



「つながりの輪」で安心のまちづくり!

(5月18日筆)

「いきいき百歳体操」、「折り紙教室」...1面でご紹介しているように、体操など無理なく気軽にできる事を身近な地域で楽しもう!という自発的な集いの場、いわゆる「サロン」が港区で増えてきています。

これまでの地域の集いの場としては行政等が支援を行い、各小学校下の地域主体で取組まれているふれあい喫茶、食事サービス、生涯学習ルームや主任児童委員が中心になって各地域で開催されている子育てサロンなどがあります。一方、最近生まれている「サロン」のほとんどは地域の誰かが身近な人達に呼びかけて、集まる場所も自分たちで考えて、サークルのような感じで実施されています。そして、出会いや交流・仲間づくりの場となり、ほっとできる「居場所」にもなっています。ここでは、みんなが「主役」、参加する人が「担い手」にもなり、できる事をできる範囲で楽しみながら、それぞれの「サロン」ごとに思い思いの活動をされています。また、その「居場所」は楽しみの場だけではなく、例えば、百歳体操でみんなと一緒に体を動かす事が健康の維持や介護予防にもつながりますし、仲間とおしゃべりしながら折り紙で手先を動かす事が認知症の予防にもなります。また、サロンで出会った

と題

人たちとのお付き合いで新しい話し相手ができたり、出かける機会が増えれば生活の幅が広がり、生きがいにもつながります。

今後、本格化する少子・高齢化社会の中で、住み慣れた地域で誰もが自分らしく生き生きと暮らしていくためには、一人ひとりが生活の身近なところで「つながりの輪」を広げ、更にその輪を相乗的につなげていく、豊かなコミュニティのネットワークが必要です。

港区は、もともと区民のつながりが強いまちです。その「強み」を活かし、活力あるまちづくりをめざすため、住民や地域団体、商店街、企業など多様な主体の連携を促進してきました。今、区内各所で展開されているサロン活動は、生活の身近な所で自らが楽しみながら人と人のつながりを活性化させる素晴らしい取り組みだと思っています。

今回ご紹介したほかにも地域では様々なサロンの活動が行われています。今後、区役所としても港区社会福祉協議会と連携し、サロン活動を主導する人材を発掘して様々なサロンの立ち上げを促進することで、港区に人と人の「つながりの輪」を更に広げ、誰もが安心して暮らすことができるまちづくりを進めます。

●サロンへの参加について、またはサロンを開催したい方

問：港区社会福祉協議会 ☎6575-1212 FAX.6575-1025

●サロン講座(サロンを開催したい方対象)

開催日 7月14日、21日、28日の木曜日(3回) 13時30分～15時30分

※詳しくは広報みなと7月号でお知らせいたします。



「健康えがおサロン」市岡会館老人館の室にて

たばた ひさのぶ
港区長 田端 尚伸