

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5年6月1日（木） 10:00～11:40

会場：諫早市役所 5階大会議室 参加人数：40名

今回の語らん場は、皆さんが取り組みたいことがさらに広がっていくようにグループワークの時間を長くとり、その後、全体で参加者の皆さんが抱える悩み等を意見交換しました。

グループワークの様子



(東小路町) 歩こう会を始めて15人は集まっている！でも本当に来てほしい人は閉じこもりがちな人。どうしたらいいかなぁ？



(東本町) (上町) サロンを立ち上げた！参加者の人数にこだわりすぎなくてもいい！これからも続けていこう！



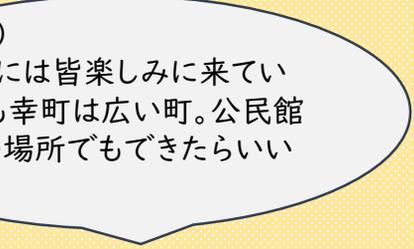
(仲沖町) 今している活動は皆楽しく参加できている！これからも活動を続けていくにはどうしたらいいかな？



(八坂町・高城町・本町) 誰もいつでも行けるように商店街にベンチをもっと増やせないかな？事務局に聞いてみよう！元気の木を復活させてもいいね！



(八天町) サロンを立ち上げたばかり！老人クラブもサロンもこちらの活動も大事にやっっていこう！



(幸町) サロンには皆楽しみに来ている！でも幸町は広い町。公民館以外の場所でもできたらいいね！



(旭町第二) 男性の集まりをしたい！でも男性に限定せずに呼び掛けてもいいかも！(厚生町) 4月～介護予防のための集いの場を始めた！参加者を増やしたい！



質疑応答

グループワークで出た意見や悩み解決のための意見交換を行いました。一部を紹介します！

□前回の語らん場から今回の語らん場を迎えるまでに取り組みを進めた町より発表

<東小路町>

高齢者の方が少しでも外に出て、体を動かすようにできないかとの思いで町内会長、老人会、父ちゃん会、仲良し会、民生委員、福祉協力員の協力のもと「歩こう会」を立ち上げた。

<東本町>

他のサロンの話を聞いて、東本町でも作りたいという事で町内会長、民生委員、高齢者の皆さんに集まって頂き、その中に会場を貸して下さる方がいらっしゃったのですぐにサロンを立ち上げる事ができた。

□活動内容についての悩み

□参加人数についての悩み

参加人数についてはどこも問題にしている所。

<厚生町>

続けて来てもらってうれしいが、人数を増やすためには、どういう工夫をしたらいいのか？

<4ヶ町シニアサロン>

明日とか前々日に「シニアサロンを開きますよ」というお知らせのチラシをポスティングした。悩みすぎずに継続は力なりというように「あそこに行けば何か楽しかったよね。」と参加者の言葉で人を呼び込む形にするのが一番だと思う。

□活動を永く続けている秘訣

<仲沖町 頭の体操教室>

仲沖の皆さんはものすごく仲が良い。お互いにお互いを見守りしている。リーダーはいるけど様々な係を決めて、皆さんがそれぞれ責任を持ってされている。



□アーケードを使った新たなアイデア

<本町・高城町>

まるたか入口付近の木の椅子で高齢者の方が毎日集まっているので、スペースを広げるためにベンチを設置できないか？
各サロンに参加した人に川柳を書いてもらって、元気の木の上に置いてそれを審査して表彰などを季節ごとに年に3、4回でイベントを企画して町全体を盛り上げる事ができないか？



<古賀会長>

「語らん場」は「しゃべらんば」という意味に加えて「加わりなさい」という意味もある！参加することがまず大事！



今回の諫小校区語らん場では、グループワークに時間をたっぷり使って、自分の町の今後の取り組みについて話し合いを行いました。その後の意見交換では、たくさんの意見も出ており、皆さんが今悩んでいることや頑張っていることを共有できたのではないかと思います。ここで終わりではなく、皆さんの地域での取り組みに繋がるように応援していきます！