

多摩マイライフ通信

～市民向けセミナー「シニアのための、安心、いきいき、生活設計講座」を開催しました～



セミナー冒頭で挨拶をする田村豊理事

2014年5月13日に、多摩市の唐木田菖蒲館にて、マイライフ協議会と唐木田コミュニティセンター運営協議会共催による、市民向けセミナー（勉強会）「シニアのための、安心、いきいき、生活設計講座」を開催しました。

冒頭に弊協議会の福島真会長（かしのき保育園園長）と田村豊理事（医療法人社団めぐみ会理事長・多摩市医師会会長）よりご挨拶があり、星旦二理事（首都大学東京・大学院教授）によるセミナーが始まりました。

多摩市は東京都で健康寿命が長い自治体の上位であるにも関わらず、要介護認定を受けている市民の割合は最も少なく元気高齢者が多いというデータに基づいた説明がありました。その要因の一つとして市民活動が活発であることが挙げられ、地域活動に積極的に関わり、趣味活動を行うことが健康維持には重要であるとの説明がありました。セミナーには多摩市外からお申込みをいただいた方を含め51名の方にご参加いただきました。アンケートでは「自分らしく生きるためのヒントになった」「趣味や地域活動に参加してみようと思う」などの感想をいただきました。セミナー終了後には高齢者福祉関連施設の「ゆいま～る中沢」やその近隣の「あいクリニック中沢」および小規模多機能施設「ほたる」へ施設見学会を実施しました。セミナーの参加から現地施設見学会と、長時間にわたる開催にも関わらず、参加者の方からは視察した施設や医療機関についての質問や相談が相次ぎ「多摩市に住んでみたい」とのご意見もありました。

多摩市には地域に根ざした医療機関や施設が多くあり、今後もマイライフ協議会では市民向け勉強会を定期的に開催して情報の発信をしていく予定です。



講師として登壇した星旦二理事



質疑応答の形式で進んだセミナーの様子

【事務局からのお知らせ】

一般社団法人多摩マイライフ包括支援協議会、平成26年度第2回理事会および第1回定時社員総会を6月13日に開催いたします。

※理事会および定時社員総会での報告および承認議案につきましては、マイライフ通信でもご報告させていただきます。

～いつまでも住みなれた多摩で安心して暮らし続けるために～

【マイライフ協議会設立の背景】

世界でも類を見ない超高齢化が進むとされる多摩市。自分らしく最期までの暮らしのための「トータルケアの仕組みづくり」と障がい者も高齢者も、多世代が支え合うまちづくり」は急務です。そこで、地域住民や民間による自助、互助を基本とした地域包括ケアシステムの構築を支援し、元気で活力のある理想的な高齢社会の実現をめざし、医療・介護・福祉の関係機関と研究者・民間・NPOなどが集まり、一般社団法人多摩マイライフ包括支援協議会（略称・マイライフ協議会）を2013年12月に発足しました。

【マイライフ協議会の取り組み】

高齢者が活躍できる社会の構築を目指します。

最期まで自分らしく生活するための心構えを持つことができるよう

地域包括ケアに関係する個人・機関の連携を応援します。

高齢者の元気を支援する地元企業を応援し新たなインフォーマルサービスを発掘していきます。

多世代交流、世代間支援により共に支え合う環境づくりを支援し地域のネットワーク構築を目指します

【会長メッセージ】

超高齢社会を見据えたこれからのまちづくりは、行政、地域医療・介護・福祉の関係機関と地元企業、市民が共に垣根を越えて連携・協力関係で結ばれることが特に重要になります。また、住みなれた地域でいつまでも元気に生活を続けていくためには、身近な場所に活躍の場があり、世代を超えて共に支え合い、共に交わる場も大切です。私たちは、まだまだこの地域で活躍したい高齢者の方や、支えを必要としている方々、そして市内において様々な取り組みをされている地元企業の方たちと共に、明るく活力のある、誰もが生きいきと生活できる多摩のまちづくりを進めていきたいと考えています。

一般社団法人多摩マイライフ包括支援協議会
会長 福島真

【賛助会員を募集しています】

- ①本会が主催する研究会・勉強会・交流会へご参加いただけます。
- ②本会の地域包括ケアシステムに関する研究・調査の情報を提供いたします。
- ③本会が発行する刊行物を無償または割引提供いたします。
- ④情報提供および会員間の事業・サービス利用・活動参加のマッチングを行います。
- ⑤ご希望の場合、当会広報媒体などに会員名を掲載いたします。

【会費のご案内】

- 賛助会員 年額（法人および団体）1口：20,000円
- 賛助会員 年額（個人）1口：5,000円

【お問い合わせ】

一般社団法人多摩マイライフ包括支援協議会

住所：〒206-0024 東京都多摩市諏訪5丁目6-4 (株)たまらば内

電話/FAX：042-401-8155 E-mail：mylifetamacity@gmail.com