



へこまんくんといく！

2023年
1月12日発行

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

立岩地区「第114回いきいき健康教室」 みんなで楽しく干支の竹細工に挑戦！



地区社会福祉協議会・公民館・高縄荘が主催の『いきいき健康教室』。第一部は、保健師さんの【冬の健康管理】についての講座です。ヒートショックや冬に起こる脱水の対処法、家族や友人と一緒に食事をとることで、低栄養予防につながることを学びました。第二部は、竹細工。干支の『辰』を作ります。講師は、地区在住の木村先生。「辰は、想像上の

生き物なので、僕の考える辰になっています。顔から組み立てていきましょう。」と説明があり、各自おもいおもいに取り掛かります。出来上がりを見せ合いながら、「私のは今にも暴れそうやろ!」や「笑っとなるように見えるねえ。」など楽しそうにお話をされていました。

また、会の中で、地震について話があり、日頃の備えをみんなで再確認しました。

生活支援コーディネーターのここがポイント!

災害時、土砂崩れなどの心配がある立岩地区。こうした機会が住民の防災意識を高めると共に、平時からのつながりが非常時の助け合いにつながります。これからも『いきいき健康教室』のような地域住民が集える場の継続をしてください。



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