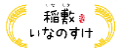




# 桜川地区の皆さん こんにちは！ 生活支援コーディネーターです。



## ★生活支援コーディネーターとは...

高齢者の方が、いつまでも住み慣れた地域でいきいきと安心して過ごすことができるように、多様な生活支援ニーズ（高齢者が集える場づくり、ゴミ出し等ちょっとした困りごと）に対応したサービスの整備推進に努めます。

地域の皆さんと共に“お互いに支え合う地域づくり”を進めます。

## こんなお悩みないですか？

ひとりで電球取り替え  
大変になってきたなあ



体操教室をやってみたい



頭と身体の体操をしたいわ



困っている方のお手伝い  
がしたいです



近所の人たちとおしゃべり  
できる居場所がほしい



脳トレをみんなとやり  
たいな



地域のお困りごと ボランティア団体つくりたい  
...などなど  
ぜひご相談ください

地域の支え合い活動をお手伝いいたします！  
どうぞお気軽にご相談ください！



～問い合わせ先～

稲敷市生活支援コーディネーター  
(桜川地区担当) 高須 晃次郎  
TEL 090-5203-9090



稲敷  
いなすけ

【事務局】 稲敷市役所 高齢福祉課

実は

# 私もはじめは【悩んでいる】ひとりでした！

接骨院を営む私



患者様の健康のために**体操教室**をやってみたい

近所に住む患者様のお声



**頭と身体の体操**をしたいわ



近所の人とおしゃべりできる**交流の場**が欲しい

地域の方の元気のための**よりどころ**を作りたいな  
と  
思っていたところ...



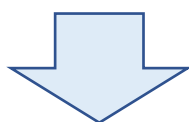
**ぜひやってみましょう！**



**私たち生活支援コーディネーターがサポートします！**

生活支援コーディネーターさん  
のご提案が！

稲敷市生活支援  
コーディネーター



体操教室・脳トレ・輪投げ・お茶会を中心に活動する  
〔**うきしま元気サロン**〕を開きました！



頭と体の体操ができた！  
(70代・女性)

友人と一緒に  
楽しく通っている！  
(80代・女性)



困っている方のお手伝いが  
できて良かった！  
(20代・女性)

得意分野を生かせる場が  
作れてよかった！  
(30代・高須)



生活支援コーディネーターの方々や家族、友人にも多くのサポートをいただき、ボランティア団体を設立、そしてサロンを開催することになりました。そして今、私も「お困りの方のお力になりたい！」という気持ちが強くなり生活支援コーディネーターのお仕事をさせていただくことになりました。



桜川地区の皆さん  
お悩み事は  
私たち**生活支援コーディネーター**に  
お気軽にご相談ください！

