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10号
2020年９月１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

いつもの笑顔で支え合い

栗駒田高田（たこうだ）地区　「コスモスの会」

新型コロナウイルス感染予防のための自粛中でも地域のつながりを大切に、田高田地区社会福祉協議会と共催で『手拭きタオル』を手作りし、自粛の日々を気遣うメッセージを添えて、ひとり暮らし高齢者や高齢者夫婦等へ安否確認を兼ねて配布を行いました。

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。

築館地区
～ 支え合える地域づくりを目指して ～

支え合い・つながり　佐野地区　左足ひまわりの会

今出来ることを楽しく続けよう！

「高齢になっても気兼ねない交流の場が欲しい！」との声から、令和元年度に会を発足。日頃からお茶飲みをしながら、楽しく語り合い、交流しています。新型コロナウイルスの影響で活動自粛が続いていますが、こんな時だからこそ出来ることを！と、岩手・宮城内陸地震の際に被災地の復興応援リレーとして神戸から栗原へ送られた『ひまわりの種』を会の皆さんで地区内の花壇や道路沿いに植栽しました。今出来ることを楽しく続けることが、お互いの支え合いにつながっています。

地域交流・つながり　城生野自治会

マスク作りでつながる地域の輪

城生野自治会では、ものづくり活動を毎年行っています。今年は世界に一つしかないオリジナルのマスク作りに取り組みました。マスクの型紙や、作るために必要な生地も自分たちで用意。お互いに教え合いながら、終始にぎやかにマスク作りを進めました。

新型コロナウイルスに負けず、工夫しながら活動を続けています。

第１回 地区推進会議

開催日：令和２年７月21日（火）

情報共有：築館地区の見守り・安否確認等について
築館警察署　所在地交番　壹岐 崇所長よりお話

グループワークの様子

「認知症高齢者が地域で暮らし続けるためには」をテーマに、つながりを切らさないためにできることは何か、情報共有・グループワークを実施。新型コロナウイルス感染症により、先の見えない自粛生活が続いていても、つながりを切らさないよう工夫している取り組みや、地域での見守りや人と人との支え合いの大切さについて話し合いました。

まとめとして、現代の時代背景を理解し、お互いにつながり合う活動を続けていくこと、地域づくりをしていくことが大切であると共有しました。

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２年６月２日（火）・３日（水）

地域の今　どうなっているの？ ４０地区の声を聞きました

生活支援コーデイネーターから生活支援体制整備事業について再度説明を

「せっかく積み上げて来た地域のお茶っこ会や、集いの場が中止となり、どうしたら良いの?」「見守りの方法は?」と地域住民を気遣う声が沢山寄せられ、第１回地域支え合い推進会議は、地区社協会長座談会として開催しました。

まずは現状を知ることからと各地区の現状報告で情報共有を図り、こんな時だからこそ、孤独にさせず、つながり支え合いの声掛けは続けて行こうと、地域を守りたい気持ちはどの地区も同じ。住みなれた地域で暮らし続けるために出来ることは何かを話し合いました。

こんな時だからこそ、気にかけることだけでも　互いに見守り　見守られ

つながり

迫桜高校からの贈り物

「地域の為に何か役に立ちたい」と思いを込め、迫桜高校の生徒さんが休校中に自宅でマスク作りに取組みました。

一針一針手縫いのものも。サイズは子供用から大人まで。そして絵を書くと疫病退治になる妖怪アマビエは可愛い迫桜アマビエのイラストと、コロナに負けずに頑張りましょうとのメッセージ入り。優しい気持ちが込められたマスクは、地域の為に役に立ちたい生徒の思いで、心を一つに、きっとコロナに負けない、強い若柳の地域づくりに必ずつながって行きますね！

地域に残したい　定例の集会所清掃も大切な集いの場

大畑地区　マスク姿の美助隊

かけ地区　早朝５時から集まり作業

畑岡地区では、集会所清掃の機会を集いの場に。汗を流した後の一服のお茶と話しかたりも楽しく、情報共有の場でもあります。大切な場所の維持管理に老若男女の力を一つにし、それも地域の中で大切に伝承されています。

健康維持

不活動を回避 ①運動 ②栄養 ③人とのつながりで 今こそフレイル対策

片町一地区

今年第１回お茶っこ会は公民館大ホールで、スポーツ大会
換気、除菌、マスクでしっかり対策

米ケ浦二地区

まずは頭の体操から
うーん　むずかしい…

入口で検温と除菌
密を避け、広いセンターでのお茶っこ会
久々の再会は　何より嬉しいし、安心に。

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　　東方区お茶っこ会

一番の楽しみはこの時間！

毎週火曜日、くりはら元気アップ体操に取り組んでいます。体操後は一息つき、様々な活動を行います。この日は、塗り絵に挑戦し介護予防につなげました。

男性もお手本どおりに仕上げます‼

生きがい　　絵手紙「ひるこの会」

絵手紙がつないだ仲間

毎月最終月曜日を活動日とし、季節に合った作品作りに励みます。思いを込めて出来上がった作品は施設等へお届けし、喜ばれています。同じ趣味を持つ仲間と集まることが自分達の生きがいとなり、楽しい会話と共に活動しています。

コロナ対策をしっかり行い、皆さん取り組んでいました。

つながり・見守り　　菅原さんとご近所さん

いつもの顔ぶれが何より安心

近所の友人同士「菅原さんのお宅でね」の声掛けで集まります。中にはひとり暮らしの方もおり、みんなとお話ができるこの時間を楽しみにしています。

数日会えないことがあると、気になり連絡を取り合ったりもします。普段からの何気ないお付き合いが気にかけ合う関係づくりにつながっています。

今日は手作りのおやつを囲み、笑顔があふれます。

高清水地区
～ ここで良かったと思える地域に ～

見守り・交流

氏川さんとご近所の皆さん

元気の秘訣はみんなとおしゃべり

近所の友人たちを誘って行うお茶っこ飲みは、氏川さんの声がけでみんな集まります。手作りのおやつを囲み、何気ない会話をするのが楽しみの一つになっています。

友人たちは、連絡が無い日でも氏川さんの家に伺い「今の時間なら家にいるかな？」と日ごろから気にかけています。そんな何気なく行っている行動が、見守り見守られの関係につながっています。

健康維持

高清水グラウンド・ゴルフ愛好会

仲間と一緒にいつまでも楽しく

30年以上活動しているグラウンド・ゴルフ愛好会は毎週水、土曜日の週２回活動しています。

グラウンドの整備も会員で協力しながら行うなど、会員同士の交流は社会参加にもつながります。体を動かし健康維持に努めて、これからも長く続けていきたいと思います。

健康維持・介護予防

高清水ラージボール卓球同好会

自分のために、健康のために

毎週火、木曜日に活動しているラージボール卓球同好会は、健康維持と介護予防のために行っており、長年続いている会です。

仲間たちと汗を流し、交流することは生きがいにもなり、それが長く続けるための秘訣となっています。

一迫地区

～ 助け合い・支え合いの地域を目指して ～

第１回　地区推進会議

開催日：令和２年７月15日（水）

「高齢者の見守り・今できる支援を考える」をテーマに情報共有・意見交換を行いました。

「新型コロナウイルス感染拡大防止のため、自宅訪問は難しいが、訪問以外の活動でも見守りにつながっている」「個人情報の取り扱いは難しいが地域での情報共有は大切である」など、活発な意見が出されました。日頃からの顔の見える関係づくりがとても大切であることを再確認いたしました。

今後も、助け合い・支え合いの地域を目指し、話し合いを続けてまいります。

つながり　　氏家さんと仲間のみなさん

日頃のつながりから、大切な支え合いに!!

気の合う仲間があつまり、お茶飲みをしています。

いつも、笑い声が絶えません。長生きの秘訣は、お茶っこ飲みをすることです。

交　流

地域をきれいに！美化運動

「地域をきれいに華やかにしましょう。」と植栽活動を行いました。

皆さんの大切な交流の場となりました。

健康維持　　高橋上地区　カラオケ教室

歌うことが一番の楽しみ

歌うことが介護予防と健康維持につながっています。この会の最高齢者は、90歳代。元気に活躍しています。教室は、楽しい集いの場にもなっています。

生きがい　　華舞流舞優会　舞踊教室

踊りを通じ生きがいつくり

練習に打ち込む佐藤さん

「着物を着て踊ることが夢」と、先生の指導を受けながら、一生懸命練習に打ち込み、趣味活動で楽しむことが生きがいにもなっています。

瀬峰地区

～ みんなの願いをかたちに ～

健康維持・つながり　ラジオ体操の仲間

健康の秘訣は継続！

手作りスタンプカード

毎朝、ウォーキングしながらラジオ体操の放送時間に集まり、一緒に体操を行い、またウォーキングして帰宅します。顔を合わせ、挨拶を交わすことで見守り見守られる関係ができています。

自由参加ですが、手作りのスタンプカードが準備されており、ハンコをあつめることも楽しみになっていて、健康維持につながっています。

つながり・交流　あすか

笑顔が集まる　お茶っこ会

久しぶりのお茶っこ会の開催にみんな笑顔で集まりました。

にぎやかにおしゃべりをしながら情報交換。つながりが元気な暮らしを支えています。

第１回 地区推進会議

開催日：令和２年８月４日（火）

「認知症が疑われる高齢者が地域で暮らし続けるために」をテーマに架空事例をもとに意見交換を行いました。相談先や個人情報の問題、地域で必要なことについて意見を出し合いました。また、今は新型コロナウイルス感染予防に配慮しながらの人との関わり方がとても難しいとの意見もあり、地域づくりへの話し合いはこれからも続いて行きます。

鶯沢地区
～ 支え合う地域づくりを目指して ～

介護予防・交流　　秋法上地区

買い物で頭の体操‼

毎週金曜日に、移動販売が来てくれるから助かっています。近所の方と話語りをしながら、楽しくお買い物！「季節の野菜でお煮つけを作ろうか」と考えながら食材を選ぶことは、頭の体操にもつながります。

今晩のおかずは
何にしようかな～！

生きがい　　趣味の教室「書道教室」

筆に集中して！

月２回、趣味を楽しんで参加しているみなさん。

孫が生まれ娘に命名を書いて欲しいと頼まれた方、仕事前に教室に通っている方など、７名の生徒さんが、先生に指導をいただきながら、自分のペースで取り組んでいます。

生きがい・交流　　駒場下寿会　お誕生日会

いつまでもお元気で！

会が発足してから50年。毎月行っているお誕生日会も、新型コロナウイルスの影響で４ヶ月ぶりに開催しました。

近くに住んでいてもなかなか顔を合わせることも少なく、話し語りをしたり、レクリエーションを楽しんだりするこの誕生日会が、会員の交流と生きがいにつながっています。

みんなからの
お祝いの言葉が
嬉しいわ。

金成地区

～ お互い気に掛けあい 安心して暮らせる地域に ～

健康維持・支え合い　姉歯上いきいきサークル

お互いに健康でいるために

毎週水曜日、姉歯上集会所に集まり「くりはら元気アップ体操」「口腔体操」をして健康維持に取り組んでいます。指体操や体操すごろくなど、新しい体操も取り入れており、仲間の健康をお互いに願い、楽しみながら活動を継続しています。

交流・介護予防　金成南二地区老人クラブ 中町長寿会

仲間と一緒に、楽しく！元気に！

金成公民館を会場に、軽体操やレクリエーションゲームで仲間と交流を図っています。集まることでお互いの安否確認にもなり、笑い合うことで介護予防につながっています。

この日は久しぶりの活動を心待ちにしていた会員同士、会話や運動を楽しみ、改めて集まることの大事さを感じる会となりました。

第１回 地区推進会議

開催日：令和２年７月29日(水)

「今、できるつながり～地域の支え合い～」をテーマに、情報交換・意見交換を行いました。

「文書配布の際に、安否確認を兼ね声掛けを行った。」「3密を避けるため、少人数に分けて事業を開催した。」「施設利用者で野菜を作り、地域行事へ提供し交流を検討している。支えられる側の方でも、支える側になり、社会参加と生きがいにつなげたい。」等の意見がありました。集うことが難しい時期ではありますが、お互いに工夫をし交流を図ることの大切さを情報共有しました。

志波姫地区

～ お互いに力を合わせ地域の支え合い ～

交流・健康維持　十文字地区社会福祉協議会

楽しみながら健康維持に

新型コロナウイルス感染による緊急事態宣言が解除され、久々のお茶っこ会を開催。「みんなと会えるのを楽しみにしていたよ」と会話もはずみ、久々に顔を合わせ、お互いに元気に過ごしていたことを確認し合いました。レクリェーションで身体を動かすことにより健康維持につながります。

世代間交流・つながり　町区農村保全組合

みんなで協力し、地域をきれいに

子供から大人まで地区住民が協力し合い、地区内の畑に、色とりどりの花を植えました。世代間でふれあうことで笑顔があふれ、お互いの情報交換の場にもなります。

きれいに
咲いてくれると
いいな

介護予防・生きがい

私の健康の秘訣

菅原さん…田畑の仕事が日課です。近所の友人宅に歩いて遊びに行きます。手作りマスクを持参して様子を見に来てくれる友人もいて安心して暮すことが出来ています。

伊藤さん…数年前から、数字合わせのドリルに挑戦。脳トレになり、楽しくてしかたがありません。野菜の収穫も良い運動になり、筋力低下の予防になっています。

佐藤さん…この頃、足腰が痛くて動くのがたいへんになってきましたが、広報誌等に掲載されている漢字をノートに書き写し、漢字の書き取りを毎日欠かさず行っています。

花山地区

～「暮らし続けたい」という願いをかなえるために～

地域交流・介護予防

朝からみんなでワイワイ活動!!

朝早くから地区の方が集まり、協力して草刈りや草取り、植栽活動を行いました。地域活動に参加し、たくさんの人と話すことで地域交流になり、体や指先を動かすことで介護予防にもつながります。

程野地区

毎月、第1土曜日に草刈りや草取り、花壇整備を協力して行っています。

花山沢地区

自然と役割分担ができており、日頃からの地域のつながりが感じられました。

中村地区

植栽活動には、子どもからお年寄りまで参加し、交流が図られています。

交流・つながり

松ノ原地区

買い物がご近所のつながりに！

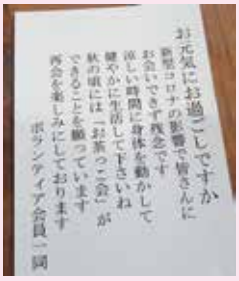
移動販売車でお買い物後、お茶のみをしてみんなで楽しく話し語り。畑の話や何気ない会話が楽しみのひとつになっています。日頃からのお茶のみが、ご近所さん同士のつながりを深める大切な場所になっています。

新型コロナウイルス感染症対策を心がけながら過ごしていました。

新型コロナウイルス感染予防のため、なかなか集う機会が持てず、どのように集いの場を持てばいいのか、何に取り組めばいいのか分からない状況が続いています。こんな時でも地域では、これまでのつながりを大切に工夫しながら活動を継続されていました。

今回は、みなさんから教えていただいた取り組みをご紹介します。

コロナに負けない！ 出来ることを続けて!!



少しでも元気を分け合いたかったから、手作りメッセージカードや絵手紙を描いて送ったよ。みんなに会った時に喜んでもらえたよ。

密を避け、屋外でのお茶飲み会。

コロナ対策。手作りマスクをみんなにおすそ分け。

くりはら元気アップ体操も風通しのいい場所でやってるよ。

野外作業は３密も回避！　お世話になっている場所だしね!!

身体を動かす機会が減ることで、体力が低下しないよう畑で野菜作りなどをして、体を動かすことを心がけているよ。

生活支援コーディネーターから

それぞれの地域には、伝統や文化を大切にしたご近所づきあいや、友人との交流といった日常の支え合いがあり、つながり続けて来たからこそ、いろいろな活動が出来たのだと改めて気づきました。この、住民の皆さんが大切にしてきた支え合い活動を育て広げることが、住み慣れた地域で暮らしていくための地域づくりになります。

これからも私たち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、支え合い活動（地域支援）を把握し地域づくりを皆さんと共に推進していきます。

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!