

いきいきシニア

青空TFPP(TAMAフレイル予防プロジェクト)フレイル予防測定会

日 10月5日(木)午前9時30分～正午(午前11時15分まで受け付け) 場 永山南公園 対 65歳以上の市内在住者 内 体操、脳トレ、ポッチャなど 持 持ち物飲み物 備 雨天中止。動きやすい靴と服装で 印 1012713 申 当日直接会場へ 問 高齢支援課 ☎(338)6924



うんどう教室(10月～12月)

日 ①10月5日、11月2日、12月7日、各木曜日午前10時～11時 ②10月12日、11月9日、12月14日、各木曜日午前10時30分～11時30分 場 ①乞田・貝取ふれあい広場公園(雨天時は公園周辺で実施) ②豊ヶ丘南公園(雨天中止) 持 持ち物 飲み物、帽子、汗拭き用タオル、手袋 備 考 10月5日・12日は体力測定を実施予定。動きやすい靴と服装で 印 1002919 申 当日直接会場へ 問 高齢支援課 ☎(338)6924

ひきこもりで悩んでいませんか？

あなたの生活の不安や心配を聞かせてください

「出かけようと思うとつらくなる」「居場所がない」「相談相手がいない」「このままでいいのだろうか…」そんな風に悩んだり考えたりしたことはありませんか？

しごと・くらしサポートステーションは、ひきこもり状態・人間関係などでお悩みの方・その家族から



▲一人でも利用可(要事前相談)

の相談をお受けし、その方に寄り添って支援します。就労に向けたお手伝いや訪問・同行支援も行います。

日中、安心して過ごすことができる居場所となる「ほっとするスペース」もあります。

しごと・くらしサポートステーションではその他に無料で次のような相談をすることができます(要予約)

まずはお電話でご連絡ください。

- ①生活面での不安や悩みの解決方法を一緒に考えたい
- ②生活費・債務など家計の見直しをサポートしてほしい
- ③就労や生活の課題を抱えていて、

改善に向けて就労体験などをしてほしい

④求人探し・書類作成など就職を目指したサポートをしてほしい

⑤離職などで家賃のお支払いが困難で、支援を必要としている(利用には条件あり)

印 1002713 問 場 しごと・くらしサポートステーション(ベルブ永山2階) ☎・FAX(338)6942

多摩市地域家族会「ぽんぽこの会」を開催しています

家族として、ひきこもりなど「生きづらさ」を感じている方への声掛けや寄り添い方が分からないなど困りごとや悩みはありませんか？

同じ境遇にある方が出会い、想いを自由に語り合い、交流できる居場所です。

日 隔月第4土曜日 問 ぽんぽこの会 印 ponpoko1140@gmail.com、多摩市社会福祉協議会地域活動支援センターあんど ☎(356)0307・FAX(356)1155

講演会 ひきこもり状況の理解と必要な支援 ～ひきこもりの経験者と支援者に聴く～

日 10月28日(出)午後1時～3時30分(0時30分開場) 場 永山公民館ベルブホール 定 140人(申し込み先着順) 講 師 河野久忠氏(NPO法人青少年自立援助センター理事長) 印 1011508 申 問 9月20日(水)～10月25

日(水)に、公式ホームページのインターネット手続きまたはファクシミリで、講演会名・住所・氏名・電話番号・メールアドレスを記入し、児童青少年課 ☎(338)6958・FAX(372)7988へ

シリーズ 第6回

地域協創による多世代共生型コミュニティの形成を目指して

地域協創のすすめ

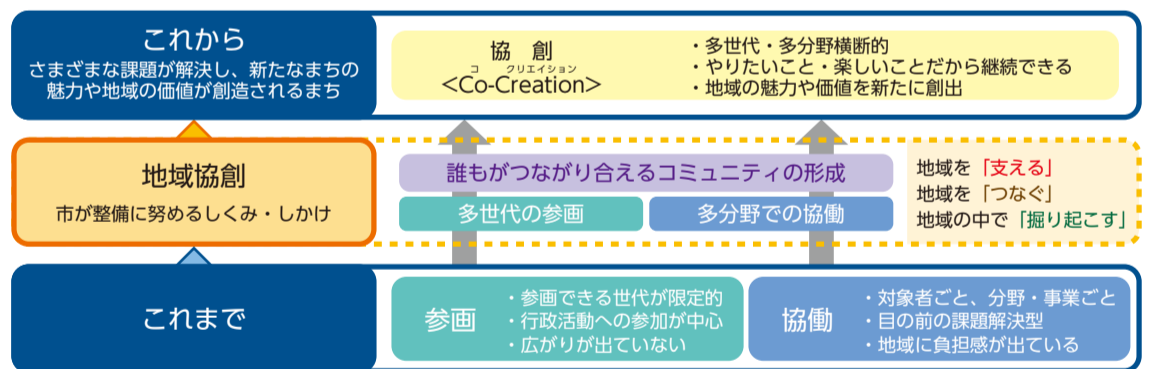
印 1004704 問 企画課 ☎(338)6813・FAX(337)7658

市は、多世代がゆるやかにつながり、互いに助け合い、支えあう地域社会づくりを目指して、「市民・地域と行政との新たな協働のしくみ【地域協創】」を検討しています。

このシリーズでは、地域でのさまざまなつながりをきっかけに困り事が解決したり、市民が興味のあることに挑戦する機会となった事例を織り交ぜながら、安心して、楽しく暮らせる地域社会の実現に向けた取り組みをご紹介します。

「参画」「協働」をさらに進める「協創」

まちの魅力や課題に気づいた時に、誰かと話したりすることはありますか？ 近所の方とあいさつをしたり、会話ができる関係はありますか？ 災害時に声をかけ合えるご近所さんはいますか？ 市は、これまでの参画を多世代に、協働を多分野に進めることで、誰もがつながり合えるコミュニティが生まれ、さまざまな地域課題の解決や、新たなまちの魅力・地域の価値が創造される「協創」社会の実現のための取り組みを進めています。



「地域に関わることが自分自身のメリットになるまち」を目指して

地域で活動する市民の声



新規参加者

思い切って地域活動に参加しました。地域で顔見知りが増え、困った時にはお互いに頼ることができるようなゆるやかなつながりが生まれました。また、つながりが生まれたことで、地域交流の取り組みが実現でき、子どもたちのための地域づくりに関わって嬉しかったです。

新たに地域のお祭りの準備に関わってくれる方がいて嬉しかったです。いつもと違うメンバーが参加することで、これまでのメンバーにとって刺激になり、今まで以上に張り切ってしまいました。その方がいろいろな想いやアイデアをお持ちと分かったので、次回も参加してもらいたいです。



既存活動者

地域活動にこれから参加する方にとっても、これまで地域で活動してきた方々にとっても、ふとしたきっかけで世代を超えたつながりが生まれ、それが継続していくことで、分野を超えた地域の魅力や価値創出といった活動の広がりや活気が生まれていきます。市民の皆さんに地域で楽しみながら活動してもらうことを期待して、市は、誰もがつながり合えるしくみ・しかけづくりを進めます。

現在、第8期多摩市自治推進委員会では、「協創」社会の実現に向けて、「モデルエリアでの実践」とその実践を踏まえた「議論」を行っています。今後、「協創」社会を実現していくためのしくみやしかけについて、市長に提言する予定です。

会議を傍聴してみませんか？ 第12回多摩市自治推進委員会

日 10月16日(月)午後6時～8時

場 中央図書館活動室1

内 地域協創の制度内容の検討、市長への答申

会議の詳細はこちら▶

