

～吉野川市～  
**集いの場ガイド**



**吉野川市地域包括支援センター**

生活支援体制整備事業  
第1層協議体「吉野川市支え合いたすけ合いの会」

令和6年6月

## はじめに



新型コロナウイルス感染症による行動制限が緩和され、外出する機会も増えてきたのではないのでしょうか。

閉じこもりがちになった人の外出のきっかけや、地域の人との交流が広がってほしい。そんな想いで作成したのが、この「集いの場ガイド」です。

このガイドでは、市内にある気軽に立ち寄れる居場所の情報を紹介しています。ちょっと誰かと話をしたい。体を動かしたい。でも、どこにそんな場所があるのかわからない。中には、新しいところに足を踏み入れるのは、少し抵抗があるという方もいらっしゃると思います。

そこで、ぜひこのガイドを活用して、興味・関心のある取り組みをしている所を見つけて、一步踏み出して立ち寄ってみませんか。

この「集いの場ガイド」が吉野川市に住むみなさんの人と人同士がつながるお手伝いとなれば幸いです。



# 目次

◆【鴨島地区】 マップ .....	1
①わかばサークル .....	2
②集いの場さくらちゃん	
③森の音サロン .....	3
④いこい健康教室	
⑤敷地お茶サロン .....	4
⑥すこやかサロン	
⑦西麻植ほっとサロン .....	5
⑧支え合いサロン「憩いの家」	
⑨鴨一健康ひろば .....	6
◆【川島地区】 マップ .....	7
①城山サロンの会 .....	8
②神後ふれあいサロン会	
③岡山サロン .....	9
④本町サロン	
⑤上桜サロン .....	10
⑥久保田サロン	
⑦敷地サロン .....	11
⑧いちごクラブ	
⑨三ツ島サロン .....	12
⑩どんぐりの会	
⑪ほんのり広場 .....	13
◆【山川地区】 マップ .....	14
①サロン忌部 .....	15
②南町ふれあいサークル&ふれあいサロン	
③山崎げんきサロン（準備中）	
④翁喜台ふれあいサロン（準備中）	
⑤川田山ふれあいサロン（準備中）	
⑥北町・中町ふれあいサロン（準備中）	
⑦川田西地区ふれあい・いきいきサロン（準備中）	
◆【美郷地区】 マップ .....	16
①東山サロン（休止中）	
②中枝サロン（休止中）	
③三山サロン（休止中）	
公民館一覧 .....	17
吉野川市の介護予防事業 .....	18
吉野川市地域包括支援センターの事業 .....	22
①生活支援体制整備事業 .....	23
②認知症に関する取り組み .....	25

※これらの情報は、令和6年6月時点のものです。内容等は変更されることがあります。  
このガイド以外に集いの場として活動しているグループや場所があれば、地域包括  
支援センターまでお知らせください。

# 鴨島地区



名称	開催場所	TEL
①わかばサークル	上浦公民館	22-1977
②集いの場さくらちゃん	上浦公民館 牛島公民館	22-1977 24-8685
③森の音サロン	森山公民館	22-3655
④いこい健康教室	喜来老人憩の家	—
⑤敷地お茶サロン	敷地老人憩の家	—
⑥すこやかサロン	飯尾敷地公民館	24-2594
⑦西麻植ほっとサロン	西麻植市郷会館	—
⑧支え合いサロン「憩いの家」	知恵島老人憩の家	—
⑨鴨一健康ひろば	鴨島老人福祉センター	24-5111

①

# わかばサークル

対象者 上浦地区の方 どなたでも  
 活動日時 毎月第3木曜日 10:00~1時間程度  
 活動内容 体操、楽しいゲーム、レクリエーションなど  
 活動場所 上浦公民館 ホール 鴨島町上浦450-6  
 TEL 0883-22-1977

参加費用 無料  
 その他 準備物：飲み物  
 駐車場あり



## PRポイント

歩きにくい身体やけど、  
 ここなら気にせずに通え  
 て元気になるれます！

インタビュー

和気あいあいと和やかな雰囲気です。  
 年度末には皆勤賞・精勤賞の表彰も  
 あります。  
 毎回いろいろなプログラムを楽しん  
 でいます！

②

# 集いの場 さくらちゃん

対象者 地域の方 どなたでも  
 活動日時 日時は回覧でお知らせします  
 活動内容 体操教室、演奏会、レクリエーションなど  
 活動場所 ※交互開催  
 上浦公民館 ホール 鴨島町上浦450-6  
 TEL 0883-22-1977  
 牛島公民館 2階ホール 鴨島町牛島675-14  
 TEL 0883-24-8685

参加費用 無料  
 その他 準備物：上履き、飲み物、タオル



## PRポイント

毎回たのしみに  
 通っています！

インタビュー

地域のボランティアグループ「花咲くおせっかいの会」  
 が運営しています。  
 一緒に活動してくれるメンバーも募集しています。

### ③

## 森の音サロン

- 対象者 地域の方 どなたでも  
 活動日時 毎月第3月曜日 10:00~11:00  
 活動内容 卓球、わなげ、体操など  
 カローリングやボッチャも楽しんでいます  
 活動場所 森山公民館 ホール 鴨島町山路1082-1  
 TEL 0883-22-3655  
 参加費用 無料  
 その他 準備物：飲み物



人数の少ない時もあるけど、ぼちぼちできたらええなあ！

インタビュー

### PRポイント

コンセプト＝「自由に好きなことを楽しもう」  
 出入り自由で交流を楽しめます。  
 活動ボランティアも随時募集中です！

### ④

## いこい健康教室

- 対象者 シニアの方  
 活動日時 毎週火曜日 9:30~11:00  
 活動内容 健康チェック、体操、出前講座  
 市の介護予防のお話など  
 活動場所 喜来老人憩の家 鴨島町喜来甲48-1  
 参加費用 無料（紙コップ代など一部実費あり）  
 その他 ※人数の上限に達しているため、新規の受け入れは休止しています。



毎週、楽しみにしています。ここに来るのが、元気の秘訣です！

インタビュー

### PRポイント

20年以上続いている教室です。  
 体操プログラムが豊富で、「毎週続けることによって健康効果を実感できる」とたくさんの参加があります。

⑤

## 敷地お茶サロン

- 対象者 地域の方 どなたでも  
 活動日時 毎月第2・4月曜日 13:00~15:00  
 活動内容 わなげ、カラオケ、おしゃべりなど  
 偶数月：第4月曜日は市の介護予防教室  
 活動場所 敷地老人憩の家 鴨島町敷地323  
 参加費用 無料



毎回楽しみに  
来ています！

インタビュー



PRポイント

気楽に集まり、お茶を飲みながら、  
おしゃべりや運動を楽しんでいます。

⑥

## すこやかサロン

- 対象者 地域の方 どなたでも  
 活動日時 毎月第1月曜日 10:00~1時間程度  
 活動内容 健康体操、ラジオ体操  
 ストレッチ、わなげなど  
 活動場所 飯尾敷地公民館 鴨島町飯尾550-74  
 TEL 0883-24-2594  
 参加費用 無料  
 その他 準備物：飲み物



みんなに優しくし  
てもらい、楽しく  
通っています！

インタビュー

PRポイント

みんなで助け合って 活動しています。  
90代の方も一緒に楽しんでいます。

⑦

## 西麻植ほっとサロン

- 対象者 地域の方 どなたでも  
 活動日時 月1回木曜日 10:00~12:00  
 活動内容 市の介護予防教室、食事会  
 茶話会など  
 活動場所 西麻植市郷会館 鴨島町西麻植麻植市98-3  
 参加費用 200円  
 その他 食材など持ち寄りも行っています



いろいろな暮らしのアイデアも情報交換できて楽しいです！

インタビュー

PRポイント

忙しい世の中でも「ほっとする」時間を共有しましょう！  
 2018年5月から活動しています。

⑧

## 支え合いサロン「憩いの家」

- 対象者 地域の65歳以上の方 どなたでも  
 活動日時 毎週水曜日 13:00~16:00 (カラオケ)  
 第1・3金曜日 13:00~16:00 (銭太鼓)  
 月曜日 (年6回) 介護予防教室の後 (食事会)  
 活動内容 カラオケ、銭太鼓、食事会  
 活動場所 知恵島老人憩の家 鴨島町知恵島1758-3  
 参加費用 無料



こじんまりしているけれど、和気あいあいと話ができ楽しいよ！

インタビュー

PRポイント

介護が必要でも、身体が不自由でも楽しく過ごしています。  
 何よりの介護予防です！





⑨

## 鴨一 健康ひろば

- 対象者 地域の方 どなたでも  
活動日時 毎月第3水曜日 13:30~1時間程度  
活動内容 体操を中心に、ニュースポーツや  
ハーモニカ演奏など多彩なプログラム  
活動場所 鴨島老人福祉センター 鴨島町鴨島甲1  
TEL 0883-24-5111  
参加費用 無料  
その他 準備物：飲み物、上履き、タオル



同世代の人から体操を教  
えてもらえるのも励みにな  
ります！

インタビュー

PRポイント

地域住民の会「鴨一支え愛の会 絆」が  
運営しています。  
体操やハーモニカ演奏、紙芝居など人  
気のプログラムが満載です。

# 川島地区



名 称	開催場所
①城山サロンの会	川島公民館城山分館
②神後ふれあいサロン会	川島公民館神後分館
③岡山サロン	川島公民館朝日ヶ丘分館
④本町サロン	川島公民館本町分館
⑤上桜サロン	川島公民館上桜分館
⑥久保田サロン	川島公民館久保田分館
⑦敷地サロン	川島公民館敷地分館
⑧いちごクラブ	鍛冶屋敷公会堂
⑨三ツ島サロン	三ツ島西公会堂
⑩どんぐりの会	川島公民館学西分館
⑪ほんのり広場	東児島公民分館 (とんがりぼうし)

①

## 城山サロンの会

- 対 象 者 自治会の方及び住民であった方（子どもも可）  
 活 動 日 時 毎月第2木曜日  
           食事会の時 10：00～14：00  
           お茶会の時 13：00～15：00  
 活 動 内 容 食事会、歌、お茶会、  
                   体操、箸袋作りなど  
 活 動 場 所 川島公民館城山分館 川島町川島162-1  
 参 加 費 用 食事会：300円 お茶会：200円



ひとりで暮らしているの  
で、話をするところがあつ  
て楽しい！

インタビュー

### PRポイント

平成15年から活動しています。  
お互いに支え合って、楽しく和気あ  
いあいとした雰囲気です！

②

## 神後ふれあいサロンの会

- 対 象 者 自治会の65歳以上の方  
 活 動 日 時 不定期 10：00～12：30  
 活 動 内 容 神後地域の高齢者の交流  
                   食事会、講話、体操、社会見学  
                   レクリエーションなど  
 活 動 場 所 川島公民館神後分館 川島町川島615-1  
 参 加 費 用 300円 研修旅行実費  
 そ の 他 8月は休み



フレイル予防のお話  
を聞けたりするの  
も楽しみです！

インタビュー

### PRポイント

男性の参加も大歓迎！  
今も4分の1くらい男性で 和気あ  
いあいと活動しています。  
誰でも気軽に参加してください！

③

## 岡山サロン

対象者 地域の方 どなたでも  
 活動日時 毎月第3水曜日 9:30~12:00  
 活動内容 茶話会、わなげ、ゲーム・体操、歌  
 視察研修、講話、カラオケなど  
 活動場所 川島公民館朝日ヶ丘分館 川島町栗村284-1  
 参加費用 年会費(3000円)  
 その他 8月は休み



みんなで話ができて楽しい！やめんといてほしいんよ！

## PRポイント

現在 13名の登録があります。  
 ひ孫さんと一緒に参加される方も。  
 みんなで見守っています！(^^)!  
 県内外への施設研修も楽しみです。

## インタビュー

④

## 本町サロン

対象者 本町地区のシルバーの方  
 活動日時 毎月第3金曜日 9:30~13:00  
 活動内容 食事会、懇親会、座談会、研修旅行、講習会  
 活動場所 川島公民館本町分館 川島町川島414-1  
 参加費用 300円・米1合



家にいると声を出すこともないから、ここに来ると若返るんよ！

## PRポイント

90代の方も参加。  
 それぞれできることを認め合って  
 役割分担しながら、笑顔で楽しく活動しています！

## インタビュー

⑤

## 上桜サロン

対象者 地域の65歳以上の方  
 活動日時 毎月第3火曜日 9:30~14:00  
 活動内容 食事会、輪投げ・ダーツ、座談会  
 市の介護予防教室（年4回）  
 活動場所 川島公民館上桜分館 川島町栗村696-4  
 参加費用 500円



教えてもらった指体操  
 を続けていたら、握力  
 が上がったんよ！

インタビュー

### PRポイント

サロンのメンバーで、自発的に毎日ラジオ体操や落ち葉拾いなども続けています。他の人も月に1回顔を合わせるのを楽しみにしています！

⑥

## 久保田サロン

対象者 自治会の方  
 活動日時 毎月第2水曜日 9:00~12:00  
 活動内容 食事会、ゲーム、わなげなど  
 市の介護予防教室（奇数月）  
 活動場所 川島公民館久保田分館 川島町栗村1038-8  
 参加費用 200円



自分は話すのが苦手  
 だけど、聞いているだ  
 けでも楽しいです！

インタビュー

### PRポイント

20年来、活動を続けています。楽しく雑談しながら、いろいろな情報交換もできます。男性の参加も大歓迎！

⑦

## 敷地サロン

- 対象者 自治会の方  
 活動日時 偶数月第1木曜日  
 9:00~11:00  
 活動内容 健康体操、日帰り旅行、茶話会  
 市の介護予防教室（年6回）  
 活動場所 川島公民館敷地分館 川島町栗村2468-3  
 参加費用 200円



家でおったら誰とも話せんけんあ…身近な話ができるんがいいなあ！

インタビュー

### PRポイント

和気あいあいとした雰囲気です。地域のボランティアに参加しているメンバーもいて、いろいろな話題で盛り上がります！

⑧

## いちごクラブ

- 対象者 自治会の方  
 活動日時 2カ月に1回 第1金曜日  
 9:00~12:00  
 活動内容 健康体操、茶話会（弁当持ち帰り）  
 市の介護予防教室（年6回）  
 活動場所 鍛冶屋敷公会堂 川島町栗村2434-1  
 参加費用 200円



ここに来て話ができると楽しい。何だか若返ります！

インタビュー

### PRポイント

平成15年から続いています。暮らしの名人も在籍していて、話題も豊富です。年齢制限なく、仲間を募集しています！

⑨

## 三ツ島サロン

対象者 地域の方 どなたでも（年齢問わず）  
 活動日時 毎月第2水曜日 9：00～12：00  
 活動内容 食事づくり、配食  
 活動場所 三ツ島西公会堂 川島町三ツ島字新田229-3  
 参加費用 300円・米1合 野菜など



配食を楽しみに待っていて  
 いるので励みになります！

インタビュー

PRポイント

配食なら私たちでもできるかなあ、と  
 活動を始めました。  
 いざという時の炊き出し訓練にもなる  
 かも・・・などと話しながら、楽しく続け  
 ています！



⑩

## どんぐりの会

対象者 地域の60歳以上の方  
 活動日時 毎月第1月曜日 9：00～13：00  
 活動内容 お弁当・お菓子の配布  
 伝統食づくり、茶話会など  
 活動場所 川島公民館学西分館 川島町学字西出目226-1  
 参加費用 300円



出かけるのがおっくう  
 になっていただけど、お誘  
 いがあってきてみたら  
 楽しいです！

インタビュー

PRポイント

暮らしの知恵やレシピの情報効果など  
 も楽しんでいます。  
 介護を受けながらもお互いに助け  
 合って暮らしていけたらいいな、と楽し  
 く活動しています！



11

## ほんのり広場

- 対象者 地域の方 どなたでも
- 活動日時 毎月第1月曜日 13:30~1時間程度
- 活動内容 いきいき百歳体操、童謡、レクリエーションなど
- 活動場所 東児島公民館（とんがりぼうし）川島町児島字長池98-1
- 参加費用 無料
- その他 準備物：飲み物・タオル  
上履き（必要な方）



初めて参加しましたが、  
いろいろお話もできて  
楽しかったです！

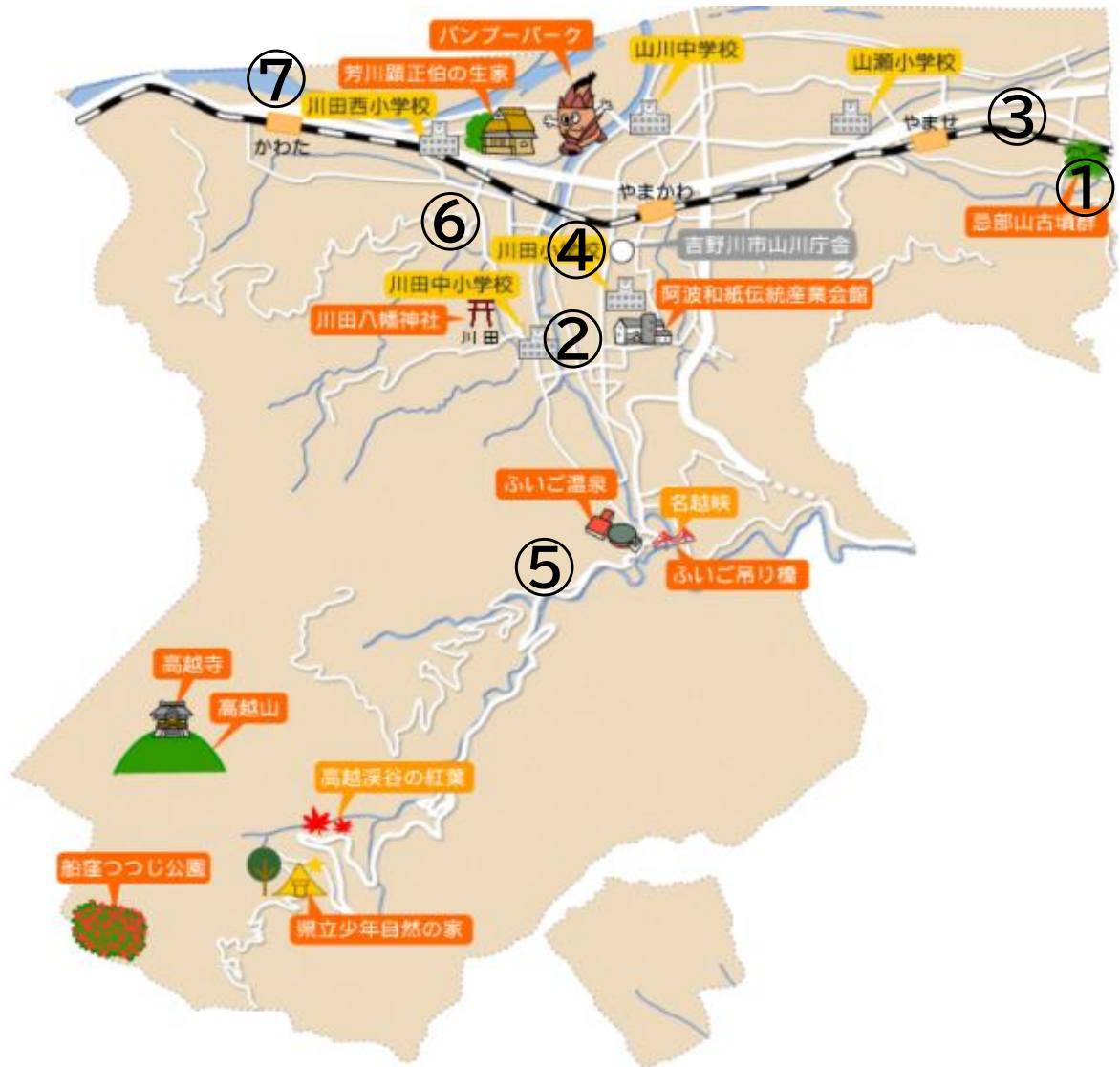
インタビュー

PRポイント

地域住民の会「手をつなごう  
川島」が運営しています。  
“きらくにおこなして”  
一緒に楽しい時間を過ごしま  
しょう！



# 山川地区



名 称	開催場所
①サロン忌部	忌部改善センター
②南町ふれあいサークル&ふれあいサロン	南町集会所
③山崎げんきサロン（準備中）	元木会館
④翁喜台ふれあいサロン（準備中）	翁喜台集会所
⑤川田山ふれあいサロン（準備中）	川田山集会所
⑥北町・中町ふれあいサロン（準備中）	北町集会所/中町集会所
⑦川田西地区ふれあい・いきいきサロン(準備中)	舟戸改善センター

①

## サロン忌部

- 対象者 山水会（山崎東クラブ）会員の方  
 活動日時 毎月第2金曜日 9：00～12：00  
 活動内容 運動、レクリエーション  
 市の介護予防教室（2カ月に1回）  
 体操教室（出前講座 月1回）  
 活動場所 忌部農業構造改善センター 山川町忌部97-3  
 参加費用 山水会年会費（1000円）  
 その他 8月は休み



気軽に来られるところが  
あって、本当によかった  
と思っています！

インタビュー

PRポイント

地域の行事などにもいろいろ参加しています。みんなと一緒に話を聞いたり、体操をして楽しんでいます。男性参加者も大募集しています！

②

## 南町ふれあいサークル&ふれあいサロン

- 対象者 南町自治会の方  
 活動日時 毎月第1月曜日 9：00～11：00  
 活動内容 奇数月・・・市の介護予防教室  
 偶数月・・・独自活動、ウォーキングなど  
 活動場所 南町集会所 山川町町  
 参加費用 無料



ここに来て、何気ない  
話ができるのがいい  
なあ！

インタビュー

PRポイント

サークルは18年、サロンは9年活動しています。90代の方も一緒に、季節を感じながら花見やウォーキング、球技大会など楽しんでいます！

# 美郷地区



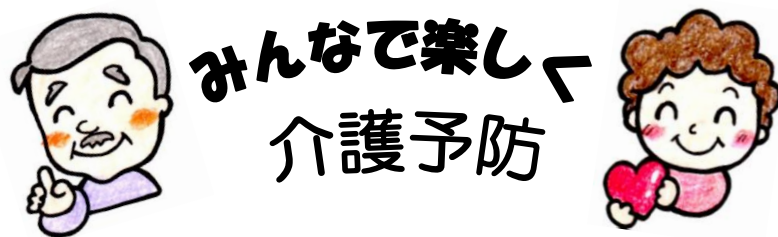
名 称	開催場所
①東山サロン (休止中)	東山老人憩の家
②中枝サロン (休止中)	中枝老人憩の家
③三山サロン (休止中)	三山老人憩の家

## 【公民館一覧】

各公民館において、趣味や実技講習・教養講座などが開催されています。

	TEL	休館日
鴨島公民館	24-5111	火曜
上浦公民館	22-1977	火曜
牛島公民館	24-8685	火曜
森山公民館	22-3655	火曜
飯尾敷地公民館	24-2594	火曜
西麻植公民館	22-3310	火曜
知恵島公民館	24-0580	火曜
川島公民館	25-2180	木曜
山川公民館（山川地域総合センター内）	42-5582	水曜
山瀬公民館	42-2140	水曜
美郷公民館（ふるさとセンター内）	43-2811	木曜

# 吉野川市の介護予防事業



# 令和6年度 介護予防教室に参加しませんか？

吉野川市では、地域で自主活動をしている団体と市が連携して、介護予防のための楽しい教室を市内各地（43か所）で開催しています。

自分の健康状態を知り、自分らしく暮らしていくために、みんなで介護予防に取り組みましょう！！ ぜひご参加ください。

## 《 内 容 》健康相談 及び 介護予防プログラム

《 費用 》無 料

●健康相談（毎回実施）：看護師による血圧測定・健康相談

### ●介護予防プログラム

○介護予防体操（各場所 年1回）

理学療法士による筋力低下を防ぐ体操教室

○楽しい脳体操(認知症予防教室)(各場所 年1回)

作業療法士による認知症予防(コグニサイズ)の講座

○栄養講座（各場所 年1回）

栄養士による高齢者に必要な栄養(フレイル予防)についての講話

○口腔ケア教室（各場所 年1回）

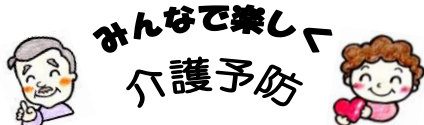
歯科衛生士による口腔機能の低下(オーラルフレイル)を防ぐ講話



《 持ってくる物 》健康手帳・めがね

《 場 所 》市内43か所（※各場所の開催日時は、毎月の『広報よしのがわ』をご覧ください）

鴨 島	川 島	山 川
上浦公民館	鍛冶屋敷公会堂	忌部農業構造改善センター
牛島集会所	川島公民館岡山分館	元木会館
牛島公民館	川島公民館学西分館	瀬詰老人会館
鴨島老人福祉センター	川島公民館神後分館	山川公民館
東新町ふれあい会館	川島公民館久保田分館	山瀬公民館
知恵島老人憩いの家	川島公民館敷地分館	中部農業構造改善センター
知恵島公民館	川島公民館山田分館	湯立会館
西麻植公民館	川島公民館本町分館	南町集会所
西麻植市郷会館	川島老人福祉センター	八坂会館
森藤集会所	こだま会館	西川田福祉センター
森山公民館	立石公会堂	美 郷
ふれあい防災館	東児島公民分館(とんがりぼうし)	
飯尾敷地コミュニティセンター	川島公民館上桜分館	中古井広域集落センター
飯尾会館	三ツ島西公会堂	三山老人憩の家
敷地老人憩の家		中枝老人憩の家
		東山老人憩の家



●問い合わせ：吉野川市 長寿いきがい課

TEL 22-2264 FAX 22-2260

※上記は令和6年度の内容です。開催会場等は変更される場合があります。詳細は、「広報よしのがわ」をご覧ください。長寿いきがい課までお問い合わせください。

# 令和6年度 吉野川市の一般介護予防事業

吉野川市では、市民のみなさんがいきいきと暮らすために必要な機能を向上させるため、次のような介護予防事業を行っています。

<p><b>介護予防教室</b></p> <p>地域で自主活動をしている団体と市が連携して実施。(市内43か所で隔月実施)</p> <p>※詳しい日程は広報よしのがわをご覧ください。</p>	<p>《内容》 <b>健康チェック と 介護予防プログラム</b></p> <p>○健康チェック：看護師による血圧測定・健康相談</p> <p>○介護予防プログラム</p> <p>○介護予防体操（各場所 年1回） 理学療法士による筋力低下を防ぐ体操教室 ※介護予防体操パンフレット等を使用</p> <p>○栄養講座（各場所 年1回） 栄養士による高齢者に必要な栄養（フレイル予防）についての講話</p> <p>○口腔ケア教室（各場所 年1回） 歯科衛生士による口腔機能の低下（オーラルフレイル）を防ぐ講話</p> <p>○楽しい脳体操（認知症予防教室）（各場所 年1回） 作業療法士による認知症予防の脳トレーニング ※楽しい脳体操パンフレット等を使用</p> 
<p><b>リハビリ教室</b> (地域リハビリテーション活動支援事業)</p>	<p>住民が自主的に運営している憩いの場に、リハビリテーション専門職が一定期間、定期的に関わることで正しい運動方法を学び、住民が自ら中心となって継続して運動を実践していける健康づくり場として支援します。</p>
<p><b>パワーテイク</b> (筋力アップ教室) 元気な高齢者が運動を始めるきっかけづくり</p>	<p>《内容》 ○水中コース(入門コース・向上コース) ○マシーントレーニングコース(入門コース・向上コース)</p> <p>《実施場所》 吉野川リハビリセンター(健祥会インディペンデント吉野川)</p> <p>《期間》各コース3か月間 《参加費》1回250円</p>
<p><b>介護予防講演会</b></p>	<p>介護予防の知識について学ぶ機会として年1～2回程度実施。 講座内容: 認知症予防、骨折・骨粗しょう症予防、フレイル予防など。</p>
<p><b>介護予防体操</b> <b>パンフレット</b> <b>楽しい脳体操</b> <b>パンフレット</b></p>	<p>介護予防の普及啓発のために理学療法士・作業療法士の協力を得て作成しています。</p> <p>※パンフレットは、市役所・各支所にありますのでぜひご活用ください。</p>   <p><b>介護予防体操 Vol.1～14</b>    <b>楽しい体操 Vol.1～6</b></p>
<p><b>介護予防体操</b> <b>DVD</b></p>	<p>地域で介護予防の取り組みを広げていくために、住民主体で自主的にかつ定期的に集まって運動ができる団体やグループに対し、理学療法士の協力を得て作成した介護予防体操DVDを無料で貸出しています。</p>
<p><b>介護予防サポーター</b> <b>育成(運動編)</b></p>	<p>介護予防サポーター育成講座は、地域の介護予防活動の中心となるボランティアになるための講座です。介護予防のために必要なことを学び、終了後は介護予防サポーター(介護予防のボランティア)として、地域の介護予防のための自主活動を行っています。終了後もサポーターフォローアップ研修をしています。</p>





# 吉野川市地域包括支援 センターの事業

①生活支援体制整備事業

②認知症に関する取り組み(一部紹介)



を する を しよう

# ① 吉野川市生活支援体制整備事業

皆さんは、5年後、10年後...の吉野川市について考えることはありますか？  
吉野川市では「地域に必要な支え合いのしくみを住民主体で考えていこう！」  
という取り組みである生活支援体制整備事業を進めています。

いつまでも  
住みやすい  
地域に向けて

**知ってほしい！  
2つのキーワード**

地域の宝さがし  
が大好きで  
す！！



**協議体**  
「自分たちでできる支え合いのまちづくり」を考える場。  
地域の高齢者の居場所づくりや住民主体のサービスづくり等について話し合っています。

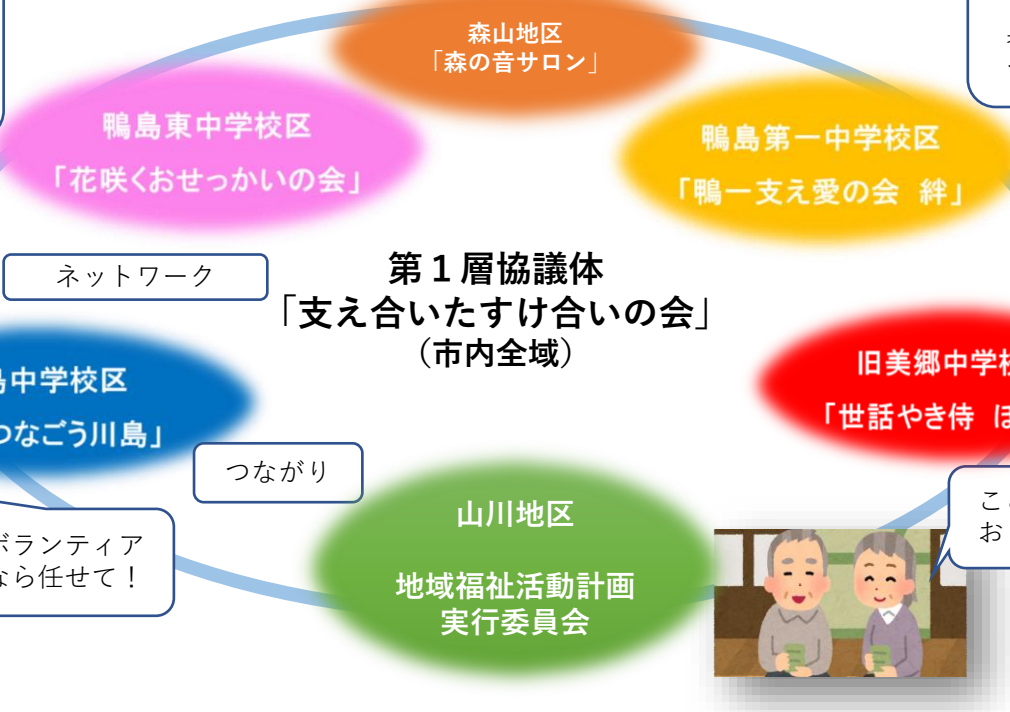
**生活支援コーディネーター (SC)**  
地域の様々な団体や協議体と連携しながら生活支援等サービスのしくみづくりを推進しています。  
地域の宝（社会資源・人材）の情報を集めたり、地域のニーズを把握しネットワークでつなぎます。



吉野川市では次の協議体を設置し、活動しています！

こんな  
サロンが  
あるよ

他の地域  
活動も  
参考にし  
てみよう



ボランティア  
なら任せて！

ここでずっと  
おりたいな～



吉野川市地域包括支援センター  
に3名の生活支援コーディネーターが配置されています。



# 各協議体の活動紹介



## 第2層協議体 鴨島東中学校区 「花咲くおせっかいの会」

皆集まれ！『集いの場 さくらちゃん』  
上浦公民館・牛島公民館で交互に開催中！



## 第2層協議体 鴨島第一中学校区 「鴨一支え愛の会 絆」

皆で楽しく介護予防！『鴨一 健康ひろば』  
毎月第3水曜日 鴨島老人福祉センター  
元気に活動中！



## 第2層協議体 川島中学校区 「手をつなごう 川島」

- ボランティア団体『困り事お助け隊 川島』  
可燃・資源ゴミのゴミ出し支援を実施中！
- きらくにおこしなして！『ほんのり広場』  
毎月第1月曜日 東児島公民分館で待ってるよ～



## 第2層協議体 旧美郷中学校区 「世話やき待ほたる」

そこに地域の人を巻き込み、美郷を盛り上げよう  
『老人憩の家の清掃活動』や『そばづくり』に  
取り組んでいます！



## 第2層協議体 山川中学校区 「地域福祉活動計画 実行委員会」

月1回、地域住民が暮らしやすいまちづくりに向け  
て協議しています。あいさつ運動を再開しました！



## 第3層協議体 森山地区 月1回のお楽しみ！『森の音サロン』

地域の人たちが自由に出入りし、楽しめるサロンを  
目指して毎月第3月曜日に開催しています！



生活支援体制整備事業は、ひとりひとりが「自分の地域にこんなのがあったらいいのにな、便利なのにな」という考えを持ち寄ることから始まります。「やれることから始めよう」という気持ちで私たちは活動しています。私たちは共に活動してくれる仲間を探しています。活動に少しでも興味のある方は地域包括支援センターまでご連絡ください。

## ② 認知症に関する取り組み(一部紹介)

吉野川市地域包括支援センターでは、認知症に関する様々な取り組みを行っています。  
詳しくは、吉野川市地域包括支援センターまで問い合わせください。

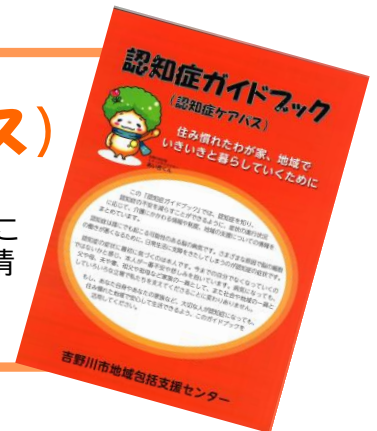
### 認知症サポーター養成講座

誰もが正しい知識を持ち、認知症の人や家族を温かく見守り支える『認知症サポーター』を養成するため、市民をはじめ、市内小学校・中学校・高等学校や市内企業などにおいて講座を行っています。



### 認知症ガイドブック (ケアパス)

認知症ガイドブックは、認知症を知り、認知症の不安を減らすことができるように、症状の進行状況に応じて、介護にかかわる情報や制度、地域の支援についての情報をまとめたものです。



### 認知症普及啓発講演会

認知症の人の意思が尊重され、できる限り住み慣れた地域のよい環境で自分らしく暮らし続けることができる社会を目指して、認知症について正しく理解できるよう、講演会を毎年開催しています。



ひとりで悩まないで  
ひとりで抱えこまないで

## 吉野川市オレンジのつどい ( 認知症の人と家族のつどい )

吉野川市オレンジのつどいは、ご本人や介護家族などが集まって自由に話をしながら、情報交換や介護の相談、認知症に関する勉強を行う場として開催しています。

- ◆日程 偶数月(年6回) ※詳しい日程は、問い合わせください。
- ◆場所 日本フネン市民プラザ2階 多目的室
- ◆内容 ①介護者同士の交流、認知症や介護に関する情報交換  
②認知症や認知症予防に関する講話 ③社会資源について  
④個別相談
- ◆対象者 ・認知症の方 ・家族の方 ・介護経験のある方  
・認知症に関心のある方やボランティアの方
- ◆申し込み 吉野川市地域包括支援センターへ申し込みください。



## オレンジカフェ ほほえみ

オレンジカフェは、認知症の方やご家族、友人、地域の方など、誰でも気軽にお越しいただき、お茶を飲みながらゆっくり話ができる場所です。

- ◆日程 奇数月 第3水曜日 13時30分～15時30分  
※詳しい日程は、問い合わせください。
- ◆場所 日本フネン市民プラザ1階 カルチャーギャラリー
- ◆申し込み 不要
- ◆参加費 無料





**【問い合わせ】**

〒776-0010

徳島県吉野川市鴨島町鴨島252番地1

**吉野川市地域包括支援センター**

**電話 0883-22-2744 ・ 2745**

**FAX 0883-22-2746**