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13号
2021年6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

いつもの仲間と共に、ダンスで楽しさと地域のお宝もご案内します。

～発車オーライ～

設立から24年の若柳レクダンス「すずらんの会」。
栗原市内を駆け廻りレクダンスを通じて楽しさをお届けしています。
バスガイド歴60年、会のリーダーは、外出する機会が少ない施設の入所者や高齢者に旅の思い出と、栗原に残る地域の素敵なお宝をご案内します。
「ダンスは自分達の生きがい」そう語る「すずらんの会」の皆さんも栗原の素敵なお宝です。

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。

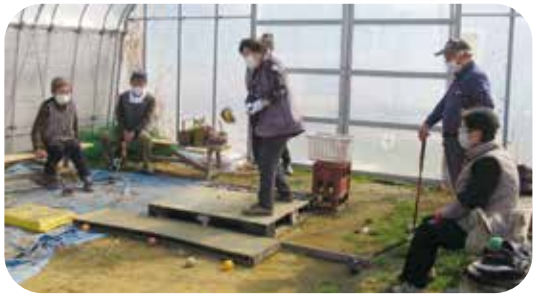
会食及び集合写真については、マスクを外した上で撮影したものを掲載しております。

コーディネーター
鈴木梨沙子（すずきりさこ）

築館地区
～ 支え合える地域づくりを目指して ～

つながり・健康維持　　芋埣地区

仲間と一緒に出来ることを！



パークゴルフの練習が気軽に出来るよう、地区内のビニールハウスを改修し、毎週木曜日に集まり活動しています。コロナ禍でも、これまでの仲間とのつながりを大切に、活動が出来るような工夫を凝らしながら、新たな取り組みを行っています。

生きがい　　遠藤さん

楽しく続けることが大切！

毎週月曜日には「生きがい活動」にも参加しています♪

押絵や小物づくりが趣味の遠藤さん。作ったものはお友達や地区行事のプレゼントとして喜ばれています。遠藤さんの元気の秘訣は、何でも食べる、毎日欠かさず新聞を読む、意識して体を動かすなど「何事にも取り組む」こと。築館支所内で作品展示していますので、ぜひ見に来て下さい！

第2回 地区推進会議

開催日：令和３年３月５日（金）

「支え合える地域づくりとつながり方を考える」をテーマに、住み慣れた地域で元気に暮らしていくために大切な支え合いや、それぞれがつながり、活動を継続していくために必要なことは何か、情報共有・グループワークを実施。コロナ禍の中でも継続して行っていたことや、各構成団体の取り組みを共有し、話し合いを行いました。

感染予防対策を徹底しながらお茶っこ会や安否確認を兼ねた訪問、地域巡回など、これまで行ってきた活動の形や取り組みを工夫して、継続していくことが大切であり、地域づくりにつながることを共有する機会となりました。

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～

コーディネーター
髙橋（たかはし）　由利（ゆり）

生きがい・介護予防

もくよう会

～楽しみは、出来る中で工夫して～

いつまでも元気で居たいから、まずは筋力アップ。毎週木曜日は、アスパルを会場に集まりレクダンスとくりはら元気アップ体操が楽しみです。80歳を超えても華麗なステップを披露。好きなダンスで、またまだ若さもアップです。

DVDがなくても、工夫し、手作りメニュー表を見ながら、声掛けあって１２３４

上在ミニデイサービス すみれ会

～上在地区　今ボッチャに夢中です～

新年度初回のミニデイサービスは、ボッチャで盛り上がりっています。

25年以上も住民主体で行っているミニデイ活動は、長く積み上げて来た顔なじみの仲間との支え合いが、互いの信頼を築き、コロナ禍であっても、繋がりを切らさず、安心して続けられています。

第３回地区推進会議

開催日：令和３年３月４日（木）

住民主体の地域づくりを強く語った、対面での最終講義でした。

協議体設置から３年、立ち上げ設置支援に関わった社協支部委員へ経過報告を兼ねて、生活支援体制整備事業の啓発として研修会を開催しました。当日は、震災支援の学びを地域共生社会へとの内容で、講師より大切なことは、社会参加と何より地域への愛着とのアドバイスがあり、自分自身のお宝と地域のお宝探しに意欲を持った日でした。

コロナ禍の中『つながり写真館』

東お茶っこ会

今月お茶っこ会お休み連絡も、訪問して声掛けて、次回までお互い気をつけてと、常に気にかけ合います。

90歳を先頭に新町元気アップ仲間

社協若柳支所にこにこカフェを会場に集まり久々の体操に汗を流します。

コーディネーター
工藤（くどう）　一恵（かずえ）

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

～ 好きなことを続けることが元気の秘訣 ～

手先が器用な菊地さん（上小路上地区）

切り絵を始めて３年。「自分が興味をもった事にはチャレンジする」そんな気持ちを大切に過ごしています。時には、時間が過ぎるのも忘れ夢中になることも・・・。

手先を使うことで頭の体操！これからも続けていきます。

裁縫が得意な加藤さん（八幡地区）

昔着ていた着物を利用し、人形などを作ります。「いっぱいあるよ」と家中には数えきれない作品が飾ってあります。時には友人が集まり一緒に作ったりとお互いの元気につながっています。

つながり

文字スポーツ愛好会

スポーツで体力維持！

「みんなでやると楽しさも倍増だね」

リフレッシュの時間も元気の源です。

屋外スポーツで交流！コロナ禍でも出来ることを工夫しながら楽しんでいます。仲間と一緒に続けることで心も体も健康に、そして仲間同士のつながりが深まります。

介護予防

山田貯筋クラブ

楽しみながら介護予防！

小さな集まりを継続することで、互いの安否確認となり、顔を会わせ笑い合うことが介護予防に！

高清水地区

～ ここで良かったと思える地域に ～

コーディネーター
三塚（みつづか）　美穂（みほ）

介護予防　　高清水７区

健康のために学びます！

糖尿病について学ぶ健康教室を開催。久しぶりの集まりを皆さん楽しみにしており、情報交換等を行い交流を深めていました。地域に出ることは社会参加にもなり、つながり合える地域づくりの一歩になっています。

自分の生活習慣について見直す機会となりました。

介護予防・健康維持　　12区自治会

いつまでも変わらず

いつまでも元気でいるために、体操を頑張ります!!

年に１回、「くりはら元気アップ体操」の後に体力測定を行っています。「昨年の数値をキープしていた」と言う声が多く上がり、体操を継続して行う事が、健康維持につながっている事を実感しました。

第2回 地区推進会議

開催日：令和３年３月17日（水）

「みんなが見守り合える地域を目指して」をテーマにコロナ禍での活動の変化や、これからもつながりをなくさないためにはどうすればいいかグループワークを行いました。

どの団体も今年は活動を自粛する事が多く、活動を続ける大変さと大切さに気付かされたとの話が出されました。また、今あるつながりも大事にしていきたいとの意見も出され、「今ある支え合いは当たり前にあるものではない」と再認識する会議となりました。

今年度は新型コロナウイルスのため、思うように会議を行えませんでしたが、感染症予防に配慮し、構成員の皆さんと住みよい高清水を目指して今後も話し合いを行っていきたいと思います。

コーディネーター
曽根（そね）　由美（ゆみ）

一迫地区
～ 助け合い・支え合いの地域を目指して ～

見守り・安否確認　　栗原市社会福祉協議会一迫支部

配食サービス事業利用者宅見守り・安否確認

見守り安否確認事業の一環として、栗原市社会福祉協議会一迫支部から、配食サービス利用者の皆さんへ鉢花、感染予防対策グッズ（除菌シート、マスク）を持参し訪問しました。

利用者さんは、「毎年楽しみにしている」と話され、綺麗なお花に皆さん満面の笑顔で喜んでいました。地域の小さな見守りにつながっています。

健康維持・交流　　大川口下地区老人クラブ

仲間と健康づくり

スカットボール・カーリングを楽しみ、健康づくりに取り組みました。ゲームの合間にはおしゃべりをしながら、久しぶりの集まりに、会員とのつながりも深まる良い機会となりました。

生きがい　　大正琴「すみれ会」

楽しく生きがいづくり

毎週水曜日の活動で、最高齢90代の女性は、20年以上続けているベテランです。施設に入所していますが一緒に活動しています。現在は、コロナ禍のため参加できない状況ですが、携帯電話での情報交換で、お互い気にかけ合いながら活動しています。

瀬峰地区

～ みんなの願いをかたちに ～

コーディネーター
佐々木寿子（ささきひさこ）

交流・介護予防　**藤田の集い**

笑顔の輪が広がります

誰もが気軽に参加できる集いの場です。
活動内容もみんなで相談し、お茶のみしながらおしゃべりを楽しんでいます。
気心の知れた者同士笑いあえるこの場所が、みんなの元気につながっています。

交流・健康維持　**瀬嶺地区すみれ会**

この場所から地域の元気を

月に一度の健康づくり事業、地区の保健推進員が中心となってレクリエーションなどを企画、地域の人々が誘い合って集まります。にぎやかなおしゃべりの中での情報交換。話しの中からも互いを気遣うつながりが、元気な暮らしを支えています。

第2回 地区推進会議

開催日：令和３年３月９日（火）

地域の現状を把握したあとは、身近にあった認知症の方への対応事例や自分たちと高齢者との感じ方の違いを改めて知った事例などを話して情報の共有を行いました。少子高齢化が進む中から見える課題も今後の支え合う地域づくりを考える上では重要であるとの意見もありました。
みんなの願いをかたちにするための地域づくりを一歩ずつ進めてまいります。

コーディネーター
中鉢（ちゅうばち）みとり

鶯沢地区
～ 支え合う地域づくりを目指して ～

つながり

この味をいつまでも！

鶯沢地区味噌作り

手作りの味噌は味が違う。美味しいよ！

毎年1月下旬から2月にかけての味噌作りは、嫁いでからずっと続く「集いの場」。みんなで作った手作りの味噌は今年の10月頃に完成です。「若い人たちにもこの味を引き継いで貰いたい」と、昔からの味を伝承する大切な場所となっています。

趣味・生きがい

市川さんの楽しみ！

裁縫が得意な市川さん

自分の服もほとんど手作り！市川さんの手に掛かれば素敵な作品に仕上がります。

市川さん宅の茶の間には、たくさんの手作りのカバンや洋服が飾られています。出来上がった物を見て貰うことや友達にプレゼントすること、そして何よりミシンの前に座る時間が楽しみになっています。

交流・健康づくり

仲間と一緒に！

堰根若返りの会

初めてスカットボールに挑戦したよ。楽しいね♪

コロナ禍で以前と同じ活動を行うことが難しくなりましたが、感染対策をしながらスカットボール大会を開催しました。「みんなと一緒だと楽しいし、体を動かすと気持ちがいいね」と、仲間と活動できる喜びを感じる時間となりました。

金成地区

～お互い気に掛けあい 安心して暮らせる地域に～

コーディネーター
佐々木彰子（ささきあきこ）

第3回地区推進会議

開催日：令和３年２月26日（金）

今回は「お互いが見守り合い、安心して暮らせる地域を目指して～地域支え合い推進会議からのつながり～」をテーマに、意見交換を行いました。

地区推進会議をきっかけに構成員同士の交流が生まれ、ボランティアとして施設訪問した事例を発表。「交流したことで互いに楽しく貴重な経験となり、和気あいあいとした時間を過ごすことができた」等の感想が述べられ、また他団体からも、自分たちが取り組んでいる地域との交流について発表いただきました。

今後も皆さんと一緒に、お互いに気に掛け合い安心して暮らせる地域を目指していきます。

沢辺佐藤新聞店発行の金成を応援する新聞「ほたコミ」に推進会議の様子が掲載されました！

お宝活動を映像で紹介

事例発表の様子

『交流を図ったことで、新たなふれあいが生まれました♪』

つながり・見守り　藤野会

支え、支えられてのボランティア！

４年前、自分たちの地域のためにと、有志で立ち上げたボランティアグループです。定期的に開催しているお茶っこ会は、地域コミュニティーの場として、皆さん楽しみにしています。

移住されてきた方も新しくメンバーに加わるなど、参加者とボランティアが互いに支えあい、心も体も、そして地域も元気にし“健康”につながっています。

おばあさんから、お嫁さんまでご家族そろって参加しています！

健康・楽しみ　金成地区ゲートボール協会

笑顔と声援が響き渡ります♪

毎週金曜日、元気な掛け声と笑い声がグラウンドに響きます。ゲートボールで健康維持を図り、またチームプレーを通じて仲間との絆も深まります。

長年一緒に過ごした“仲間”がいることが、楽しく活動を続けられる秘訣ですね。

30年以上続けられている方もいます♪

ナイスプレー

コーディネーター
千葉（ちば）　優子（ゆうこ）

志波姫地区
～ お互いに力を合わせ地域の支え合い ～

健康維持・交流　　宮中ゲートボールの会

仲間と過ごす時間を大切に

元気に参加しているよ♪

月曜日から土曜日は朝から集まり、今年で19年目になります。最高齢は88歳の男性です。休憩時間には、話し語りにも花が咲き、グラウンド中に笑い声が響きます。参加することによりお互いの安否確認になり、健康維持につながっています。

見守り・安否確認　　小野寺さんとお友達

笑い合える仲間が一番

みんなが来てくれるから安心出来るよ!!

一人暮らし92歳の小野寺さん宅に集まり時間が経つのも忘れるほど、おしゃべりを楽しんでいます。

近所の三浦さんは、「今日も多く作り過ぎたから食べるの手伝って」と煮物等持って来てくれます。集まることがお互いの見守りの場になっています。

健康維持・安否確認　　愛犬と散歩する三浦さん

自分のために頑張れる

みんなが集まるから、お互いの安否確認にもなっています!!

一人暮らしの三浦さん。毎日、朝、昼、夕の３回、愛犬と散歩をし、健康維持に努めています。「散歩をしていたおかげで、昨年足を痛めた時も元気に過ごせたよ」と話されています。

毎週木曜日には、移動販売車が近くに来るため買い物も出来、そこに集まる近所の友人達との話し語りが楽しみの一つになっています。

花山地区

～「暮らし続けたい」という願いをかなえるために～

コーディネーター
千葉（ちば）　美鈴（みすず）

世代間交流・伝統文化伝承

囲碁・将棋クラブ

趣味でつながる地域の輪!!

昨年度から毎週木曜日に囲碁を打ち、現在は将棋も指しています。小学生も参加し囲碁を教わりながら、年代を問わず楽しみ、趣味活動を通じてつながりの輪が広がっています。

囲碁や将棋は集中力や判断力を高める効果があるとされ、認知症予防も期待されます。現在一緒に楽しく活動してくれる方を募集しています！

活力向上・つながり

手芸の会

仲間と過ごす大切な時間!!

かわいい座布団が完成しました!! →

毎月第３土曜日に５名で活動しています。約４年間続いている会で、お互いに教え合いながら手芸を楽しんでいます。コロナ禍のため、しばらく休止していましたが、感染症対策を徹底し久しぶりに集まることが出来ました。仲間と顔を合わせ一緒に活動することで、お互いの活力向上につながっています。

見守られ・楽しみ

移動販売車でお買い物（花山沢地区）

毎週の買い物が楽しみに!!

毎週金曜日に花山地区を回っている移動販売車。利用している方は「自分の目で品物を見て買い物出来て、とても良い」と話され週１回の楽しみになっています。自分で品物を選びお金を払うことで、認知症予防にもつながっています。

どっちにしようかな～？

買い物リストを作って待ってたんだ～！

生活支援体制整備事業とは・・・

介護が必要になっても、住み慣れた地域で自分らしい生活を続ける事ができるよう「医療・介護・介護予防・住まい・生活支援」の一体的な提供体制「地域包括ケアシステム」の構築を目指すもので、「地域における支え合い体制づくり」に取り組んでいく事業です。生活支援コーディネーターは、普段の暮らしの中で何気なく行われている助け合い・支え合いを発掘してきました。

また、住民主体の「地域が元気になるための話し合いの場」である第２層協議体（栗原市地域支え合い地区推進会議）で情報共有も行っています。

第２層協議体構成団体の紹介

『花山地区婦人会』

約８年前から花山小学校との交流を行っています。折り紙を教えたり、紙風船やビー玉等の昔の遊びを通して児童と楽しく活動しています。世代間交流を行うことで地域のつながりが深まっています。

今回から毎号各地区の協議体構成団体の活動を紹介してまいります。次号は、築館地区の構成団体の掲載を予定しております。

くりはらのお宝「地域支え合い事例発表展示会」

私たちにも出来るかな？こんな素敵な活動なら真似してみたいねぇ

各地区の第２層協議体（構成員紹介）や地域のつながり活動を紹介したパネル展示会が、３月17日（水）～４月２日（金）に栗原市役所ロビーで開催されました。多くの方々に足を運んでいただき、ありがとうございました。各地区の活動紹介（パネル）は社協各支所に展示しておりますので、是非ご覧ください！

生活支援コーディネーターはこれからも地域におじゃまします！

コロナ禍の中ではありますが、地域の中にある人と人とのつながりや支え合い活動（地域資源）を把握し、新たな支え合いの推進役となります。

地域のみなさんからの情報をお待ちしています！！

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!