

居場所のつながり

四日市居場所ネットワーク通信



第 21 号

発行月: 2026 年 5 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

介護予防と認知症支援拠点施設 ステップ四日市

誰もが自分らしく生き生きと暮らし続けられる社会をめざして

ステップ四日市は、四日市市中央緑地公園すぐ横、旧中央老人福祉センターを改修し、令和 5 年 6 月に開設した、介護予防と認知症支援に取り組む拠点施設です。住み慣れた場所で健康で自分らしく暮らせるまちを目指して、専門職による支援や市民向けの事業を実施しています。

まず、介護予防の取り組みとして、①**チャレンジ教室【短期集中予防サービス（サービス C）】**（リハビリ専門職（理学療法士）が、フレイル状態にある方に対し、個人の状態に合わせた、3～6 カ月間のプログラムを実施）②**介護予防教室**（介護予防・フレイル対策について、リハビリ専門職等が講義や体操等を行う）を行っています。



ステップ四日市



みんなで門松づくり

ステップ四日市

【開館時間】8:30～17:15

【休館日】土、日、祝日、年末年始

【場所】四日市市日永東一丁目 2 番 27 号

【連絡先】TEL:059-348-4008

認知症支援の取り組みは、①**認知症に関する相談**（若年性認知症を含む、認知症の不安がある人、その家族等からの相談を受け、適切なサービス、支援への橋渡しを行う）、②**認知症の人や家族の交流・活動**（認知症当事者や家族の交流会、社会参加につながる活動を行う）、③**認知症の人や介護者を応援する人材育成**（認知症フレンズなど、認知症当事者のパートナーとして地域で活動する人材の育成、活動の支援を行う）、④**認知症の人の活動支援**（認知症になっても趣味や役割を継続し、社会参加しながら楽しく生活できるよう、認知症フレンズと一緒に活動の場を広げたり、本人ミーティングを開催し、認知症当事者の声を社会に届ける）を行っています。

「できないことは一緒に、できることは自分で」、ステップ四日市では、認知症になっても楽しい生活が送れるように、一緒に考え、活動しています。

※認知症フレンズとは、認知症サポーターから一歩踏み出し、認知症の人や家族と支えあいながら、仲間や友達のように一緒に歩むパートナーのこと
※本人ミーティングとは、認知症の本人が集い、自らの体験や気持ち、社会に望むことを話し合う場のこと

CTY-FM 番組「ぶるラジ」がスタート！ 居場所づくりに関わる活動を紹介します

社会福祉法人四日市福祉会が提供する CTY-FM 番組「ぶるラジ」（水曜日 12:00～12:59）が 4 月からスタートしました。「社会福祉」とか「地域との関わり」とか、聞いたことはあるけどよくわからない。でも、どれも大切なことで、皆さんにも関わりがあることです。そこでこの番組では、福祉の現場に関わっているスタッフの方々や、この地域をより暮らしやすくするため活動している人等をお迎えして、“そうそう！それが聴きたかった！” の本音トークをお送りします。

今回、四日市居場所ネットワークは、毎月第 4 水曜日 12:30～の枠をいただき、居場所づくりに関わる団体、事業所の活動を紹介することになりました。昨年度の居場所調査で多く上がった課題として、「まだまだ自分たちの活動が知られていない」というのがありました。少しでも多くの方々に活動を知っていただき、よりよい地域になっていけばと思います。さまざまな団体、事業所に登場いただきますので、ぜひお聴きください。



CTY-FM 番組「ぶるラジ」 提供：社会福祉法人四日市福祉会
水曜日 12:00～12:59

※居場所づくりに関わる団体、事業所の活動紹介は、
第 4 水曜日 12:30～

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

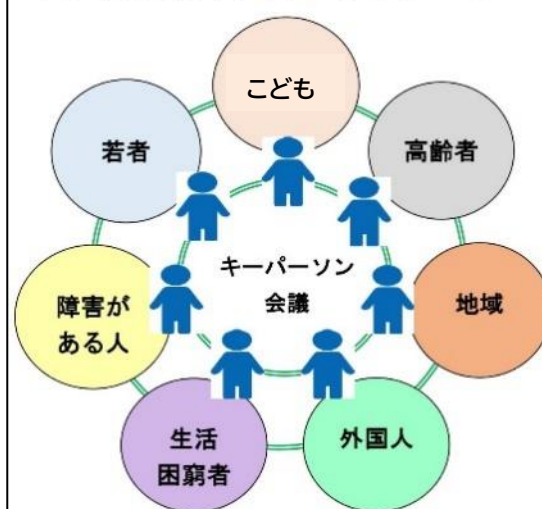


四日市居場所ネットワークとは

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がつながり、総合的な居場所ネットワークをつくっていきます。

居場所ネットワークができると、いろんな分野の居場所どうしの交流や、居場所を運営する人どうしが、すぐに困りごとを相談したり、情報共有できたりと、様々なメリットがあります。興味を持たれた方は問合せ先までご連絡ください。みんなで一緒につくりましょう！

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：ssk21www@yahoo.co.jp ※電話は「伊勢おやき本舗」で出ます