



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

素鷲地区 子どもから高齢者までみんなが楽しめる！
『第2回 のんびり運動会』



100歳の方に
インタビュー。



松山医療生協協同組合・協和病院が交流やフレイル予防を目的に、昨年度から始めた『のんびり運動会』。子どもから高齢者まで約200名の組合員、地域住民が参加しました。イスに座ってのスリッパ飛ばしや相手チームに入るかも？どのカゴに入るか分からない玉入れなど工夫された種目は誰でも楽しめ、中には手押し車を押しながら競技に参加する方の姿も。熱中症対策のため、子どもたちがドリンクを配るお手伝いをすると、みなさんほっこりした笑顔に。また、途中からは、地域にある施設の入所者の方も参加し、普段できない交流を楽しまれていました。

生活支援コーディネーターのここがポイント！

フレイルや閉じこもりが心配！という思いで始まった「のんびり運動会」。競技に参加したり、みんなと大笑いしたり、参加するだけでフレイル予防になっています。地域住民の体と心の健康を考え、地域内にある病院・施設と地域の方が協力して何かをやる！こうした想いを持った人たちがたくさんいることも素鷲地区のお宝ですね。



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