住民の方に社会参加してもらえるよう、また、利用してもらえる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等を開催する。
- ・既存の商店に配慮しながら、買い物に困っている自治会に移動販売車の紹介をしていく。



やってみました！ご報告 活動

1

避難所でのエコ/ミークラス症候群対策！
「簡単なヨガ体操」

活動日 令和6年2月19日(月)

内容 10時00分～11時00分

参加費 無料

場所 放生津コミュニティセンター



足の指から頭までをほぐしていく簡単なヨガ体操を学びました。
元日の能登半島地震の記憶も鮮明に残っており、外見的には、皆さん元気な様子ではありますが、きっと心の奥に地震の後遺症も抱えていると思われました。
だからこそ、エコ/ミークラス症候群という言葉に敏感になっておられ、たくさんの参加があったのだと思います。

2

射水市出前講座
「災害に備えて！」

活動日

令和6年5月23日(木)



射水市防災・資産管理課 防災危機管理班の出前講座を開催しました。
「災害に備えて」という題材で、自主防災の必要性を意識する事を目標に、講義を受けました。

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

3

射水市地域提案型市民協働事業
ワークショップ
「避難所運営ゲーム(HUG)」

活動日 令和6年6月8日(土)

内容 13時30分から15時00分

参加費 自治会長、各種団体代表、
民生委員児童委員、防災員等

場所 放生津コミュニティセンター



富山県は、災害が少なく防災意識も低く、先日の能登半島地震の時には、慌てふためくばかりでした。「立山様が守ってくれる！」という話も今となっては・・・
NPO法人Nプロジェクトひと・みち・まちの大坪久美子理事長を招き、避難所運営ゲーム(HUG)を体験しました。避難所での、体調の悪い方・障害のある方・介護が必要の方・ペットの扱い等また、女性の方への気配り等の対応の仕方や部屋割りなどをグループで話し合いました。改めて気づかされることばかりで目から鱗が落ちるような時間でした。これからの避難所運営に大いに役立った体験でした。

お知らせ

《令和6年度ミニ講座開催予定》

- ・5月23日(木)「災害に備えて！」※開催済
- ・8月1日(木)「陽内フローラについて」
- ・10月10日(木)「しばお君がくるよ！」
- ・12月19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番20号

◀ 地域支え
合いネット
ワーク事業
の紹介動画
はこちら◀ 過去の
かわら版
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。

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: 0766-86-3381

所在地: 射水市七美 882 番地 1 (ケアハウス万葉 1 階)

私たちも
お手伝いします!

編集後記



校下にはお世話人を軸に現在 10 ヶ所に 100 歳体操
の場を開催していただいております。

放生津コミュニティセンターでは「たかが 100 歳体
操! されど 100 歳体操! 確実に横の人ではなく自分の
健康寿命は延びていますよ～」皆さんにいつも言っている
言葉です。毎週、集まって近況報告や情報交換ワイワイ
ガヤガヤ! 去る者追わず、来るもの拒まず! ゆる～く楽
しんでいます。

しかし、能登半島地震の際には、これまでの皆さんのつな
がりがあんなにも役に立つとは思いませんでした。

※ワイワイガヤガヤ＝声掛け・情報交換
運営各団体者には、いつも助けて貰っています。
感謝しております。

吉野 富士子

第3層生活支援コーディネーター



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