

市民生活課

料理を通じて人権を学ぶ

庄原市人権講演会



講演を行うコウさん

12月7日、庄原市人権講演会を開催し、市内7会場に約350人が来場しました。今回の講演会は、庄原市民会館をメイン会場、市内6カ所にオンライン会場を設け、講演の様子を放送しました。

今回は、YouTubeやテレビ番組で活躍している料理研究家のコウケンテツさんを講師に招き、「食を通して人が、世界がつながる」と題して講演をしていただきました。

コウさんは自身が世界各国を旅した経験から、各国の事情、食文化、家族のあり方について話したほか、日本の家庭の現状にも目を向け、毎日家族のために料理を作り続けることの大変さや、無理せず食を楽しむことの大切さなど、食や家庭に関連した人権について話しました。

来場者は「食事を作ることが人権問題につながっていたとはびっくりした!」と話し、人権を身近に感じる機会となりました。

高齢者福祉課

住み慣れた地域で暮らし続けるために

令和5年度庄原市支え合いのまちづくり研修会



倉敷市の事例を話す松岡さん

12月9日、桜花の郷ラ・フォーレ庄原で、令和5年度庄原市支え合いのまちづくり研修会を開催し、47人が来場しました。

倉敷市社会福祉協議会の松岡武司主幹を講師に招き、「支え合いの地域づくりに向けて△は○になる」と題して、講演をしていただきました。

松岡さんは、倉敷市で実践されている地域づくりの事例を紹介し「住み慣れた地域で暮らし続けるためには、住民相互の支え合いによる地域づくりが大切である」と話し、参加者と共有しました。

参加者は「地域のつながりの大切さがよくわかった」「周囲への気配りや声掛けも地域の支え合いの一つなので、これからも続けていきたい」と話しました。

高齢者福祉課

自分の体は自分で守る

令和5年度庄原市介護予防講演会



講演を熱心に聞く参加者の皆さん

12月16日、庄原市ふれあいセンターで令和5年度庄原市介護予防講演会を開催し、約70人が来場しました。

5年ぶりに開催した今回は、本市が推進する住民参加型の介護予防事業「シルバリーハビリ体操」の発祥の地である茨城県立健康プラザから、古澤綾さんを講師に招きました。

講演では、体操の理念や効果について説明をしていただき、最後に参加者全員でシルバリーハビリ体操を行いました。

古澤さんは「継続して体操に取り組み、自分で自分を守れることが大切。最期まで座れる、しがみつける、歩けるように、地域で一丸となつて取り組み続けましょう」と話しました。

参加者は「年を取ってもいつまでも自分らしく過ごすために、今後も介護予防に取り組みたい」と話しました。