

# わくわく

Vol.01

2025.5月発行

新居浜市地域包括支援センター

TEL (0897)65-1245

FAX (0897)33-5178

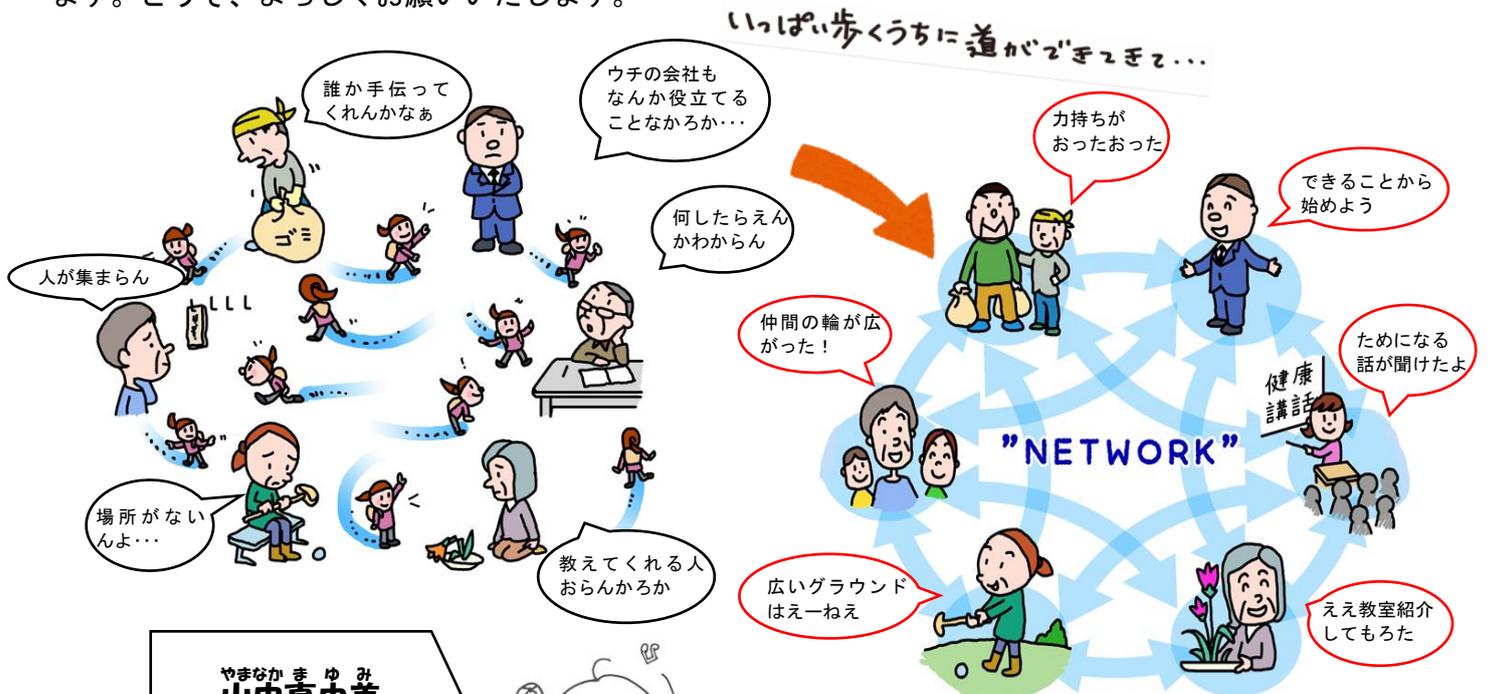
E-mail [houkatu-sien@city.niihama.lg.jp](mailto:houkatu-sien@city.niihama.lg.jp)

担当:健康長寿コーディネーター

## こんにちは 健康長寿コーディネーターです!!

わたしたち健康長寿コーディネーターは、だれもが高齢になっても住み慣れた地域で、安心していきいきと暮らすことができる社会をめざし、生活の中にある「お互い様」の支え合い活動を見つけたり、ちょっとした困りごとや不安を解消できるしくみや資源を探したりする仕事（生活支援体制整備事業といいます）をしています。そのためには、その地域で暮らすみなさんの声が必要！「今こんなことで困っている」とか、「困っていたけどこれで乗り切った」というお話や「うちの地域にはこんなステキなところがあるよ」とか「この人に任せておけば大丈夫」といった地域のお宝情報などなどを一生懸命集めています。

ですから、わたしたち、どんどん歩いて、どんどん皆さんの集まりにも参加させていただきたいと思っています。どうぞ、よろしくお願いたします。



やまなかまゆみ  
**山中真由美**  
上部東圏域担当

たつみしえ  
**辰巳史絵**  
川東圏域担当

いとういずみ  
**伊藤いずみ**  
川西圏域担当

ほしやま  
**星山みのり**  
上部西圏域担当

どうぞ、よろしくお願いたします。

みなさん、こんにちは。健康長寿コーディネーターの辰巳です。  
この4月から、川東圏域を担当することとなりました。私は根っからの新居浜っ子ではありますが、生まれ育ったのは上部、今住んでいるのは川西ということで、川東には全くと言ってよいほどなじみがありません。

ということで、川東を知る「最初の一步」として、垣生山登山を決行！この日は快晴ではありませんでしたが、風が強く、あおられたり阻まれたり。なんとか登り切ったところで、あまりの絶景にびっくり!!なんと海まで一望できるではありませんか。きれいに植えられたチューリップはかわいらしいし、風に力強く泳ぐこいのぼりは頼もしいし。桜も散り始める手前の満開をちょっと過ぎた状態で、花吹雪が…。つまり、この上ないベストなタイミングでの初垣生山登山だったのです。感謝感謝。

これからも、どんどん川東に出向いて、歩いて、みなさんとおしゃべりしたいと思っています。どうぞよろしく願いいたします。

追記：後日、垣生で生まれ育って90余年という方とお話した際、「垣生山はわたしらの誇りよ！垣生の人みんな、垣生山のこと愛してやまんのよ」とお聞きしました。

ステキすぎる・・・(#^\_^#)



赤ちゃんヘビと遭遇！  
もしかしてマムシ!!



### はぶやま 垣生山

標高 101.3m、周囲約 4 kmの低山で、そのすそ野は瀬戸内海へと広がっている。

平成2年以降、地域住民で組織された「垣生山よもだ会」によって、遊歩道をはじめ、花や樹木等の維持管理などを行っており、みんなが集う垣生山を守っている。

参照：垣生山よもだ会発行「ようこそ垣生山へ」  
垣生公民館発行「垣生のあゆみ」)

川東はこんなところ



(R7.4/1 現在)	新居浜市	高津	浮島	垣生	神郷	多喜浜	大島
人口(人)	112,017	10,442	3,430	3,816	9,391	3,424	124
高齢者数(人)	36,753	3,664	1,208	1,286	3,183	1,275	81
高齢化率	32.8%	35.1%	35.2%	33.7%	33.9%	37.2%	65.3%

私が担当しました

健康長寿コーディネーター【川東圏域担当】

辰巳 史絵