

We ♥ カラフル いたばし

人が好き ♥ まちが好き ♥ いたばしが好き ♥
～18地域18色の支え合いの地域づくり～

支え合い会議 研修報告

地域資源を発見してみよう!!
～いつまでも元気に暮らす！健康づくり～



12/9(月) 9:30～11:30 板橋区立文化会館 大会議室
参加者：71名

令和6年度は、テーマ別研修として板橋区内の健康づくりに関する取り組みを実施している企業・団体に、地域との連携方法についてご紹介いただきました。

町会・自治会、民生・児童委員、シニアクラブなど地域で活躍する支え合い会議のメンバーが参加しました。今後も地域資源の把握・活用を進め、それぞれの地域の活動に生かしていきます。



気になる発表企業・団体は裏面にてご紹介♪

地域で活躍中の第2層SC4名が企画!!

住民を代表して各地域の第2層SCの4名が、研修で地域住民が「聞きたいこと」、「学びたいこと」について意見交換。当日の運営・司会進行なども担当し、多くの参加者の方にご好評いただきました。

SCとは？…生活支援コーディネーターの略称。
地域と関連機関との調整を行う。



左から：
支え合い会議中台、
支え合い会議高島平、
支え合い会議下赤塚、
支え合い会議仲町地域

支え合い会議（第2層協議体）は、地域の生活支援・介護予防の充実・活性化に向けて、板橋区内の地域センター圏域の18地域に設置されています。



■社会福祉法人 板橋区社会福祉協議会
地域共生課 地域共生推進係 ☎ 03-3964-0236
■板橋区 健康生きがい部 おとしより保健福祉センター
地域ケア推進係 ☎ 03-5970-1114



＼ 支え合い会議×企業・団体／

「地域資源を発見してみよう!!」

～いつまでも元気に暮らす！健康づくり～

板橋区内に広がる健康づくりに関する取り組みを実施している企業・団体から5つの団体をご紹介します。

【団体名・研修タイトル名・講師写真・紹介】



2 Stick

体操「ライフキネティック」紹介



○介護予防体操×ライフキネティック

『楽しむ』事を一番に無理なく効果的な運動機会を提供し、身体と頭(脳)の活性化を図ります。ライフキネティックとはドイツ発祥の『運動学』と『脳科学』を組み合わせた新しいエクササイズです。

そのほか…

・運動支援

・イベントの共催

・支え合い会議高島平への参加

公式HP



4 板橋区役所長寿社会推進課シニア活動支援係

・板橋区フレイルサポーター
フレイルチェック測定会の紹介等



○板橋区のフレイルチェック

東京大学高齢社会総合研究機構(IOG)開発のプログラム「フレイルチェック」を元にフレイル予防事業を実施している。

・フレイルチェック測定会

・おためしフレイルチェック

・フレイル予防に関するPR活動

養成講座を受講した
一般区民ボランティア
フレイルサポーター

地域貢献にご興味をお持ちの
企業・団体・板橋区住民の
皆さま、ぜひお越しください

第3回
地域づくり
セミナー

参加無料
申込不要

きてね～



1 板橋区立中台中学校

支え合い会議と中学生の多世代交流の事例紹介

○地域ボランティアの高齢化

○中学生が活躍する場が欲しい



板橋区は教育の柱として郷土愛を掲げており、支え合い会議と連携し、世代間交流や子どもの社会参加支援につなげていく。

支え合い会議と
中学生の連携

・イベント情報の共有

・ボランティア募集のお知らせ掲示

・ボランティアの実施&地域の人と交流

3 東京都立豊島病院薬剤科

お薬出前講座紹介



○病院内の薬剤科

「薬につよく、患者さんにやさしい薬剤科」調剤を通して患者の安全な薬物療法を行う。チーム医療で効果的な医療支援を検討する。薬科大学生の実習施設でもあり、新たな薬剤師を育成する場となっている。

そのほか…

・お薬相談

・薬薬連携(病院薬剤師と保険薬局
の薬剤師が連携すること)

5 株式会社タニタフィッツミー

オリジナル体操プログラムの紹介等



○健康総合企業タニタがプロデュース
女性限定30分間フィットネス事業

・福祉功労者として第16回いたばし
社会福祉大会にて表彰される。

公式HP



そのほか…

・都内企業・幼稚園・介護施設・町内会への運動指導

・体組成測定 等

誰でも大歓迎!!

地域の支え合い活動をご紹介♪
お待ちしております(*^-^*)

日時 3/4(火) 14時～16時 (開場:13時)

場所 板橋区立文化会館 大ホール

第1部

講演

「“私”の力を“私たち”の力に～Win-Winの地域づくりに向けて～」
日本社会事業大学 社会福祉学部 福祉計画学科
教授 菱沼 幹男 氏

第2部

実践報告

支え合い会議清水
支え合い会議志村

「多様な主体による地域づくり」
「災害時にも強い地域をめざして」

たのしみ～

