

住み慣れた地域で自分らしい生活を続けていくために

市では、3月1日から「介護予防・日常生活支援総合事業（新しい総合事業）」を開始しました。広報紙でも、3月1日号から特集してきました。今回は、4月1日に配置した生活支援コーディネーターについて紹介します。生活支援コーディネーターは、

住み慣れた地域で自分らしい生活を続けることができるように、地域づくり（介護予防、生活支援、社会参加など）の体制の充実を図っていきます。

■問い合わせ先
地域包括支援センター ☎(36)1285

生活支援コーディネーターの畑中理沙です。私の仕事を紹介します



畑中生活支援コーディネーター

- 地域資源の調査** 公的機関のサービスから民間サービスまで幅広く地域の介護予防や生きがい教室の開催状況、配食や買い物サービスなど地域にある資源の調査をしていきます
- ニーズとサービスの調査** 住み慣れた地域で自分らしく生活を続けるために、どんなことが困っているか、自立して生活するために何を必要としているかを調べ、必要な人につないだり、サービスがなければ、それを創るためにみんなで話し合う場をつくっていきます
- 担い手の発掘と養成** 地域づくりを支援してくれる人を探し、講習会などを実施し、サポーターを養成していきます

現在、市内で実施されている民間のサービスも含めた介護予防教室や配食サービス、宅配サービスなどの情報を集めているところです。

まだ始まったばかりで、情報を集めきれっていませんが、少しずつ集めて、提供していきます。みなさんの知っている情報を教えてください。

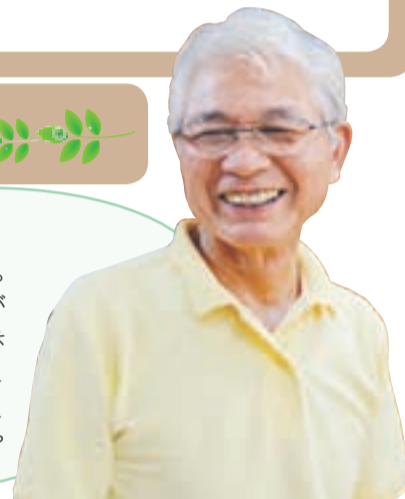
今回は、地域にある資源の一つとして、赤間西地区健康福祉部会が主催で、11年前に立ち上げた「玄米ニギニギ体操で健康づくり活動」について紹介します。この事業は、地域のお世話役が中心となっている介護予防教室です。

城ヶ谷区でお世話役をしている黒木功さんに話を聞きました。

歩いていける距離がいい！ 赤間西地区「玄米ニギニギ体操で健康づくり活動」

コミュニティ・センターは遠くて歩いていくことは難しくても、公民館であれば歩いていけるため、参加者からとても好評です。この教室のもう一つの魅力は、参加者の介護予防につながっていることです。病気で右肩に障害があり、腕を上げることができないなど体に不自由がある人でも、玄米ニギニギ体操などに、無理のない程度で参加されています。毎回、顔なじみの人と会って話すことで、教室は

いつも笑顔があふれています。赤間西地区全体で、参加者は月延べおよそ280人。楽しく参加されています。赤間西地区は11自治会があります。この教室は、6地区（土穴、城ヶ谷、赤間ヶ丘2区、泉ヶ丘1・2丁目、城山）の自治会と赤間西コミセンの7カ所で開催しています。目標は、全自治会で実施すること。まず、今年は3地区増やすことを目標にしています。



いつも元気はつらつたの黒木さん

市から

市議会議員 一般選挙の立候補予定者説明会

- 日時 8月25日(木)
- ▽受付 午後1時30分
- ▽実施 同2時5分～同4時
- 会場 市役所北館1階・103会議室
- 対象 同選挙(10月16日)執行予定の立候補予定者か代理人
- 内容 立候補届出手続き、選挙運動の留意事項などの説明
- 持参品 立候補予定者か代理人の印鑑(認印)、筆記用具

市選挙管理委員会

- 問い合わせ先 市選挙管理委員会 ☎(36)1375
- 日時
- ▽広島原爆投下 8月6日(土) 午前8時15分
- ▽長崎原爆投下 同9日(火) 午前11時2分
- ▽終戦記念日 同15日(月) 正午
- 内容 追悼と世界平和を祈念し、全国で式典が実施されます。家庭や職場、地域などでも1分間の黙とうをしましょう
- 問い合わせ先 高齢者支援課 ☎(36)9288



参加者のみなさんと一緒に汗をかきました

* 赤間西コミセンの教室は、誰でも参加することができます
■問い合わせ先 赤間西コミセン ☎(38)9506

あなたの地域の介護予防情報を教えてください

市では、住み慣れた地域で自分らしく生活を続けることができるように、市内で実施されている介護予防の事業の情報を集めて、必要な人へつないでいきます。

また、住民主体の活動が地域に広がっていくよう応援していきます。

- 行政書士による無料相談会 -

日時：8/21(日)、9/11(日)、10/9(日) 9:00~12:00

会場：自由ヶ丘コミセン カルチャールームB

遺言作成、相続手続、各種許認可、法人設立、農地転用、その他なんでもご相談下さい。

予約不要、先着順
毎月第2日曜日開催

※ お時間の都合がつかない場合も御連絡くだされば柔軟に対応させていただきます。

事務局 TEL 0940-33-7799
携帯 090-9796-4184
〒811-4163 宗像市自由ヶ丘9-5-2

行政書士 梅崎 元



住まいの事でお困りの際は 何でもお気軽にご相談下さい！

建物解体

相談・見積 無料

eデザイン(株) design
宗像市東郷3丁目6番2号
☎ 36-5187

リサイクルセンター
宗像市石丸字羽廣148番2
☎ 35-3522

http://edesign-inc.jp

E-mail info@edesign-inc.jp