

河辺地域生活支援 コーディネーター通信

第11号

2020年6月発行



「人生100歳時代に備えるために～一緒に考えてみませんか？」

住み慣れた地域で自分らしく、生き活きと暮らし続けられることをめざしていくために地域包括支援センターに生活支援コーディネーターが配置されています。

河辺には一緒に地域づくりをしてくれる協議体「ささえ愛せせらぎ協議会」があります。ささえ愛せせらぎ協議会は、助け合いのある地域づくりについて話し合う場です。どうしたら住みやすい地域がつかれるか協議しています。

<協議会／大野会長に思いを伺いました。>



問1. 「ささえ愛せせらぎ協議会」として活動する前と後では気持ちに違いはありますか？

→活動する前は民生委員として地域の見守りが主体となっていましたが、協議会として活動してからは、色々な会に参加したことで100歳時代へ向けて元気で過ごすためにも生きがいを見つけることも大事だと思いました。様々なところで活動が増えればよいと思っています。

問2. 十年後、二十年後もイキイキと過ごすために何が必要だと思いますか？

→人との付き合い、関わりが大事だと思います。

問3. 誰でも参加できそうな教室や会を紹介していただけませんか？

→町内会の有志で山菜や魚を取ったりする「自然愛好会」があります。同じ趣味を持つ仲間がいます。皆さんにもそういった会があると良いですね。

問4. これから挑戦したいこと、やってみたいことがありますか？

→妻と一緒に旅をしたいと思っています。

6月末で任期を終える大野会長、今まで一緒に活動いただきありがとうございました。今後とも様々な場面でお世話になるかと思っておりますのでよろしくお願いいたします。



4月から生活支援コーディネーターになりました中田と申します。河辺で仕事をして7年目になります。河辺は自然に恵まれ、とっても素敵な地域ですね。

鵜養町内の方が散歩がてらに水路そばで採った立派な「セリ」を見せてくださったことがありました。これからも河辺のこと教えていただければありがたいです。よろしくお願いいたします。



令和2年度の事業計画

ウォーキング教室

No.	月	日	曜日	時間	内容	集合場所
1	4	24	金	10:00～12:00	桜堤を歩こう(新型コロナで中止)	和田駅裏駐車場
2	5	22	金	10:00～12:00	鶺鴒(わらび採りも)	へそ公園
3	7	22	水	10:00～12:00	山百合を楽しむ	スポパーク駐車場
4	9	4	金	10:00～12:00	スポーツゾーン	スカイドーム前
5	10	30	金	10:00～12:00	紅葉を楽しむ	岩見三内コミュニティセンター

ダンディ・クッキング (河辺在住60歳以上の男性)

No.	月	日	曜日	時間	場所	内容
1	5	29	金	10:00～12:00	河辺総合福祉交流センター	炊き込みご飯
2	7	10	金	10:00～12:00	河辺総合福祉交流センター	圧力鍋料理
3	9	18	金	10:00～12:00	河辺総合福祉交流センター	うどん打ち料理
4	10	21	金	10:00～12:00	河辺総合福祉交流センター	きりたんぼ作り
5	12	18	金	10:00～12:00	河辺総合福祉交流センター	米粉パンなど

上記ウォーキング/ダンディ・クッキング参加希望の方は、河辺地域包括支援センター社協まで連絡ください。

スロージョギング教室

毎週火曜日(祝日除く) 10:00～11:30 河辺総合福祉交流センター

参加希望の方は、直接河辺総合福祉交流センターにお越しください。

人生100歳時代に向け、日頃から健康に過ごせるよう、趣味や町内会活動や老人クラブ活動、サロンへの参加など社会とのつながりを持ちましょう。

「こんな仕組みがあったらいいな」、「地域のために、これならお手伝い出来るかも」ということがありましたら、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中田までお知らせください。

皆さんの知恵と力を合わせて自分らしく暮らしていける地域になるよう一緒に考えてみませんか？

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 中田 連絡先：TEL018-882-5565