



『みわ生活支援体制ネットワーク検討会』 の取り組み



三輪地区では、高齢者などの皆さんが、住み慣れた地域で安心して暮らせるために、現在、地域の困りごとの解決を目指した取り組み(「生活支援」と呼んでいます。)のあり方を検討しています。

■令和 7 年度の取り組み紹介

お買い物に行くのが困難(;▽;)



移動販売 コープの移動販売の検討

相ノ木東区と相ノ木西区で利用できるように、毎週水曜
日午後 4:00~「コープながの」の移動販売車による食品
や生活必需品の販売を始めました。

やったー!



生活協同組合コープながの
ホームページ

うごくお店コープながの号 巡回コース

水曜日コース		
長野市内		
NO	停留所名	
1	篠ノ井デイサービス (長野市篠ノ井)	
2	リヴァール長野 (長野市桐原)	
3	ケアネット 長野第二 (長野市北長池)	
4	フランスーズ悠よしだ (長野市吉田)	
5	稲田区南原公民館 (長野市稲田)	15時10分
6	稲田公民館 (長野市稲田)	15時35分
7	相ノ木東町公民館 (長野市三輪)	16時00分



相ノ木東買い物の様子



<利用者さんの声>

- ・買い物忘れがあった時など便利
- ・誰かと会話ができて嬉しい
- ・将来買い物に行けなくなる場合に備え、来ている。

月に 1 回、水曜日におしゃべり会を開き、その後について買い物に寄っています

これからも地域の困りごと解決に
取り組んでまいります。





三輪地区オレンジカフェひまわり

オレンジ
カフェは、認
知症の人や
家族だけの
場所ではあ
りません。

2月12日(木)OPEN

時 間：9：30～11：15

場 所：三輪公民館 3 階大ホール

参加費：無料

内 容：皮膚のお悩み相談 清水訪問看護師

著書『認知症でも心は豊
かに生きている』より



今年も元気に楽しみま
しょう。カフェにどな
たでもどうぞ♡

どんな場所？

希望につながる場所です。

地域の方、専門職の方との出会い
の場でもあります。お茶を飲みな
がらゆったり寛いで認知症カフェ
を体験してみませんか？

「過去を話すことと未来を語る可能性」

認知症専門医 長谷川和夫

認知症の人が過去を話す際は、たんに過去
を回想しているだけでなく、今につながる
現実的な物語を語っています。そしてそれ
は未来を語る可能性すら秘めています。

認知症の人は最近のことは忘れても、遠い昔のこ
とは比較的よく覚えています。昔話というと、過去の回
想だと考えがちですが、その人にとっては今につな
がる現実的な物語でもあるのではないのでしょうか。

昔話を話してもらう時間を設けることは、認知症
の人の介護にとっても有効です。昔話をすることで、不安
や焦燥感が軽くなり、自信を取り戻し、生き生きとし
た表情になることもまれではありません。

※引き続き、感染対策を実施しています。



開所時間 9:30~11:30

場 所 三輪地区ボランティアセンター
(三輪支所1階)



2月			3月		
月	水	金	月	水	金
2 健康麻雀 (初心者のみ)	4 リラックス 体操	6 歌	2 健康麻雀 (初心者のみ)	4 リラックス 体操	6 歌
9 健康麻雀	11 建国記念の日	13 折り紙	9 健康麻雀	11 ギター演奏	13 折り紙
16 健康麻雀	18 ギター演奏	20 歌&ギター	16 健康麻雀	18 おしゃべり サロン	20 春分の日
23 天皇誕生日	25 紙芝居	27 おしゃべり サロン	23 天皇誕生日	25 紙芝居	27 おしゃべり サロン
			30 健康麻雀		

楽しい集いの場です！ “支所に用事で来た際に” “散歩の途中に”
お茶しませんか？～どなたもお気軽にお越しください～

* 講座の内容は都合により変更・中止になる場合がありますのでご了承ください

問合せ 三輪地区住民自治協議会事務局（中村） ☎026-225-9567

裏面もご覧ください