

「ささえ 愛 あさひ通信」 第26号

発行者:朝陽地区住民自治協議会 支え合うまちづくり協議体「ささえ 愛 あさひ」

ささえ愛あさひの活動とは、

誰もが自分らしく暮らしていくように、地域に住む私たちが、わたしたちのまちづくりを進めよう…

それは、お互いに穏やかにつながり、支え合う地域を目指すこと。

これが支え合いまちづくり協議体（生活支援体制整備事業）です。

平成30年から、「安心して暮らせるまちづくりのために」住民ワークショップや勉強会を開催してきました。

【5つの活動項目】

災害時には、
実際に長沼地区
の方からお話を
伺きました。

① 住民意識の高揚と想い手の発掘

ささえ愛通信の発行。
なんでもポストの設置

はつらつ体操クラブ
が増えました！
子ども支援の取り組
みも生まれています

② 各区協議体の設置の促進及び運営支援

各地区に協議体が
発足しました。
区によって課題は様々、
取り組みが始まる。

③ 居場所（通いの場）づくり、つながりづくり

日本赤十字社の方から
いざという時の避難所の
運営について学びました。

④ 支え合いにつながる「福祉・防災マップ」づくり

「住宅地図」を作成しました。
どのように活用して
いこう!!!

⑤ 助け合い（生活支援）の創出

柴村の方からは、
その後の取り組み（居場所
づくり）について学びました。

多方面の方々を
講師に迎え勉
強会を開催。

2025年（4年後）は高齢者1人を1.8人で支える

3人に1人が65歳に、5人に1人が認知症の社会へ…!

私達は、この先を生きる子ども達に何を残していくのでしょうか。

公助も頑張ってほしい!! でもまずは、できる事は自分で、そしてできない事は、地域で、
ご近所で、助け合えば、笑顔が広がっていくのではないかであります。

—キリトリセント—

皆さまの声をお聞かせ下さい。

これまで色々な声を聞かせていただきました。今後の活動に役立たせていきます。日々の思いをぜひお書きください。

なんでもポストは
各区公民館に設置しています。



こちらへ
投函して下さい！

朝陽地区の役員さん紹介④

支え合うまちづくり協議体



「ささえあさひ」

「住民参加」「ネットワーク」「生活の共同化」の3つの理念を基に、立場が異なる住民や団体が集い、交流し話し合い、学び合う活動が大切です。自らの地域を自らの手で「共に良くしていく」とする取り組みを少しでも前進させていきたい。「支援」「支え合い」そして、「地域づくり」へ。今年度もよろしくお願いします。

古川リーダー



須田サブリーダー

ささえあさひの発足時、福祉推進員をしていただいた縁で、ズルズルとメンバー達の熱い想いにはまってしました。

これからも朝陽地区に住みづけるなら、〇〇〇を生きながら、自分らしく暮らしていきたいなと思います。

今年度もコロナと共に始まりました。昨年、一区内で初めての回覧が中止のお知らせだったんだよな」と寂しそうに話されていました。区長さんを思い出します。

やはり、区内の行事で顔を合わせて話をして、時に一杯やって、人とつながっていけるのはいいかと思います。そのつながりが多ければ多い程、いざという時の大きな力となるのでしょうか。

あとがき

朝陽地区居場所紹介③ 野菜&大豆づくり

夢がありました!

① 場所 北長池中沢家東の畠ながざわいえひだ

(駐車場6台あり)

② 費用 3,000円/年(種苗代・資料代)

③ 定員 若干名

* 昨年は、ミニトマト、

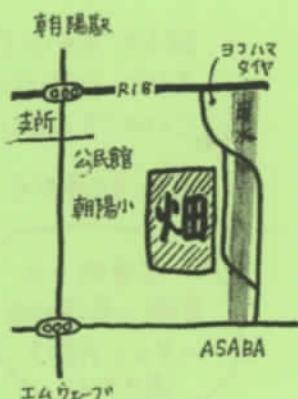
きゅうり、ピーマン、なす

さつまいも、里芋、じゃが芋

などなど作りました。

* できた大豆で、納豆を作りました。

大好評でした!



* 問い合わせ/朝陽公民館 243-7251

<かんたんレシピ・運動編>

転倒予防体操

毎日やろう!

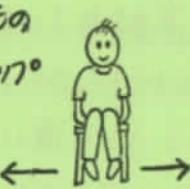
① すり足の改善



② ふとももの筋力アップ



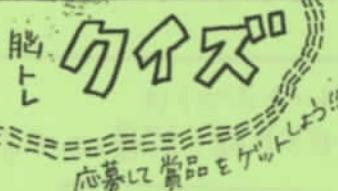
③ ふとももの筋力アップ



④ お腹の筋力アップ



(おがみさん)



1 口の中には何が入る?

H → F → □ → B → 2B

<答え>



2 何て読む?



a まままま
おおおお

b くら くら くら
花

<答え>

a _____
b _____

* 正解者には、こちらから連絡をいたします。

名前 _____

電話番号を必ずご記入ください。

電話番号 _____