

地域見守り隊通信 No.11

地域見守り隊研修会を行いました

10月7日(月)、地区で活動している地域見守り隊員の交流と健康増進のための学びとして研修会を開催しました。

当日は、25名ほどの隊員が参加し、第1部は高齢福祉課地区担当と東部地域包括支援センターから、地区の高齢者の現状や住民の皆さんの見守り活動がもたらす効果などについての話を聞き、第2部ではインターバル速歩など主に中高年の運動指導や研究を行っている森川真悠子先生による「ストレッチ講座」を行いました。隊員同士が交流し、体を動かす良い機会となりました。



見守りのポイントを確認しました



ペアになり硬くなった体をストレッチ！

※当日のアンケートでは

○普段、見守り隊としてどのような活動をしていますか

- ・児童の登校時の見守りやウォーキング時の声掛け ・高齢者への声掛け ・町会活動や集まる機会がある時にあいさつをする ・体調を聞き雑談

○見守り活動をしていて気づいたこと、困ったこと

- ・コロナ禍以降あいさつが少ない ・スピードの速い車がいて危ない ・子どもより大人のあいさつが少ない気がする ・2人で活動している時は良いが、1人だと子どもたちが走り去ってしまうこともある

○意見、感想など自由なこと

- ・ストレッチが良かった ・小学生があいさつをしてくれる ・通学路に緑の路側帯(グリーンベルト)が設けられ、大変良かった ・町会で、生活支援員や地域包括支援センターのことを周知したいと思う ・いつもと様子が違う、困っている人に気づいたら声をかけ寄り添いたい

沢山の意見や感想をいただきました。

今後も見守り活動をよろしくお願いいたします。

☆教えてください!あんなことやこんなこと☆

「こんな活動しています!」とか「こんなことがあったよ!」など…
何でもいいので情報をお寄せください。
よろしくお願いいたします。



☆お知らせ☆



小学校の冬休み

山辺 12/25～1/8
清水 12/25～1/8
源池 12/25～1/8

中学校の冬休み

山辺 12/24～1/6
清水 12/25～1/8

※小学生の登下校時の見守りに
ご協力ください。

※散歩途中や外にいた時など
できることの見守りをお願い
いたします



里山辺地区地域づくりセンター

担当：本木、村山

地区生活支援員 野澤

TEL 32-1077 FAX 37-0640

E-mail: satoyamabe-s@city.matsumoto.lg.jp