

from

ほうかつ

令和8年10月発行

11月7日
(土)開催!

今年も開催します!!

「ならはコミュニティコレクション2026」

11月7日(土)に「ならは農福フェス2026」が開催されます。檜葉町の農業・福祉・健康づくり・地域づくりを身近に感じていただけるイベントです。農福フェスでは、**檜葉町地域包括ケアシステム深化推進シンポジウム「ならはコミュニティコレクション(通称:ならコレ)」**を今年も開催します!今回はその詳細について紹介します!



第12回

ならコレ 2026

これからも、ならは。ずっと、ならは。
～まじわる・つながる・支え合う～



日時：2026年11月7日(土)

会場：ここなら商店街駐車場(トラックステージ)

町の担当者に聞きました～ならコレ2026に込めた思い～



檜葉町保健福祉課
介護保険係長
渡辺 信彦さん

檜葉町では、住民ひとりひとりが「我が事」として地域課題を考える機会を持つことが大切であるとの視点から、避難指示が解除された平成27年度から毎年本シンポジウムを継続して開催してきました。

12回目となる今年は、**介護予防や病気の予防にスポットを当て、皆さんと一緒に楽しく健康づくりについて考える機会**になればと企画しています。ステージ発表では、毎年ご好評いただいている寸劇も取り入れ、地域の課題をテーマに分かりやすくお届けします。また、地域の皆様が製作したすばらしい作品の展示も行います!今年のならコレもぜひ楽しんでいただきたいと思います。皆様のご来場をお待ちしています!



今年のテーマは、**健康づくり!!**



～ひとじゃない、みんなで健康になれる町を目指して～



檜葉町では、**町民一人ひとりが「自分の健康は自分でつくる」**を実践し、**みんなで健康づくりに取り組めること**を目指しています。今年のならコレは、「健康づくり」をテーマに、様々なテントでの催し物やトラックステージでのシンポジウムを行います。地域社会のつながりを深めながら、みんなで楽しく健康づくりを体感しましょう♪

今年のならコレ、ただいま準備中!!



町保健師
による健康
の啓発

住民の皆さんに知ってほしい血圧のこと、血糖値のこと、健診の大切さについて、ポスターを展示して分かりやすくご紹介する予定です♪

認知症VR
体験



認知症の人が見ている世界を、VR(仮想現実)ゴーグル装着で疑似体験できます!

寸劇も
はじまって
練習中!!



職員による寸劇
もお楽しみに!



チャレンジ!!
体力テスト

簡単な体力テストにチャレンジしてみませんか?体力に合った健康教室や介護予防教室等の紹介も行います♪

※イベントの詳細は、広報ならは10月号や檜葉町ホームページをご覧ください



地域包括支援センターも、ますますパワーアップして、楽しく、一緒に取り組みます!



誰にとっても、幸せになるために欠かすことのできないのが「心身の健康」です。自分の健康、家族の健康、友人・知人の健康、近隣で声掛けしてくれる住民さんの健康…。

檜葉町に住む赤ちゃんから100歳を超える方まで、お互いがお互いの健康を気に掛け合えて、自身が健康でいるための努力を継続し、みんなが健康で幸せを実感できる町を目指して、今年のならコレ2026も住民の皆さんと共に楽しく開催したいです。ぜひご参加ください!



センター長
江尻

高齢者・障がい者の総合相談窓口

TEL:0240-25-4155 FAX:0240-25-4156

〒979-0604 檜葉町大字北田字鐘突堂5-5 (檜葉町保健福祉会館3F)

Email: naraha-houkatsu@car.ocn.ne.jp



お気軽に
ご相談ください。



発行元：社会福祉法人檜葉町社会福祉協議会 檜葉町大字北田字鐘突堂5-5 (発行元責任者：福井光治)

地域
ミニテイ

それぞれが特別な オンリーワン！

～その⑤ 上繁岡つつみ会～

笑い声が響く、上繁岡の憩いの場。
今日も賑やかに始まりました!! そんなひと時をご紹介します!



「最近、マイナンバーカードの更新
をやりました。有効期限があるんだ
って! 町からお知らせが届くのよ!!」



「えっ!! 更新が必要なの?
知らなかったわ。教えてく
れてありがとう。」

「庭の草がボーボー…。まだまだ暑いからもう少し
涼しくなったら草むしりかな…と思っています!」

「私の家も草がボーボー。でも、私の髪の毛は年々減って、
生えてこないな…困っちゃうな」

9月に行われる、行政区の夏祭り準備は
“つつみ会の皆さんが力を合わせ”で行っています。

—花飾りの準備風景—



—2023年9月開催の様子—



2023年9月に上繁岡行政区の夏
祭りが復活したそうです。
行政区の皆さんが力を合わせ組み
立てたやぐらを華やかに彩るのは、
つつみ会の皆さんが丹精込めて
作った花飾りです。

“笑顔と情報がいっぱい”心も体も元気になれるのが
「上繁岡つつみ会」の魅力です!

上繁岡つつみ会では、最近の出来事を一人ずつお話する「近況報告会」が行われています。「最近こんなことがあってね…」というお互いのちょっとしたお話が、いつの間にか皆さんを笑顔にし、時には大爆笑に変わる場面も多く笑い声が絶えません。また、「これって、どうしたらいいのかな?」と気になることを話してみると、皆さんから「〇〇したらいいんじゃない!!」や「役場に聞いてみたらわかるかも! 藤田保健師さん教えて!」などの声が飛び交い暮らしに役立つ情報交換の場としても大活躍しています。地域ならではの耳寄り情報もたくさんあり、情報の宝庫となっています。ただ集まるだけではなく、笑顔と情報にあふれた、心も体も元気になれる大切な時間になっています。

地域エピソードを
ご紹介♪



「継続は力なり!!」 ～日々の暮らしにレース編み～



Cさん(70代女性)

Cさんの避難先での生活は、何もせずボーっと過ごす毎日でした。そんなある日、姉から「**ボーっとしてないで、何か始めたら!!**」と言われ、タンスの奥にしまってあった1冊の本を取り出したそうです。それは“レース編み本”初めて作った作品は、昔、機械編みを教えてくださった先生にプレゼントしたそうです。



2年前のある日…Cさんは、体調を崩し、起き上がることもできない状態となり、友人や地域との交流がない日々が続きました。治療とリハビリを乗り越え少しずつ動けるようになり、今ではレース編みができるまでに回復することができました。コツコツと編み続けている作品は、自分で使ったり、飾ったりするのではなく、昔ながらの友人にプレゼントしているそうです。

“素敵ですね”の声掛けに「そんなことないんだ! ボーっとしてないで、何か始めたら…」と、姉ちゃんに言われて、退屈しのぎのつもりで始めただけ。」と笑顔でお話されていました。

「**継続は力なり**」の言葉通り、長年続けてきたレース編みが、途絶えていた交流を再び引き寄せました。美しい作品を通して人とつながる喜びは、日々の暮らしに癒しを与え、明日の活力を生み出す大きな原動力となっているように感じました。趣味を持つこと、続けることはとても大切ですね。



Cさんの作品

みんなのつぶやき「もしも1つだけ魔法が使えたら!」

センター長 江尻

もし、魔法が使えたら…
「解き放たれてしまった、
放射性物質を無力化したい。」

生活支援コーディネーター
小林

もし、魔法が使えたら…
「震災前の檜葉町に行ってみた
いです。どんな町だったのかなあ～。
当時の皆さんに会ってみたいです。」

社会福祉士 岡崎

もし、魔法が使えたら…
「アンパンマンのように、空を
飛んで困っている人を
見つけます!」

看護師 馬上

もし、魔法が使えたら…
「透明人間になって、こっそり、
人助けをしたいと思います。
悪さは絶対にしません!!」