



松山市生活支援体制整備事業における生活支援コーディネーターが松山市内の地域を訪ねて取材した、つながり・支え合う地域の多様な取り組みを『地域のお宝』としてご紹介します。

取材先

## 伊台地区 『ディスコン対戦！！』

～高齢クラブで毎月開催！！～



12月13日、伊台公民館で高齢クラブの皆さんが行っているディスコン競技におじゃましました！

ディスコンや輪投げの他、冬の寒い時期を除きグラウンドゴルフをそれぞれ1回ずつ、1時間程度実施しています。

ディスコンとは、『ディスク』と『コントロール』を掛け合わせた言葉で、直径12cmの

木製の円盤(ディスク)を、ポイント(黄色の印)をめがけて投げる競技です。チーム対抗でどちらがポイントに近づけられるか、真剣勝負！

「いいよ～!」「あ～!惜しい!」「いけー!!」と、応援隊も大盛り上がり🌟全員で片付けをした後は、みかんや野菜を参加賞として貰い、来月を楽しみに解散しました。

### 生活支援コーディネーターのここがポイント!

気の合う仲間と毎月顔を合わせ楽しむことの出来る集いの場。外出の機会にも繋がり、体を動かすことで健康作りにもなりますね。ここで出会った仲間に声を掛け合い一緒に買い物に行くなど、参加者の皆さんにとって情報交換の場としても大事な場所となっているようです。



### 地域の取り組みを教えてください!

「へこまんくんといく!」では、松山市内の実践を募集しています。「私たちはこんな工夫をして、気にかけている」など、あなたの地域の支え合いの取り組みを教えてください。情報をお持ちの方は右記のお問い合わせ先まで!

#### お問い合わせ先

松山市社会福祉協議会 地域福祉部地域支援課  
〒790-0808 愛媛県松山市若草町8番地2  
TEL: 089-941-3828 FAX: 089-941-4408