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８号
2020年３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

元気のもとは、笑顔と交流

「花山地区老人クラブ連合会」軽スポーツ大会

冬の間も、会員同士が笑い合いながら体を動かすことで、生きがいとなり、元気の源になっています。

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。

地域づくりの木
（支え合い活動の展開を樹木で示したものです）

制度にもとづくサービス
介護保険制度を利用するサービス（デイサービス・訪問介護等）

制度外で行う生活支援サービス
自主的な事業（配食、移送サービス・移動販売等）

地域支え合い活動
地区内の防災訓練・お茶っこ会等

日常の支え合い
ご近所同士のお茶飲み、おすそわけ等

起業・組織化

自治会などの地域の組織

仲間・有志

ご近所づき合い

友人・知人

伝統　宝物　文化　宝物　宝物　文化

地域の暮らしは、伝統・文化の伝承から知恵と工夫が生み出され、友人や近所づきあいといった日常の支え合いや、地域で暮らしていくための様々な生活支援になっていきます。

瀬峰泉谷地区「お屋敷まつり」

築館富野地区「古代米田植え」

住民の皆さんが日ごろから何気なく行っている、あいさつ、声がけなどの支え合いは、大切な資源（お宝）であり、木の根っこの部分にあたります。普段当たり前に行われているため、その大切さに気付いていない場合が多く、上の図のように埋まっていることで、なかなか見えてきません。

住民の知恵と工夫を大切にし、この木を育てることで住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けられる地域づくりにつながります。

築館地区
～ 支え合える地域づくりを目指して ～

令和元年度 地区推進会議

今年度、４回開催しました。「住み慣れた地域で暮らしたい」という住民の願いを叶えるために、支え合いの必要性や地域資源（お宝）の把握、住民・関係機関がどうつながればいいのか等話し合いを重ね、まずは、“普段から顔の見える関係づくりが大切なこと”を共有しました。

生きがい・介護予防　　芋埣地区社会福祉協議会

お茶っこ会で　特技活かして

地区内、氏家一雄さん（85歳）は、「これ、いいなぁ」と思うと、アイデアが浮かびすぐに制作！2月のお茶っこ会では、講師になり『広告を利用した一輪挿し』を制作しました。

３月末には地区内の文化祭に出品を予定しており、皆さん、今から楽しみにしています。

好きなことを楽しみながらするのが、一番の生きがい、介護予防になりますね。

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３回 地区推進会議

開催日：令和２年２月４日（火）

専門職や団体機関と
住民が繋がることから

今年度３回目となる「わいわいがやがや」の話し合いは、まずは情報の共有。

栗原市在宅医療・介護連携センターの役割から関係機関とつながる大切さを学び、そして、住みなれた地域で暮らしていくための住民同志の繋がり方を話し合いました。いつもは、担い手側の立場になり考えることが多い委員の皆さんも、今回は自身を振り返り、自分が暮らしていく為に大切なお宝が何かを見つける機会となりました。

支え合い・つながり　　並柳笑和会

同じ地区だからお互い様　助け 助けられ

並柳地区では、地区内の住民同志で作る粗大ごみ収集の生活支援サービスがあります。

14年程前男性ボランティアからはじめた笑和会。ゴミ収集をきっかけに、つながりを持てることは、高齢者の一人暮らしには、何よりも心強いサービスです。

総世帯が270戸と大世帯のこの地区だからこそ、普段の暮らしの中での声がけ、何気ない気遣いを通じ、安否確認に取組んでいます。会長　河内　幸雄

栗駒地区

～ いつまでも住み続けたい地域を目指して ～

介護予防　芋埣元気教室

月に一度の楽しみ

地区保健推進委員が中心となり、体操やレクリエーションで賑やかに過ごします。身体を動かした後は、お茶を飲みながらの話し語りも楽しみの一つ。「ここに来るのが楽しみ」と皆さん毎月参加しています。仲間を大切にしながら、自然と介護予防へつながっています。

生きがい　つなぎ手芸の会

好きなことでつながる仲間

週に一度、昼食持参で集会所に集まり、手芸好きな皆さんが様々な作品を作り上げています。

材料を準備する人、作り方を教えてくれる人等、自然と役割があり、支え合いの関係ができています。手先を使うことで介護予防につながり、仲間と過ごす楽しみを生きがいに活動しています。

高清水地区

～ ここで良かったと思える地域に ～

生きがい　10区自治会

みんなで楽しく物作り

毎年2月に「私の宝物（作品）展」を開催しています。それに伴い、出展する作品をみんなで集まり制作しています。8年目になる今年は、ひょうたんに穴を開けた「ひょうたんランプ」を作りました。

デザインを考え、目打ちで穴を開ける作業は介護予防にもつながります。

介護予防　13区自治会

これからも元気でいるために !!

毎週金曜日「くりはら元気アップ体操」を平成29年度から取り組んでいます。継続することで見守り、体力維持、介護予防にもなっています。

また、この日は初めて「百歳までごっくん体操」も行いました。美味しく食事をし、人との会話をより楽しくするようにと真剣に取り組み、今後は「くりはら元気アップ体操」と一緒に続けていきたいとの声も挙がりました。

一迫地区

～ 助け合い・支え合いの地域を目指して ～

地域交流　　大崩地区

みんなが集うクリスマス会

地域のみんなで集まって楽しみましょうと、毎年開催されている「クリスマス会」。

バルーンアートの得意な方が子どもたちに教えたり、カラオケをしたりと地域のみんなで楽しみました。久しぶりに賑やかな子どもたちとも交流し、つながりが深まった一日となりました。

情報交換・見守り　　大場さんとご近所の皆さん

楽しい話し語り

天気の良い日には、毎日のようにお互いの家を訪問。お茶のみをしながら何気ない会話を楽しんでいます。時にはおしゃべりに夢中になり、時間を忘れることも・・・。

交流を通して、見守り、見守られる関係がつくられています。

瀬峰地区

～ みんなの願いをかたちに ～

第２回 地区推進会議

開催日：令和２年１月21日（火）

今回は「身近な地域の支え合いを考える」をテーマとして、情報の共有を行いました。昨年発生した台風19号での地域の状況を中心に話し合いました。災害にあった時にしか分からないことも多く、情報共有の場としての会議の大切さを再確認しました。

健康維持・交流　　瀬峰家庭バレーボール愛好会

継続が元気の秘訣

毎週火曜と金曜が練習日。互いに声をかけ合いながら楽しく練習に取り組んでいます。70代中心の集まりで最高齢は84歳の男性。栗原市のシニア家庭バレーボール連盟の大会に参加しています。目標に向かって続けていることが皆さんの健康維持につながっています。

鶯沢地区

～ 支え合う地域づくりを目指して ～

第3回 地区推進会議

開催日：令和元年11月20日（水）

今回は「認知症カフェ(おれんじカフェ)」についての情報共有と「いつまでも住み慣れた地域で生活したい～その願いを叶えるために～」をテーマに、グループワークを行いました。多くの方と意見を交わし連携し、必要な方法を考えていくことが大切と感じる有意義な会議となりました。

つながり・見守り　　市川さんとご近所の皆さん

ご近所のお茶っこ飲み

何年もご近所の皆さんでお茶飲みをしています。集まる日は決めていなくとも一人、また一人と自然と集まり、昼食をみんなで準備することもあります。気心の知れた仲間同士で見守り見守られる温さが感じられます。

金成地区

～ お互い気に掛けあい 安心して暮らせる地域に ～

生きがい・交流　　有壁福寿会

門松づくり

毎年、良い新年を迎えられるようにと、有壁地区３つの老人クラブ合同で門松づくりに取り組んでいます。

30年以上続いている伝統行事で、完成した門松は、地区の公民館、診療所等に寄贈しています。門松づくりを通じ、会員のつながりが深まり、地域貢献にもつながっている活動です。

介護予防　　宇南地区

いつまでも元気に！

毎週金曜日、集会所で「くりはら元気アップ体操」と「百歳までごっくん体操」、童謡の替え歌を歌いながら口腔ケアに取り組んでいます。

体操後、お茶を飲みながら情報交換し、「みんなと集まることが何よりも楽しい」と地区民の交流の場となっています。

志波姫地区

～ お互いに力を合わせ地域の支え合い ～

第3回 地区推進会議

開催日：令和２年２月３日（月）

今回は、「認知症が疑われる80歳男性が、今後も地域で生活していくために」をテーマに、グループワークを行いました。身近に少しずつ増えてきている事例に対して、地域や自分達がどのように向き合って行けば良いのか、意見を出し合いました。日頃からのつながりの大切さを共有することが出来ました。

つながり・見守り　三浦さんと仲よしの皆さん

気の合う仲間が集まって

毎日のように集まり、お茶飲みをしながら趣味の編み物やバック作りをしています。完成した作品は、友人やお茶っこ会の参加者の皆さんにプレゼント。作品作りは自分たちの介護予防になり、何気ない集まりが見守り見守られの関係につながっています。

花山地区

～「暮らし続けたい」という願いをかなえるために ～

世代間交流　草木親和会・花山放課後児童クラブ

楽しいレクリエーション大会

昨年度より２回目の草木親和会と花山放課後児童クラブのレクリエーション大会が行われました。スカットボールで楽しみ、昼食をとりながら交流。普段、子ども達とふれ合う機会が少ない方も、笑顔と元気をもらい、良い刺激となり介護予防にもつながっています。

つながり・交流　山内地区社会福祉協議会

笑って制作活動！

年３～４回開催しているお茶っこ会は、毎回趣向を凝らし活動しています。今回は年末が近いこともあり、正月飾りを参加者全員で制作。みんなでわいわいがやがや過ごすことで情報交換やつながり、生きがいの場となっています。

まだまだあります栗原市のお宝★

金成地区

出前ガーデンサロンで広がる地域の輪

沢辺上自治会

「集会所まで行くのが大変…」という声を聞き、個人宅の庭先等をお借りし、お茶っこ会（の出前）を行っています。

お茶っこ会では、発声トレーニングによる介護予防にも取り組んでおり、青空の下で行うカラオケでは笑顔の花が咲きます。「近所の庭先なので、気軽に参加しやすい」と地区の大切な交流の場となっています。

一迫地区

移動販売でつながる支え合い

狩野魚店移動販売

毎週、一迫地区内を回ります。買い物に来た方々は自分の目で商品が選べること、地域の方に会って話語りができることが、安否確認につながる活動でもあり、いつまでも元気に暮らしていくための貴重な時間となっています。

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！

若柳地区の取り組みが、宮城県お宝探し情報誌「まちづくりと地域支え合い」に紹介されました。詳しくは、各支所にお問い合わせください。

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!