



## 第2回地域・まちづくり委員会を開催しました！

2024年7月18日（水）に第2回地域・まちづくり委員会を開催しました。第2回地域・まちづくり委員会では、千葉市稲毛区の301地区部会（天台・作草部地区）が開催されているふれあいサロン・いききサロン「はつらつクラブ」に参加させていただき、千葉市社協から内山課長、鈴木主査、稲毛区事務所の菱木副所長と平木主査にもご参加いただきました。

地区部会活動のうち、「ふれあい・いきいきサロン」は概ね65歳以上の高齢者を対象に、公共施設などを会場に介護予防や閉じこもり防止、地域交流を進める活動、おもに体操や脳トレなどをボランティアにより運営しています。今回参加する「はつらつクラブ」は千葉市稲毛区都賀公民館で、毎月第3木曜日に開催され、約12、3名が参加しています。このようなサロン活動は、高齢者が定期的に家から外に出て、仲間と会い、体を動かし頭を使い、話をする大切な居場所となっていることがよくわかりました。

サロン終了後は、稲毛区301地区部会長、代表の民生委員の方、プログラムを考える体操講師の方3名を囲んでお話を伺いました。

「301地区部会支え合いの会」の活動内容では地域住民どうしの助け合いにより、日常生活のちょっとした困りごと（ゴミ出し、電球交換、買い物支援など）のお手伝いや活動に伴う見守り活動などをおこなっています。民生委員など、地域住民の状況に詳しい方々がコーディネーターとなり、100名以上の協力員が地域にいらっしゃいます。毎月70～90件近くの依頼がありその内容については稲毛区社協に毎月報告しています。地域生協の中でも助け合い活動を行っている生協があるため、大変興味深く聞いていました。



体操の様子  
誤飲、誤嚥を防ぐお口の体操もおこないました。



「はつらつクラブ」運営  
メンバー 地区部会長、  
民生委員、講師の方々

第3回地域・まちづくり委員会

2024年9月27日（金）10：00～12：00

以上