七二会住自協 かわら版 令和８年９月号

発行：七二会地区住民自治協議会　☎　262-1203

予告：「住民自治協議会ってナニ？」放映決定

やまざと支援交付金事業
総務・事務局案件

市内 32 地区で設立されている「住民自治協議会＝住自協」は地区を代表する住民の皆さんによって構成されている組織で、地域住民の福祉の増進、お困りごと対応、地域活性化等様々な活動をしています。今回広報番組を市が作り、住自協の活動の様子を PR することとなり、七二会地区が対象３住自協の一つに選ばれました。７月 23 日（木）打ち合わせ後、お困りごと対応で「地域活性化推進員による支障木伐採」、地域活性化の協力活動として「七二会夏まつり」、を８月 11 日に撮影しました。放映日は下記となりますのでご覧ください。

地域活性化推進員による活動の様子

昨年の「七二会夏まつり」の様子

放映日（予定）
令和８年９月26日(土)
ＳＢＣテレビにて
15：30～16：00 放送
他、収録内容
・古里住自協
「夏休み防災スタンプラリー」
・芹田住自協
「子育て（芹田だっこひろば）」

７月のかがやき健康サロン

7/13(月)市場会場・7/22(水)瀬脇会場で開催しました

第３次七二会地区地域福祉活動計画
⑪健康長寿を楽しむ拠点づくり
◆七二会かがやき健康サロン

７月のメインテーマは『暮らしのあんしん安全講座』…参加者の「一人暮らしをしていて、子どもは遠くに住んでいて不安なことも多い。どんな備えをしたらよいのかな？」という声から企画が生まれました。
長野市社会福祉協議会相談支援課　課長補佐　小野 貴規様にお出で頂き、様々な備えのポイントを教えて頂きました。

未来のあんしん安全には、まず健康への備えが大切！運動習慣、バランスの良い食事、病気の予防はもちろん、社会参加などで人とつながることが重要です。出掛けることで人とおしゃべりして、体を動かして、身体・認知機能もアップします。サロンなど、わざわざ出掛ける場所を作りましょう！そして生活への備えは、自分の医療や介護、不動産や預貯金に関する財産管理、保険、相続、一人暮らしになった時のことをイメージしておいて様々な相談先を知って、つながる準備をしておくこと！生活への備えも出掛けることで人とつながり、相談先にも、つながります。
座学で知識を得た後はヨガを取り入れたリズム体操『涙そうそう』で身体を動かしました。

瀬脇会場では園児さんたちとの交流も。自己紹介に加えて好きな動物のお話をしてくれました。保育園の夏祭りのために沢山、練習したという『みぎかたあがり音頭』も披露してくれました。あまりの愛らしさに参加者の方々も目を細めていらっしゃいました。

『要介護』にならないためには、人との交流・つながりが、とっても大切です。
かがやき健康サロンへお出かけください！《住民自治協議会☎262-1203　山崎まで》

NANIAI なにあいドットコム　HP はコチラから →

7月16日(木)
地域包括支援センター安茂里主催
七二会会場 介護者教室

第３次七二会地区地域福祉活動計画
⑭　地域福祉推進事業

知って安心！体験して納得！介護の学びの場
～見て・感じて・学ぶ『認知症』と福祉用品の体験教室～

介護する人・される人・介護予防に取り組んでいる人・取り組んでみたい人…様々な立場で介護に向き合っている方がみんなで学べる場を七二会でも開催してみませんか？と地域包括支援センター安茂里様からお話を頂いてから２年目となります。今年は㈱麻屋家具製作所様、さくらメディカル㈱様、愛の家グループホーム様にご協力いただき、福祉用品の使用体験やバーチャルリアリティ(VR)の技術を活用して認知症の方の症状を疑似体験させていただきました。介護認定についての相談を受ける機会が多い民生委員児童委員の皆さん、ご家族を介護されている方、将来必要となった時のために知っておきたいという方のご参加がありました。

地域包括支援センター安茂里　永井所長より、折角の機会なので有意義な時間をお過ごしくださいとお話をいただきました。

たくさんの福祉用品をお持ちいただき説明いただきました。靴・衣類・杖などの福祉用品も今はお洒落重視に考える人が多く、デザインも豊富になったそうです。むくみに対応した靴や靴下のサイズ展開の豊富さにも驚きました。

シニアカーの試乗もありました。「乗りやすいけれど自動車を長く運転していた人が乗ると少し戸惑うかも！」という声も。

VR 体験ではゴーグルとイヤホンをつけて認知症を体験。360 度見渡せる認知症の方の視点で疑似体験は進んでいきます。本当は平地にいるのに高所にいるような錯覚や自分が何処にいるのかわからなくなる焦燥感、レビー小体型認知症による幻視症状を体験しました。

～参加者アンケートより～

- 様々な福祉用品を手に取って見ることが出来て良かった。
- 認知症体験では普段経験出来ないことが経験出来て認知症の方の気持ちが分かり良かった。
- シニアカーも初めて試乗したが乗りやすさに驚いた。福祉用品もデザイン、使いやすさも進化していて、いずれ必要となった時も安心して相談できると思った。
- 民生委員として認知症の方と接する機会も増えてきたので認知症体験は貴重な体験となった。
- 老々介護が待っています。どちらが先になるか分からないけれど、色々、経験出来て参考になった。
- 自分が健常なので体験が客観的になってしまうのが問題かなあと思う。
- 介護者が必要とする知識や介護にあたって工夫できることなど学べる場がほしい。

編集のつぶやき

今年から制定された「酷暑日（その日の最高気温が 40℃以上）」も観測されました。七二会ではそこまではなりませんでしたが、例年以上の暑さが続きました。それでも市街地の様に夜もエアコン稼働するようなことはなく、七二会に夏暮らせることに、しみじみ嬉しさをかみしめる夏でした。