



「ココプロ」3つのテーマ

楽しみたい

介護予防事業として「かんたん料理教室」や、社会教育講座、月例市民ウォーキング、毎日一万歩運動+(プラス)等の事業を行っています。



社会教育講座
「オンラインミーティングを学ぼう!」



皆さんに会えて、料理もできて楽しいわ。

かんたん料理教室



月例市民ウォーキング
(高坂丘陵地区の初詣ウォーク)

働きたい

概ね60歳以上の人を対象に「シニアのための合同企業面接会」を埼玉県との共催により開催しています。

今年度開催予定

日時 8月17日(火)午後0時30分～4時
(受付 正午から)

会場 総合会館4階多目的ホールA・B

申込み・問合せ

7月5日(月)から電話で埼玉県セカンドキャリアセンターへ。

☎049-265-5844



過去に開催された説明会



貢献したい

支え合いサポート事業のクリーンステーションへのごみ出しや庭の草取り等のほか、地域助け合い活動(第2層協議体)等を行っています。活動の詳細は4・5ページに掲載しています。

うれしそうな表情を見ると、こちらまでうれしくなります。



支え合いサポート事業 活動の様子

クリーンステーションが坂道の上で遠いので、ゴミ捨て支援が本当に助かるわ。ありがとう。



サポーターとして参加して身体を動かすことで、自分の健康にもなっています。



「ココプロ」進行中

～東松山版 地域包括ケアシステム～

市民の皆さんがいつまでも住み慣れた地域で健やかに安心して暮らしたい!を実現するために、市では昨年度から「心のこもった地域福祉プロジェクト2020」(通称「ココプロ」)を始めました。市では重点的課題の一つとして「地域福祉の充実」に取り組んでいます。ココプロは、主に高齢者の「健康寿命の延伸」や「介護予防の促進」を目的に、関係機関を含め横断的に取り組んでいます。

高齢者の「楽しみたい、働きたい、貢献したい」気持ちを応援します!



いきいきパス・ポイント事業×新たなワクワク = 「心も身体も、健康に♪」

「心のこもった地域福祉プロジェクト2020」の1つとして、高齢者の健康づくりや社会参加を支援しています。

「いきいきパス・ポイントカード」の2つの機能

- ・市が指定した講座等に参加して集めたポイントを地域通貨ぼたん圓に交換できます。
 - ・協賛店で、粗品贈呈や割引などのサービスが受けられます(令和3年6月現在、172店舗)。
- ※65歳以上の人を対象に、高齢介護課、各市民活動センターなどで配布中です。

参加者の声



30ポイントためた久保さん

ポイントがたまっていくと、参加したい気持ちが増えていきました。年間最大の30ポイントためた達成感があり、とても良かったです。対象事業一覧を見て、参加の幅が広がりました。地区の班長として、班員にも声がけをして参加を促しています。



Happy体操中の板橋さん(左)・金田さん(右)親子

娘とHappy体操に参加しています。いきいきパス・ポイント事業が始まって、参加回数が増えました。新しいお友達をつくるため、各市民活動センターの月例市民ウォーキングにも参加しています。

Happy体操は、会場毎に毎月行っているほか、年1回体力測定を実施!まずは自分の体力を確認しましょう



ポイント数	地域通貨ぼたん圓
5～9	500円分
10～14	1,000円分
15～19	2,000円分
20～24	3,000円分
25～29	4,000円分
30	5,000円分

今月号掲載の対象事業	ページ
日本スリーデーマーチ	9
ファミリー歯科健診	17
みんなきらめけ!! Happy体操	20
いきいき生活教室	20
「毎日1万歩運動+(プラス)」参加者募集	20
こちらウォーキングセンターです	21
月例市民ウォーキング	21



住民のアイデア × 支え合い = 「住み慣れた地域で、ずっと安心♪」

地域に住む高齢者の困りごとを地域で支える取組について、アイデアを出しながら話し合う場(第2層協議体)が市内7地区で住民有志の協力のもと進んでいます。7地区それぞれの第2層協議体の愛称と取組を紹介します。

野本地区

たすけあいのもと

気軽におしゃべりができるベンチの設置を始めました。「井戸端会議やおしゃべりから地域のつながりを復活したい!」という思いから始まった取組です。設置場所は、野本市民活動センター(写真左)、アースサポート東松山地域包括支援センター(若松町)(写真右)にあります。



見かけたらぜひ座っておしゃべりを楽しんでみてくださいね♪



唐子地区

ひと声かけ隊

サロンを中心に移動販売や買い物ツアーを試行しました。また、支え合いサポート事業の充実を目指して、メンバー自らサポーターになり、地域の助け合い活動を進めています。



話しやすい雰囲気の中、会議を進めています

高坂地区

『元気』で生き隊たかさか!

これからもつながりのある地域でいられるよう、地域を支える担い手を探したい!と「人材発掘」、地域の人への「情報発信」をテーマに話し合っています。

オンラインミーティングについて学び、実際にやってみました。



オンラインについて学んでいます

松山地区

あったか松山たすけあい隊

今ある居場所の周知・活性化を目指して話し合っています。まずは六軒町、五領町、パークタウン五領の住民と居場所等について情報交換しました。



情報交換会ではたくさんの意見が出ました

大岡地区

大岡シニアサポート協議体

支え合いサポート事業が地域に定着するよう取り組んでいます。昨年度、大岡版チラシを回覧しました。利用者、サポーターの両方を募集しています。



大岡版支え合いサポート事業のチラシ



会議の様子

○協議体とは…

支え合いの地域づくりについて話し合う場です。協議体は、第1層協議体と第2層協議体があります。第1層協議体は全市的な課題を、第2層協議体は地域の課題を話し合う場です。

○支え合いサポート事業とは…

クリーンステーションへのごみ出し、庭の草取り、買い物支援等の活動を行う、社会福祉協議会が実施している有償ボランティア事業です。

利用したい人、サポーターになりたい人は社会福祉協議会へお問い合わせください。☎23-1251

○第2層協議体の活動を もっと知りたい!時は…

第2層協議体の活動は、市と社会福祉協議会と一緒に実施しています。

「支え合い・たすけあいの地域づくり」パンフレットを社会福祉協議会で配布しています。



平野地区

ゆい「結」を広げ隊ひらのん

「日々の買い物が大変になってきた…」の声を受けて、移動販売の支援を始めました。「選んで買える」「近所で買い物できて、本当にありがたい」と好評です。



買い物を楽しんでいます



移動販売後は次回に向けて話し合っています

高坂丘陵地区

丘陵ささえ愛

コロナ禍が落ち着いたら、だれでも気軽に立ち寄れる喫茶ルームの開設をしたいと話し合っています。また、支え合いサポート事業を広く周知し、利用者、サポーター両方が増えるよう取り組んでいます。



「虹のかけし」(高坂丘陵地区福祉だより)