

(令和7年4月30日現在)

- 人口(圏域) 71,005人
- 65歳以上人口(圏域) 14,350人
- 高齢化率(圏域) 20.2%

● 地域の特徴

・さいたま市の副都心として、武蔵浦和駅周辺を中心に再開発が進んでいる。

● 地域の声

・別所沼やサクラソウなど、地域資源を大切に活動をしている人がたくさんいるよ。

● 地域支え合い推進員の今回の取組み

- ・地域共生社会の実現に向けて、多世代が交流しながら取組むことができる介護予防として、体験会を企画しました。
- ・体験会は、小学校の地域開放スペースで実施しました。

● 推進員の今後3か月間の取組み

- ・公民館事業、公民館サークル、市事業など、様々な主体がデジタルデバйд対策に取り組んでいるため、連携協力しながら、デジタルを活用した生活支援に取り組めます。
- ・ますます元気教室新規会場のPR活動を実施します。

地域活動の紹介 <<南区中部圏域 辻地区>>

今回ご紹介する活動は「eスポーツ体験会」です。

ハートランド浦和では、eスポーツをきっかけにデジタル機器への興味を促進し、シルバー世代のデジタル支援につなげるため、新たにeスポーツ事業の体験会をスタートしました。

介護予防というと体操や脳トレのイメージがありますが、eスポーツも頭と体を使った、介護予防の取組になります！

ぜひ、ご自宅でお孫さんたちと、eスポーツに取り組んでみてください！
体験会を実施したい場合は、下記の連絡先までお問い合わせください。

参加費 無料 **ハートランド**
ますます健康教室

対象 さいたま市在住の方
日時 令和7年3月10日(月)14:00~16:00
場所 辻南小学校 地域開放スペース
(南区辻8-7-32)
内容 ①新しい介護予防について
②eスポーツ体験会
③理学療法士相談会
持ち物 筆記用具、飲み物
定員 15名程度 ※先着順となります。
申込期間 1月6日(月)~2月28日(金)

●申込期間内にお電話にてお申込みください。

主催 南区中部圏域地域包括支援センター お申込み・お問合せ
ハートランド浦和 TEL 048-836-2929
南区別所3-16-11-101 営業時間 8:30~17:00



想像より難しい～
でも楽しいね～



● 上記取組の連絡先など

ハートランド浦和 (担当：武藤)
さいたま市南区別所3-16-11-101
☎048-836-2929

● 担当地域包括支援センターの連絡先等

ハートランド浦和 (担当：武藤)
さいたま市南区別所3-16-11-101
☎048-836-2929