

諫早小校区

第15回目

介護予防と生活支援の語らん場

作成：中央部地域包括支援センター 生活支援コーディネーター 岩田 明子

諫早小校区語らん場を開催しましたので、報告します！

開催日時：令和4年5月13日（金） 13：30～15：00
会場：諫早市役所 5階大会議室 参加人数：43名

今回のテーマ

「各町で取り組んだことを載せたチラシ」の作成方法について

諫小校区は、R元年度より「語らん場を広く住民へ知らせるために」校区全体で話し合いを進めています。

前回の振り返り

前回のテーマ「コロナ禍でも介護予防が必要だということを自分事として考えてもらうために今取り組めそうなことは？」

- ①まずは町でできる介護予防の活動をやってみる
- ②次回の語らん場で共有
- ③取り組んだことを載せたチラシを作成
- ④多くの人に知ってもらいたい！という意見が出ていました



1月末を予定していた語らん場
新型コロナウイルス感染拡大防止のため延期へ

集まらずに意見を集約するために、2月末にアンケートを実施

今回はアンケート結果を報告するところから

アンケート結果

①介護予防について取り組んだことはありますか？

八天町	語らん場会スタート
上町	老人クラブ会員に弁当やお菓子を配った（班長が会員に直接会って激励した）
旭町第二	サロンでフレイルについての話を聞いた、口トレ・脳トレ実施
仲沖町	サロン、頭の体操教室を実施
幸町	サロン立ち上げへ向けて話し合い継続中
厚生町	ガスホールを借りて体操や脳トレなどを計画中

その他、個人的にもコロナ禍でいろいろなことに取り組まれていることがわかりました！

②各町で取り組んだことを載せたチラシ作成について

- **編集委員会で作成（10票）**…各町より選出する、実際に取り組んだ町で選出する、少人数がよい
- **各町で作成（3票）**…呼びかけも各町単位がしやすい、各町で作って持ち合わせる
他にもチラシに載せたい内容や、チラシを作成する際にできることについても聞きました。

全体意見交換

「各町で取り組んだことを載せたチラシ」の 作成方法について



高齢者に危機感を持ってもらうために、**データや具体的なことを載せたら**どうだろう？



語らん場はまだまだ知らない人が沢山いる！原点に戻って**もう少し詳しく知ってもらうことが必要**だと思う！



高齢者本人に**どんなことを希望しているか聞いてみたい！**



コロナが自分たちの活動に大きく影響を与えているから、**動き出すのはもう少し待ってもいいかも**

チラシにどのようなもの載せるのかももう少し皆で話し合った方がいい。



チラシは1回つくったら終わりじゃなくて、年に何回かとかもう少し機能性を持ってやれたらいいのでは。活動が決まってからではなくて**現在できているもので取り組んでステップアップ**していくといいと思う。

根本をおさえてから進めていこう！



アンケートより

- 問題点は多いが、うまくいけばまとまって行える方向性が見えてくるのではと思う。
- コロナで休みが続いて今回色々振り返ってみて**活動しなければ**と思いました。
- 語らん場を多くの人に知ってもらえるように自分自身ももっと勉強しなければと思いました。
- 多くの問題点はあるが、みんな考えていることは共通している点があるのではと思うし、**町内で町内会員、町内会に入っていない人にも何らかの形で見てもらうものを作っては？**

意見交換では、このようにたくさんのご意見が出ました。時間が足りず、次の一歩まではまだお話し合いが必要で、今回の話はまた次回引き続き考えていくことになりました。

次回の日程は未定ですが、今回出た意見を次に繋げるために、また地域の皆さんを訪問しお話を聞かせていただきたいと思います！

諫早小校区の皆さんの知恵を出し合って、一緒に語らん場を盛り上げていきましょう！