

『海さんぽ』プロジェクト

『海さんぽ』プロジェクトとは

城北地域で生活する高齢者等の一人ひとりが、今までの人生で培ってきた経験や能力等を活かし、「自分ごと」として活動に参加することで、人と人、人と資源が世代を超えて地域でつながっていき、生きがいや役割を持ちながら、誰もが自分らしく笑顔で暮らし続けることができる地域づくり・地域貢献活動のこと。

これは、一人ひとりの力に合わせ、無理のない活動を自ら選択し参加することで、役割や楽しみ、生きがいを見つけることができ、そして自分らしさを活かしながら暮らし続けることができる。さらに継続して参加することにより、健康の維持・増進、介護予防の効果も期待される。

城北地域（城北・明倫・田辺・余内）

