

ほっこり通信

第8号

令和6年
11月発行

生活支援コーディネーターが地域の皆さんにお届けしたい地域情報を発信!

令和6年9月26日開催

『高齢者元気度アップ。 介護人材確保ポイント研修会』

研修を受けると、
介護予防ボランティア手帳がもらえます!

※高齢者の健康づくりや社会参加活動(65歳以上)、
ボランティア活動(年齢制限なし)等に参加すると、
手帳にポイントが付与され、貯まったポイントは
地域商品券に交換できます。



お家でもできる簡単な体操も
教えてもらいました!



“テイサービス・住宅型有料老人ホームしろうぞの”の
淵上 仁誠氏を講師にお招きし、施設でのボランティア活動
についてお話しいただきました。

活動する上で気をつけたい身だしなみや言葉づかい等、
わかりやすく教えていただきました。

研修会終了後には声をかけあって、一緒にボランティアへ
行く約束をしている参加者もありました。

令和6年10月30日開催

日置市高齢者 地域支え合いグループ交流研修会

ゴミ出しを不便に感じる
高齢者は、今後はどんどん
増えてきそうですね。



高齢者地域支え合いグループとは、3人以上かつ65歳以上の
方が過半数を占めるボランティアグループです。

今回の交流研修会では、移動支援をしているグループの
取り組みなどを紹介し、高齢化によって起こる免許返納後の
生活やゴミ出しの問題について、どのようなことができるか、
情報交換をしました。

スローエアロビで
アイスブレイク!



グループの皆さんの活動が、
地域の困りごとの解消につながっています。



地域の支え合い活動のご紹介

鹿児島弁での寸劇♪
民生委員さんにも
ご協力いただきました！



地図だと分かりやすいね！

自治会長さんや民生委員さんなどに
支え合いマップ作りを体験してもらいました！！

今年は参加者の皆さんに〔社協自治会〕の住民になってもらい、
実際に模擬マップ作りを体験してもらいました。

民生委員さんを交えた社協職員の寸劇を見ながら、地域の情報を
地図に落とし込みマップを完成させました。

支え合いマップはご近所さんのつながりが見える化され、見守り
体制の構築にも役立ちます。

支え合いマップって？

地域の支え合いの実態や、
福祉課題の把握につながります。

なぜ必要なの？

緊急時・災害時の
対応にも役立ちます。

支え合いマップ作りを実施したい自治会は
日置市社会福祉協議会までお申込みください。

中区 いきいきサロン

日吉地域

体を動かす遊具遊びで、種目別・総合で順位を決めました。
みんなと話をしにサロンに来た方も、楽しそうだからと
無理のない範囲で競技に参加し、和気あいあいと楽しんで
いました。

22名の方が参加！
まるでミニ？運動会！！



狙いを定めて...
行けっっ！



見守り役で自治会長さんや民生委員さん、
在宅アドバイザーさんも参加していました。
顔の見える関係性があると安心ですね。



皆さん公民館まで歩いて来られていました。
みんなが集まることで話がはずみ、笑いがでます。
お互いの見守りにもつながっています。

杉之迫 いきいきサロン

東市来地域



膝を活発に動かす
体操で便秘を予防！



簡単な脳トレとヤクルトさんによる“ウン知育”の講話で、
健康長寿の秘訣を皆さんと一緒に勉強しました。

脳トレではサロン遊具を使った駒並べを行い、簡単な
ゲームでしたが、チーム対抗だったので協力し合い
楽しくタイムを競っていました。

お問い合わせ

日置市地域包括支援センター

日置市社会福祉協議会 伊集院支所

☎099-248-9428

☎099-272-2306

