

地域包括ケア情報展 できることワークまとめ

実施日 : 平成30年11月11日
参加者 : 187名

※住みやすい地域、住み続けたい地域にしていくために「自分にできること」を書き出して、飾り付けをするというワークを実施しました。

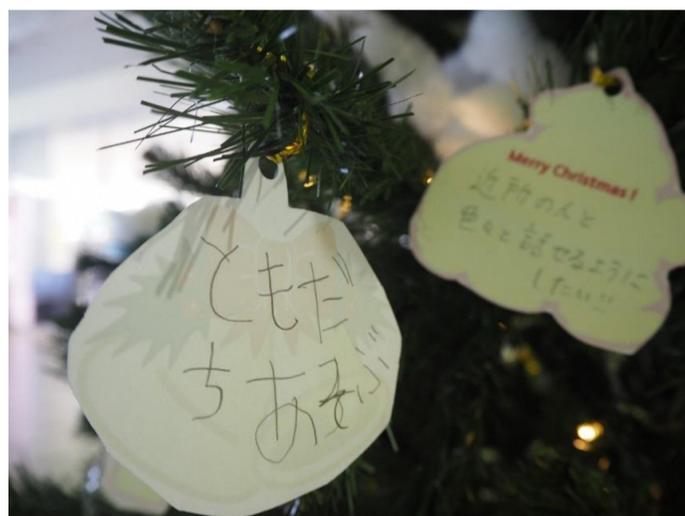
1 参加者年齢内訳

① 0～10代	101名
② 20～30代	28名
③ 40～50代	41名
④ 60～70代	15名
⑤ 80以上	2名

2 「自分にできること」の紹介（書き出された内容をそのまま掲載しています。）

① 0～10代

- ・ 歯磨き（2名）
- ・ 挨拶する（2名）
- ・ 友達と仲良くする
- ・ 友達と遊ぶ
- ・ 近所の人にあいさつをする
- ・ 部活の講演会に招待する
- ・ 兄弟とけんかしないようにする
- ・ 九九をがんばっている
- ・ 長生きしたい
- ・ サッカーをがんばる
- ・ ごはんをひとりで食べる
- ・ 野球と勉強を頑張る
- ・ みんなにやさしくする
- ・ くもんの漢検をがんばっている
- ・ みんなと仲良くする
- ・ 高齢者の方への身体的サポート
- ・ 元気に過ごす
- ・ 毎日を楽しむ
- ・ 地域の汚れをそうじする
- ・ 元気に幼稚園へ行く
- ・ ボランティアに参加する
- ・ 友達となかよくする
- ・ いろいろな体験が出来て嬉しかったです。普段見れない機会とかがあってすごかったです。
- ・ スイミングで9級のテストの練習を頑張っている
- ・ 朝寝坊しない
- ・ サッカー野球がんばる
- ・ 色々な友達と遊ぶこと
- ・ 健康に過ごす
- ・ 水泳
- ・ はやねはやおき朝ごはん
- ・ クラス替えが良い人となれますように
- ・ 期末テストの点数アップ
- ・ 修学旅行の班 良いメンバーになりますように
- ・ 来年のクラス、先生がいいクラスでありますように
- ・ 来年のクラスがいいクラスでありますように
- ・ みんなの家にサンタがきますように
- ・ いいクラスになるように
- ・ お絵かきなど、内容不明のもの（34名）



元気いっぱい「ともだちとあそぶ」、楽しい思い出をたくさん作って、豊川に愛着をもってね！

② 20～30代

- ・ 困っている人がいたら声をかける
- ・ 行事に参加する
- ・ おまつりに参加する
- ・ 困っている人がいたら進んで声をかける

② 20～30代の続き

- ・挨拶をする
- ・思いやりを持って人と接する。人の気持ちを大切に
- ・子供の見守り
- ・お宅にお薬を届けています・薬の心配事の相談にのっています
- ・子供と一緒に地域のイベントによく参加するようにしています
- ・笑顔で働く！楽しい職場作り！
- ・地域活動に参加する
- ・近所の人たちと挨拶・笑顔で
- ・近所の人といろいろ話せるようにしたい
- ・地域のイベントに参加する
- ・ごみ拾い
- ・挨拶をできるように心がけています
- ・地域のお年寄りとの交流を深めていく
- ・わが子も他の子も自分の子のように優しく厳しく見守りたい
- ・人に優しく、イイトコさがし
- ・一緒にお話をする
- ・いろんな人への声掛け（挨拶）
- ・みんなの笑顔がキャサリンの幸せ
- ・人と人との連携、絆を高めていく
- ・困っている人がいたら助ける
- ・子育てサポートに協力
- ・地域の皆さんと仲良く
- ・ボランティア活動をする・地域の人たちと関わりあいを大切に
- ・地域のつながり

③ 40～50代

- ・ボランティアに参加する（2名）
- ・地域のイベントに参加する（2名）
- ・地域のつながりを大切にする（1名）
- ・元気にいます（1名）
- ・挨拶を明るく出来るように（1名）
- ・助けあう心を大切にする
- ・隣のおばあ様が元気で暮らしているか時々気にかけてたり声を掛けたりしています
- ・ゴミをひろう
- ・後半年組長がんばろう
- ・地域のみんなで仲良くする
- ・地域のみんなで仲良く挨拶できる社会にします
- ・人にやさしく、お互い様の気持ちで
- ・困っているお年寄りが見えたら、自分から声をかけて何かできることの協力をします
- ・3月東京マラソン完走
- ・体を鍛えて健康になろう
- ・みんなが幸せになりますように
- ・地域のつながりを大切にする
- ・元気でいられますように
- ・毎日犬と一緒に30分以上歩く
- ・みんなと挨拶
- ・地域活動に参加する
- ・川をきれいに
- ・健康作りの輪を広げて行きたい
- ・学校の読み聞かせボランティアに参加している
- ・町内会で自治会など地域活動に参加する
- ・困っている人を見かけたら、声をかける
- ・町内の行事に参加して世代交流をはかりたい
- ・防災訓練など町内行司にはできるだけ参加してと隣近所とのお付き合いを大切にしています
- ・ゴミは捨てず、拾います
- ・働いて地域で活躍する
- ・困っているお年寄りを助ける
- ・地域イベントへの参加・手伝い
- ・笑顔であいさつ！隣近所とのお付き合い
- ・すれ違う人に挨拶できるように
- ・男女の合流会・豊川市の活性化

④ 60～70代

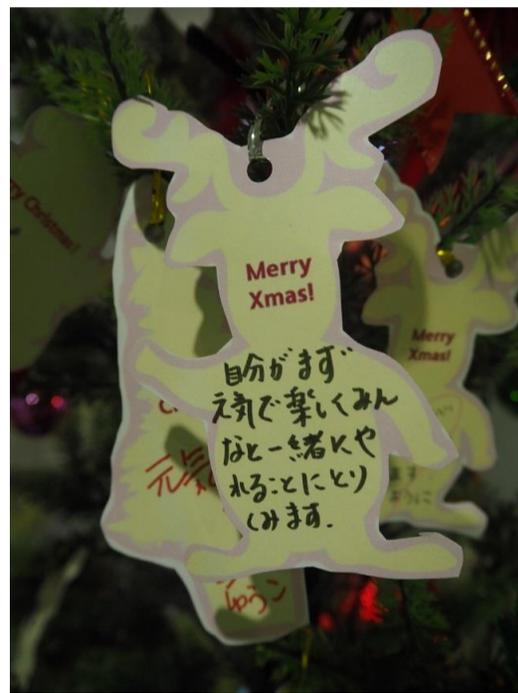
- ・一人暮らしのゴミ出しをする
- ・サロン 成年後見人
- ・豊川工場ボランティアガイド
- ・ゴミを見つけたら拾う
- ・ふるさと東三河公園花作り・天平の里資料館
- ・里山・おもちゃドクター・物作り等
- ・いつまでも元気に過ごそう
- ・ご近所さんとお茶・おしゃべりをする・一緒に運動する
- ・みんなで協力し合って助け合えたらいいね
- ・地区のボランティア参加してます
- ・自分がまず元気で楽しくみんなと一緒にやれることにとりくみます
- ・一人住まいのお話相手
- ・まず自分が健康で過ごせるように頑張ります
- ・ゴミ拾いに参加したい
- ・地域のつながりを大切に

⑤ 80以上

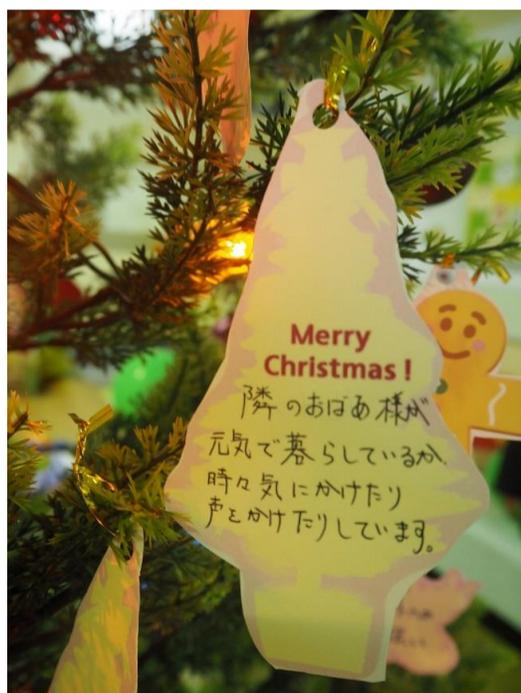
- ・家中みんな元気で仲良く暮らせますように
- ・ごみひろい



多くの方に参加してもらうことができました！
ありがとうございました！



自分がまず元気でいられるように、健康づくり
されているのでしょうか。いいですね！



自分の手の届く範囲で実践されているとのこと
優しい気持ちに感謝します。



世代を超えて、多くの方の「自分にできること」
という実を結実した「地域包括ケアの木」
会場で光り輝いていました！