

# 河辺地域生活支援 コーディネーター通信

第9号

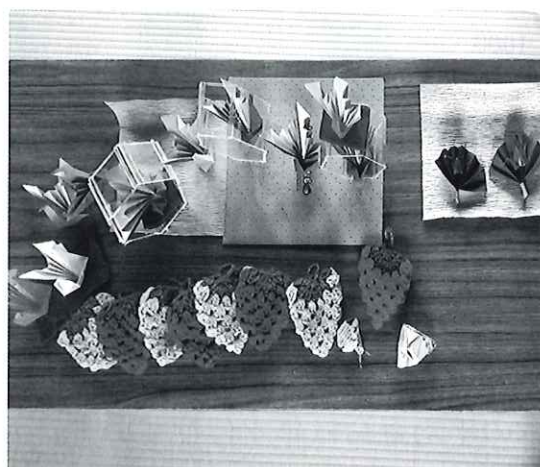
2019年9月発行



今年度、新しくサロンを立ち上げたところをご紹介します。

## 山根ふれあいサロン

手芸を主体に4月から月1回で開催。メンバーも最初は7人でしたが、10人にまで増え、カラオケ大会や映写会も行いました。10月にも映写会の予定です。



## 下和田サロン・スマイル

下和田町内会では、サロンの様子を毎回報告紙を作り回覧していました。

第1号

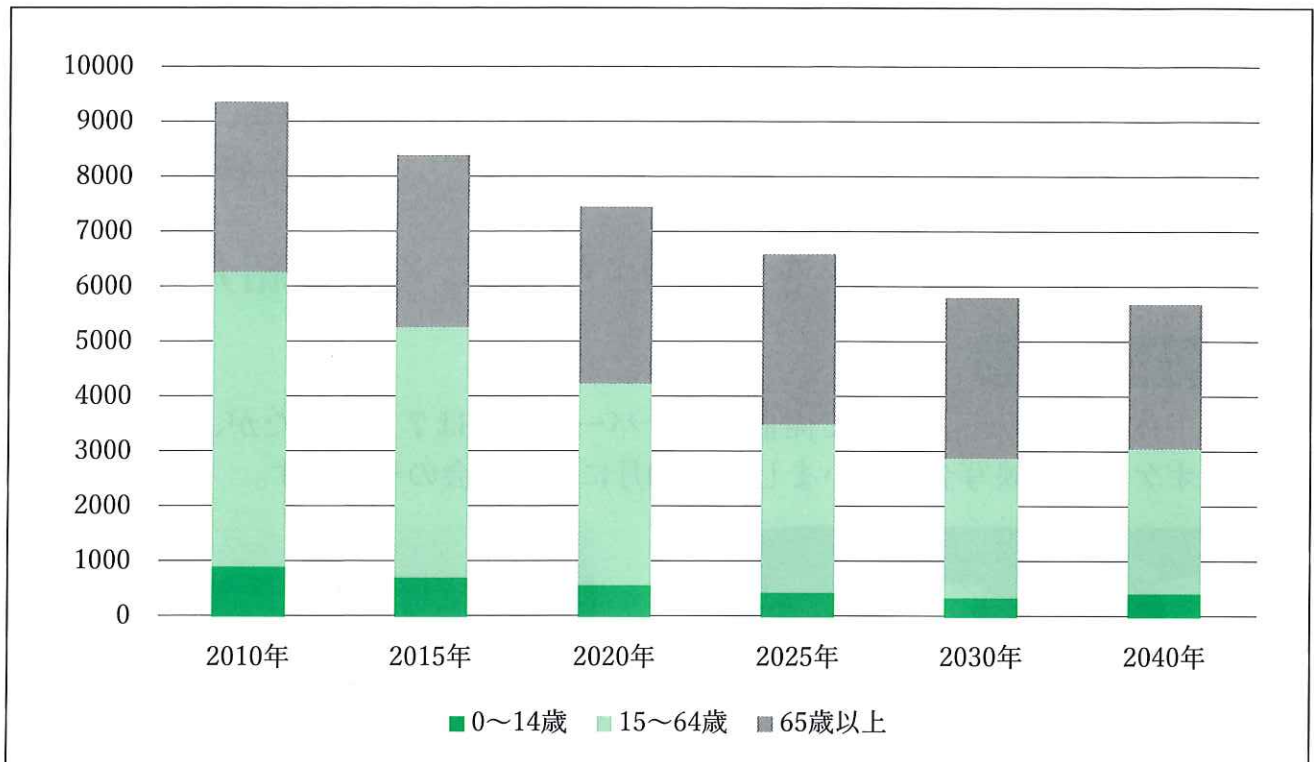
第2号



下和田にお住まいの方から、今年度になってから回覧板が頻回に回り、町内会活動のようすがよくわかるようになった。という声が聞かれました。

今年度もサロン情報交換会を開催します。日時：11月14日(木) 10時～12時  
場所：河辺総合福祉交流センター三世代交流ホール 参加お待ちしております。

## 河辺地区の人口推計は、下のグラフのようになっています。



地区の人口が減少していき、2030年には5,823人で、その内の半数が65歳以上のかたで占める見込みです。

日本の平均寿命は年々伸びていて、人生100歳時代とされています。

年齢を重ねても、より健康で、元気に活躍できる状態でありたいですね。

日頃から、適度な栄養を取り、運動し、休養もしっかり取りましょう。また、町内会活動や老人クラブ活動、趣味の会への参加や、町内会サロンへの参加、お友達のおうちに遊びに行ったり来たりなど、社会とのつながりを持ち続けましょう。そんな中から、お互いに声かけしあって、励まし合ったり、少しの手伝いで解決することは、助けたり助けられたりして、人生の最後まで住み慣れた地域で暮らし続けたいものですね。

最後まで暮らし続けるには、こんなお手伝いがあればよいけどとか、こんなお手伝いはできるよとかありましたら、河辺地域包括支援センター社協や生活支援コーディネーターまでご連絡ください。

発行：秋田市社会福祉協議会 河辺地域包括支援センター社協

住所：秋田市河辺北野田高屋字上前田表66-1（河辺総合福祉交流センター内）

編集：生活支援コーディネーター 高橋久美子 連絡先：TEL018-882-5565

