

# 伊保地区 支え合いづくりニュース 10号 令和8年5月

## 伊保地区支え合いづくり協議会

会長 加茂 朋之

事務局:高砂市社会福祉協議会 地域福祉課

第2層生活支援コーディネーター 白坂

電話 079-443-3725



### 3月1日(日)伊保地域交流センターで研修会を開催しました。

高砂市総務部危機管理室 田中氏を講師に迎え、『風水害の備え』を学びました。

当日は、伊保地区支え合いづくり協議会役員・各自治会・福祉委員・民生委員・民生児童委員、老人クラブ、自主防災会のみなさんが出席されました。

講演では、地域で開催されているいきいき百歳体操や、いきいきサロン等の地域の活動に参加するなど、日常の交流が防災につながり、日々の行動が、災害時にも役立つことを学びました。住民のみなさんの活動は、とても貴重で防災につながっていると感じました。

防災は、他人事ではなく、我が事としてとらえていけるよう、日常の人との関わりを大切に、活動の継続や新しい近隣との関係性が築けるよう、今後も、伊保地区支え合いづくり協議会では、地域に必要な研修を実施してまいります。

### サロン・いきいき百歳体操・老人クラブ活動を一部ご紹介します！

今市いきいきサロン



☆今市自治会館で開催されています

古沼いきいきサロン



☆古沼自治会館で開催されています

西部いきいきサロン



☆西部自治会館で開催されています

梅ノ井サロン【いき百】



梅井老人クラブ【グランドゴルフ】



高須老人クラブ【いき百】



中部老人クラブ【輪投げ】



中部老人クラブ【モルック】



中部たんぽぽ【いき百】



# 伊保地区つながりマップ

伊保地区支え合いづくり協議会  
【事務局】高砂市社会福祉協議会  
【電話】079-443-3725

地域包括支援センター  
『いほ相談室』  
成年後見支援センター等

新幹線

(4)西部自治会館



松陽中学校



(11)古沼自治会館



(13)電源開発社宅集会所



(12)三ノ島自治会館



(3)伊保中部自治会館



(14)県営伊保団地集会所



伊保南小学校



梅井中央公園

(9)梅井自治会館



けやき公園

高砂市伊保スポーツ広場



(6)高須自治会館



緑地公園

(1)伊保地域  
交流センター



伊保小学校



JA兵庫南 伊保支店

(5)伊保南部自治会館



法華山谷川



今市公園



(7)今市自治会館



高砂市役所

(17)サンライズ高砂集会所



(16)竜山県営住宅公民館



(15)竜山自治会館



高砂市福祉総合相談センター



(2)伊保東部自治会館



(8)中島自治会館



## (1)伊保地域交流センター 【電話】079-447-2247

各曜日に様々な活動をされています。  
詳細は、センターにお問い合わせください。

伊保登録グループ  
囲碁・英会話・ダンス・絵画・歌謡・体操・コーラス・社交ダンス・  
詩吟・卓球・陶芸・太極拳・3B 体操・洋裁・健康麻雀・和太鼓・  
石の宝殿研究会

## いきいき百歳体操グループ

※各自治会館にて開催！番号はマップの自治会館番号です。

(3)伊保中部自治会館	中部たんぼぼ	木曜 10:00~	
(5)伊保南部自治会館	南部元気会	水曜 13:00~	
(6)高須自治会館	みなとまち	金曜 13:30~	
(7)今市自治会館	さくらそう 今市第2	水曜 10:00~ 水曜 10:00~	
(8)中島自治会館	中島ひまわり	金曜 10:00~ (チームオレンジ)	
(9)梅井自治会館	梅ノ井サロン	木曜 10:00~	
(10)タクマ自治会館	ひまわり しらゆり	火曜 13:30~ 水曜 13:30~	
(11)古沼自治会館	キャンベル 笑の会	金曜 13:30~ 木曜 13:30~	
(12)三ノ島自治会館	秋桜	火曜 10:00~	



中部たんぼぼ



みなとまち



中島ひまわり



今市第2

※上記以外のグループも活動中。詳しくは高砂市地域包括支援センターへ  
お問い合わせください。  
【電話】079-443-3723(月~金 8:30~17:15)

## いきいきサロン

(2)伊保東部自治会館	ふれあいのつどい	(金曜・土曜 年3回)
(3)伊保中部自治会館	伊保中部いきいきサロン	(2ヶ月に1回・金曜)
(4)西部自治会館	西部いきいきサロン	(毎月開催)
(6)高須自治会館	ふれあいきいきサロン	(第2日曜 年9回)
(7)今市自治会館	今市ふれあいきいきサロン	(奇数月第3土曜)
(8)中島自治会館	ふれあいの集い	(土曜・日曜 年2回)
(9)梅井自治会館	梅の井いきいきサロン	(不定期10:00~)
(11)古沼自治会館	たんぼぼ	(3ヶ月に1回)

### いきいきサロンとは？

身近な地域を拠点にして、ボランティアや地域の人たちと一緒に楽しく過ごす住民主体の活動です。



## 伊保地区支え合いづくり協議会について

伊保地区支え合いづくり協議会は、安心していきいきと暮らしていける地域を作りあげていくため、伊保地区ならではの『支え合いづくり』を進めています。「こうなったらいいね」を形にできるよう、高齢者が元気なうちから社会参加や外出など生きがいを持って過ごす仕組みについても考えています。

## 伊保地区住民のみなさんへ

今後も高齢者のみなさんの様々な活動をお知らせさせていただきます。『こんな活動があります！』等の情報をいただけるとうれしいです。

ご連絡は高砂市社会福祉協議会へお願いいたします。

【電話】079-443-3725

