

## 通いの場づくり立ち上げ支援事業について

名取市健康福祉部介護長寿課

この事業は、介護予防と地域づくりを目的にしています。

平成 27 年度は住民主体の「通いの場」が、市内の 9ヶ所に立ち上がっています。

ご当地体操「おらほのなとりん体操～いきいきぴんぴんでいるために～」を通じて、人も地域も元気になりませんか。

### 内容

- ・ 最初の 6 回は、運動の方法を覚えてもらうために、理学療法士が運動の指導に入ります。
- ・ 体力測定で、どのくらい運動の効果があったか評価を行います。
- ・ 6 回の教室が終了しても、通いの場が住民主体で続けられるように、体操の DVD を進呈します。

### 条件

- ・ 週 1 回以上、集会所などで自主開催できる団体であること
- ・ 通いの場が立ち上がった後も、半年以上継続できる団体であること
- ・ 椅子、DVD プレーヤー、テレビが会場にあること
- ・ 住民主体であること

(困った時は、地域包括支援センターや市が相談にのり、一緒に考えます。)

### 住民主体で活動することで得られる効果

- ・ 多くの虚弱高齢者が元気になります。・ その活動はずっと続きます。
- ・ 住民の見守りの目が育ちます。・ 地域の支え合いが生まれます。
- ・ ご近所同士が仲良くなります。

平成27年度に立ち上がった  
「通いの場」9カ所を紹介します！  
みなさんの町内会でも始めませんか？  
問い合わせは、地域包括支援センターへ。



	団体名	会場
1	田高町東ふれあいサロン委員会	田高町東町内会集会所
2	いきいきみどりの仲間	みどり台集会所
3	下余田地区町内会	下余田生活センター
4	亨昭会	本郷集会所
5	茜会	増田西老人憩の家
6	名取が丘西町内会、晩筒町内会	名取が丘西集会所
7	野来	野来集会所
8	田高町西町内会	田高町西ふれあいサロン
9	北目原通いの場	北目原集会所

■ ■ ■ 実際の感想から ■ ■ ■

- 初めは座ったままでしか体操ができなかった人が、年度末には立ったまま体操ができるようになった！
- 間違いなく体力がついていることを実感できました！
- ご近所の顔見知りが増えて、道で会うと声をかけ合うようになりました！
- 毎週ご近所と顔を合わせるので、家族のような感じになりました！