

へこまんくんといく！

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

浮穴地区 杖ノ淵公園で『ラジオ体操』スタート！

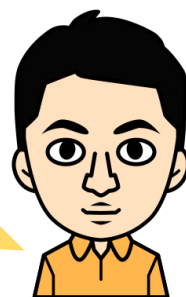


「長引くコロナ下で外出する機会が減っているお年寄りの運動不足や孤立感を解消するために何かできないか？」という民生委員さんの想いから、杖ノ淵公園で『ラジオ体操』の会が立ち上がりました。町内放送や住民同士の声かけにより、当日は約40名が集まり、みんなでラジオ体操をしました。ラジオ体操が終わった後には、友人同士でお話して帰る方も居り、身体だけでなく心も温まったようです。

参加した方からは「今後も続けて欲しい」と好評で、「毎月1回程度のペースで無理なく続けていきましょう」とお世話人さんも手応えを感じていました。

生活支援コーディネーターのここがポイント！

このように暮らしの身近に集まれる場所があると、主となる活動だけでなく、気の合う友人同士で世間話を楽しんだり、買い物に出かけたい…といった「二次会」的な地域のつながりや支え合いを育む土台になります。また、世代を問わず親しまれる「ラジオ体操」は、誰でも気軽に参加しやすく良いですね。



地域の取り組みを教えてください！

「へこまんがいく！」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