



白石区

第25号

2024年12月発行

## 白石地区 南郷丘町内会 見守り活動 『しゃべくり サロン』



令和6年度より、南郷丘町内会では地域での見守り活動の一環として『しゃべくり サロン』を開催しています。参加者は、南郷通1・2丁目北・南にお住まいの70歳以上の方を対象に、3か月に1回のペースで開催されています。

9月13日(金)、白石区民センターにて白石区第1地域包括支援センターより『知って得する介護保険の利用方法！』と題して、クイズ方式の講話をいただきました。

講話後、各グループに分かれて、しゃべくりタイムに突入し、参加者の皆さんの日常生活での困りごとや支え合いについての生の声を聴かせていただくことができました。

参加者からは、「同じマンションに気になる独居の高齢者がいて、階段昇降を手助けした」、「地区担当の民生委員へ直接、気になる高齢者について相談をした」といった声を聞くことができました。

日頃から近所の方同士が自然と支え合い、協力し合っていることがわかりました。



「しゃべくり サロン」では、毎回参加者からのアンケートを参考に、役員同士で話し合い、様々な企画を検討されているそうです。

高齢者の方々がいつまでも住み慣れた地域で自分らしく暮らせるように、住民同士が地域で支え合うことは、とても大事なことです。

このように、人とつながることができる場へ参加してみてもはいかがでしょうか！



札幌市生活支援コーディネーター  
イメージキャラクター「さぼっちー」

札幌市白石区社会福祉協議会

〒003-8612 札幌市白石区南郷通1丁目南8-1 白石区複合庁舎1階

TEL : 011-861-3700 FAX : 011-866-8999

## 菊の里地区菊水元町白菊町内会 『サロンきらく』支え合いをめざして！

菊水元町白菊町内会が主催している『サロンきらく』を見学してきました。地域にお住まいの高齢者を対象に毎月第3火曜日開催されています。

多彩なイベント盛りだくさんとなっており、フラダンスインストラクター 奥出麻理恵氏による「フラダンス体験教室」やヴァイオリニスト 齊藤航氏による「ヴァイオリンで楽しむハロウィンコンサート」など様々な趣向凝らした企画となっています。



「フラダンス体験教室」ではハワイアンソングに合わせてゆっくり体を動かして、参加された仲間と楽しい時間を過ごされていました。また、白石区保健支援係 巽保健師より特定健診の講話があり、生活習慣病を未然に防ぐため普段受診している方も特定健診を受ける大切さについて話がありました。「サロンきらく」では参加者の皆様が楽しんでいただけるよう役員同士で様々な企画を話し合い検討を重ねているそうです。自然とお互いに気遣いしている会話が何え、支え合い活動の一步として、つながる大切さを改めて感じる事が出来ました。

## 東白石地区 地域とつながる事業所をご紹介します！



### 楽ゆう館ほんごう

(白石区本郷通9丁目北4-15)

サービスの提供以外にも地域で生活する高齢者の生活を支えています！



小規模多機能「すみれの花」を併設した多機能型住宅で、一般入居者から高齢者・障がい者・認知症の方などが一緒に生活しています。地域での生活を大切にしており、地元の町内会行事や商店街活動に積極的に参加して地域住民との交流を図っています。

認知症がある方やご家族など気軽に集える認知症カフェ「あるカフェ」(毎月第3水曜日)や認知症サポーターの拠点としての集いの場(月2回)が開催されるなど、認知症の方の地域での生活を支援しています。

また、町内会で実施されている、町内の生活の困りごとを解決をお手伝いする「暮らし応援隊」でも活躍されるなど地域に密着した取り組みを行っています。

本郷町内会 暮らし応援隊

月2回電話相談室を開設し、町内会員の生活の困りごとの解決をお手伝いしています。  
(困りごと例:電球交換等の軽作業、ゴミ出しなど)

