



ささえあいの地域づくりを進めていきます

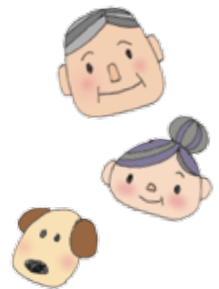
すべての高齢者が安心して暮らし続けられる地域のために・・・

めざせ！
3つの**ない**

- ・介護状態になら**ない**
- ・介護度を進め**ない**
- ・介護状態になっても困ら**ない**

大切な
3つの**あい**

- ・声をかけ**あい**
- ・ふれ**あい**
- ・ささえ**あい**



生活支援コーディネーターは、ささえあいの推進役！

当会職員が、生活支援コーディネーターとして市内13地区をそれぞれ担当し、各地域コミュニティ協議会や住民自治組織等の活動を応援しています。また住民同士の話し合いに参加し、高齢者の困りごとや「こんなまちになったらいいな」を**地域のみなさん**と共有し、**ささえあいのまちづくり**と一緒に考えます。



通いの場 は健康長寿のカギ！

★通いの場…地域住民が主体となって集う場で、体操や趣味、茶話会等の活動が行われています。

富山大学の研究によると、週1回程度、「通いの場」に参加することで、要介護になるリスクが4分の1に減少したという調査結果が出たそうです。日頃から身体を動かして、人と交流することで、健康と介護予防につながります。

出典：富山大学『「通いの場」に介護予防効果と介護給付費抑制効果』（2025）



クロスワードパズル

賞品提供

中央支所にて販売中！
龍ヶ崎産の美味しい「さつまいも」

生産者 **みらくるプラス** 様
(別所町)

応募方法

住所・氏名・電話番号
年齢・答えをご記入の
うえ、郵便はがき、FAX、二次元コード
のいずれかでご応募ください。

★ご意見・ご感想もお待ちしております。

応募期限

令和7年10月15日(水) 必着

応募先

住所：表紙をご確認ください
FAX：0297-62-5575



すくすく育ったおいもを
しっかり熟成させます



応募用二次元コード

パズルに文字を入れ、右下にある言葉をお答えください。正解者の中から、抽選で10名様に、**龍ヶ崎産の美味しい「さつまいも」**をプレゼント！

※当選者のみに通知を発送いたします。

※龍ヶ崎市社会福祉協議会中央支所にて賞品をお渡しします。

たてのカギ

- 1 牛久沼や旧小貝川を泳ぐ、龍ヶ崎市の市の鳥
- 2 ハワイ諸島を統一した最初の王様「〇〇〇メハ大王」
- 3 根を壁や他の木などにくっつけて成長する植物
- 4 目を閉閉する動作。1日に平均約2万回動かしている
- 5 銅などで作られた湯わかし器
- 6 大豆を細かく砕いた、ひき〇〇納豆

よこのカギ

- 1 肺の機能を表す目安 「〇〇〇〇量」
- 6 口の中であつという間に溶ける甘いもの。〇〇あめ
- 7 生卵を熱いフライパンに落とすと〇〇〇焼きができる
- 8 お茶をいれたときに立つと縁起が良い「〇〇〇しら」
- 9 自由に使える時間のこと。〇〇活動
- 10 「宝くじが当たった！」「君は〇〇が良いね！」
- 11 心を込めてつくった作品、努力の結晶。〇〇作

1		B	2	3	
			7		4 A
8	5				
9				6	
10 D				11 C	

答え A 〇 B 〇 C 〇 D 〇

北文間地区

みんな元気に
「豊田いきいきクラブ」

男性会員募集中！！



単位長寿会「豊田いきいきクラブ」は、独自に誕生会を開催し会員の親睦を深めています。美味しいケーキを食べながら世間話に花を咲かせ、食後は輪投げ大会で大いに盛り上がりました。

和気あいあいとした雰囲気
の誕生会は会員の仲の良さが
わかります。



「いばらきねりんスポーツ大会（10月開催）」に輪投げの部龍ヶ崎市代表として出場する会員の池田さんにエールを送りました。



大宮地区

「欧風化アレンジ」
お花と仲間に癒されて37年

「欧風化アレンジ」は、大宮コミュニティセンターの開設（昭和62年）とともに始まった最年長サロンです。

参加している皆さんは、入会時期や年代もさまざまですが、新しいお花との出会いや自分でアレンジする楽しみ、何よりも仲間と過ごす時間が愛されて、37年という長い間、続いてきました。

これからも大宮地区のくらしを彩り、癒しの居場所として、40年、50年と続きますように！！

毎年開催される大宮ふるさと祭りの
作品展示は、みんなの楽しみです！！



八原地区

「えのき会」
花好きが集まり花壇の整備

えのき会は、市民交流プラザの利用者にゆっくりくつろいで欲しいと、花壇整備をしています。荒れ地を手入れし、ブロックで整備して現在の花壇が出来上がりました。

来場者からの「綺麗ですね」、「お疲れ様」と言った言葉を励みに取り組んでいます。

休憩時には、会員が持ち寄った手作り品などを食べながら交流しています。

花が好きな方で、活動に興味がある方、一緒に活動してみませんか？

活動日時：毎月第1・第3 土曜日
9：00 から 12：00 ごろ
※季節や天候などにより日時を変更することがあります



活動当初からある「榎（えのき）の木」
会の名前の由来にもなっています

川原代地区

「花さかそう会」
花と笑顔が咲いています！

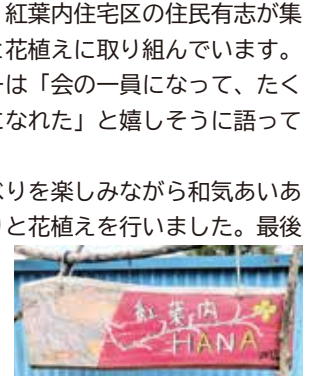
この会は今年で3周年。紅葉内住宅区の住民有志が集い、道路沿いの環境美化と花植えに取り組んでいます。

結成当初からのメンバーは「会の一員になって、たくさんのご近所さんと友達になれた」と嬉しそうに語っていました。

取材した日は、おしゃべりを楽しみながら和気あいあいとした雰囲気、草刈りと花植えを行いました。最後には夏の風物詩であるヒマワリが植えられ、

「開花が待ち遠しいね！」と、メンバーにも笑顔が咲きました。

こうようじ



手作りのステキな看板も♪