

武石地域ケア会議・生活支援体制整備事業

支え合いを広げる地域づくりシンポジウム

～住み慣れた地域で元気に楽しく暮らし続けるために～

皆さんは普段の暮らしの中で、地域のつながりを感じますか。人口減少、少子高齢化が進む中、高齢になってもいつまでも元気で楽しく暮らし続けるためには、隣近所での助け合いや、社会参加をすることにより仲間をつくり、お互いに支え合うことが必要です。「住み慣れた地域で元気に楽しく暮らし続けるために」をテーマに、5年後も10年後も「住んでいてよかった」と思える「地域の支え合い」について考えてみませんか。

日時

令和5年6月11日(日)

13時30分～16時

場所

武石地域総合センター

1階コミュニティホール

基調講演 「コロナ下で考える～気にかけて合う地域づくり～」

【13時40分～14時30分】



講師

ご近所福祉クリエイター

酒井 保 氏



〈プロフィール〉 1961年広島県生まれ。知的障がい者施設、市町村社会福祉協議会、認知症グループホーム・小規模多機能施設長などの経歴を経て、2014年8月に「ご近所福祉クリエイション」を創設(主宰)。現在、「ご近所福祉クリエイター」という肩書のもと講演、執筆活動を行っている。

パネルディスカッション テーマ「地域とつながり 元気に楽しく暮らす」

【14時40分～16時】

○コーディネーター ご近所福祉クリエイター 酒井 保 氏

○パネリスト

武石の縁が輪・武石えん結びの会代表 依田 由枝 氏

誰でも気軽にお茶を飲みながら、おしゃべりをするお茶のみサロンを旧JA武石店にて月2回開催。また、「武石えん結びの会」の代表として月1回こどもカフェ「武石えんカフェ」を開催している。

小沢根ひまわりクラブ代表 清住 章雄 氏

使われなくなったバスの停留所(5ヶ所)をきれいにし、「みんなの待合、休憩所」として活用。散歩の途中やゴミ出しの帰り等に出会った人とちょっと腰掛けてお話ができる居場所となっている。

長野大学社会福祉学部教授 藤井 博之 氏

千葉大学医学部卒業、医学博士、社会福祉学博士。みさと健和病院内科部長、佐久総合病院地域ケア科・リハビリテーション科医長を経て、現職。医学的な視点から、社会参加、支え合いが心身に及ぼす好影響を解説いただく。

長野県長寿社会開発センターシニア活動推進コーディネーター 下倉 亮一 氏

武石地域包括支援センター 北原 みゆき 生活支援コーディネーター

主催:社会福祉法人上田市社会福祉協議会・武石地区社会福祉協議会

後援:上田市・武石自治会連合会・武石地区民生児童委員協議会・武石地区福祉推進委員協議会・武石シニアクラブ・

武石ボランティア連絡協議会・住みよい武石をつくる会・武石身体障害者福祉協会

お問い合わせ:社協武石地区センター内 武石ボランティア地域活動センター85-2466・武石地域包括支援センター41-4055

「地域支え合いづくり懇談会」を開催しました



3月23日（木）、片羽集会所にて「地域支え合いづくり懇談会」を開催しました。自治会長さんをはじめ片羽地区の住民さん6名と職員6名で「地域の支え合い」をテーマに懇談しました。

事前に民生児童委員さんとお宅を訪問し、30名程の方にお話を伺った中、「片羽地区はつながりの強い地域」と感じていました。

懇談会では、いろいろなお話が出る中で「当中（とうなか）」という葬儀の時に協力し合う組織についてのお話を興味深くお聞きしました。自治会とは別の組織の中で、関係性が重なり合い、生活や健康を支えている様子をうかがい知ることができました。

普段の何気ないつながりが、実はお互いの支え合いであることを再認識していただいたと思います。今後の活動としてラジオ体操をツールに更なる交流を図ることになりました。

今後、他の自治会でも懇談会を開催したいと考えています。一緒に地域について考えてみませんか。



片羽地区のつながりマップ

新しく立ち上がった「地域リハビリテーション活動」をご紹介します

セラバンド教室

福祉推進委員会で開催した「セラバンド教室」に参加された方々を中心に昨年11月に立ち上がりました。藪合地区の方も参加されています。

セラバンドは伸縮性のあるゴム製で、リハビリや体操・トレーニングのための道具です。参加者には社協で差し上げています。余里区公民館、毎月第1土曜日午前9:15~10:15



市之瀬体操教室



おしゃべりの時間も大切です

市之瀬の福祉推進委員さんを中心に立ち上がり、この4月から開催しています。「もっと体操をしたい」と意欲的に取り組んでいらっしゃいます。また、体操が終わってもすぐには帰らず、いつまでもお話をされていました。体操のあと、茶話会をしようという計画もあるようです。

市之瀬公民館、毎月第2火曜日午前10:00~11:00

* 高齢者に関する相談は武石地域包括支援センターまでお問い合わせ下さい。

* 月曜日~金曜日午前8時30分~午後5時15分

* 休業日は土曜日、日曜日、祝日、年末年始です。

武石地域包括支援センター

〒386-0503 上田市下武石 742 番地

電話 (0268) 41-4055

FAX (0268) 85-2471

上田市から社会福祉法人上田市社会福祉協議会が委託され、運営しています。