

本号では、益世地区における社会福祉活動の現状を紹介します。皆様！地区の社会福祉活動に参加してみませんか？“充実感”が味わえますよ！

## 益世地区における社会福祉活動について

地域福祉とは、住み慣れた地域の中で、誰もが自分らしく日常生活を送れるよう桑名市・地域住民とが協力し「つながり」「支え合う」ことです。少子高齢化や核家族化の進展により生活形態が多様化するなか、誰もが支える立場や支えてもらう立場のどちらにもなり得る時代となっています。

桑名市のニーズ調査(益世地区関係分は下表のとおり)から、生活していく上での不安や悩みをお持ちの方がおられることが判ります。地域に隠れた「小さな困り事」も地域に住むいろいろな人の目を通すことで、解決策を見つけ出すことが可能となります。地域で支え合い助け合うことで解決できる場合があり、そこにはそこに住む多くの人の協力によってはじめて成り立ちます。

**地域で暮らす一人ひとりが主役なのです！** 益世地区の活動を紹介します。皆さんが自主的に運営している交流の場(宅老所「さんさん」・益々元気体操の会・通いの場)や日常生活のちょっとした困り事を地域の支え合いにより解決しようとする「益世支え愛の会」の取組み、地域の皆さんから相談を受け、必要に応じて市の相談窓口や適切な福祉機関に繋ぐ、地域の身近な相談役である民生委員・児童委員の活躍なども誰もが住み慣れた家庭や地域で安全・安心に生き生きと暮らしていただけるよう頑張っております。どうぞ、ご支援をよろしくお願いいたします。



○益世地区の年齢構成(R4.3月末)

年齢構成	益世地区		
	男	女	計
0～14	520	480	(5.7%) 1000
15～64	2348	2359	(5.6%) 4707
65～74	421	506	(5.0%) 927
75～	482	777	(6.5%) 1259
合計	3771	4122	(5.6%) 7893
65歳以上高齢化率	27.7%		

1、65歳以上の高齢化率は、桑名市29地区中、益世地区は18番目です。  
参考：高い地区：39.9%、低い地区：10.2%  
2、( )は桑名市全体に対し、益世地区が占める割合です。

○令和3年度 ニーズ調査結果(益世地区分を抜粋／65歳以上の575名から回答)

年齢	65～69	70～74	75～79	80～84	85～89	90～94	95～	計	健康のこと	災害が起きたとき	特になし	認知症のこと	配偶者のこと	判断力低下・規約・財産管理	買物・通院等の外出	生活のため収入不足	日常の家事	福祉に関する情報	頼れる人がいない	その他	
65～69	51	88	63	51	38	7	1	299													
70～74	25	56	36	21	13	7	1	159													
75～79	32	41	35	19	9	6	0	142													
80～84	11	25	31	15	14	5	1	102													
85～89	9	28	24	11	13	0	0	85													
90～94	10	22	9	8	7	5	0	61													
95～	5	6	8	12	12	6	0	49													
計	11	17	6	3	3	1	0	41													
項目	3	6	4	7	4	4	0	35													
	1	6	7	7	5	3	0	29													
	5	5	6	3	2	2	0	23													
	4	12	2	5	0	0	0	23													

回答数計 = 1048

注：桑名市在住の65歳以上で、要介護の介護認定を受けていない方の中から12,000人を無作為に抽出して調査(回収状況：9503人／有効回答率：79.2%)

## 大正琴サークル演奏

人気コーナー

宅老所「さんさん」での演奏は、大正琴の体験会から始まり、本年5月で5年目を迎えました。

最初は教則本を使って基礎を身につけ、簡単な曲を弾くことからスタート。それが今では、ソプラノ・アルト・テナー・ベースに分れ、合奏できるまでに上達しました。

練習の成果は、「さんさん」で年に4回開催いただいている演奏会で発表しています。メンバーからは、「まだまだ緊張するけど、聞いてくださる方から暖かい拍手はうれしい！」「いろいろな衣装が着られるのも楽しい！」等と言った声が聞かれます。

いくつになっても”いきいきと過ごす“ためには目標は不可欠です。仲間との充実した時間に幸せを感じながら、これからも頑張ってお練習を続けますので、皆様方も「さんさん」の演奏会へ、ぜひ足をお運び下さい。

最後に、コロナ禍が終息しお互いに笑顔の口元が見える日常が、一日も早く戻りますように！

※大正琴の楽譜は数字で書かれているため、これまで楽器経験のない方も始めやすい楽器です。ぜひ、練習模様を見ていただき、仲間になっていただけませんか！

### ○大正琴サークルメンバー

### ○応援演奏サークル



R4.3 演奏会



Withコロナ

## 益々元気体操の会の現状

令和4年3月8日から再開して、今日まで会員に限定して開催することができました。2年間のコロナ禍対策として、気力・体力・認知力を補う「フレイル予防」に力を注いでいます。今後、新たな入会希望者の受け入れが、大きな課題となっています。

○基本: ペットボトル体操・桑名いきいき体操

○フレイル予防: パタカラ体操・母音だけで歌う・手指を使ったゲーム・なぞなぞ・脳トレクイズ、ハーモニカ演奏による歌  
悪天候・猛暑にもめげず、20名前後の皆さんが笑顔で、元気に参加されています。

### ○再開以降の開催状況

令和4年3月～

	3月	4月	5月	6月	7月	8月
参加人数	62	88	69	98	77	72
開催回数	3	4	3	5	4	4

### 今後の予定等

### 宅老所「さんさん」今後の開催予定 令和4年10月～12月

#### 10月

4日 歌謡・マジックショー      11日 お話宅配便 スキップ  
18日 ギター・マンドリン演奏      25日 音楽療法

#### 11月

1日 歌謡・マジックショー      8日 大型紙芝居  
15日 大正琴サークル演奏      22日 音楽療法  
29日 栄養とは

#### 12月

6日 ミュージックベル演奏      13日 すまいる(軽い体操)

☆益々元気体操の会 毎週水曜日10:00～ 会員に限定で開催  
新型コロナウイルス感染防止対策のための対応に、ご理解いただきましてありがとうございます。厚く御礼申し上げます。

引き続き状況を見定めながら、その都度ご案内(実施、休止等)させていただきますのでご了承下さい。