

第14回本野地区語らん場

を開催しました。

開催日時: 令和7年8月29日(金)

場所: 本野ふれあい会館

参加者: 31名

作成: 北部地域包括支援センター

＜ 本野地区の介護予防や支え合いについて話し合い ＞

地域にどんな課題があるのか、必要なことはなにか、「こんなまちにしたい」という思いを実現するために、みなさんと話し合っています。

前は、「もし車の運転やバスでの外出が難しくなったら将来困りそうなことはどんなこと?今、実際に困っている人は近所にいますか?」というテーマを、意見交換しました。今回は、1人暮らし高齢者の生活の工夫や知恵について、みなさんと共有して、課題を解決するための対策案について話し合いました。



参加団体

- ・自治会
- ・老人クラブ
- ・民生委員児童委員
- ・地区社協
- ・婦人会
- ・いきいきサロン

＜ 安心して住み続けられるための暮らしの工夫や知恵 ＞

生活支援コーディネーターから、外出が困難な地域にお住まいの1人暮らし高齢者の方に聞き取りした内容をご紹介します。暮らしの中で抱える課題や解決するための工夫を共有した後、みなさんが考える様々な解決案が出ましたので、一部、ご紹介します。



ゴミ出しが大変。

- ・ゴミステーションまで1kmは遠い。少しでも近くに設置してもらえないか、出張所や市へ相談する。
- ・コンポストや生ごみシュレッダーを若いうちから導入して、ゴミは畑、庭先へ埋める。購入補助があるらしい。市報に乗せてPRしてもらったらよい。
- ・近所でゴミ出しは声かけて手伝っているし、手伝えると思う。



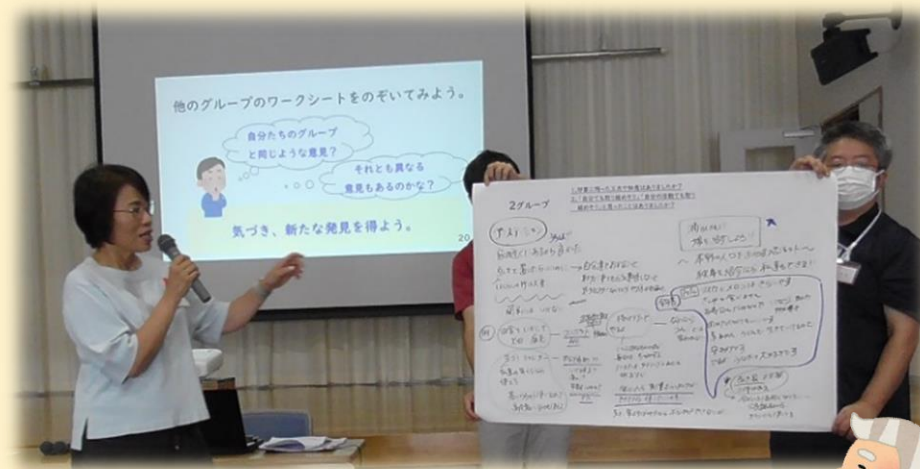
買物に行くのもなかなか大変。

- ・個配が増えたけど、割高。
- ・湯野尾の方で、個配を利用している人も聞くので、今後利用できるかも。
- ・Aコープの送迎を要望したらどうか。
- ・Aコープに配達をお願いできないか。
- ・セブンイレブンの移動販売に、いきいきサロンに来てもらったらどうか。
- ・買物に困ったら手伝えるかも。声掛けできそう。



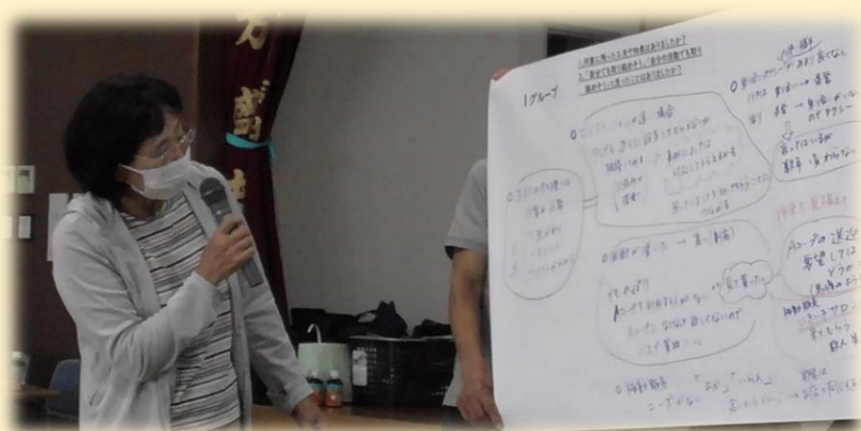
本野地区乗り合いタクシーについて

- ・外出した帰りが、県営バスと乗り合いタクシーの乗り継ぎ便の時間が合わない。
- ・午前だけの運行だから通院に活用は難しい。
- ・セニアカー利用も考えるが、坂もあり雨の日は危ない。



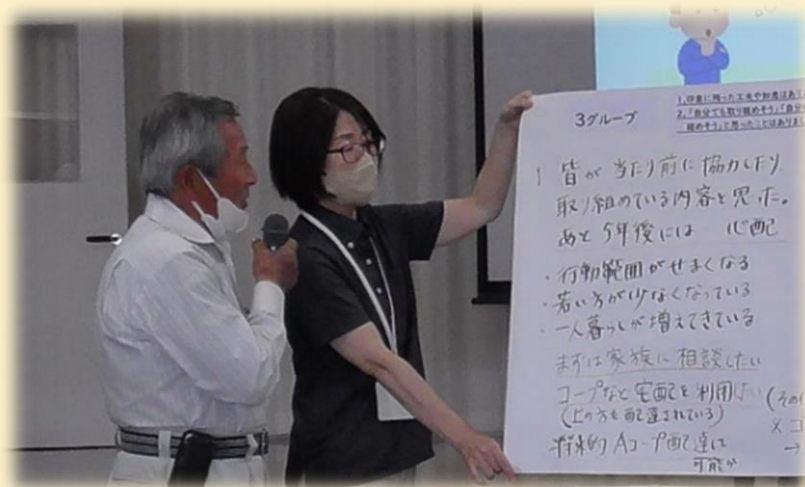
元気で過ごせるために

- ・孫世代への社会貢献と思って、子ども食堂を月に10回開催している。
- ・本野ふれあい会館で将棋のサークルをしている。
- ・大楽会では、毎月チラシを作成。個別訪問して配布、コミュニケーションをとっている。
- ・地域の行事に積極的に参加しよう。
- ・いきいきサロンで脳トレしたり、毎日ウォーキングをしたり、維持に努めている。
- ・目的を持って毎日出かけること、誰かと話すこと、普段から近所付き合いが大切。みんなで声かけあって、いきいきサロンに参加する。



将来に備えて今からしたいこと

- ・近所同士で、困った時は協力していこうね、と話している。
- ・空きスペースを活用して近所の同年代で集って、情報交換していきたい。
- ・コープさんの個配を利用している人もいますので、今後利用できるかも。
- ・介護が必要になっても、できるだけ家で過ごしたい。小規模きららを利用して、昼、夕の食事を食べて帰る方法もある。



SCから一言

今回も沢山の方が参加してくださり、ありがとうございました。グループワークでは、近い年代同士でお話をしました。本野地区ならではの暮らしの課題やその解決策、日頃の健康法、これから取り組みたいと思っていること等など、色々な意見が出て、盛り上がりました。今回出た意見を参考に、本野の住民さんが考える「こんな地域にしたい!」に近づけていけるよう、一緒に続けて応援していきたいと思います。