

あなたが
主役です！



☆住み慣れた地域でいつまでも☆

地域みんなで高齢者の社会参加と支え合うまちづくりを！

歳を重ねても、元気で生き生き暮らすには、運動や生活改善はもちろんですが、自ら仲間をつくったり、社会参加することも大事です。
南幌町では、日常生活を支援する地域づくりを推進していくために、新たに次の事業を展開していきますので、町民皆さんの参加をお待ちしています。

新

高齢者の
交流の場

お茶でも飲み
に来ませんか？

なんぼろカフェサロン

場 所：シルバーハウジング集会所
日 時：毎月第2・第4水曜日
13時～15時
利用料：100円

ボランティアさんを
募集しています！

詳しくは、
あいくるまで。



初回は、6月24日（水） 13時～

高齢者がだれでも気軽に集える場所で、お茶を飲みながら交流してみませんか。
楽しみながら話し相手や仲間づくりができるよう、参加する方たちの意見や希望を取り入れ内容を考えていきます。(予定している内容～ビンゴ、ゲーム、体操、軽作業等)

新

高齢者の
運動促進



貯筋力アップ事業

身近な場所で自主的な運動が継続できるように、老人クラブ等で運動指導員の直接指導をします。その後はオリジナルのDVDの映像を見ながら自主的に運動ができるよう、DVDの配布やプロジェクターを貸し出します。

※但し、「地域の福祉を語ろう会」を実施した行政区を優先的に実施します。



意見交換会

積極的な実
施をお待ち
しています！

地域の福祉を語ろう会

高齢者の健康で自立した生活を支え合う地域づくりを推進するために、地域での意見交換会を通じて、地域の良いところや課題を理解し、何ができそうかを一緒に考えていく場です。

すでに5ヵ所の行政区・町内会が実施し、活発な意見が出されています。

多くの行政区・町内会で取り組めるよう推進していきます。



お問い合わせ：南幌町地域包括支援センター（あいくる内） ☎378～5888