

# 「地域の通いの場」で 仲間づくり 元気な体づくり

## 松川町石合町内会が「介護予防推進活動知事賞」を受賞!



介護予防推進活動知事賞を受賞した  
石合町内会のみなさん

平成 29 年 10 月 22 日 (日) にビッグパレットふくしまで開催された「健康長寿いきいき県民フェスティバル」で、石合町内会が「介護予防推進活動知事賞」を受賞しました。知事賞は、高齢者の社会参加や介護予防の推進のため、地域における支え合いに取り組んでいるグループをたたえようと創設されたものです。

石合町内会は「いきいきももりん体操」の取り組みや、町内会で一人暮らし世帯の状況を把握し、見守りを兼ねて弁当の配食をしていること、認知症の方でも安心して暮らせる地域づくりのための「認知症 SOS ネットワーク模擬訓練」を実施していることなど、体操以外にも地域の支え合い活動に取り組んでいる点が高く評価されました。

## “町内会で取り組むきっかけ”を丹治会長よりお聞きしました

石合町内会は以前より一人暮らし高齢者の状況を把握するなど、高齢者福祉への関心は強い地域でしたが、町内会長が 1 年交代の輪番制であったために、毎年の町内会総会では様々な課題について意見は出されるのですが、それらに対応する取組みが行われていませんでした。そこで役員を推薦制にし、任期も 2 年に変更しました。この制度になって 5 年目を迎え、順調に町内会活動が進展しています。

また、本来の町内会活動の在り方はどうあるべきか悩んでいた時に、いきいき介護予防大会の講演を聴講し、「これからの町内会活動や地域活動はこれだ!」と思い、いきいきももりん体操を始めました。体操では月に 2 回茶話会・サロンを開催し、参加者の交流を深めています。他の年間行事へも相乗効果が波及しており、町内会活動のこれまでになかった盛り上がりを感じています。



石合南町内会会長  
丹治豊三さん

### 石合町内会の活動

- いきいきももりん体操
- 認知症SOSネットワーク模擬訓練
- 生活支援ボランティア活動の構築(草刈りや雪かきなどのちょっとした頼みごと)
- 一人暮らし高齢者の食事会 など

### 体操に取り組むグループを募集します

- ①週1回程度、3か月以上、集まって体操を行う
- ②5人以上の参加者がいる
- ③会場の確保や運営などは、参加団体が自主的に行う
- ④人数分のイスがある
- ⑤DVDを視聴できる機材が準備できる

※いきいきももりん体操とは…DVDを見ながら約30分、イスに腰かけたり、イスの背につかまったりして行う誰でもできる介護予防体操です。長寿福祉課または地域包括支援センターへ気軽にご相談ください。



## お知らせ

### ○高齢者を支え合う地域づくり講演会

- 日時** 平成30年2月27日(火)午後1時30分～午後4時  
(開場:午後1時)
- 会場** 福島市公会堂(福島市松木町1番7号)
- 内容** 講演:「つながり」から「支え合い」へ、そして「地域づくり」へをテーマに地域の支え合いを考える  
講師: NPO法人全国コミュニティライフサポートセンター 理事長 池田 昌弘先生  
実践報告: 地域づくりに取り組んでいる団体の活動報告  
行政報告: 地域づくりによる介護予防の実施状況報告

### ○ふくふくオレンジフェスタ

- 日時** 平成30年3月4日(日)午前10時～午後2時
- 会場** Aoz「アオウゼ」(MAXふくしま4階)
- 内容** 「正しく知ろう認知症」をテーマに、誰もが安心して暮らし続けることができるまちを目指した活動報告や、体験、交流など。
- 学校、地域、企業の取り組み報告
  - 認知症の方や家族の方との交流や相談(認知症カフェ)
  - もの忘れチェック
  - 認知症サポーター養成講座  
(事前に長寿福祉課への申し込みが必要です)
- 第1回 午前10時～11時30分  
第2回 午後0時30分～2時 各回定員30名