

〈広報〉  
第17号  
平成28年  
3月15日

# 青山小学校区 コミ協だより

Comi-Kyo-DAYORI in Aoyama elementary school district

青山小学校区  
コミュニティ  
協議会  
新潟市西区青山6-16-20  
☎025 (233) 2990



## 市道(旧産業道路)の浦山商店街など 北側通行帯改修整備へ



二〇一六年一月上旬から市道(旧産業道路)北側「西有明町―関屋掘割町」の側溝工事が実施されています。市道歩行者通行帯整備事業で工期は三月中旬、側溝を改修、舗装し、グリンベルトを設置、通行の安全と道路美化の環境整備を図るのが狙いです。側溝は劣化が激しく、ガタガタして歩きにくく、子供の通行に危険が指摘されていました。この浦山商店街から有明方面と松美台第2なかよし公園脇の改修工事も実施予定です。

この工事に併せて青山7のルシオン青山から青山5の理容カトウ前交差点付近まで緑色のポストコーンを設置、通学児童の交通安全のほか、町並みの環境も一変されます。

(この歩行者通行帯の整備工事についての照会は青山小学校区コミュニティ協議会へ)

### 関屋分水の浦山公園

## イルミネーションツリー点灯



昨年末から今年2月中旬まで西区・有明大橋西詰め、関屋分水の浦山公園にイルミネーションツリーが登場した。夜半、キラキラと点灯し、周囲を明るく照らした。このツリー、有明大橋補強工事の橋りょう補修キャラクター「ハッシーくん」。業者の加賀田組さんが新潟の厳しい冬の寒さを吹き飛ばし、新しい年の景気付けを願って設置した。



新潟市橋りょう補修キャラクター「ハッシーくん」

# 青山小学校区コミュニティ協議会 福祉関係者交流会



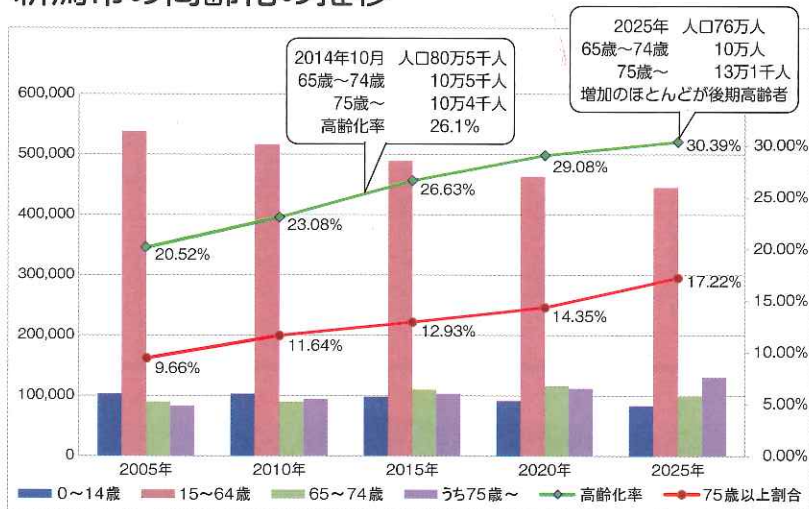
## 地域包括ケア システムの構築へ

立春の二月四日、青山小学校区コミュニティ協議会主催の福祉関係者交流会が有明福祉会館で開かれました。有明・浦山両地区の自治会・福祉団体・民生児童委員・友愛訪問員など関係者六十四人が参加、介護保険改正に伴う要支援者の介護事業が国の位置づけから市町村に移行する仕組みについて新潟市地域包括推進課の渡辺俊幸副主査から概要説明を聞き、意見交換した。

## 支え合い、仲間づくり

平成二十九年度からの移行について、医療と介護の一体化と地域包括ケアシステムをどう構築していくか―高齢化の現状や認知症施策の推進などの取り組みも含め全体計画のポイント、進行状況の説明があった。市の説明を受けて有明福祉会館の大平館長は地域の実情に合わせて、どうシステムづくりをし、ネットワーク化していくか、行政との密接な連携のうえ、支え合う仲間づくり、態勢について、地域の事業所、自治会、福祉関係団体と精力的に協議を進めていくことを強調した。

### 新潟市の高齢化の推移



H22年度国勢調査より推計

### 地域包括ケアシステムとは？ 在宅（地域）療養を支える仕組み



Series  
4

地域のお茶の間を訪ねて

# らっくり 有明地区お茶の間

「みんなが、一日でも長く楽しく、元気に暮らす」をテーマに自治会活動、有明自治協協活動をしているMさんが、ある日地域包括支援センター小新・小針の平野センター長（当時）に小針球場内のお茶の間・らっくりに誘われた。これは良い物と早速、有明福祉会館、大平館長に相談。

地域包括支援センター小新・小針と有明福祉会館と有明自治協（八自治会）の共催で、有明地区お茶の間「らっく



り」を平成二十五年十一月に立ち上げた。

包括センターの山本さんによれば、「交流の場・介護予防の意識向上の場・相談の場・包括小新・小針の機能周知の場」として平成二十五年五月お茶の間「らっくり」はスタート。

初回は、包括センターの二階で参加者三名。今や、「らっくり」の輪は「小針球場」「イオン新潟青山」「有明福祉会館」「小針幸町自治会館」「坂井輪小・小新中学校区まちづくりセンター」の五会場に広がった。

さて、我らの有明福祉会館お茶の間「らっくり」は、毎月の第一水曜日（祝日は変更）十時から十一時半まで。無料。着席するとお茶とお菓子のサービス。出席の記名をしておしゃべりしていると包括センターさんの開会挨拶。

次は椅子に腰かけての体操。地域のフィットネスデイaigoと介護老人保健施設「みそのぴあ」からインストラクター、理学療法士、言語聴覚士が交代で、指導に来てくださる。ゆらゆら、ゆったり、まりや棒を使ったり、飲み込みを良くする等々の体操。終了

村井幸子 記



後は、心身がこころよくほぐれて頭や肩がすっきり。

水分補給の後は、「季節の健康」「栄養バランスのよい食事」「薬の飲み方」「振り込め詐欺」「マイナンバー制度」等、時々の事柄について、専門家によるワンポイントアドバイスを。質の高い盛りだくさんのメニューをやさしく。

そして毎年一月は西区役所から管理栄養士、看護師さんが、体組成計で全員の「体脂肪率」「筋肉量」「体水分量」「推定骨量」「体内年齢」「脚部筋肉量」を測定。参加者は、昨年の数値と比較しながら、「食事と運動」のお話を聞いて体操も。数値が悪くなったKさんはその後地域の男性達に声をかけて、週一回体操をはじめた。

家から出る事が少なくなった夫を誘って参加のHさんは「らっくりで知った片足を家で継続。夫も頂いた資料を見ながら家で体操してる」と。「体操も良いがマイナンバー、特殊詐欺、食事等のワンポイントアドバイ스가ありがたい」とYさん、Rさん。また、八十八歳ーさんは「体内年齢が実年齢より三十歳も若かった。この数値が



日々の生活の励みになっている。妻と二人暮らし。嫁に出した娘に気を使うなど手助けを断っている。他の自治会の方々と会話できて、とじこもり防止になっている」と。

高齢になっても自立して暮らしたいと願う有明地区の皆さんが、このお茶の間・らっくりに寄せる期待は大きい。また、包括センターさんに個人相談もできて便利。未体験の方々が一緒にしよう。

# 子育て支援「おしゃべりカフェ」

赤ちゃん囲んでゆったりのおんびり



「おしゃべりカフェ」は親子が自由に参加できる会です。月1回コミハウスで、毎回約8組の親子が集まっておしゃべりをしています。

ママたちがお茶を飲みながら楽しんでいる間、ボランティアさん（先輩ママ、時々爺婆）が赤ちゃんを抱っこしています。

参加のママからは、「広いお部屋でゆったり遊べて、ママ同士でのんびりできて、毎回楽しみにしています」と好評です。抱っこボランティアも、赤ちゃんに触れて癒されています。

楽しい時間を一緒に！



## 和みの部屋 青山

地域のお茶の間「和みの部屋 青山」では、参加者を募集しています。毎月第1・第3月曜日午後1時から同3時、会場は有明福祉会館です。キャッチフレーズは「楽しい時間を一緒に！」です。参加費200円。TEL (025) 231-0204まで

### ◆平成28年度 定期利用サークル一覧

※利用団体名の頭部◎印は会員募集をしているサークルです。

平成28年4月1日現在

曜日	種別	利用団体名	内 容	代表者名	電 話	曜日	種別	利用団体名	内 容	代表者名	電 話
月曜日	◎	楽ら〜くヨガ	楽ら〜くヨガ	土屋	080-5175-7244	木曜日	◎	たちばな会	マージャン	小杉	266-7217
		着付け・藤の会	着物着付け	遠藤	269-2723		◎	ベビーマッサージウラ	幼児とママのマッサージ指導	田中	378-1327
	◎	有明フラダンス	フラダンス	吉田	266-7790		◎	墨彩画教室	墨彩画	藤井	0256-72-3038
		アカシアクラブ	卓球の練習	田中	265-0254		◎	囲碁教室	囲碁	コミハ内	233-2990
		さくら会(太極拳)	昇段試験に備える練習	朝川	268-2028		◎	アトリエHANA	フラワーアレンジメントレッスン	清瀬	090-3756-3587
	◎	Charm	ジャズヒップホップダンス	樋口	090-5558-2300		◎	姿勢エクササイズ教室	ふとらない体をつくります	青柳	090-2650-9916
火曜日	◎	満月会(民謡)	民謡唄・三味線・尺八	鈴木	080-1101-0236		アカシアクラブ	卓球	田中	265-0254	
	◎	卓球・体操サークル	ラジオ体操・卓球	コミハ内	233-2990		ラウンドダンス青山	ダンス	鈴木	265-4689	
		火曜ニットサークル	編み物	白田	265-0085		すみれ会	パッチワーク・手芸	鶴阜	234-3883	
	◎	楽ら〜くヨガ	楽ら〜くヨガ	土屋	080-5175-7244		親和カラオケ	カラオケ	川口	233-0091	
	◎	3B体操	健康体操	折笠	266-7082	◎	楽ら〜くヨガ	楽ら〜くヨガ	土屋	080-5175-7244	
	◎	太極拳青山会	太極拳	佐藤	267-8329	◎	めぐみ会	音楽(バイオリン)	中川	090-2748-6437	
		さくら会	茶話会	山中	231-6878	◎	浦山囲碁クラブ	囲碁	川本	267-2416	
		民謡ひまわり会	民謡・三味線	高橋	090-8597-7467	◎	フラワーサークルラベンダー	生け花・フラワー教室	石田	262-2916	
		楽らく会	カラオケ	堀	080-2060-8653		まつの会	古民謡	山田	267-7443	
	◎	士衛塾	青少年の空手	木村	270-5005		「石路」句会	俳句の会	中村	262-0974	
水曜日	◎	3B健康体操	健康体操	中澤	379-2026		フライデー	マージャン	菊池	262-1970	
		蒼美会	書道・茶話会	篠田	266-6708		はまなす会	健康体操・カラオケ	内田	233-8958	
	◎	水曜編物・生花草月流	編物講習・生花講習	コミハ内	233-2990	◎	めざせ100歳11舞いの力	健康運動	佐藤	090-7942-5757	
	◎	さわやか3B体操	3B体操	渡部	080-5655-0655	◎	セーフティライフ護身術	護身術	睡蓮	080-1154-0925	
		松美会	民謡	吉田	266-6314	◎	キンヨウカイ	茶話会	野村	265-1548	
	◎	ヨーガの会	ヨーガ	野口	232-0420	◎	Roots	ダンス	中嶋	080-5061-8500	
		民謡さずな会	民謡・三味線・尺八	亀山	283-0870	◎	3Bストレッチ体操	健康体操	相田	262-0899	
		関屋掘割町町内会	ストレッチ体操と語る会	相馬	266-0636	◎	箏の会	箏	佐々木	267-1599	
	◎	永田宏行と歌お「うた声広場」	懐かしい歌を歌おう	永田	090-4029-2456	◎	尺八の会	尺八	田代	0250-23-3952	
	◎	Charm	ジャズヒップホップダンス	樋口	090-5558-2300	◎	浦山囲碁クラブ	囲碁	川本	267-2416	
木曜日	◎	はせがわ着物教室	着物着付け	長谷川	090-2422-7561	◎	山沢詩吟教室	詩吟の勉強	山沢	233-6672	
	◎	歌声・ミルテの花	ヴォイストレーニング	外山	090-5775-1472	◎	ハト・ゴエト・ジョ・バ・ス青山	カウンセリングの勉強	中川	260-4099(1900以降)	
		4J会	編物	入山	231-5505	◎	はせがわ着物教室	着物着付け	長谷川	090-2422-7561	
	◎	中国語会話教室	中国語会話の勉強	渡辺	080-3196-4802		青山小学校合唱部	合唱の練習	島田	265-8520	
		親和会	新民謡	奥山	266-3739	◎	地域の茶の間「ブランタン」	お茶飲みサロン	山本	266-6209	
		風の会	社交ダンス	鈴木	260-7353	◎	少林寺拳法	少林寺拳法	渋谷	090-4925-0198	

※実施時間帯や詳細は代表者にご照会をお願いします。