



◀ QR がついている記事は詳細情報をウェブで公開しています

くらしの伝言板

地域での支え合いの仕組みづくりを 生活支援コーディネーターが手伝います



生活支援コーディネーター

新型コロナウイルス感染症の影響により「外出を控えている」「サークル活動が休止している」「近所付き合いが減った」など、これまでとは違う形での「つながり」が求められています。

地域では困りごとを共有することで解決策を出したり、これまで個別に行われていた活動を結び付けたりすることで、より生活しやすくなっていきます。生活支援コーディネーターは、皆さんと話し合い、協力しながら暮らしやすい地域づくりの推進役として活動しています。

■社会資源や課題の把握

- 地域の集いの場や趣味サークル、ボランティアグループなどを把握します
- 集まりやサークルを周知したり、活発に活動できるよう手伝います
- 地域やそこに住む方の困りごとや課題を把握します

■担い手の発掘・育成

- ちょっとした手伝いをしてくれる方やボランティア、支え合いの力を発掘します
- ボランティアや生活支援サポーターなどの地域で活躍する担い手を育成します

■サービスや支え合いの 仕組みの創出

- 地域に必要なサービスや支え合いの仕組み、皆さんが元気に活躍できる場などをつくります

■情報やサービス、関係機関への マッチング

- 困りごとへの情報提供やサービス、関係機関へつなぐことで住みやすい暮らしの手伝いをします

日常生活に不安を感じていることなど、話しを聞かせてください！

災害で被災した皆様に支援をお願いします

- ◇平成 30 年 7 月豪雨災害義援金 8 万 2,200 円 (令和 4 年 6 月 30 日まで)
- ※令和 3 年大雨災害義援金の受け付けは、3 月 31 日で終了しました。(5,000 円)
- ※令和 2 年 7 月豪雨災害義援金の受け付けは、3 月 31 日で終了しました。(10,000 円)
- 町民の皆さんの変わらぬ支援をお願いいたします。
- ※金額は、令和 4 年 3 月末現在の義援金額です。

新たに義援金をお受けしています

◇令和 4 年 3 月福島県沖地震災害義援金 令和 4 年 6 月 30 日(木)まで受け付け

■問合せ 町社会福祉協議会 (☎ 47-3536 総合福祉センター内)

健康だより

●フレイル予防お役立ち情報●

おススメ！ストレッチ①「背伸び」

ストレッチにより、筋肉やけんが伸びることで関節の負担を減らし、肩こりや腰痛などを緩和・改善することができます。



両手を組むのが大変な場合は、タオルを使っても OK です

- ①両手を挙げて気持ちよく伸びをします。
- ②息を吐きながら、左右に倒します。
- ★わき腹が気持ちよく伸びているのを感じましょう！



QR を読み取ると、各運動の解説動画を見ることができます。

イベントなどの情報を紹介！

ひだまり

子育て支援センター ☎ 47-3039



ひよこひろば	5 月 17 日(火) 10 時～ 11 時 30 分、14 時～ 15 時 30 分
こぐま・うさぎひろば	5 月 10 日(火) 10 時～ 11 時 30 分 5 月 24 日(火) 10 時～ 11 時 30 分
ちよこっとひだまり	5 月 23 日(月) 14 時～ 15 時

第 1 回ミニ講座

フェルトでおべんとう作り

子どもたちが大好きなままごと。お母さんがチクチクしてフェルトで簡単、かわいい弁当を作ってみませんか。

- と き 5 月 20 日(金) 10 時～ 11 時 30 分
- ところ 町公民館和室研修室
- ※託児を利用される方は、9 時 45 分までに支援センターにお越しください。
- 持ち物 縫い針、はさみ
- 材料費 200 円
- 定員 15 人
- 申込み 5 月 13 日(金)まで

第 2 回ひだまりひろば

お花見散歩

レクリエーション公園の芝桜が見ごろとなる季節が来ました。おいしい空気をいっぱい吸って、太陽の日差しを浴びて、のんびりレク公園の展望台まで散歩しませんか。

- と き 5 月 25 日(水) 10 時～ 11 時 30 分
- ※雨天の場合は、27 日(金)に延期します。
- ところ レクリエーション公園
- ※レク公園駐車場に集合、解散になります。
- 持ち物 飲み物、敷き物、必要な方はベビーカー
- 申込み 5 月 24 日(火)まで