

ささえあい



かわら片版

地域名

くろがわ
黒河

人口

3,101 人

世帯数

1,182 世帯

町内会数

7 町内会

65歳以上

753 人

高齢化率

24.3 %

ひとり暮らし高齢者数

121 人

第3層生活支援 コーディネーター

4 人

※令和6年11月末現在



くろがわ
黒河
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）

今、何が問題なのか???

- ① 集える場所と機会が少ない
…サロン活動が広く住民に周知されている？
- ② 近所付き合いが希薄化し、年齢差やギャップがある
…高齢者も参加できる交流の場は？
- ③ 高齢化による日常生活への不安がある
…住民同士の見守りや助け合いの意識は？
- ④ 高齢者の移動手段が少ない
…利用しやすい？ 問題点はない？

目標（目指す地域像）

～安心して
住み続けられる黒河に～

- ◎ 子どもから高齢者まで
つながりのある地域をつくろう！
- ◎ 気軽に声をかけ合える
近所付き合いを広めよう！
- ◎ 地域力を高め、安心して
生活できる環境を整えよう！

計画（取り組むこと）

- サロン“やらんまいけ”の PR と拡大を図る
- 黒河に伝わる夜高祭や獅子舞等、伝統行事の理解を深め伝承していく
- あいさつ運動“みんな元気け？ひと声大作戦”を活性化
- 年代を超えたゲーム大会やスポーツ大会などのイベントを通して世代間交流を深める
- 一人暮らしや認知症に対する理解を深めサポート体制の充実を図る
- あいのりタクシーやきときとバス、のるーと等の利用の仕方を周知し使いやすくする



やってみました！ご報告 活動

1

～地域との連帯～ みんな元気け？ ひと声大作戦！

夏休みを利用して、家族ぐるみであいさつ運動に取り組みました。

みんな元気け？
ひと声大作戦！

黒河支え合いネットワーク事業
～地域でやらんまいけ～

8月 あいさつ強化月間

家族で
“あいさつ”に挑戦しよう！

“あいさつ”にはいいことがいっぱい！

- すがすがしい気持ちで笑顔になる
- 仲良くなるきっかけができる
- 相手を思いやる心が生まれる
- 安心して住める地域になる

8月 夏休み真っ最中、子供たちは地域で過ごす時間も多し、地域での行事もたくさんあります。そこまですは家族ぐるみであいさつに挑戦しました。家族同志、出会った友達、ご近所さんに……“あいさつがんばりカード”をつけましたよ！

家族みんなで
がんばりカードをつけました！

あいさつの良さを改めて実感した
人が多かったようです。

2

～地域交流活動～ なかよく七夕祭りをしよう！

黒河保育園の子どもたちと



たなばた祭り

王様じゃんけん

花笠音頭で
ハッスル！ハッスル！

リズム体操だよ！

一緒に短冊を飾ったり、クイズやゲームもしたり。踊りも披露し合い、元気いっぱい楽しい七夕祭りになりました。

3

～支えあいネットワークPR活動～ “やらんまいけ”の活動紹介！

サロンの活動を広く住民の方々に知ってもらうため、ふれあい祭りで紹介コーナーを設けました。写真で楽しい様子が伝わるように工夫しました。



4

～一生使える大人の足育教室～ 自分の足で 100 歳まで歩こう！

「ドクターネイル爪改革」の山田院長から、足のケアは全身の健康に直結し大切であることを学びました。巻き爪や肥厚爪等で長年悩みを抱えていた方も多く、大変喜ばれました。



施術体験もしました！

5

～昔懐かし体験～ お寺へ『ほんこさん』に行こう！

西養寺へ報恩講に行ってきました。仏さまにお参りしてお斎も頂き、心も安らぎお腹もいっぱいになりました。近頃はこのような風習も廃れつつある折、懐かしく心温まる体験となりました。



お知らせ

お困りごと相談会やっています！
毎月第3火曜日 10時～

地域包括支援センターの方がお話を聞いてくださいます。一人で悩まず、どんなことでもお気軽にご相談ください。待ってまーす☺

お問合せ

黒河コミュニティセンター

TEL：0766-56-0069

所在地：射水市黒河 3106

※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。



◀ 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

編集後記

「支え合い事業」参加者は最近 50 人前後となりサロン活動も「皆さんと会うのが大変楽しみ」との声が聞かれやりがいが増えています。

今後さらに、地域の連携～みんな元気け？ひと声大作戦（引き続き実施予定）をはじめ、地区交流活動（保育園との交流等）、昔懐かしの体験（ほんこさん）、各種講座の実施等々きめ細かな活動により更なる内容の充実めざし今後も努力していくつもりです。

皆さんご協力宜しくお願い致します。

第3層生活支援コーディネーター 代表 寺腰 健一

黒河

地域の担当は…

私たちも
お手伝いします！



小杉南地域包括支援センター

TEL:0766-56-8725 FAX:0766-56-1336

所在地：射水市南太閤山 3 丁目 2 番地 1（小杉南福祉交流センターつな〜ぐ内）

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