

介護予防センターと生活支援コーディネーターの連携事業

「夏休みだよ！」 したっけ、みんなが集まるかい



一部写真を加工しています

介護予防センター 月寒 山口 美和
生活支援コーディネーター 水戸 広美



緑豊かで公園が多い。
地下鉄もあり、利便性が高い。
魅力的な人が多い。



月寒

へえ
そつたに
なんだ

- ・自主活動団体は13団体
- ・民生委員や町内会で活躍している人も参加

【特徴】

- ・元気で面倒見が良い人が多い。
- ・自主活動団体の参加者は介護予防教室やその他の介護事業にも積極的に参加。
- ・ボランティアや地域組織で活躍している人も多数。
- ・男性の参加者が少ないことや、冬期間の参加者数の減少が課題。

きっかけ

町内会がないから
ラジオ体操に参加
できない・・・。



キラ～ン☆

子どもを誘って
ラジオ体操をしよう！

なっやすみ 無料

ラジオ体操

ラジオ体操は、誰もが取り組める健康です。
運動のスクリーンとされている解凍で、大人も子どもと一緒に体を動かしましょう！

7/25 (月)
8/10 (水)

【場 所】西月寒団地集合所（徒歩）
【時 間】7月26日～8月10日の平日（月～金） 10:00～10:15
【申込み】不要。当日前集合までお越しください。
【お願い】感染対策のためマスクの着用をお願い致します。
※雨天中止の連絡は致しませんので、各自判断ください。

【お問い合わせ先】
西月寒団地 管理入会 係
電話 (011) 853-9065
受付 9:00～12:00

活動概要

1 開催頻度

【ラジオ体操】

- ・ 7月25日～8月10日（夏休み期間）
（土日を除く平日は毎日実施）

【縁日風青空市】

- ・ 夏休み実施期間中、3回実施。

2 実施場所

- ・ 団地駐車場

3 活動内容

- ・ 団地6棟を対象としたラジオ体操による多世代交流
- ・ 移動販売の誘致



子どもも元気にラジオ体操

意識して取り組んだポイント

01

住民が「楽しく」「無理なく」
取り組めるように後方支援を意識

→ 【主体性】



02

一回のイベントで終わらせない
ことを意識

→ 【継続性】

募集中!
**家に眠っている文房具
はありませんか?!**

「もらったけど使ってない!」
「まだ使えそうだけど…」

ご自宅で余っているものがあれば、お寄せ下さい。
ペン・えんぴつ・ノート・ハンカチ・ストラップなど…
(ちょっとだけなら使用感があっても可♪)

対象年齢は小学生!!

ご提供いただいた文房具は、
ラジオ体操に参加してくれた
小学生へのプレゼントとして
活用させていただきます!

こちらの回収袋または集会所へお寄せください
募集期間: 8月8日(月)まで

【問い合わせ先】 札幌市生活体整備事業 豊平区生活支援推進員
水戸(直通) 070-4792-3763
介護予防センター月寒 山口・岩谷
電話 (011)857-6110

03

高齢者と子育て世代の関わり
を意識

→ 【多世代交流】

活動の様子



取り組みにより住民が変化したこと

住民が団地の高齢化に関する課題について考えるようになった！

- 介護保険に関する問い合わせ2件
- 移動販売の継続の声が上がり住民自ら交渉し、月2回の運行が決定
- 高齢者が住民の役に立ちたいとの思いから、講師役を担うことが決定
- 住民の交流を継続したいとの思いから、新たな通いの場が立ち上がる

令和4年11月から立ち上がった、
ノルディックウォーキングのメンバー



課題と今後の展望

「住む」団地

から

「暮らす」団地へ



高齢者への「支援」

から

高齢者が「活躍」



コンテスト受賞



ご清聴ありがとうございました。