

笑顔で活躍、住民ボランティア ♥

少子高齢化は住民みんなで乗り越えないといけない問題です。
大町町では沢山の素敵な住民ボランティアが活躍されています。

皆さんも活躍しませんか？



サロン心老
亀川 伸子 さん

「すいれんの会」で
やっています。
仲間の輪を広げま
しょう！！
65歳以上の方、お待
ちしています。



「高齢者困りごと」支援協力員
大坪 浩子 さん

ご近所の方達のお役
になればと思い協力
させて頂いています。
皆さんと一緒に活動
しませんか？



大町縁ジョイ会 向かって左から
藤井さん・田島さん・江頭さん・土井さん

「人のために
火を灯せば、
自分の前も明
るくなる」と
いう心で取り
組んでいます。

☆ボランティアに興味がある方、詳しく知りたい方は、下記連絡先へご相談ください。

大町町生活支援会（協議体）



町民の代表が大町町の生活課題を話し合い、知恵を出し合い、支え合いの仕組
みづくりを考える場として、生活支援会（協議体）を設置しています。令和7年度
からは年間4回の開催で、毎回活発な意見交換や提案などが行われています。

りん 輪ちゃん（生活支援コーディネーター）

生活支援コーディネーターは別名「地域支え合い推進
員」と言い、住民主体の助け合いや支え合い活動が活
発になるよう、地域への働きかけを行う旗振り役、調整
役です。大町町では、「輪ちゃん」の愛称で呼んでいます。
皆さんと一緒に、住み良い大町町を作りたいです！



桑原

中島

溝口

📞 お気軽に連絡ください

発行 / 大町町地域包括支援センター（福祉課内）
住所 / 大町町大字大町5000番地（美郷内）
担当 / （中島・溝口・桑原）
電話番号 / （0952）82-3187
FAX / （0952）82-3060

ボランティア 募集中

（みんなで守ろう地域の暮らし）
ボランティアとして活躍し
たい方、気軽な気持ちで
ぜひご連絡ください。

輪ちゃんだより増刊号

広げよう！ おたがいさま ♥

～ たすけ合い、ささえ合う大町 ～

大町町生活支援体制整備事業



生活支援体制整備事業とは（Q & A）



どうしてこの事業は始まったんですか？

少子高齢化で人口が減っていく中、行政や介護保険制度
だけに頼ることが難しくなってきました。そこで、こ
れまで当たり前に行われてきた住民同士の支え合い（互
助活動）が充実し、誰もが安心して暮らせる地域になる
ことを目指して始まったんですよ。



輪ちゃん



主役は住民なんです。私もやってみようかな。
何から始めればいいですか？

ありがとうございます。難しいことは必要ありません。
ゴミ出しの手伝いや、1人で参加できない人を地区の集
まりへお誘いするなど、ちょっとした手助けから始めて
みましょう。



輪ちゃん



大町町の現状と私たちにできること

大町町（令和7年5月31日現在）

- 人口：5,858人
- 高齢化率：40.2%
- 介護認定率：20.1%
（高齢者の5人に1人）



住民の力で出来ること

必要なのは特別なことじゃなく、「**ちょっとしたこと**」

- 仲間同士や地域の人と集まれる場をつくること
- 隣近所の方への声掛け
- ちょっとしたことのお手伝い（ゴミ出し、買い物に一緒に行くなど）
- 住民ボランティアとして活躍する



他にも色々あってます!!

大町町の住民ボランティア活動（具体例）

えん 大町縁ジョイ会

参加者、ボランティア、みんなでエンジョイ!

- 開催日…毎週水曜 9:30～12:00
- 開催場所…総合福祉保健センター美郷
- 活動主体…大町縁ジョイ会
- 活動内容…送迎、介護予防活動、買い物の支援



ふれあいサロン心老

空き店舗がみんなの居場所に変身!

- 開催日…毎週水曜 10:00～
- 開催場所…Aコープ大町店 跡地
- 活動主体…助け合い組織すいれんの会
- 活動内容…介護予防活動、レクリエーション、茶話会



「高齢者困りごと」支援事業

誰かの役にたちませんか?

- 実施主体…社会福祉協議会
- 活動者…住民ボランティア
- 活動内容…ゴミ出し、掃除、簡単な裁縫など（チケット制）



住民主体の通いの場等（健康づくり・体操・サロン活動）のご案内



通いの場には、参加者のきずな・意欲・助け合いを生み出す力があると言われています。皆さんの地区でも始めてみませんか?

地区の公民分館などで開催

対象年齢はいずれの団体も65歳以上となっています。

団体名	活動日	活動内容	開催場所
畑ヶ田百歳会	毎週水曜日 10:00～	（椅子に座って）いきいき百歳体操	畑ヶ田分館
大谷口老友会	毎週火曜日 13:30～	（椅子に座って）いきいき百歳体操	大谷口分館
道金町 はつらつ幸齢クラブ	毎週火曜日 10:00～	（椅子に座って）いきいき百歳体操	道金町分館
高砂町	毎週水曜日 10:30～	（椅子に座って）いきいき百歳体操	高砂町分館
泉町スマイルクラブ	毎週木曜日 10:00～	（椅子に座って）いきいき百歳体操	泉町分館
わかば会	毎週金曜日 13:00～	（椅子に座って）いきいき百歳体操	宮浦町分館
ひまわり会	毎週金曜日 13:30～	（椅子に座って）いきいき百歳体操 茶話会・レクリエーション	本町分館
いきいきクラブ	毎週火曜日 13:00～	（椅子に座って）いきいき百歳体操 茶話会・レクリエーション	下大町分館
ふれあいサロン 心老(こころ)	毎週水曜日 10:00～	（椅子に座って）いきいき百歳体操 茶話会・レクリエーション	Aコープ跡地
恵比須町 百歳体操クラブ	毎週木曜日 10:00～	（椅子に座って）いきいき百歳体操 茶話会・レクリエーション	恵比須町分館
昭和通若葉会	毎週木曜日 14:00～	（椅子に座って）いきいき百歳体操 茶話会・レクリエーション	昭和通分館
中島区友和会	毎週火曜日 10:30～	（椅子に座って）いきいき百歳体操	中島分館
神山	毎週土曜日 14:00～	（椅子に座って）いきいき百歳体操	神山分館
花宮町	毎週土曜日 13:00～	（椅子に座って）いきいき百歳体操	花宮町分館
港町	毎週金曜日 13:30～	（椅子に座って）いきいき百歳体操	港町分館

大町町総合福祉保健センター美郷にて開催

団体名	活動日	活動内容	対象者	自己負担
はつらつ教室	月3回月曜日 9:50～10:50	（椅子に座って） 介護予防体操、脳トレ、 レクリエーション	65歳以上	1000円/月
きらくかい 気楽会	毎週月曜日 10:00～11:00	気功教室	どなたでも	1000円/月
ももか サロン百華	毎週火曜日 10:00～12:00	（椅子に座って） いきいき百歳体操、茶話会、 レクリエーション	65歳以上	1200円/年
ますます元気塾	毎週木曜日 10:00～11:30	（椅子に座って） DVDを見ながら行う体操	65歳以上	無
とう すらっ糖クラブ	月3回木曜日 10:00～11:30	道具を利用したの体操	40歳以上	1000円/月
ロコモの会	毎週金曜日 10:00～11:30	ロコモ予防のための体操 椅子に座っての体操や マット運動など	65歳以上	8000円/年 途中入会の場合 月割り
えん 大町縁ジョイ会	毎週水曜日 9:30～12:00	レクリエーション、 いきいき百歳体操、買い物	65歳以上、 要支援1・2 事業対象者	300円/1回
シルバーeスポーツ 教室・体験会	毎週金曜日 14:00～16:00	家庭用ゲーム機を使用した eスポーツ	65歳以上	無

*くわしくは、各団体にお尋ねください。

*いきいき百歳体操については、輪ちゃん（生活支援コーディネーター）にお尋ねください。