

みんな de カフェ ~どなたでも参加していただけるつどい~

「笑いヨガ」、ご存じですか？笑いながら行う健康体操です。笑い声をあげながら座って体操をしていると、他の方の声にもつられ、だんだんと心からの笑顔に。心地よい疲れと和やかな空気のなか、最後はウクレレの伴奏にあわせて合唱。体も心もほぐれる会でした。市内で活躍するケアマネージャーの方が開催しているので、介護や認知症についてもご相談いただけます。

活動日	毎月第二水曜日 14:00~15:30
会場	喫茶グリーン カラオケルーム
内容	笑いヨガ・茶話会・歌
費用	450円（ドリンク・軽食あり）
対象	高齢の方やそのご家族などどなたでも
参加方法	申込不要 お気軽に会場まで 問合せ先 0587-22-5643

途中からの参加・退席も自由です。

この日が初参加の方も、
▼お気軽にご参加いただけます*



■取材しました！
小正市民センター地区内にある集いの場をご紹介します。



小正ネットワークだより

令和8年4月発行
第6号

さいわいサロン

~幸町にお住いの方のつどい~

令和7年6月から毎月第四水曜日 10時~12時に集会場で開催。認知症予防のためレクリエーションなどを行っています。長期休み中は幸町区内の子どもたちも参加し、オセロや折り紙、ボードゲームなどの遊びを高齢の参加者と一緒に楽しみながら自然に打ち解けており、サロンが区内の世代を超えた



つながりを育む場
となっているよう
でした。

◀オセロをしたり、おしゃべりをしたり、わいわい楽しいひととき♡

石田町鶴亀クラブ

~石田町にお住いの方のつどい~

役員のなり手不足のため老人クラブとしては解散しましたが、つながりを保つため、お宮掃除や集い、旅行など月に一度は顔を合わせています。長年共に活動した仲間同士、生活のちょっとした不安や悩みも分かち合いながら、「鶴亀クラブがあるから一人じゃない」と安心できる居場所づくりを目指しています。

日頃から疑問であった▶
介護保険について
ケアマネージャーによる
出前講座を受講



協力団体

- 小正市民センター地区まちづくり推進協議会
- 小正・下津地区民生児童委員協議会
- 稲沢東部地区老人クラブ連合会（小正市民センター地区内老人クラブ）
- 小正・下津地域包括支援センター

小正ネットワークって？

少子高齢化が進み、さらにコロナ禍で人々のつながりが薄れつつある昨今。「小正ネットワーク」では、小正市民センター地区の皆さんが互いに支え合うことのできる地域となることを願って定期的に話し合いをしています。話し合いで定めた目指す地域像は、

『地域の方々が

孤立せず、

つながり合い、

助け合って

生活していること。』



そのために、「住民同士のつながりはどうしたら生まれるだろう？」

「自分たちには何ができることは何だろうか？」

と、つながりづくりを進めるため、既に小正市民センター地区内で行なわれている地縁活動や、他の地区で取り組まれている活動などの情報を共有して、つながりの輪を広げていく方法を考えています。

今後も、小正市民センター地区内の情報を発信して行きますので、素敵な地縁活動がありましたら、是非情報をお寄せください。

小正ネットワークは、稲沢市役所福祉課から委託を受け、稲沢市社会福祉協議会の生活支援コーディネーターがサポートを行っています。本紙についてのご意見・ご要望は稲沢市社会福祉協議会 地域福祉課 加藤まで

☎0587-23-6713（平日9:00~17:00）

取材しました！

令和7年度小正市民センター地区 防災フェス

令和7年10月26日(日)

稲沢市社会福祉協議会
マスコットキャラクター 福ちゃん



概要

地域の皆さんの減災意識の向上のため、名古屋文理大学文化フォーラム（市民会館）小ホールにて開催されました。講師井手行信（いてゆきのふ）氏による講演を1時間伺い、その後文化の丘公園にある災害用設備の見学を行う予定でしたが、悪天候のため小ホール内で防災設備の説明を市防災安全課村上氏から伺いました。

講演「南海トラフ地震 7日間を生き延びるために」

被災当事者が撮影した、日常を襲う災害の瞬間を捉えた映像を視聴し、「地震が起きたらどうなるか？通信や交通手段が麻痺する中でどんな備えが必要か？をイメージしてみること」「なんとかなる、きっと大丈夫と考えるのではなく、発災後の7日間をどう生き延びるかを誰かに任せず具体的に自分で考えてみること」の大切さを学びました。

『文化の丘公園』防災施設の紹介

マンホールトイレやソーラー照明、防災パーゴラ、かまどベンチと、災害時に役立つ様々な設備があることや、設備の場所や使い方について伺いました。



設備を紹介する市職員

自分や家族を守るために、災害時の備えについて改めて考える良い機会でしたね！この会を企画した減災プロジェクト会議って、どんな団体なの？ 教えて、委員長さ～ん！

は～い！

プロジェクトの立ち上げに関わった
減災委員会委員長 石黒さん



減災プロジェクト会議って？

小正市民センター地区まちづくり推進協議会では平成29年度から減災事業に取り組んできました。令和6年度末、「できないことに頭を抱えるのではなく、自分たちがやれそうなことを自由に考えてみよう！」と地域内の減災の課題を前向きに考える『減災プロジェクト作戦』を開始。減災委員の方々を中心に、区長経験者や民生委員、防災士や建築士など地域で暮らすメンバーが次々に集まりました。



プロジェクトAは、『避難場所』をテーマに開催(R7/2/17～6/20)。各避難場所のメリット、デメリットをまとめ、小正防災だより第4号として9月下旬に地区内全家庭に配布しました。

プロジェクトBチームは『防災フェス』の企画・運営をテーマに開催(R7/7/11～10/26)。

今後も小正市民センター地区で暮らす方々が災害後に命をつなげるよう、意見を出し合いプロジェクト活動を進めていきます。



減災プロジェクトのメンバー・講師
集合写真

夜間に集まっては意見を出し合いプロジェクトを進める様子に、メンバーそれぞれの熱くひたむきな想いを感じました。想いがあるからこそ意見が分かれることもありましたが、対話をあきらめず互いの想いや考え、持っている情報を共有しながら取り組んだという過程が必ず災害時に生きるつながりを育んだのではないのでしょうか。地域の理想的な自主的な取り組みだと感じました。



編集後記 取材した「集いの場」について地域の大先輩にお話したところ、『不易流行』という言葉を知りました。元々は松尾芭蕉が唱えた俳諧の理念だそうです。時代が移り変わっても、「人と人とが顔を合わせ、言葉を交わし、思いを分かち合う」という営みの価値は変わらないのだと、今回の取材を通してあらためて感じました。