

おげんきですか。

私のまちの地域支え合い情報紙



ここでの学びを地域へ！
先輩方の想いを
受け継ぎながら
これからも前進します！

第14号

2021.3

美里町のお宝を紹介します

～ 地域編 ～

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活動はたくさんあります。

人もお店も
みんな地域の一員。
お互いに気かけあい、
見守りあうことが
地域の安心へ。



みなさんの
地域の素敵な活動や
コロナ禍の中、工夫した
地域のつながりを
教えてください！



その1

やおや 『808キムラ』

駅前きむら かつやにある『やおや 808キムラ』の店長木村勝也さん。人情と支え合いを大切に約50年この場所で八百屋を営んでいます。

「最近、お客さんで運転免許証を返納したという方が多い。そんな方の手助けとなればという思いで配達をしている。」と現在、無料でお店の商品の配達や送迎等を行っています。

また、「常連さんの姿が見えないと心配になる。配達の帰りに様子を見に行ったりもするよ。」と、商売の垣根を越え、地域の一員として見守り活動も行っています。お店も含め地域ぐるみで、見守りあうことで、より安心して生活できますね。

商品の配達条件はありません。
お気軽にご連絡下さい！
住所：美里町字素山町3
電話：33-3035



(808キムラ 店長木村勝也さん)

人もお店も地域の一員
地域ぐるみで
見守りあうことが安心へ

その2

『桜木サロン』

『桜木サロン』は、毎月第1月曜日に駅前地区センターにて、手芸を楽しんでいます。当初は、一人暮らしの方のサロンとして平成12年に結成しましたが、現在は、手芸好きのメンバーが集まる憩いの場となっています。

「みんなが先生。」とそれぞれが得意分野の先生となり、これまで数えきれないほどの作品をともに作ってきました。

また、「隣近所のお茶飲みが減っている今、このサロンは地域と交流できる貴重な場。家庭ではできないコミュニケーションが、ここではできるの。」と、「私らしさ」が作品となり、「私」がより輝けるサロンとなっています。



(桜木町行政区)

“私”が輝く地域のサロン
キラキラと個性が光ると
私も地域も 元気になっていく

その3

『小牛田ふれあいサークル』

感染症の影響で、活動を休止した時期を経て「仲間とレクダンスを踊れる幸せを感じています。」と声をそろえる皆さん。結成から30年以上。先輩方の想いを引き継ぎながら“ふれあい”を大切に、歩みをつないでいます。

「膝が痛くても、みんなと踊ると元気になれる。」と、不思議と痛みが消えるのは、仲間がいるチカラかもしれません。

また、近々、町の認知症サポーター※養成講座を受講予定とのこと。みんなで学びを深め、今後は見守り・支えあう地域の応援団としても、ますます期待されています。

※認知症サポーターとは…

認知症について正しく理解し、認知症のご本人やその家族をあたたく見守り応援する人のこと。講座を受講した方は「認知症サポーター」として、地域の認知症の方やそのご家族への声掛けや手助けをしています。



(小牛田ふれあいサークルのみなさん)

本小牛田コミュニティセンターを会場に毎月第2、4月曜の午前に活動中です！



ダンス+見守り・支えあい
みんなで「いちにつきん♪」
ステップ刻み、仲間づくり

くらしのサポーター※中埜地区 「住民バス時刻表 中埜3区版」 が完成しました！



おげんきですか。第13号に記載しました、くらしのサポーター中埜地区のメンバー等による『住民バス時刻表 中埜3区版』が完成しました。



完成した時刻表は、中埜3区行政区内にて回覧版を通し配布。地域の方からは「バスに乗ってみたいと思っていたけど不安で乗れなかった。これを機に乗ってみようと思う。」等の声が聞かれており、移動手段の一助になっています。

※くらしのサポーターとは…
ふだんのくらしの中のあらゆる地域課題の解決に向けて取り組む地域の応援団です。

桜木町行政区 いきいき百歳体操 始動しました！

桜木町行政区では、2/1(月)から「いきいき百歳体操(※)」を本格的に取り組み始めました。3カ月間の町のモデル事業を経て、このほど、行政区の活動として開始となりました。行政区でいきいき百歳体操に取り組むのは、町内で第1号です。



メンバーで役割分担し、体温チェックや換気、手指消毒等を実施し、感染症対策もばっちりです。これから、一人ひとりの介護予防・健康づくりに加え、新しいつながりが育まれ地域がますます元気になるよう、美里町長寿支援課と町社協もサポートしていきます。

※いきいき百歳体操とは…
専用の“おもり”を両手足につけて、指導用のDVDを観ながら行う筋力強化の体操です。美里町では、健康づくりや介護予防、通いの場づくりなどを目指し、行政区単位での普及を進めています。

ストップ！コロナ差別！！

～たたかう相手は、ウイルスです！～



差別や偏見の原因は、不安や恐れです。

新型コロナウイルス感染症が広がったことで、私たちの生活は一変しました。できなくなったことは、数え切れません。会いたい人と会えないもどかしさ、以前のように活動できないジレンマ…。しかし、たたかう相手は、「人」ではなく「ウイルス」です。

そのためにも誹謗中傷をなくし、発信源がわからない情報や噂に振りまわされてはいけません。今こそ、一人ひとりがお互いの立場に立ち、思いやりの心を持って支えあう時です。

この困難の中、対応しているすべての人に敬意を払い、感謝しましょう。そして、正しい情報のもと、一呼吸おいて冷静な行動をとりましょう。

思いやりが“安心”へ

コロナ禍の中、周りの人が、どんな気持ちで過ごしているのか想像してみましょう。もし、自分が言われたら、うれしい言葉は…？ かなしい言葉は…？

相手の立場や気持ちを想像し、寄り添うことで、思いやりが“安心”へとつながります。

つながることが“共生”へ

周りの人で、最近元気がない人や気になる様子の人はいませんか。それは、「話を聞いて！」のサインかもしれません。

一方で、困ったことがあったら、その気持ちを誰かに伝えることも大切です。人と人がつながることで、“共生”がうまれます。

支えあう力が“健康”へ

いろんな人のことを「思いやり」、その人たちと「つながる」ことで、自然と支えあい育まれます。困った時は、お互いさま。

その支えあいが、心も体も、そして地域も元気にし“健康”につながります。

やさしさの連鎖を広げよう

誰かを差別するのではなく、相手を思いやり、つながり、支えあうことで、やさしさが広がっていきます。

私たち一人一人の心の中に、やさしさを広げることで差別のない“やさしいまち”をつくることにつながります。

美里町のお宝を紹介します



～福祉事業所編～

美里町には、地域の一員として地域づくりに参画している事業所がたくさんあります。



合同会社 パーシモン

合同会社パーシモンは、平成 30 年に設立し、地域に根ざしながら『自分が利用したいと思える事業所』をコンセプトに、現在「デイサービス木漏れ日」「有料老人ホーム木漏れ日」を運営しています。

「コロナ禍の中、感染対策をしながら利用者様とともに、今私達にできることを実践しています。」そう語るのは、管理者の高野裕子さん。利用者様と行うレクリエーションもコロナの影響で様変わりしたそうです。外に出かけるイベントが難しくなったこともあり、生活にメリハリがもてるよう利用者様の特性に合わせ、個別レクリエーションを実施。感染対策のもと、手打ちうどんや手づくりパンの調理、他にも四季折々の壁画やしおりなどの作成をしています。完成した作品は、南郷図書館などにも展示しておりますので、足を運んだ際には、素敵な作品を是非ご覧下さい。

また、併設しているコミュニティスペース「木漏れ日ハウス」では、認知症カフェ[※]を開催し、地域との交流を深め、ともに学ぶ場所となっています。(現在、認知症カフェは感染症拡大防止の観点から休止中しておりますが、笑顔で会える日常が戻った際、再開予定です。)

代表の西城敦子さんは「コロナが落ち着いたら、認知症カフェを再開し地域のみなさんと笑顔で会いたいです。」と地域の方との再会を心待ちにしています。今後は、認知症への理解啓発も兼ね、コミュニティスペース「木漏れ日ハウス」を活用し、世代を超えた交流の場となるよう地域のみなさんと検討していきたいそうです。

※認知症カフェとは…

認知症の方や家族、地域住民、医療や介護の専門職、認知症について関心がある人など誰もが気軽に集まり、安心して交流を楽しむ場のこと。また相談等もでき、認知症に関する情報を得ることもできます。



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：小牛田ふれあいサークルのみなさん（写真撮影時のみマスクを外しております）

発行日 令和3年3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