

8

『通いの場』の設立と運営を応援します！

『通いの場』の運営で、手伝ってほしいことや困っていることはありませんか？
関係機関が、『通いの場』を応援します！ご相談・ご活用ください！

生活支援コーディネーターがつなぎます！

生活支援コーディネーターは、地域で暮らす方と、みんなが支え合える『居場所』をつなぐ専門職です。

地域にはたくさんの担い手がおられ、「手づくりの活動」がたくさんあります。

地域の宝物である『通いの場』づくりをこれまで以上に応援するため、生活支援コーディネーターにいろいろな情報や、相談ごとをお寄せください！

もっと学びたい



参加したい



活動について
相談したい



活動の手助けを
してほしい



もしものときに
備えたい



活動資金に関すること



次のページからは、『通いの場』を応援するための、関係機関の取り組みをご紹介します。各所属の連絡先も記載しておりますが、生活支援コーディネーターに、ご相談していただいても大丈夫です！

生活支援
コーディネーター
はここにいます

☎: 倉敷市社会福祉協議会
086-434-3301

①活動資金について 相談したい



○ふれあいサロン活動への助成

地域の閉じこもりがちな高齢者（3人以上）が談話会や健康づくりなどの活動を通じて社会参加や介護予防に寄与する活動へ助成を行っています。

- ・対象：閉じこもりがちになる概ね60歳以上の高齢者が集うサロン
 - ・助成内容：年間30,000円（上限）
- ※3世代交流のサロン等も推進しています。

☎：倉敷市健康長寿課
086-426-3315

○施設の設置費・管理費の補助

- ・地域集会所設置費補助（修繕費含む）
- ※町内会や自治会を通じて申請してください。
- ・校区集会所設置費補助（修繕費含む）
- ※コミュニティ協議会を通じて申請してください。
- ・校区集会所管理費等補助（コミュニティ協議会が対象）

○『通いの場』を運営する場合の補助

ふれあいサロンや認知症カフェなどを含む、地域支え合い活動（地域づくり）への補助を行っています。

- ・補助割合：補助対象経費の2分の1以内（利用者負担金等の収入を控除しません）
 - ・世帯区分補助：小学校区の世帯数に応じて、年間10万円～65万円（上限）
 - ・課題解決区分補助：年間60万円（上限）
- ※コミュニティ協議会を通じて申請してください。

☎：倉敷市市民活動推進課
086-426-3107

○認知症カフェへの助成

認知症カフェは、認知機能の低下した人やご家族、地域の人などが気軽に集い、専門家のアドバイスをもらいながら、認知症状の悪化防止や相互交流、情報交換等ができる『通いの場』のことです。



▲たまたまオレンジカフェいづみ（玉島地区）

【助成条件】

- ・開催場所が市内にあり、かつ、10人以上が活動できるスペースがあること。
- ・毎月1回以上実施し、認知症の人及びその家族、地域住民、専門家が参加できるものであること。
- ・おおむね市内に居住する認知症の人とその家族を対象とすること。

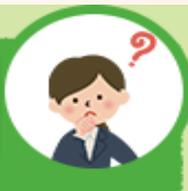
【助成内容】

- ・1団体につき、年間50,000円まで助成。
- ※助成対象経費の合計額から利用者負担金等収入金額を控除した額の2分の1以内の額。

☎：倉敷市健康長寿課
地域包括ケア推進室
086-426-3417



②活動について相談したい



○通いの場の取材・情報発信

○通いの場の開設・運営についての相談・助言

社会福祉協議会に配置された生活支援コーディネーターを中心に、地域の『通いの場』の実態把握を行うとともに、市内の様々な地域の活動の情報発信や、活動について相談や助言を行います。

☎:倉敷市社会福祉協議会

地域福祉課 :086-434-3301
 倉敷ボランティアセンター :086-434-3350
 水島事務所 :086-446-1900
 児島事務所 :086-473-1128
 玉島事務所 :086-522-8137
 船穂事務所 :086-552-5200
 真備事務所 :086-698-4883

○スポーツ活動に関する相談

・スポーツ活動サポートセンター【通称：Spo(スポ)サポ】
 スポーツ教室やイベントの開催、ニュースポーツ用具の貸出、スポーツ情報の提供など、様々な事業の実施とスポーツ活動に関する相談窓口を設けています。

・地域健康スポーツ教室
 市内各地域にて、ニュースポーツの体験やラジオ体操等の教室を開催しています。

☎:Spoサポ倉敷

086-434-3410

〔(公財)倉敷市スポーツ振興事業団〕

○市民活動団体等の情報提供

○地域の課題解決応援ブックのデータ提供

コミュニティ協議会をはじめとする、各種団体の活動等の情報発信や、地域支え合い活動（地域づくり）について相談や助言を行います。

☎:倉敷市市民活動推進課

086-426-3107

○教室開催の相談

介護予防教室や転倒骨折予防教室、介護方法、介護者の健康づくりなどの家族介護教室を行います。

地域の『通いの場』に出向いての講座もご相談ください！



○『通いの場』に関する相談・助言

倉敷市では、介護・保健・医療・福祉に関する総合的な支援を行う拠点として、市内に25ヶ所の「高齢者支援センター」と4ヶ所の「高齢者支援サブセンター」を設置しています。

☎:高齢者支援センター

センター名	電話
倉敷中部	430-6703
倉敷南	420-1355
老松・中洲	427-1191
大高	427-8811
倉敷西	466-3156
帯江・豊洲	429-2714
中庄	461-2357
天城・茶屋町	428-1661
庄北	461-0085
倉敷北	463-7760
水島	446-6511
福田	455-5132
連島	444-3200
琴浦	473-9001
児島中部	473-0847
児島西	472-0221
赤崎	472-2941
下津井	479-8271
郷内	470-2005
玉島東	523-6235
玉島中部	523-5322
玉島南	528-3266
玉島北	525-1339
船穂	552-9005
真備	698-5999
倉敷北部(サブセンター)	462-0020
福田(サブセンター)	450-1188
連島南(サブセンター)	440-0708
真備(サブセンター)	698-8008

③もっと学びたい



○出前講座

市民の自主的な生涯学習活動を支援し、学習機会の充実を図るため、市役所の業務を学習メニューとして取りそろえ、市職員が講師として地域に出向いて講座を行っています。

★出前講座の一部を紹介

講座名	担当課
救急法講習会	各消防署
絵本の読み聞かせなど	各図書館
防災センター(施設見学)	倉敷消防署
火災予防講座	各消防署
署見学・消防車見学	各消防署
避難訓練	各消防署
ストップ!悪質商法めざせ! かしこい消費者	消費生活センター
家庭ごみの正しい出し方 5種14分別	各環境センター
自主防災組織について	防災危機管理室
クルクルセンター(施設見学)	クルクルセンター
企業人権啓発	労働政策課
「歯っする歯育て」(子ども編)	健康づくり課
さくさく自然クラフト	少年自然の家
介護保険制度について	介護保険課
わくわくレクリエーション	少年自然の家
その日のために知っておこう 認知症	各保健推進室・ 健康づくり課・保健課
図書館の利用について	各図書館
目指せ健康らしき21実践の 達人!生活習慣病を予防しよう	各保健推進室・ 健康づくり課・保健課
おとなのための「食べること」	健康づくり課
「お口の健康講座」(大人編)	健康づくり課

☎:倉敷市生涯学習課
086-426-3845

健康づくりメニューの活用

○健康マーチ(健康体操)

歌って、身体を動かせる「健康マーチ」をサロンの運動メニューのひとつにいかがですか?

立ってできる体操、座ってできる体操、頭の体操などの様々なバージョンがあります。CD・DVDも材料費のみで提供しています。

(CD50円、DVD100円)



～健康らしき21～
みんなでしょうやー健康
マーチ!!
元気で長生きとPPK
(ぴんぴんころり)を目指
しましょう!

○健康相談・健康講座

健康に関する相談や出前講座なども実施しています。出前講座は、栄養、生活習慣病、認知症、心の健康、歯の健康など様々なメニューがあります。ぜひご利用ください。

「通いの場」の中で楽しく勉強してみませんか?



☎:倉敷市保健所健康づくり課
086-434-9820

○地域づくり研修会やまちづくりサロンを開催

地域支え合い活動(地域づくり)を実施するうえで参考となる、活動の手法や事例紹介・会計講座・チラシ作りなどの研修会を開催しています。

また、あるテーマについて、様々な立場の人が集まり一緒に話し合う「まちづくりサロン」を開催しています。

☎:倉敷市市民活動推進課
086-426-3107

○シルバー人材センター講習会

調理、ハウスクリーニング、笑いヨガ、アンガーマネージメント、筆耕、剪定、草刈など(材料代以外はすべて無料、会員及び市民の参加可能)

☎:倉敷市シルバー人材センター
086-426-3318

④活動の手助けをしてほしい



○シルバー人材センターのボランティア活動

依頼によってボランティアグループが、サロンを盛り上げにうかがいます。内容は、新舞踊・傘踊り・銭太鼓・玉すだれ・どじょうすくい等(無料)



○家事援助サービス

市内の一般家庭に家事援助として、掃除・洗濯・買い物・炊事・ゴミ出しなどのご要望に応じて会員を派遣します。(一人1時間880円)

病院への付き添いもしています。行き帰りについては、会員の自家用車は利用できませんのでタクシーをご利用いただきますが、病院での待ち合わせも可能ですので、ご相談ください。(一人1時間880円)

1回1時間以内で完了する簡単で急ぎの仕事については、レンジャー隊として迅速な対応でサポートします。たとえば、水道のパッキンの交換や電球の交換など。1か月に何度でも利用できます。(一人1回1000円)

約2時間程度で完成する小物作品の作成について、サロンなどへ手芸の講師を派遣することもできます。(一人1時間880円と材料代実費必要)



☎:倉敷市シルバー人材センター
086-426-3318

○スポーツ推進委員

スポーツ推進委員は、倉敷市のスポーツ推進のためにスポーツの実技指導や助言を行う、市から委嘱を受けた職員です。

軽スポーツやレクリエーション、体操等、運動関係で何か活動を実施する際、要望に応じて委員を派遣しますので、ご検討の際には、ぜひお気軽にご相談ください。



▲スポーツ推進委員さんは、サロン交流会でも大活躍でした。

☎:倉敷市スポーツ振興課
086-426-3855

○ボランティアの調整

ボランティアセンターにて、ボランティアの受付・登録・マッチングを行います。

活動分野も、福祉分野だけでなく環境や教育・国際交流など多様なボランティア活動の要望にお応えできるように、様々な活動に取り組んでいます。



☎:倉敷ボランティアセンター
086-434-3350

⑤ 参加したい



老人クラブ連合会は、クラブ会員以外の方にも参加していただける事業を開催しています。ぜひご参加ください！

○グラウンドゴルフ等のスポーツ大会(6月)

○ストレッチ体操等の健康づくり事業(9月)

その他にも、クラブ会員は、サークル活動や親睦旅行、ボランティア活動などを通じて、住み慣れた地域で仲間と共に健康で楽しく心ゆたかに暮らせるように様々な活動を行っています。

60歳以上のみなさん、
仲間づくりの扉をノック
してみませんか？



☎倉敷市老人クラブ連合会
086-427-4312

○サロン交流会の実施

『通いの場』の運営者や協力者、参加者による交流会を開催します。日頃の活動の情報交換し、今後の活動のヒントや新しいつながりを持ち帰っていただけるよう企画・実施しています。



☎倉敷市社会福祉協議会

地域福祉課 :086-434-3301
倉敷ボランティアセンター :086-434-3350
水島事務所 :086-446-1900
児島事務所 :086-473-1128
玉島事務所 :086-522-8137
船穂事務所 :086-552-5200
真備事務所 :086-698-4883

⑥ もしものときに備えたい



○ボランティア保険

活動中のもしもの事故などに備えて、社会福祉協議会が窓口となる2つの保険があります。

○ボランティア行事用保険：『通いの場』の行事（1日ずつ）に対して加入する保険。行事に参加する人のけがを補償する保険。

○ボランティア活動保険：ボランティア活動中の様々な事故によるけがや損害賠償責任を補償する保険。『通いの場』の運営に携わるボランティアごとに加入。加入手続き完了日から年度末の3月31日までが、保険適用期間。

☎倉敷市社会福祉協議会各事務所

○スポーツ安全保険

スポーツ活動、文化活動、レクリエーション活動、ボランティア活動、地域活動等を行う4名以上の団体・グループが、加入できます。

- ・加入者個人のけがの補償
- ・加入者個人の賠償責任の補償
- ・突然死葬祭費用補償

※倉敷市スポーツ振興課に加入依頼書を設置しています。



☎公益財団法人
スポーツ安全協会岡山県支部
086-201-3811