

私のまちの地域支え合い情報紙

わたしたち、ご近所ともだち
つながりを紡ぐことは
日々の暮らしの積み重ね

おげんきですか。

第3号
2018.6

「お茶っこ会だよ！全員集合！！ ～わたしの地域の支え合い活動～」を開催しました！

平成30年3月13日（火）駅東地域交流センターにて、美里町生活支援体制整備協議会啓発事業「お茶っこ会だよ！全員集合！！～わたしの地域の支え合い活動～」を開催しました。

第一部では、お茶っこ会がなぜ地域づくりになるのかを学び、普段の暮らしの交流から支え合いが生まれることを確認しました。また、普段からお互いに気にかける、気かけあえる関係をきらさないことが大切であり、「普段の暮らしの中に支え合いがあり、つながりを紡ぐことは日々の暮らしの積み重ねであること」を理解しました。



講師/仙台白百合女子大学
人間学部 心理福祉学科
志水 田鶴子 准教授



また、第二部では、主催団体が支え合いの地域づくりについて寸劇を通し話題提供し、「にここ行政区」と「でこぼこ行政区」という正反対の特性をもった地域を演じ、ひとりひとりが自分らしく、安心して暮らし続けることができるよう、人と人の支え合いの重要性について考える場となりました。

ライブトークでは、地域のサロン実践者をお迎えし、お茶っこ会から見える支え合いについてお話いただきました。今回は、発表いただいた3つの活動を紹介します。

ライブトーク その1

ボランティア「あじさい」

自治会主催の笑楽校(お茶っこ会)が年3回実施されていますが、「もっとお茶飲み会があったらな」というつぶやきから、活動に発展した『ボランティア「あじさい」』。毎月第3木曜日に、町二区ふれあい館で開催しており、お茶飲みに加え、参加者の誕生日を祝う等、ひとりひとりの人生に寄り添いながら楽しい時間を共有されています。自治会主催のお茶っこ会との両輪で、地域のつながりも深くなっており、参加者の楽しみも倍増中です。



ボランティア「あじさい」のみなさん
(町二区行政区)

**2つのお茶っこ会は両輪、
つながりは2重に!!**

ライブトーク その2

ほっとカフェ・りらくす

大口団地の親和会(自治会)では、東日本大震災時、避難所を運営。「日頃から顔を合わせていないと避難してきた人を支えられない」ということに直面し、これをきっかけに、顔の見える関係づくりを目的に発足しました。毎月第二土曜日に大口集会所で開催。自主的に協力したい住民有志がカフェをサポートしています。参加者も自宅の庭のお花を持参されるなど、運営に対して主体的に参画し、地域をあげて運営しているのが印象的です。



ほっとカフェ・りらくすのみなさん
(大口行政区)

**避難所運営から学んだ
地域のつながり**

ライブトーク その3

中組 友の会

中組の千葉さんの自宅にて、毎月行なわれている『中組 友の会』は「もっとおしゃべりしたい」「楽しく食卓を囲みたい」という思いが相まって、平成27年から始まりました。「月に1回、大家族感を味わえる大切な時間」と、この日は他人行儀ではなく家族のように、なんでも話せる場になっています。

近所づきあいが希薄な時代だからこそ、地域とのつながりを持ち、昔ながらの大家族を思い出せるような、現代版の大家族として、楽しく生活したいという思いを大事にしています。



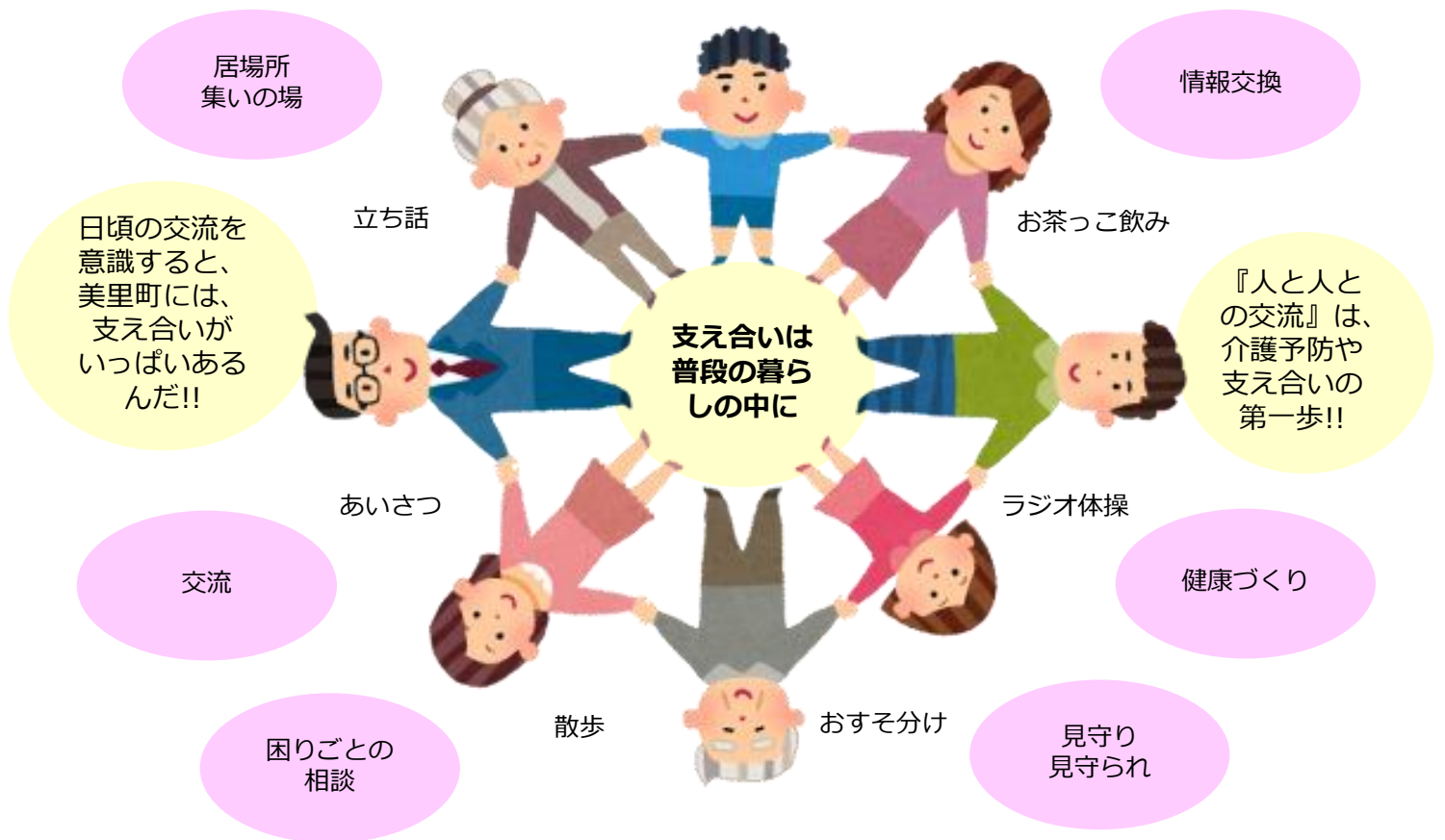
中組 友の会のみなさん
(中組行政区)

**地域は家族、
新しい大家族のカタチ**

3つの活動それぞれのきっかけや地域性は違いますが、共通して、これからも、この地域で暮らしていくというあたたかく、強い思いを持ち活動していることがわかりました。「お茶っこ会」という身近な交流から、支え合いの地域づくりについて共に考える機会となりました。今後も、美里町生活支援体制整備協議会では、地域みんなが仲間や家族のように、気にかけて合い、見守り合い、支え合う力を一緒に育めるよう活動の活性化を推進していきます。

美里町のお宝を紹介します

暮らしの中のさりげない見守り・助け合い・健康づくりや介護予防など世代を問わない地域の支え合い情報



歩いて行ける公会堂で、介護予防

荻埵公会堂で毎月第一木曜日に行なわれている、ふれあいスマイルクラブは、地域の介護予防を目的に筋トレやストレッチを行なっています。

荻埵公会堂は、7年前の震災で全壊となりましたが、地域住民の「集う場として公会堂は、どうしても必要だ」との声により、住民の協力等で震災から約4年後に新築されました。

メンバーが個人的に学んできた介護予防体操を、自分の学びとするだけでなく、地域に広め、発信することで、地域全体が元気になっています。



ふれあいスマイルクラブのみなさん
(荻埵行政区)

**みんながいるから続けられる
気軽に行ける・集える
地域の居場所**

専門職も一緒に地域づくりに取り組んでいます！

JAみどりの ふれ愛福祉センター

介護予防サービスセンター「きらり」

住み慣れた地域でいつまでも活躍したい！仲間づくりをしたい！笑顔でいきいきとした生活を送りたい！そんなシニア世代の皆様のための介護予防サービスです！！

ドイツ製の筋トレマシン「ボディ・スパイダー」
でトレーニング♪



開催：月4回（毎週水曜日）
時間：10時～13時30分
会場：JAみどりの本店
対象：要支援1、総合事業対象者(※)
費用：1回370～円
（利用者の負担割合による）
昼食：別途500円

これからも元気に地域の活動
に参加したり、仲間と楽しく
過ごすため、今の健康維持や
筋力UP！を目指します。

※総合事業(介護予防・日常生活支援総合事業)

65歳以上すべての人を対象に、ひとりひとりの状態に合わせたサービスを利用することができます。
「介護予防・生活支援サービス事業」は訪問型サービス、通所型サービス(「きらり」は通所型サービスAとなります)、生活支援サービスです。また、「一般介護予防事業」は65歳以上の人すべてが利用できますが、主に比較的心身共に健康で自立した方の介護予防を目的としています。

ふれ愛福祉センター小牛田の ケアマネジャーのみなさん



住み慣れた地域で、いつまでも
暮らせるよう、また、ひとり
ひとりが役割を発揮できる
地域の実現を目指し、私達も
地域づくりに貢献します。

【連絡先】

JAみどりの福祉部
ふれ愛福祉センター小牛田
〒987-0024 美里町中埴字卯時3番地1
TEL:0229-35-1331
FAX:0229-35-1332

次回は「美里町
シルバー人材セ
ンター」を紹介
します！



後列左から
大柳妙子さん(管理者兼主任介護支援専門員)、日下晶子さん(介護支援専門員)、
阿部洋美さん(介護支援専門員)

前列左から
中山あずみさん(介護支援専門員)、木村文さん(介護支援専門員)、千葉久美さん(業務統括兼介護支援専門員)

「みさとのラジオ体操」プロジェクト

**協力者
募集!!**



美里町の住民みんなでオリジナルラジオ体操DVDを作ります!

どの世代にも馴染みのあるラジオ体操に取り組み、一人ひとりの健康増進・介護予防、集いの場づくり等、体操を通して地域づくりにみんなで取り組みましょう!

DVDへの出演、ビデオ撮影、楽器演奏等の協力者を募集します。個人、グループ、団体、企業など、プロジェクトへの参画をお待ちしています。

- 目 標 ①高齢者を中心とした多世代の地域住民が美里町オリジナルのラジオ体操DVDの制作・普及啓発に携わることにより、社会参加を図ると共に、心身機能の改善や生きがいのある生活QOL(生活の質)の向上をめざします。
②DVDを活用して、身近な地域における運動の機会や集いの場をつくり、主体的に実践することにより、世代を超えて誰もが共通する課題である健康づくり・介護予防について、オリジナルラジオ体操の普及啓発を通し支え合いの地域づくりを推進します。
- 期 間 平成30年6月1日(金)～平成31年3月31日(日)
※撮影日等の詳細は、後日社協だより等でお知らせ致します。
- 募集内容 ①みさとのラジオ体操DVDへの出演者(ラジオ体操を行う)
②みさとのラジオ体操DVD制作に係る楽器等の演奏者
③みさとのラジオ体操DVD制作に係る撮影協力者
- 対 象 美里町民、美里町の学校・企業等に通学通勤している方等
- そ の 他 参加費等の徴収はありませんが、傷害保険料やその他の経費は参加者負担となります。また、プロジェクトメンバーやスタッフへの報酬はありません。
- 申 込 み 下記まで、来所、電話、FAX、又はメールにてお申込み下さい。
- 主 催 社会福祉法人 美里町社会福祉協議会
TEL : 0229-32-2940 FAX : 0229-32-5160
E-mail: misato@misato-wel.com
担当 / 地域福祉課 生活支援係 : 浅野、高橋(ゆ)



私のまちの地域支え合い情報紙「おげんきですか。」

表紙の写真 : 佐藤 和子さん、佐藤 莉里雅(りりか)ちゃん (高城行政区)

発 行 日 平成30年6月1日
発行・編集 美里町生活支援体制整備協議会 【美里町・社会福祉法人美里町社会福祉協議会】
〒987-0038 宮城県遠田郡美里町駅東二丁目17-4 (美里町駅東地域交流センター内)
TEL : 0229-32-2940 FAX : 0229-32-5160 E-mail: misato@misato-wel.com