

あなたのために
わたしができること

私のまちの地域支え合い情報紙

おげんきですか。

第4号
2018.9

「ぼくたち・わたしたち ぐらしのてつだい隊」



小学生が高齢者宅へ伺い、身の回りのお手伝いをする「ぐらしのてつだい隊」。
平成30年7月27日(金)、8月10日(金)の2日間にわたり、隊員に任命された小学生9名が元気に出動しました。

この事業は、①小学生が高齢者との交流を通してそのぐらしに関心をもち、地域の一員として関わる体験をすること。②自分にできることを活かしながら共に支え合うことの大切さ(地域共生社会の実現)について、小学生本人や保護者を含めた地域住民へ啓発すること等をねらいとして企画しました。

隊員として活動した9名は、お手伝いや交流を通して一人ひとりのぐらしに触れ、たくさんの気づきがあったようです。



【不動堂小3年 阿部 遥太さん】

最初は緊張したけど、少しずつ話をしていくと楽しくなりました。そうじや洗い物のおてつだいもできてうれしかったです。

おしゃべりをしながら、お昼ごはんと一緒に食べて、味噌汁とぶどうをごちそうになりました。

畑や草木のことを教えてもらい、野菜の収穫もしました。とても仲良くなったので、また遊びに行きたいです。

【小牛田小2年 佐藤 優里那さん】

最初は、どんなおてつだいができるかドキドキしながら参加しました。玄関そうじのお手伝いをしたあと、おばあちゃんに、折り紙の小物入れの作り方を教えてもらいました。

一緒にお昼を食べてたくさんお話をしました。おばあちゃんのお家は小学校に近いので、また会いにいきたいです。



【青生小4年 佐々木 京介さん】

おばあさんのお家へ行き、いっぱいお話をしたあと、野菜の水やりと収穫、窓ふきのおてつだいをしました。畑にはたくさんの野菜がありました。

ひとりで畑の手入れをするのは大変だなと思いました。おしゃべりをしながら食べたカレーは、とてもおいしかったです。



【南郷小6年 川名 花奈さん】

私が訪問したおばあさんは、91歳で一人暮らしをされていてすごいと思いました。月に1度、娘さんが家事をてつだいに来ているそうですが、ほとんどの家事を一人でしておどろきました。窓ふきや庭の水やりをおてつだいすると、とてもよろこんでくれたので、またおてつだいにいきたいです。





【南郷小2年 川名 瑛大さん】

ぼくは、91歳でひとり暮らしをしている、おばあさんのお家に行きました。くもの巣とりや庭の水やりをやって「ありがとう」と言ってもらえて、とてもうれしい気持ちになりました。また、機会があったらおてつだいにいきたいです。

【不動堂小2年 葛西 美羽さん】

初めて会うおばあさんだったので、すごくドキドキしました。おうちがとてもきれいだったので、おてつだいすることをみつけるのが大変でした。床そうじと、しその葉の収穫をしました。しその葉について、おばあさんに色々教えてもらいました。おばあさんとたくさんお話できて楽しかったです。



【不動堂小2年 青木 めい子さん】

最初に、枝豆の収穫をおてつだいしました。枝豆をはさみで切って、おなべでゆでました。はしで、まぜるおてつだいもしました。水で洗って塩を3回ふることを教えてもらいました。お昼ごはんのあと、洗物のおてつだいもしました。緊張したけど、おじいさんと仲良くなれてうれしかったです。

【不動堂小4年 齋藤 日向さん】

お年寄りが大変なこと①おそうじ②食事③洗濯④買い物だということを学びました。今日は、お風呂そうじと玄関そうじをしました。おじいさんのお話はむずかしかったけど、人生のようになるのかなと思いました。一人暮らしでさみしいと思ったけど、おじいさんには仲のいいお友達がいて、おしゃべりをしているから元気でいられるのだと思いました。



【不動堂小2年 齋藤 太一さん】

おじいさんはすごく元気で、おしゃべりが好きなんだと思いました。おじいさんとたくさんおしゃべりできて楽しかったです。お風呂そうじと玄関そうじのおてつだいをして、よろこんでもらえてうれしかったです。帰る時、おじいさんが「さびしいなあ。」と言ったので、ぼくは「また来るね。」と言いました。また、会いに行きたいです。

「こんなことで困っているんだ!」「これならできそう!」と子どもたちも、たくさんの気づきがあったようです。また、帰宅後、家庭でも話題になったようで、支え合いの地域づくりについて共に考える機会となりました。今後も、美里町生活支援体制整備協議会では、世代を超えて地域みんなが気かけ合い、見守り合い、支え合う力を一緒に育めるよう取り組んで参ります。

美里町のお宝を紹介します

暮らしの中のさりげない見守り・助け合い・健康づくりや介護予防など世代を問わない地域の支え合い情報

その1

手段が変わっても、変わらない目的

毎週水曜日、駅東2号公園にて、グラウンドゴルフをしているグループがあります。以前は、加護坊山などでパークゴルフを楽しんでいたみなさんですが、メンバーの高齢化に伴い、7月から近場で比較的足腰に負担の少ないグラウンドゴルフを楽しんでいるそうです。

「実は、パークゴルフもグラウンドゴルフも手段であって、目的は交流。介護予防にもなるし、一石二鳥！」と笑顔で話され、メンバーの変化に上手に対応しながら、つながりを大事にしている姿が印象的でした。



峯山グラウンドゴルフのみなさん
(峯山行政区)

**メンバーの変化と共に
つながりを上手に
活かした介護予防**

その2

毎朝のラジオ体操で2つの効果

早朝6時半、大口集会所には、ラジオ体操の音楽とともに元気なかけ声が響きます。

今年4月から、天候によって集会所前や集会所の中で毎日行われています。

「自分の健康の為にはじめたけれど、家族以外に“おはよう”と挨拶することが楽しみ。」という声や「お互い気にかけて合える機会になっている。」と体操による健康づくりの効果だけでなく、地域のつながりづくりの効果もうまれています。



大口行政区のみなさん
(大口行政区)

**挨拶が地域を結ぶ
「おはよう」の挨拶は、
私と地域のつなぎ役**

専門職も一緒に地域づくりに取り組んでいます！

公益社団法人 美里町シルバー人材センター

地域共生社会の実現を目指し、活動中！！



「少子高齢化」が進む中、高齢者はもちろん、だれもがいきいきと活躍し、社会参加するには、まず、地域社会にとけこむことが大切です。また、身近な人たちとの交流で地域と一体になり、絆を深めることが重要です。

「自分ひとりでも生きていける。」「自分さえよければ…。」このような考えが通用する時代ではありません。人はだれでも老いていきます。この老いていく中で、どのような生き方をするかが人生の後半において特に大切なことであると考えます。

美里町シルバー人材センターは、元気な高齢者が「自主・自立・共働・共助」の理念の下に「共に助け合い・支え合う」地域密着型『共生社会』の実現のために、「生きがい就業」を通して社会参加を実践しています。

また、今年4月より南郷地区の「農村環境改善センター」「下二郷コミュニティセンター」の指定管理者として美里町シルバー人材センターが指定を受けました。現在、シルバー人材センターが行っている施設管理の中で、ボランティア活動団体が中心となり行っている様々な講座や体験活動が、ひとりひとりの「^{けんこう}健康」づくりになればと思っています。

今後も、南郷地域のコミュニティ活動の拠点として、地域のボランティアの方々や様々な機関と協力して、シルバー人材センターの事業と合わせて、充実した楽しい生活ができるよう活動していきます。



こども体験ボランティア会のみなさん



前列右から
伊藤秀司(事務局長)、万城目将晴(業務係長)
後列右から
佐々木さとみ(指定管理業務担当)、杉山輝江(経理・庶務職主任)、垣崎さわ子(業務職担当)

【連絡先】

公益社団法人
美里町シルバー人材センター
〒989- 4205 美里町木間塚字高田33
TEL:0229-58-3665
FAX:0229-58-3660

次回は…
「遠田商工会」
を紹介します！



介護保険制度が改正されたって言ってたけど・・・？

地域共生社会の実現を目指して



この度の制度改正の主旨は、「支える」「支えられる」の関係ではなく、子どもから高齢者まで、一人ひとりが役割を発揮できる地域社会をつくっていかうというものです。国は、地域住民や地域の多様な主体や様々な専門職が『我が事』として参画し、人と人、人と資源が世代や分野を超えて『丸ごと』つながることで、住民一人ひとりの暮らしと生きがい、地域をともに創っていく地域共生社会の実現に向けて動きはじめています。

美里町でも、地域共生社会を目指し「地域包括ケアシステム」(医療・介護・住まい・生活支援・介護予防が包括的に確保される体制)の構築に向け、話し合いや研修会が開催されています。「地域共生社会」「地域包括ケアシステム」の実現のポイントは、いつまでも暮らし続けたい美里町の姿について、みんなで『つながり』『話し合う』ことを続けることです。「こんな仕組みがあったらいいな!」「地域のこの活動を町全体へ広めたいね!」といった話し合いの場のひとつが、美里町生活支援体制整備協議会です。

平成30年度も「支え合いの地域づくり」の推進に向け、私のまちの支え合い情報紙「おげんきですか。」の発行や支え合い活動の発表会の開催を通し、支え合いを育むきっかけや地域活動の波及に努めて参ります。

また、生活支援コーディネーターが地域に出向き、みなさんの暮らす地域について教えていただきながら、地域の人や組織をつなぐ・つながる仕組みづくりを目指します。美里町のつながりが生まれる場のあり方、その場がどうしたら生まれるかについて話し合いを続け、その場から自然に社会参加・介護予防や支え合いが生まれる地域づくりを推進して参ります。

私のまちの地域支え合い情報紙「おげんきですか。」

表紙の写真：土屋きよさん、川名花奈(はな)さん、川名瑛大(えいた)さん

発行日 平成30年9月1日

発行・編集 美里町生活支援体制整備協議会 【美里町・社会福祉法人美里町社会福祉協議会】
〒987-0038 宮城県遠田郡美里町駅東二丁目17-4 (美里町駅東地域交流センター内)
TEL: 0229-32-2940 FAX: 0229-32-5160 E-mail: misato@misato-wel.com