生活支援体制整備事業　第2層　『栗原市地域支え合い情報誌』
第６号
2019年９月16日 発行

今こそ地域支え合い!!

住み慣れた地域で元気で暮らしていくために

【編集・発行】　社会福祉法人栗原市社会福祉協議会　電話 0228-23-8070　FAX 0228-21-4774

楽しいから続けています！！

『細倉老人家庭バレーボール愛好会』

毎週火曜日から金曜日、バレーボールを楽しんでいます。

たくさん汗を流し、仲間と一緒にプレーし、笑うことが、健康維持と生きがいづくりにつながっています。

この「栗原市地域支え合い情報誌」は、これまで何気なく行われてきた地域の支え合い活動を紹介するとともに地域づくりにつなげていくものです。

協議体って？

～ 地域が元気になるための話し合い（情報共有）の場 そして、住み続けたいと思う住民主体の地域づくりへつなぐ場です ～

地域の様々な関係機関が構成員となり、10年後、20年後も地域で安心して暮らし続けることができるよう、今ある自分たちの活動や今後無理なくできることなど、地域の支え合いのしくみづくりを「わいわい がやがや」話し合う場です。

各地区に設置された推進会議（第2層協議体）では…

平成 30年度市内10地区に設置された第２層協議体では、地域資源（お宝）の情報提供や情報共有を行い、これからの介護予防や生活支援サービス等の取り組みなど、地域の特性を活かした話し合いが行われています。

「わいわいがやがや」の内容は

例えば…

- まずはお互いの活動を知る（構成団体の活動紹介等）
- 活動の中で見つけたお宝紹介
- 見つけたお宝に意味づけ
- ゴミ捨て、移動手段、閉じこもりがちの方の見守り等

地域課題等について話し合われました。

情報交換・協力体制の構築の場

情報交換を通じて、関係機関が連携し、協力し合える体制づくりを構築していきます。

今回栗駒地区では、地域資源（お宝）の良さを再認識し、高齢者を支えるには、子どもを交えた世代間交流の場が、今後ますます必要との意見にまとまりました。

第１層
推進会議

第２層で話し合われた情報は、第１層（栗原市）でも情報共有・課題検討されています。

生活支援コーディネーターとの連携の場

地域資源（お宝）を発掘し、推進会議や情報誌で繰り返し発信しながら、事業の普及啓発を行っています。

月１回の生活支援コーディネーター定例会議開催

各地区で行われている支え合い活動及び地区推進会議で話し合われた情報を共有し、協議体のよりよい運営に活かしています。

築館地区

～ 支え合える地域づくりを目指して ～

第１回 地区推進会議

開催日：令和元年７月９日(火)

協議体を設置して2年目となり、今回は東北こども福祉専門学院副学院長大坂純先生をお招きし、改めて「なぜ支え合える地域づくりが必要なのか、第2層協議体の役割は何か」について、講話いただきました。大坂先生から「新しい取り組みをするのではなく、今、できることが大切で、支え合いは自分のためにもなる」とのお話を受け、構成団体や地域で行われている活動について情報共有しました。

つながり・介護予防

館下　フレンド会

みんなで　声かけあって

「お互い支え合い、楽しく暮らして行きましょう」と、今年５月に“フレンド会”を立ち上げました。２ヶ月に１度、奇数月の第３土曜日午後１時30分～３時まで“お茶っこ会”を開催しています。

２回目となる７月20日㈯は、“ミュージックケア”で介護予防。音楽に合わせて楽しみながら体を動かし、心地よい汗を流しました。次回は、９月21日㈯です。

若柳地区

～ 誰もがここで良かったと思える地区をめざして ～

第１回 地区推進会議

開催日：令和元年７月３日（水）

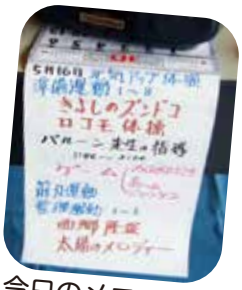
令和に入り初めての地域が元気になるための「わいわいがやがや」の話し合いである、地域支え合い若柳地区推進会議を開催しました。

昨年度を振り返りながら、あらためて、ここ若柳の地域資源であるお宝探しをした後は、暮らしの中にある、小さな何気ない活動に、意味づけをすることで、お宝に更に磨きをかけました。

生きがい・介護予防

もくよう会

週一回のもくよう会



今日のメニューはこんな内容です

レクダンスを長年続けていた仲間が集まり、いつまでも元気に筋力アップを図りたいとの目的に、１月に「もくよう会」として設立し毎週木曜日にアスパルで活動中です。

くりはら元気アップ体操での準備体操の後は、レクダンス、その後は毎回メニューを変えて、レクリエーションで楽しみます。60歳～80歳代の会員で最高齢者は85歳。今日も背筋を伸ばし、張り切ってレクダンスを楽しむ姿に拍手！

栗駒地区

～ いつまでも住み続けたい地域を目指して ～

第１回 地区推進会議

開催日：令和元年７月23日（火）

「地区の実情から地域づくりを考える」をテーマにグループワークを行いました。前年度の振り返りを踏まえながら、地区で行われている活動、その活動の効果や継続していく為にはどのようにしていけば良いか意見を出し合い情報交換しました。様々な活動の情報を共有でき、良い話し合いとなりました。

見守り　　仲良し会

仲良しの仲間で情報交換

昔、野菜売りの場所として提供していたお宅に、家主の人柄の良さにひかれ、みんなが集まるようになりました。毎週水曜日、持ち寄りのおやつを囲み、賑やかな情報交換の場となっています。

70代から80代の女性で、暮らしの知恵、野菜作り、踊りなどの話で盛り上がります。気心の知れた仲間同士だからこそ、見守り見守られる関係ができています。

高清水地区

～ ここで良かったと思える地域に ～

第１回 地区推進会議

開催日：令和元年７月18日（木）

「地域のお宝と各団体のお宝」～今を知り、今後の活動を考える～をテーマとし、各団体から自分たちの思っているお宝について情報共有を行いました。

それぞれの団体のお宝を知り、お互いに意見を出し合い、より地域を知る機会となりました。

世代間交流　　７区自治会

みんな一緒に世代間交流

今年で10回目となるグラウンドゴルフ大会。数年前からは７区PTAと協力し、子ども達も参加しています。子ども達とふれ合うことで住民同士のつながりが深まり、地域がますます元気に。

一迫地区
～ 助け合い・支え合いの地域を目指して ～

つながり・交流　もくれんの会

月に一度のお楽しみ

「最近集まる機会が減ってきたね」との声から毎月第3木曜日を定例とし、お茶っこ飲みを行っています。

毎月の活動内容は、工作や手芸など取り組みたい事を持ち寄り、楽しみながら交流を深めています。

介護予防　大館地区社会福祉協議会

お茶っこ会で元気に!!

初めて「スカットボール」を体験しました。入りそうで入らないもどかしさで大賑わい。ご近所さんと集まり、体を動かし大声で笑い合うことが、何よりの介護予防になります。

瀬峰地区
～ みんなの願いをかたちに ～

世代間交流　川前地区社会福祉協議会

みんなで一緒に

小学生からお年寄りまで川前老人憩いの家に集まり、用水路の生き物調査、スイカ割りやストラックアウトなど楽しい企画が盛りだくさんの、とても賑やかな交流会となりました。

様々な世代の人々が集まり、顔を合わせて交流することが地域を元気にしていくことにつながっています。

介護予防・交流　上藤沢地区社会福祉協議会

お茶っこ会

保健推進員を中心にお茶っこ会を開催しています。農繁期には忙しく、なかなか集まる事が出来ませんが、みんなで顔を合わせて大きな声で笑うことが何よりの楽しみです。

この日は紙パックタワーを積んだり、輪投げをしたりと頭と体に刺激を与えて、介護予防に取り組みました。

鶯沢地区

～ 支え合う地域づくりを目指して ～

第１回 地区推進会議

開催日：令和元年５月22日（水）

今回は「高齢者に対する各団体の取り組み状況について」をテーマにしました。団体の活動について情報共有を行い、初めて知る取り組みに、質問や意見が活発に出され、お互い知恵を出し合うことで、５年後も10年後も住み続けられる地域づくりに、また一歩近づけた話し合いとなりました。

生きがい　　趣味の教室　書道

筆に思いを込めて

参加者の経験年数は様々ですが、先生に指導をいただきながら、自分のペースで練習しています。休憩時間の会話も楽しみの一つとなっており「ちょっとでも上手になりたい」という目標があることで生きがいづくりにつながっています。

金成地区

～ お互い気に掛けあい 安心して暮らせる地域に ～

第１回 地区推進会議

開催日：令和元年７月12日（金）

「暮らしやすい地域にするために」～それぞれの活動からみた地域とのつながり～をテーマとし、グループワークを行いました。すでに行われている集いの場を継続することで、住民同士のつながりが深まり、暮らしやすい地域づくりになることを共有しました。

生きがい・介護予防　　金成陶芸愛好会

共通の趣味を通して！

陶芸好きなメンバーが集まり、ろくろを回し形作りからはじめて、色づけ、焼き上がりまで５日間かけて作ります。窯から出す瞬間や次は何を作ろうかと考えることが生きがいとなり、手先を使う作業は介護予防にもつながっています。

志波姫地区

～ お互いに力を合わせ地域の支え合い ～

第１回 地区推進会議

開催日：令和元年７月18日（木）

「共に支え合う地域づくりを」～地域のお宝の意味を考えよう～をテーマに、グループワークを行ないました。

お宝に意味づけすることから始まり、行事に参加してもらうための方法等について話し合いました。日頃から声がけし合い、交流をもつ事の大切さを共有しました。

介護予防　　上地区社会福祉協議会

楽しくお茶っこ会

ラジオ体操で体をほぐしてからスタート。パズルなどの指先を使うゲームで、楽しみながら健康維持や介護予防につなげています。男性の参加も多く、いつまでも元気に参加出来るようにと、みんなで頑張っています。

花山地区

～「暮らし続けたい」という願いをかなえるために ～

健康維持　　花山ペタンク愛好会

にぎやかに交流

68歳から92歳の会員15名が、週２回ミズバショウ公園でペタンクを楽しんでいます。宮城国体をきっかけに活動を始め18年間続けています。何より、みんなで集まり活動することが健康維持の秘訣です。

介護予防　　宿・程野地区合同お茶っこ会

健康体操で体力増進

２地区合同のお茶っこ会。この日は栗原市保健推進室より講師を招き、認知症等の講話と栗原市健康づくり運動推進サポーターによる健康体操を行いました。情報交換をしながら交流を深め、「やっぱり健康が一番ね」と声をかけ合いました。

支え合いは自分のためにもなる！

普段の挨拶、ご近所づきあい、お茶っこ会、散歩など様々な活動は、誰でも当たり前にやっていることです。見守り、見守られるお互いさまの関係が「地域の支え合い」づくりへとなります。そんな当たり前の活動が自分のためにもなり、楽しみや生きがい、介護予防へもつながります。

支え合いは・・・

健康になる

・介護予防になる
・運動量が増える
・認知症予防になる

人と人とのつながりが広がる

・友人ができる
・情報が入る
・知識豊富になる

役割のある暮らしが続けられる

・社会貢献ができる
・いくつになっても現役

支え合うことでつながりのある楽しく安心できる暮らしが続けられます

(仮称)地域支え合い活動発表会

地域のお宝（支え合い）を市民の皆様と生活支援コーディネーターが発表します。専門の講師による分かりやすい解説のほか、集いの場のパネル展示なども企画しておりますので、皆様、お誘い合わせのうえ是非ご参加ください。

- ●日　時　11月16日(土)13:30～15:00
- ●場　所　栗原文化会館
- ●講　師　東北こども福祉専門学院
  副学院長　大　坂　　純　氏
  仙台白百合女子大学人間学部
  准教授　志　水　田鶴子 氏
- ●問合せ　栗原市市民生活部介護福祉課
  電話 0228（22）1350

※都合により内容が変更になる場合があります。

生活支援コーディネーターは、

地域にある人と人とのつながりや支え合いの活動（地域資源）を把握し、新たな支え合いの推進役となります。

これからも、生活支援コーディネーターが、地域におじゃまします！

編集・発行／社会福祉法人栗原市社会福祉協議会

築館支所	TEL23-8087	若柳支所	TEL32-3083
栗駒支所	TEL45-2150	高清水支所	TEL58-3637
一迫支所	TEL52-4433	瀬峰支所	TEL59-2322
鶯沢支所	TEL55-2834	金成支所	TEL42-1248
志波姫支所	TEL22-2713	花山支所	TEL56-2028

ホームページアドレス
http://kurihara-sfk.jp/

← モバイル版はこちら!!
バーコードリーダーで読み取り。
モバイルサイトにアクセス!