

『人生100年時代の到来！ ともに支え合い、元気に生きる共生社会』

私たちは、これまで体験したことのない「人生100年時代」と表現されるほどの超高齢社会を迎えるにあたり、人生をどのように謳歌し、どのように暮らしていくのかが問われています。

また、地域の中で100年の人生をどのように元気で過ごすかは、地域福祉の大切な視点となっています。

今回の地域福祉を考える集いは、「みんなで元気になる福祉」とはどのようなものか、あらためて地域のつながりや地域づくりについて参加した皆さんと一緒に考える機会として開催します。

【日時】 令和2年2月1日(土) 13:00~15:30

【会場】 上尾市文化センター 中ホール (534席) 上尾市二ツ宮750

【参加費】 無料 事前申込み要

【内容】 第1部 感謝顕彰、作文コンクール表彰
第2部 シンポジウム(講演・事例発表等)
アドバイザー
ご近所福祉クリエイター 酒井 保氏



【受付期間】
令和2年1月8日(水)~1月24日(金)

【申込方法】
電話、Eメール(ageo-sh2@mb.jnc.ne.jp)または、HPより入力フォームで事前に申し込みをお願いします。

※メールでのお申込みの場合は、標題に「地域福祉を考える集い参加申し込み」と記載し、「氏名」「住所」「電話番号」「参加動機」をご記入ください。

※定員になり次第締め切らせていただきます。

【問い合わせ】
048-773-7155
月曜日~金曜日(土・日・祝日を除く) 8:30~17:15



○アドバイザープロフィール 酒井 保(さかい たもつ)

1961年 広島生まれ。知的障がい者施設職員、社会福祉協議会職員、認知症グループホーム・小規模多機能施設の施設長職を経て、2014年8月に「ご近所福祉クリエイション」を創設(主宰)。
地域支え合いやボランティア活動、介護予防・地域包括ケアなどをテーマに全国を講演行脚・執筆活動を行っている。
イラストレーターとしても活動中。

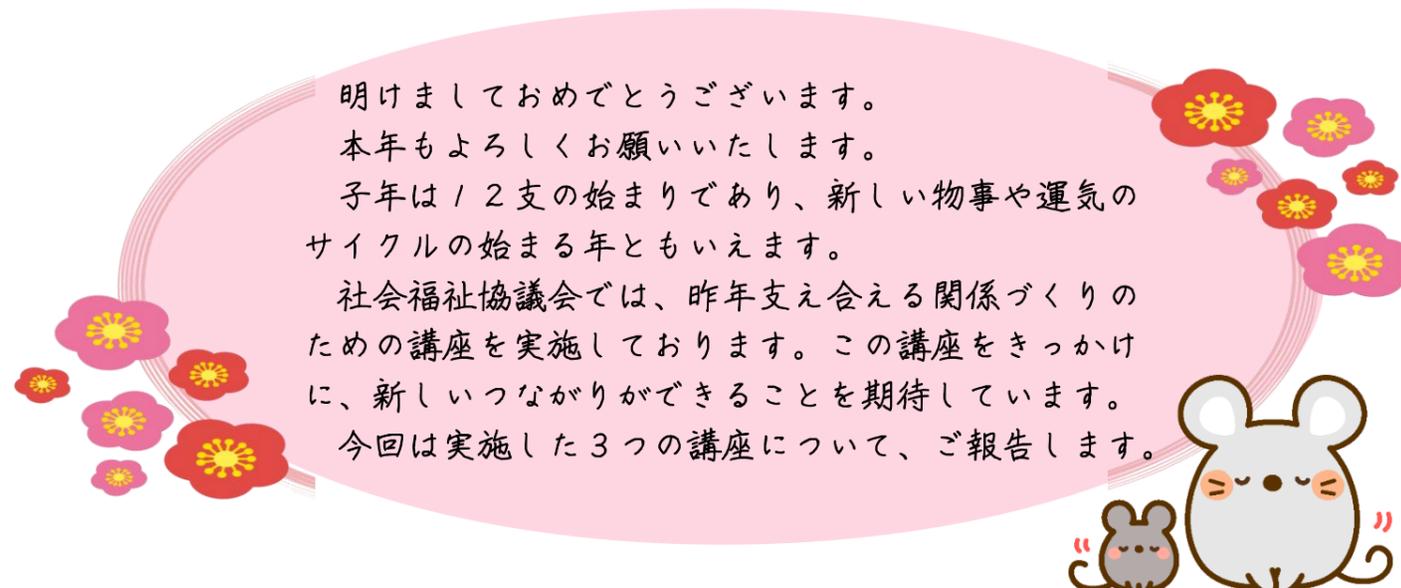
生活支援コーディネーターニュース

~誰もがつながりあって、安心して暮らせるまち上尾~



発行 社会福祉法人上尾市社会福祉協議会
〒362-0011 上尾市平塚724番地
TEL 048-773-7155

明けましておめでとうございます。
本年もよろしく願いいたします。
子年は12支の始まりであり、新しい物事や運気のサイクルの始まる年ともいえます。
社会福祉協議会では、昨年支え合える関係づくりのための講座を実施しております。この講座をきっかけに、新しいつながりができることを期待しています。
今回は実施した3つの講座について、ご報告します。



☆人生100年時代の新たな絆づくり☆

最近いろいろな場面で、人生100年時代という言葉を目にします。2018年の日本人の平均寿命は女性が87.32歳、男性が81.25歳で、ともに過去最高を更新しています。また、100歳以上の方は7万人を突破したとのこと。

100歳まで生きると考えると、定年後だって、まだまだ人生これからです。今までは、生活の多くの時間を仕事に充て、仕事を通じた人間関係を築いてこられた方も多いと思います。いざ定年を迎え、地域活動をしようと思っても、地元での人間関係は希薄だったりすることもあるようです。

こうした方々を対象とした、地域デビュー事業も様々行われています。健康な心身を保つためにも、人とのつながりは大切な要素です。今自分が住んでいる地域での顔の見える関係づくり、または新たな仲間との出会い、今年は挑戦してみませんか。



生活支援サポーター養成講座 ～庭木の手入れ～



1日目
プロの植木屋さんに、実習を交えて剪定のコツを教わりました。

2日目
実際に生活支援を行っている「NPOすけっと」と「原市六区おたすけ隊」のご協力により、現場実習を行いました。



3日目
現場実習をとおり、今後自分たちで何ができるのかを話し合う座談会を行いました。

協力いただいたNPOへの加入を希望する方、これから何かをやってみたいと考えている方、すでに活動をしている方、考えは様々ですが、地域で活動したいと思っている方が多くいらっしゃいました。

思いを形にできるように、社会福祉協議会ではこれからも支援をしていきたいと考えています。

高齢になり体が思うように動かなくなると、庭木の剪定や草取りなど、後回しになりがちです。こうした方たちを支援するための、ボランティア養成講座を10月～12月にかけて行いました。



皆さんの講座の参加理由で多く挙げられたものに、「地域に貢献したい」というものがありました。
講座で学んだことを自分一人の財産とせず、周囲の人たちに広げていくことが、地域貢献につながることもなります。
講座に参加された人同士の新しい出会いが、これから発展し助け合いの輪が広がるよう、私たちも支援をしていきたいと考えています。

リフレッシュ レクリエーション 講座

いつまでも健康でいるためには、①運動②栄養③コミュニケーションといわれています。

“体を動かして、みんなで大いに笑う”ことの大切さをレクリエーションという形で伝えていけたらと、上尾市リハビリテーション連絡協議会の作業療法士の先生に講師をお願いし、講座を実施しました。



1日目・2日目
上尾中央第2病院の鈴木先生を講師に迎え、レクリエーションの効果や実際に自分たちでレクリエーションを進めていくための実技を学びました。



1日目
さわやか福祉財団の岡野氏を講師に迎え、助け合いゲームやグループワークをとおり、助け合いの必要性について考える講座となりました。



2日目
上尾市内で実際に生活支援サービスを行っている、シルバー人材センター、セーフティーネット、たすけあい“かみひら”、あげお在宅福祉サービスの4団体の実践報告とそれぞれの団体を囲んでの座談会を行いました。
この講座を通じ、それぞれの団体への登録された方もいらっしゃいました。

生活支援サービス 担い手 養成講座

3日目
講座参加者同士、レクリエーションを考えお互いに発表しました。
終始笑いどおしで、楽しい講座になりました。
次はボランティア体験に挑戦します！

