

# なかななか通信

このまちで  
いつまでも  
元気に暮らしたい  
そんなあなたを  
応援します。



今年度、たくさんの小学校・放課後児童クラブで  
認知症キッズサポーター養成講座を開催させていただきました。



宇野小学校 うのクラブ



旭操小学校 あげぼのクラブ



三勲小学校 4年生

温かい目で見守る  
『応援者』が中区で  
育っています



旭東小学校 4年生



操南小学校 4年生

操明小学校  
操明つくしクラブ



幡多小学校 幡多クラブ

岡山市地域包括支援センターでは、認知症について正しい理解と知識を持ち、地域で認知症の人やその家族に対して、できる範囲で手助けをする「認知症サポーター」を養成し、『認知症になっても安心して笑顔で暮らせるまちづくり』を目指しています。認知症サポーター養成講座は10名以上の団体・グループであれば開催可能です。詳しくは中区地域包括支援センターまでお問合せください。

# 地域の支え合い活動をご存知ですか？



高齢者の不安や悩みは多様化しています。

例えば…

近所づきあいが  
減ったなあ

自転車に乗れなくなって  
買い物が大変

足が悪くて  
ゴミ出しに困っている

通いの場？  
どこにあるんだろう

高齢者の生活の中には様々な困り事があります。様々な困りごとに対して、公的な制度やサービスだけでは全てを補うことはできません。住み慣れた地域で暮らしていくには、地域住民で互いに「支え」「支えられる」互助の関係を築いていくことが重要です。地域の支え合いがあることで、多様なニーズに対応することができるようになり、高齢者だけでなく誰もが住みやすい地域になっていきます。



支え合いの体制づくりを推進しています。

地域にある  
資源

掘り起こし

課題の  
見える化

活用  
活性化





# 地域の中にはこんな支え合い活動があります。

## 集いの場・通いの場



話し合いから生まれた通いの場  
「おむすびdeポン!!」

## 見守り活動



「三軒防犯  
さわやかパトロール隊」

## 生活の困りごと支援



BEFORE



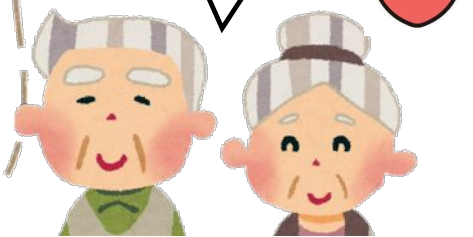
AFTER

草とりの  
お手伝い

迫川地区「おせっかい」

できることを・できるときに・できるはんにい

「困った時はお互い様」  
の助け合いができる  
のがええなあ。



岡山市地域包括支援センターのホームページでも地域づくりの取り組みのひとつとして、事業所や地域住民の方が実施している生活の困り事支援のサービスに関する情報（生活支援サービスリスト）を掲載しております。



詳しくはこちらから→→→



## いきいき活動紹介 Vol. 23

「海吉本村お茶のみ会」は平成21年に「健康づくり教室」として発足しました。それ以来、毎月第3火曜日を活動の日と定め、季節に応じてお花見会や田植え、稲刈り、正月飾り作り等を行っています。コロナ前はそば打ち、うどん作り、そうめん流し等も行っていました。一般的にサロンは女性の参加者が多いイメージですが、海吉本村お茶のみ会はほとんどが男性です！会の締めくくりは、心を込めてたてられたお抹茶を参加者全員でいただきます。

平成24年からは毎月第1火曜日に“あっ晴れ！もも太郎体操”も実施しています。

海吉本村・中村町内の皆さん、一緒に楽しく活動しませんか？

女性の参加者もお待ちしています(^\_^)

☆活動日時☆

毎月第1火曜日(体操) 10:00~11:30

毎月第3火曜日(サロン) 10:00~11:30

☆活動場所☆ 海吉本村公会堂



＊地域で活躍されている高齢者募集！

活動について取り上げてほしいと思われる個人・団体を受け付けしています。

中区地域包括支援センターまでご連絡下さい。

### 岡山市中区地域包括支援センター

地域で暮らす高齢者を保健・医療・福祉・介護などさまざまな面から総合的に支える機関として、設置された公的機関です。

保健師・看護師、社会福祉士、主任ケアマネジャー等の専門職が高齢者の相談に応じます。

高齢者や家族の相談窓口です

みなさんの権利を守ります

高齢者が暮らしやすい地域づくりに取り組みます

地域での介護予防の取り組みを応援します

ウェブサイトもぜひご覧ください！



本センター（富山・旭操・操明・操南小学校区）☎086-274-5172

中区分室（旭東・平井・三勲・宇野小学校区）☎086-206-2871

高島分室（財田・竜之口・幡多・旭竜・高島小学校区）☎086-275-3205