



玉川地区協議体で
作成しました

今治市内の各地区で協議体を実施しています。
玉川地区協議体は、地域で生活している高齢者が
住み慣れた地域で安心して生活できるよう、
住民の方々と協議し、支え合い活動を推進しています。

協議体とは



玉川 おさんぽマップ 記録カード



『玉川地域高齢者<らしの困りごと>アンケート調査(令和2年度実施)』より、「将来の病気への不安」を感じている高齢者が多いことが分かりました。
そこで、
家の近所を歩いて、「楽しく、気軽に」健康づくりができるよう、
玉川おさんぽマップを作成しました！



～記録カードの記載方法～

4月		目標		歩いたコースを記載				近所の人		に会った		膝が痛かった	
1	A	2	A	3	B	4	B	A	A	近所の人	に会った	膝が痛かった	1

出来事をひと言×モ

歩けるときに
無理をせず歩いて、
記録カードに書いて
いってね！

移動せず、家の近所から 健康づくりできます

マップにあるコースを歩くことで、
計らず、簡単に自分の運動量を知ることができます

マップのコースを
歩×マップ

今治市生活支援体制整備事業

一人暮らしの高齢者や高齢者夫婦のみの世帯、
要支援・要介護認定者が増加している現状を
踏まえ、高齢者が抱える生活上の困りごとに
対する取り組みや、より暮らしやすい地域の
支えあいの体制づくりを推進しております。

詳しくは
こちらのQRコードを
読み込んでください

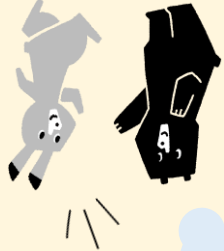


みなさんの地域について教えてください

- ・サロンや地域の集まりがある
- ・買い物に困る
- ・地域のひとと話すことが減った
- ・電球交換や高いところの作業に困る
- ・地域で誰かの力になりたい



今治市社会福祉協議会
地域福祉課 生活福祉係
0898-22-6074



お散歩中に、
道で近所さんや
誰かと出会った時には、
あいさつにプラスして、ひと言！
これが相手をちょっと気にかける
見守り になります。

[illegible][illegible]

目		目標															
1		2		3		4		5		6		7					
8		9		10		11		12		13		14					
15		16		17		18		19		20		21					
22		23		24		25		26		27		28					
29		30		31													

月	目標	1	2	3	4	5	6	7	
		8	9	10	11	12	13	14	
		15	16	17	18	19	20	21	
		22	23	24	25	26	27	28	
		29	30	31					

月		目標											
1		2		3		4		5		6		7	
8		9		10		11		12		13		14	
15		16		17		18		19		20		21	
22		23		24		25		26		27		28	
29		30		31									

月		目標											
1		2		3		4		5		6		7	
8		9		10		11		12		13		14	
15		16		17		18		19		20		21	
22		23		24		25		26		27		28	
29		30		31									

目	目録	1	2	3	4	5	6	7																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																												
		8	9	10	11	12	13	14																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																												