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11号
2020年12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

みんな元気に仲良く、和気あいあいと

一迫「八幡地区グラウンド・ゴルフ愛好会」

毎週月曜日と木曜日、週２回活動しています。老若男女問わず、同じ趣味を持った仲間同士が集まり、互いに気に掛けあい、身体を動かすことで健康維持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。

会食及び集合写真については、マスクを外した上で撮影したものを掲載しております。

築館地区
～ 支え合える地域づくりを目指して ～

交流・健康維持　下萩沢福寿会

仲間と交流　楽しいから続けられる

毎月行っている定例会、会員の皆さんで軽体操やレクリエーションを企画し、取り組んでいます。新型コロナウイルスに負けず、工夫して活動を続けることで、交流と親睦を図っています。

世代間交流・歴史伝承　富野地域づくり協議会

地域の歴史を学び 世代を超えてつながる

地域の歴史を後世へ伝えようと、毎年企画している古代米づくり。今年は子ども達や地域住民50名が参加し、稲刈り体験を実施。体験をとおして地域の歴史や農業を学び、世代間の交流を大切に活動しています。

介護予防・健康維持　上町自治会

いつまでも元気でいるために！

毎週月曜日、「くりはら元気アップ体操」に取り組んでいます。新型コロナウイルスの影響で自粛していた時期もありますが、活動が再開し、仲間との集まりを楽しみながら体操を続けています。

つながり・支え合い　駅前地区社会福祉協議会

支え合い活動で広がる 笑顔

マスクの配布準備を行い、地域内を回ります！

新型コロナウイルス感染予防のため活動自粛が続く中、「こんな時だからこそ！」と安否確認を兼ねて、高齢者世帯を中心にマスク配布を行いました。地域のつながりを大切に、今出来ることに取り組んでいます。

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 ～

支え合い・生きがい　　東お茶っこ会

お茶っこ会は、大切な事の伝承の場

ご先祖様の土産餅も会から各自お持ち帰り。
餅をつくのも大変になってきたからありがたい。

毎月第3日曜日を定例にお茶っこ会を続けています。この日は秋彼岸で餅の昼食お茶っこ会。枝豆の収穫からずんだ作りと、その前の準備も楽しみと生きがいに。お茶っこ会は大切に残したい風習の伝承にもなっています。

東お茶っこ会の活動事例発表

東北学院大学
CSWスキルアッププログラム中間報告会

生活支援コーディネーターが講師の依頼を受け、コロナウイルス感染予防の対策をとり、講義方法は、webを用いたオンタイム型遠隔講義で行いました。

CSWコミュニティソーシャルワーカーを目指す受講生を対象に、東お茶っこ会の活動が地域資源のお宝の一つであることを紹介しながら、生活支援コーディネーターとしての役割について話しました。

支え合い・つながり　　下町2地区

新たな集いの場が誕生しました
地区のつながりから　新たな地域へのつながりへ

下町川柳の会での一句
蚤の市
地域をつなぐ
たからもの

お茶のみだけでもいいから出でございん！
他地区の方もお待ちしています。

楽しみながら地域を元気にしたいとの女性ボランティアが集まり、三峰神社で毎月1日蚤の市を9月からスタートしました。

自宅で使わずに眠っていたものを無償で地区民が提供し、それをお財布に優しいお値段で買ってもらいます。売上金は地域コミュニティ事業にあてられます。10月からは地元迫桜高校の農業科の生徒が育てた野菜とお米、お花も並び、活動自粛中の生徒の代わりに販売をします。歩いて行ける近場で買い物を楽しめる新たな集いの場には、隠れた支え合いが沢山ありました。

栗駒地区
～ いつまでも住み続けたい地域を目指して ～

つながり

仲良し夫婦会

夫婦円満の秘訣は楽しく過ごし笑うこと！

毎回、にぎやかな声が響きわたります。

「夫婦そろって集まれることはいいことだね」
「これからも、つづけましょうね」

70歳代の夫婦5組で集まり、長年活動しているみなさん。年金月に積み立てを行い、2ヶ月に一度食事をしたり、旅行に行ったりと交流を図ることを大切にしています。大きな声で笑うことが夫婦円満で健康でいられる秘訣となります。定期的に会うことで気にかけ合う関係となり、より一層つながりも深まります。

生きがい

八幡老人クラブ長生会

笑顔でつながりづくり

参加するとみんなに会えるから楽しみ！

毎年、花の植栽や花壇整理を行います。役割を持って取り組み、合間の話し語りも楽しみの一つとなっています。仲間に会えることで安否確認につながり、この活動が自分達の生きがいになっています。

健康維持

三塚さん

自分の健康のために・・・

早朝のウォーキングを始めて15年。テレビ等の情報を参考に、介護予防や認知症予防につながることを自分なりに試しています。毎日、約６キロの距離を歩くことを続けているのもその一つ。地域の方とあいさつを交わすことも楽しみとなっています。

腰を痛め杖を使い歩いていた時期もあったが、ウォーキングを続けて、今はこのとおり元気に!!

高清水地区

～ ここで良かったと思える地域に ～

健康維持

くりはら元気アップ体操を続けています !!

高清水６区

新型コロナウイルス感染予防を行いながら、月２回「くりはら元気アップ体操」を行っています。体操後には折り紙を折ったり、簡単な踊りを踊ったり、毎回テーマを変え集まった参加者とのふれあいを楽しんでいます。

高清水１３区

元気アップ体操で現状維持を目指します !!

毎週金曜日「くりはら元気アップ体操」に取り組み、この日は体力測定も併せて行いました。活動自粛で体操が出来ない時も、個人で散歩等を続けていた方が多く、前回と数値が変わらないと皆さん喜んでいました。日ごろの運動と、体操を続けることが健康維持につながっていると再認識しました。

交流・生きがい

みんなと出来ることから

高清水生活研究グループ連絡協議会

２ヶ月に１回ほど集まり、郷土料理等を作ったり、体を動かしたりしています。今回は新型コロナウイルス感染予防のため「今出来ること」をみんなで考え、屋外で出来るグラウンドゴルフを行いました。

みんな笑顔で楽しくお話しすることが、元気の秘訣となっています。

第１回 地区推進会議

開催日：令和２年７月29日（水）

令和２年度最初の推進会議は「これからの地域で必要なことを考えよう」をテーマに意見交換や情報共有を行いました。コロナ禍や災害時に認知症の方や高齢者の方々をどのように支えれば良いか等を話し合い、「見守る側だけでなく、見守られる側も意識して声を発信していくことが大切」との意見が出されました。

今後は地域での「つながり方」も視野に入れて、会議を行っていきたいと思います。

一迫地区

～ 助け合い・支え合いの地域を目指して ～

地域交流　サポートセンターころんぶすボッチャ交流大会

気に掛けてくれる人がいるから安心

　毎年、地域交流として夏祭り会を行っていましたが、今年度は新型コロナウイルスの影響でボッチャ交流大会を開催しました。

　地域の方々と小学生も参加し、約80名での交流会は、終始笑顔が絶えず世代間交流にもつながる事業となりました。地域の皆さんが寄り添い、日頃からのつながりが感じられ、大切な交流の場になっています。

つながり　一本松地区の仲良しさん

集って、話して、楽しい!!

　イオンスーパーセンター栗原志波姫店北側に、自分たちが植栽したひまわりの花を見に行きました。きれいに咲いたひまわりに、みんなにっこり。花見の後は、話し語りをしながら昼食会をしました。

　常に笑い声が絶えず、日頃のつながりが感じられ、仲の良い様子が伝わってきました。

生きがい　清水琴の会

仲間と過ごす楽しい時間

　会が発足してから、２０年以上。NHKホールで演奏されたこともある、ベテランの皆さんです。練習の合間には、お茶を飲みながら情報交換。「いろんな話が聞けて、ここに来るのが楽しい」と月２回の練習を心待ちにしています。仲間の絆と生きがいづくりのため、楽しみながら活動を続けています。

瀬峰地区
～ みんなの願いをかたちに ～

文化の伝承・つながり

清水沢太鼓・瀬峰神楽保存会・栗原市立瀬峰小学校

地域の宝を　次の世代へ

昭和49年に復活した神楽、昭和51年誕生の創作太鼓、瀬峰地区の伝統芸能として活動を続けています。平成12年度からは瀬峰小学校の総合的な学習の時間の中で地域の宝を次の世代へつなぐために、子ども達への指導をしています。

健康維持・交流

宮小路原老人クラブ

みんなで集うことが楽しみに

月、水、金曜日の週3回、集まってグランド・ゴルフの練習しています。自分のペースで体を動かす事ができ、無理なく続けられています。会員同士のおしゃべりも情報交換、社会参加につながっています。

介護予防・交流

ひまわり会

仲間と一緒に　健康に

毎週火曜日に集まり、くりはら元気アップ体操をしています。健康寿命を延ばすように仲間たちと話し語りをし、脳トレや工作などにも取り組んで楽しく活動をしています。いつもの仲間と一緒に過ごす時間が、長く活動を続ける源となっています。

鶯沢地区
～ 支え合う地域づくりを目指して ～

第１回・第2回地区推進会議

開催日：第1回　令和2年7月28日(火)
第2回　令和2年9月29日(火)

第１回目は「地域の支え合いを考える」。第２回目は「今、地域でできること～認知症高齢者とともに～」をテーマに、情報共有を行いました。新型コロナウイルス感染予防で、なかなか活動が難しい中でも、その時出来ることをやって行き、地域みんなで、高齢者を支える取り組みをしていかなければと再確認をしました。

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。

交流・生きがい　八沢さわやかクラブ

スカットボールでみんな楽しく

新型コロナウイルスの影響で、久しぶりの行事となりました。ゴールボードを目がけて一球打つごとに歓声が上がり、和気あいあいとみんなで楽しく交流を図りました。

気心知れた仲間同士、一緒になって笑えることは生きがいにつながっています。

健康維持・交流　日向健康体操教室

地域で健康づくり

音楽に合わせて体を動かし、汗を流すことは気持ちもよく、健康維持につながっています。休憩時間の話し語りの交流も、楽しみのひとつになっています。

金成地区

～ お互い気に掛けあい 安心して暮らせる地域に ～

健康維持・生涯学習　陸中岳風会萩鶯詩吟会

趣味で仲間と健康づくり！

毎月第2・4木曜日、詩吟の歌声が萩野公民館に響きます。腹式呼吸で吟じることが心身の健康を保ち、名詩や美しい日本語に触れ、学びを楽しむ時間ともなっています。

活動後は、近くの駅までウォーキングを楽しみ、趣味を通じた仲間同士で健康づくりにも努めています。

フェイスシールドを着用し感染対策も行っています。

会員募集しています！

つながり・健康維持　新町湯のみ会

地域住民が本日の先生！

30年以上活動が続く、地域の大事なお茶っこ会。会員同士アイデアを出し合い活動内容を決めています。今年度から新たに、くりはら元気アップ体操も取り入れ、体力づくりにも努めています。

この日は会員が講師となりオリジナルブローチ作成。細かく指先を使うことで介護予防につながり、また住民が特技を活かせる場にもなっています。

生きがい・交流　金成グラウンド・ゴルフ協会

スポーツで交流・いくつになっても現役！

けやき公園グラウンドにて地区交流大会を行いました。スポーツで体を動かしながらも、仲間の応援や相手チームへ労いの言葉もあり、お互いに気に掛け合い、交流が図られています。

また、会場準備や運営も会員同士で協力しており、役割を持つことが、生きがいにもつながっています。

他地区民の方々との交流の場となりました。

健康維持・世代間交流・楽しみ　末野自治会

地域のかけがえのない、集いの場です！

毎年、地域の方が楽しみにしている世代間交流親睦グラウンド・ゴルフ大会。活動は20年以上続いています。今年は最年少は２歳から最高齢は83歳の方が集まり、世代を超えた交流となりました。

地域住民のつながりを深め、笑顔と安心と絆あふれる次世代に残したい大切な集いの場となっています。

近所の子供達の成長を見守ることも、楽しみです♪

カメラマンも、地域住民です！

志波姫地区

～ お互いに力を合わせ地域の支え合い ～

交流・つながり　　琴 姫 会

活動を通して仲間とのふれあい

地域で披露出来るように練習に集中しています。

毎月第2、4木曜日の活動で、長い方では、20年続けている会員さんもいます。普段は農家仕事をしている方が多く、みんなと会える活動日を楽しみにしています。休憩時間には、お茶飲みしながらお互いに情報交換をし、交流を深めています。

趣味・介護予防　　裁縫が得意な斉藤さん

楽しみを続けることが元気の秘訣

５０足の靴下、毛糸で編んだよ。

趣味の縫い物や編み物をし、作った物は、お友達にプレゼントして喜ばれています。

時には、市民バスを使い図書館に行ったり、買い物をしたり、毎日目的を持って過ごすことを心がけています。

支え合い・安否確認

日々の何気ない暮らしぶりが宝物

元気な三浦さん

毎日会えるのが楽しみだねぇ

自宅に週３回来る移動販売車（魚屋）。いつも体調のこと等気にかけていただき、ありがとうね。

日々続けていることは、近所の友人宅におじゃまし、会話を楽しみながらお互いの様子を確認し合うことです。たまに顔を見せないと「遊びに来ないの？」と連絡が来ます。普段からのお付き合いが、気にかけ合う関係づくりにつながっています。

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　　レクダンス愛好会

ダンスが元気の秘訣

毎週金曜日に集まりみんなで楽しくダンスをしています。20年以上続けている方もおり、最高齢は80歳。音楽に合わせて体を動かすことが元気の秘訣になっています。休憩時には情報交換をしながら楽しい時間を過ごしています。

毎週続けることで、介護予防や健康維持につながっています。

生きがい・交流　　座主むつみ会

仲間と笑っていつまでも元気に

温湯山荘へ行きスカットボール大会を開催しました。70代から90代の方が集まり最高齢は92歳の男性です。気の合う仲間が集まると自然に笑顔があふれ、仲間からの熱い応援に会場はとても盛り上がりました。活動に参加し仲間と一緒に楽しむことが生きがいになっています。

第１回 地区推進会議

開催日：令和２年７月29日（水）

「高齢者の見守りについて～ひとり暮らし高齢者の事例をもとに～」をテーマに情報共有・意見交換を行いました。

「配布物を持って行くときは、顔を見て安否確認を行っている」「歩けなくなるまで一緒に活動しようね！と声がけを行っている」等の意見が出されました。出来ることを継続していくことが大切だと再認識できた会議となりました。

今後も、支え合い・つながりのある地域を目指し、話し合いを続けてまいります。

第2層 協議体 設置から3年目 協議体構成員の皆さんに聞きました

質問項目

所属団体
お名前
Q1．地区推進会議の様子
Q2．3年目になって感じたこと
Q3．今後について

一迫地区

一迫地区
民生児童委員協議会

小山（おやま） 哲也（てつや）さん

Q1 他職種の方が集まり、様々な意見が出て和気あいあいとした雰囲気の会議になっています。

Q2 最初は、事業内容の理解に時間を要したが、話し合いを重ねることにより、地域での支え合いの大切さを知る機会となりました。

Q3 地域での事業に、多くの皆さんに参加してもらえるような工夫、環境作りについての話し合いをしていきたいと思います。

栗駒地区

栗駒地区
老人クラブ連合会

糟川（かすかわ） 秀基（ひでき）さん

Q1 話しやすく活発的な意見が引き出せる雰囲気です。特にグループワークは発言しやすく多様な意見が見えてきます。

Q2 委員同士、気兼ねなく自分の意見をしっかり伝えられるようになってきました。

Q3 地域の皆さんが健康で過ごせるよう、それぞれの立場から出た意見が今後の地域づくりに反映されることを願います。

高清水地区

瀬峰高清水地域
在宅介護支援事業連絡協議会

佐々木（ささき） 聡（さとし）さん

Q1 幅広い年齢と分野の方が意見を積極的に発信していて、とてもいい雰囲気になっています。

Q2 年々、家族力が低下している家が多く、それをいかにして補っていくのかが今後の地域で大切になっていく。地区推進会議はその大切な話し合いに近づいて行っていると思います。

Q3 これから人口が減少していくが、人が少なくなっても今の住環境を維持していけるよう話し合っていきたいです。

生活支援コーディネーターから

協議体は設置から3年目になり、多職種の方々とのつながりもでき、住み慣れた地域でいつまでも暮らしていくために、よりよい地域づくりの話し合いを重ねています。生活支援コーディネーターは、出来たつながりを活かし情報共有・発信に努め、これからも地域に根付いた協議体の運営支援を行っていきます。

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!