

いしかわまち

「地域の支え合い通信」

編集：生活支援コーディネーター NO.14 発行日：2024.10.1

発行：石川町役場保健福祉課
TEL 0247-26-9124
石川町社会福祉協議会
TEL 0247-26-3793

各福祉部会の活動

母畑

6月から2ヶ月に1回、母畑第1区・上母畑区・湯郷渡区・北山区毎に一人暮らしの75歳以上の方に詐欺防止や熱中症予防のチラシを持って訪問しています。7月3日には、グループホームクロバーにて、「出張オレンジカフェ」を開催し、認知症について包括支援センターの方から説明を受け、入所されている方と交流しました。

母畑でも「お互い様の助け合い」ができる地域を目指して取り組みを続けて行きたいと思えました。

母畑地区 永沼

中谷

中谷地区では、今年から新しく介護予防のため「折り紙」をみんなで集まって楽しむ広場を開催しました。紙ヒコキを飛ばしたり、折り鶴を作ったり「昔はよく折ったけど、忘れちゃったなあ」と頭を悩ませながら何度も鶴に挑戦する姿がありました。最後に立体かぶとを折って、難しいながらも達成感を

味わっていたようです。

今後も継続して皆さんと集まり作品作りをしていきたいと思えます。『折り紙』の他にも、今、石川町で盛り上がりつつある『ポッチャ』も実施に向けて計画していきたいと思っています。楽しい事見つけたい皆さんで笑顔になりましょう！！

中谷地区 吉田

山橋

4月から毎月行っているミニデイ『ふれあい広場』では20名以上の方々が参加し、笑いヨガや懐メロを合唱したりと趣向を凝らして楽しい時間を過ごしています。ボランティアさんの手作りランチも楽しみの一つです。

8月には、モチモチの会主催の『レインボーカフェ』を開催しました。お茶やおしゃべりをしたあとは、4チーム対抗の「山橋流ポッチャ大会」を楽しみました。

健康大学では、男性会員が集い学び合っています。

山橋地区 湯沢

野木沢

講演会以降にスタートした福祉部会補助サークル「よりそう会」のメンバ

1は3地区から集まり、今までの経過を共有し、地域での課題などを出し合ってきました。

誰もが高齢になってくるので、隣近所で支え合えるよう、困りごとを相談できるような仕組みづくりと勉強会を開いていきたいと思っています。

野木沢地区 塩田

沢田

6月13日に地域サロン交流会（参加者67名、20チーム）を開催、皆さんの笑顔がありました。

また、7月10日に4年ぶりに「沢田地区福祉ネットワーク事業研修会」と部会主催の「認知症サポーター養成講座」を同時開催し、46名の方の受講がありました。ロールプレイや参加者同士で話し合い、考えや意見を述べていただく場面もあり、認知症や地域の支え合いについて考える良い機会となりました。

7月17日にはミニデイ「白鳥の会」も始まっています。長寿会「そろばん講座」も興味を持たれた方が徐々に増え、「楽しかった」と話してくださいます。これからも地域の皆さんの「楽し」や「来てよかった」が増えるよ

うに、お知恵を拝借しながら、地域のみなさんと一緒に活動していきたいと思っています。良いアイデアやお声をお待ちしています。

沢田地区 水野



地域福祉ネットワークの様子

石川

総会が6月21日に開かれ、①地域に住む高齢者の方が何に困っているか、丁寧に傾聴していく。②いずれ我が身「互いに助け合う地域づくり」の為に何が出来るのかを話し合っています。また、8月17日石川自治協議会4部会合同で盆踊り、灯笼流しを実施したところ大勢の方に参加いただき大変賑わいました。高齢の方は懐かしがり「こういった場が無くなった」との声が。地域交流の場、人とのつながりを大切にしていきたいと思えます。

石川地区 金内

誰もが住み慣れた地域で 最期までいきいきと



本町でも支え合える地域づくりに向けて各地区で話し合いが始まっています。誰もが住み慣れた地域で、いつまでも安心して暮らし続けられるよう、一緒に助け合いの地域づくりを考えていきましょう。

第10弾

新しいふれあい社会

これからの「助け合い」を

一緒に考えよう

「お互いさまの助け合い」ができるまちづくり

去る8月22日に石川町帯では「ゴミ出し」や「買い物」などのちよつとした困りごとが挙げられています。いざという時、介護保険のサービスだけでは、私たちの生活は安心して暮らせるわけではありません。誰かに頼みたいけど頼める人が近くにいないという人が増えてきます。身近な地域で、見守りも含め「困りごと」のお手伝いの仕組みがあればと仕組み作りを始まっているところもあります。

高齢になったとき、誰もが

その後、グループ毎に「地域で生活する上での課題」と「それを解決するために必要なことは何か」を話し合いました。

高齢になってくると出てくる困りごとは、まず「身の回りのこと」から始まり、ひとり暮らしや高齢者世

ご家族・ご近所さんや友人・知人で「支え合い」について「我が事」として一緒に考えてみましょう。

「困ったときはお互いさま」の助け合い なぜ、必要になるのでしょうか

団塊世代の最後の方が2025年、後期高齢者の仲間入りをします。国民の5人に1人が後期高齢者の超高齢化社会を迎えます。町の高齢化率も40%台に突入しました。高齢者単身世帯も約600世帯となっています。介護保険でみると軽度の認定者が増えて生活支援を必要とする人が増えています。介護の人材不足等もあり、介護保険のみでの対応が難しくなっています。これからは、健康寿命を延ばすこと、そのために、生涯現役という気持ちでいつまでも元気に生活することが望まれています。

「支え合いの地域づくり」が 必要なわけ

高齢になってくると、介護以前に生活していく上での困りごとが増えます。困りごとは「身の回りのこと」から始まり、介護保険も万能ではなく、介護保険だけで安心して暮らせるわけはありません。加えて、高齢者の孤立化が大きな課題になっています。最後まで地域で暮らすためには、「お互いさま」の助け合いを広げることが大切です。

3地区の福祉部会活動報告

沢田地区 健康福祉部会長

飯村和美氏

高齢者の「困ったな」をお手伝いしてくれる人「お達者さん」の登録、傾聴訪問活動をしています。地域サロン交流会では「ポッチャ大会」を実施し、大いに盛り上がりつつあります。昨年の文化祭では、健康福祉部のブースを設け、部会の活動について知ってもらうために「パネル展示」、さらに健康づくりに興味を持ってもらうために体組成計測定と

握力測定を実施し、約150名の方が参加してくれました。

研修会では認知症について学び「健康長寿」と「社会貢献」を主に「向こう三軒両隣 困ったときはお互いさま」の助け合いができる地域を目指して取り組みを続けていきたいと考えています。

中谷地区 中谷自治センター

福祉部会 支援員 吉田真澄氏

福祉部会のほかに方部会では一人暮らし・日中一人暮らし高齢者の生活支援の入口として訪問活動を行っています。補助サークル「つながっぺ」では、困りごとへの迅速な対応をしようというところで進んでいます。

現在の主な活動は、「買い物付き添い」と「買い物代行」です。今後ボランティアさんのやりがいにつながるよう配慮して活動していきたいと思えます。



山橋地区 山橋自治センター

福祉部会 支援員 湯澤千春氏

令和5年の山橋地区での岡野先生の講演会後、補助グループ「モチモチの会」(持ちつ持たれつの会)が立ち上がりました。モチモチの会ができること、皆さんに楽しんでもらえるよう、2月のバレンタインカフェ、6月のレインボーカフェと「モチモチカフェ」を開催しました。歌やおしゃべり、ポッチャで交流したりとカフェを通して「ちょっとした困りごと」のある人と助け合ってくれる人のつながりになれば・・・と思っています。



地区の活動発表後、グループに分かれて「地域で生活する上での課題」についてと、出された課題を解決するために必要なことは何か」ということで話し合いました。内容が盛りだくさんだったので、十分な時間が取れませんでしたが出された

内容については以下のとおりです。

「地域で生活する上での課題」

- ・自治会加入の減少 隣組に入らない↓つきあいが少ない。
- ・新しい住宅地なので人と人とのつながりが薄い。
- ・独居高齢者の増加↓地域のつながりが少なくなる。
- ・外出の際の移動手段がない。
- ・老々世帯が増え、ゴミ出しに苦労している姿を目にする。
- ・話し相手がいない。(話を聞いてほしい)
- ・地域住民とのつながりが以前に比べ希薄になっている。
- ・雪かきや草むしりが大変。
- ・外出の足がない。
- ・組、自治会を抜ける人が増えた。
- ・男性の方のつながりが少ない。
- ・歩いていける距離に友達がいない。
- ・コロナ以降、近所での行き来や交流が減っている。



グループワークの様子

- ・気軽に集まる場所が少ない。
- ・サービスの情報が住民に伝わっていないところが多々ある(利用できない)。
- ・運転免許の返納した人が増えた。
- ・買い物は車がないと不便。
- ・移動の問題がある。

「出された課題を解決するために必要なことは何か」

- ・近くに店がないので、買い物バス(同行を含め)などの利用。
- ・移動販売の利用
- ・男性の参加
- ・有償ボランティア(保険加入)
- ・デマンド交通(町内どこでも乗れるように地区を広げる)
- ・男性活躍の場(庭の手入れ、大工仕事など)
- ・傾聴ボランティアの活性化(何でも聞いてくれる人)
- ・協力してくれる方の登録
- ・雑談できる場所
- ・高齢者の人が集まっておしゃべりできる場があるといい。
- ・近所でゴミ出しの手伝いを募る。
- ・若い方々が福祉について学べる講演会の開催(いずれ我が身)

- ・困った人も頼みやすい方法の検討(ポイント利用券、廉価な料金)
- ・困ったときの連絡方法と支援のネットワーク(家族、縁者の連絡先の掲示)
- ・声をかける人(知り合いの人)ができるきっかけを作る。
- ・近所の方へ緊急連絡先を知っていることよい。
- ・高齢者シェアハウスがあるといい。

【感想】



○介護保険の認定者での受けられるサービスは限度があるため、地区内で その方が助けてほしいとの「声」をどのように地域内で聞くことができるか改めて見直しして細かな項目でも「お助けマン的」活動をしていくよう勧めたい。(区長)

○地域での具体的な活動が求められていると感じました。地元、行

政区の中で話し合いを進めていきます。(区長)

○介護保険が万能でないことが理解できるとともに、助け合いの必要性も理解でき大変参考になりました。(民生委員)

○外の地区ではいろいろなサークル、つどいがあるのを知り、自分の地区にもあったらよいと思います。人とのつながりの大切さを知ることができました。

○地域の課題を小さなことから解決していかなければいけないと思いました。地域の人が笑って話し合える場を工夫して作っていることが素晴らしいです。

○高齢化社会の中で人とどうつながり、支え合うことができるか考えさせられました。自分ができることを探して、少しでも地域の中で活動したいと思う。

(一部のみ掲載)

「みなさまから出された課題」や「解決するために必要なこと」について各地区ごとに再度、みなさまで話をする時間を作りたいと予定しています。ぜひ、ご参加ください。