

居場所のつながり

四日市居場所ネットワーク通信



第 24 号

発行月: 2026 年 8 月 発行者: NPO 法人市民社会研究所 (委託者 四日市市)

四日市の「居場所」のご紹介

ふれあいいいききサロンわいわいサロン会 (八郷地区)

八郷地区で開催している、ふれあいいいききサロンわいわいサロン会。わいわいサロン会では、いきいき百歳体操をベースに、健康に関するお話や合唱、認知症予防、脳トレなど、いくつかのプログラムを組み合わせられて行われています。(※ふれあいいいききサロンについて下記の説明参照)

今回お邪魔した時には、会長の久保田さんによる、「シニア向け健康寿命の増進」について、AIに聞いた結果のお話がありました。久保田さんは、高齢者も「新しいことを学ぶ」ことが大切だとおっしゃっていました。また、コグニサイズ(コグニション(認知)とエクササイズ(運動)を組み合わせた造語)という、体と頭を同時に動かす運動を、映像を観ながら行いました。映像は、わいわいサロン会のスタッフさんが制作されたということで、「新たに学ぶ」ことを実践されていました。



あかつき台1丁目集会所

「ここに来て皆さんと会うことが楽しみ」「転倒予防や介護予防になる」など、皆さん楽しそうに参加されていました。

わいわいサロン会(八郷地区)

【開催日時】毎週水曜日 10:00~11:30(※夏期、年末年始等休みあり)

【場所】あかつき台1丁目集会所

ふれあいいいききサロンとは (※四日市市社会福祉協議会 HP 参照)

わたしたちの住み慣れた地域の中であって、気のあう仲間と楽しい時間のすごせる場所。それが「ふれあいいいききサロン」です!! 生活を支えるために必要な公的制度や福祉サービスはいろいろありますが、それだけでは困りごとや不安は解消されません。

ふれあいいいききサロンでは...

「ひとり暮らしで話し相手がいない」「さびしい」という方「子育てに不安があるけれど誰にも相談相手がいない方」「高齢であつたり障害があるため外出の機会が少ない方」など、地域でさまざまな困りごとや不安を抱えながら生活している方に対して、困りごとや不安を少なくする仕組みの一つとして「ふれあいいいききサロン」が注目されています。(令和7年3月31日現在四日市市サロン数 660 サロン)

あさけワークス夏まつりに、ボードゲーム交流で参加しました

7月24日(金)、八郷地区にある障害者自立支援施設「あさけワークス」の夏まつりに、四日市居場所ネットワークが、地域における多様な居場所の利用者、担い手の交流を深めるため、参加しました。この夏まつりは、あさけワークスと地域の方々との交流イベントで、私たちはボードゲームと八郷地区の居場所マップを持っていきました。今回、地域活動センター八郷地区虹の会の協力をいただきながら、地域の方々との交流や地域の居場所を知ってもらうキッカケづくりを行いました。「八郷にもいろんな居場所があることを知ることができた」とおっしゃってくれる方もおり、楽しく交流をさせていただきました。



四日市居場所ネットワークのラジオ番組を放送しています(ぶらじ 12:00~12:59 内)

【8月放送】CTY-FM 8/26(水)12:30~12:59 みんなにこ

【過去の放送が聴けるようになりました】

これまでに放送したラジオを第1回放送から聴くことができます。市民社会研究所のホームページから、または右のQRコードから聴くことができます。



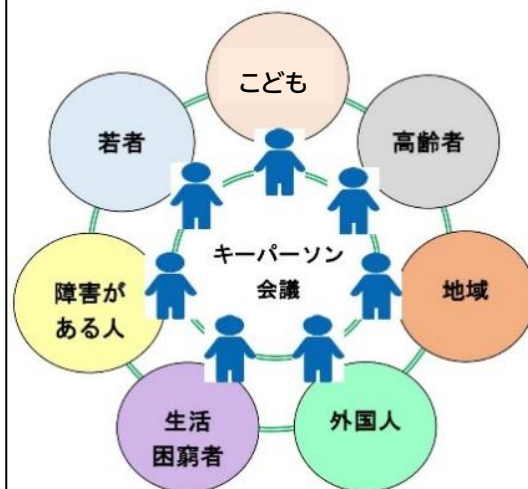
四日市居場所ネットワークとは

四日市市内には、こども食堂や高齢者サロン、学童保育所、認知症カフェなど、さまざまな福祉的居場所があります。こども、若者、高齢者、障害者、外国人、生活困窮者等のさまざまな分野の居場所キーパーソンが中心となって、誰もとり残さない市民の居場所ネットワークをつくっていきます。

居場所を地区別にまとめた「四日市市居場所MAP」(四日市市作成)
右のQRコードから見るすることができます



四日市居場所ネットワークのイメージ



【問合せ先】※四日市居場所ネットワークに参加したい団体、事業所は、お気軽にご連絡ください

発行者：NPO 法人市民社会研究所（委託者：四日市市健康福祉部福祉総務課）

住 所：〒510-0086 四日市市諏訪栄町 3-4

電 話：059-355-5115 メール：ssk21ww@yahoo.co.jp

※電話は「伊勢おやき本舗」で出ます