

いわき市住民支え合い活動づくり事業

支え合いのススメ

SASAE AI NO SUSUME



「ありがとう」がめぐる地域に！

いわき市住民支え合い活動づくり事業

支え合い サポーター 大募集中！

地域の支え合いを作っていきたいと考えている区長さんや自治会長さん。仕事も引退したし、地域でだれかの助けになることをやってみたいと思っているお父さんお母さん。子育て中だけれど、月に1回くらいならお手伝いしてもいいかなというパパさんママさん。あなたの優しさと、ほんの少しの勇気が、だれかを支え、自分も支えられる地域をつくれます。

あなたのやさしさと、
少しの勇気が、
「ありがとう」をつくる

65歳以上のサポーターはいわき市いきいきシニアボランティアポイント事業の対象になります。ぜひご活用ください。



地域のお困りごとの
相談もお受けいたします。

お問合せ いわき市社会福祉協議会

平地区協議会	22-6441	遠野地区協議会	89-2111	田人地区協議会	69-2111
小名浜地区協議会	54-2111	小川地区協議会	83-1111	川前地区協議会	84-2111
勿来地区協議会	63-2111	好間地区協議会	36-2221	久之浜・大久地区協議会	82-2111
常磐地区協議会	43-2111	三和地区協議会	86-2111	市社会福祉協議会(本部)	23-3320
内郷地区協議会	27-8707				
四倉地区協議会	32-2114	[委託元・発行] いわき市地域包括ケア推進課			0246-27-8574

支え合いの ススメ

暮らしのちょっとした困りごと。

気軽に相談し合って動き合って、地域の人たちで支え合おう。

そんな取り組みが、いま、いわき市各地で広がりを見せています。

それぞれの「地区」が中心になって住民から「支え合いサポーター」を

募り、地域の様々な困りごとを解決する、

その名も「**いわき市住民支え合い活動づくり事業**」。

暮らしを安心して、そしてちょっと豊かにしてくれる支え合い。

あなたの地区でも、始めてみませんか？



支え合いサポーターの坂田美貴子さん



支え合い実例
case.1

四倉地区

ゴミ出し

支え合い組織

梅ヶ丘南団地
21区ニコニコ会

支え合い実例
case.0

玉露地区

声かけ・傾聴活動

支え合い組織

泉町玉露1区・2区
玉露高齢者見守り隊



聞くことで暮らしに入り込む

泉駅にほど近い住宅地玉露地区。中でも歴史の古い玉露1区では高齢者も多く、以前より防犯パトロール隊を結成し、治安の向上に尽力してきました。が、それだけでは「家の中」の課題が見つけれないと支え合い活動をスタート。傾聴に力を入れています。地域の高齢者との距離が近くなることで、トラブルを未然に防いだり、支援団体につないだりできるようになったと言います。支え合いは「聴くこと」から始まります。

声をかけあえば、
自然と活気が生まれる

JR四ツ倉駅の西側にある梅ヶ丘南団地。175ある世帯の多くは、今から30〜40年前にマイホームを求めてやってきた世代。今では数多くの高齢者が暮らしています。ニコニコ会は、その団地内の支え合い活動を担う団体。14名のサポーターが登録しています。

この日ゴミ出しをしていたサポーターの坂田美貴子さんは、「顔が見える関係を団地で作っていくことは大事だと思いますし、何より子どもの学校の送迎のついでにできるのがいいんです」と、支え合いの敷居の低さのメリットを語ってくれました。

敷居は低くても効果は絶大。代表の佐々木寛さんも「声を掛け合うことで地区に活気が出て、高齢者サロンの参加者が以前より格段に増えました」と手応え十分。そんな人々との風通しの良さが、地区の魅力創出につながっているのかもしれない。



支え合いサポーター
佐々木 寛さん

梅ヶ丘南団地21区ニコニコ会代表。長く民生委員として地区を支えてきましたが、支え合い活動のスタートとともに会を結成。初代代表に就任。ピースが粋です！



支え合いサポーターの緑川武子さん



支え合いサポーターの小堀亨さん(左)、鈴木洋一さん(右)



支え合い事例
case.3

田人地区

買い物代行

支え合い組織
入旅人大字区
わが町協力隊 289



支え合い事例
case.2

内郷地区

草刈り代行

支え合い組織
高坂9区つどいの会



支え合いサポーター
緑川 恵さん

わが町協力隊289代表。田人町入旅人地区副区長。佐藤町で整体院を開業。市民の健康をサポートする傍ら田人地区の地域づくりに尽力しています。

私もいずれは支えて欲しいから

自然の美しい田人町入旅人地区。サポーター1数38名を誇る「わが町協力隊289」は、代表の緑川恵さんを中心に入旅人の住民が主体的に集まり、買い物代行、雪かき、傾聴活動、庭木の整備などの支え合い活動を行っています。

この事業に誘われたときは「こんな面倒くさい事業は大変だ！」という反応だったのが、始めてみたら「やってよかった」と評価が変わり、会員数も増えてきているそう。「みなさんがサポーターを経験して、地域のつながりが強まるのを感じたからかな」と緑川さん。

もともと自治意識の強い中山間地区ですが、一方で高齢化が進み、その危機感が活動につながっているようです。「誰かを支えることは、将来の自分を支えてもらうってことなんです。私たちがだっていずれは支えてもらいたいですから」。そんな緑川さんの言葉に、支え合いの真髓がありました。



支え合いサポーター
小堀 亨さん

高坂9区つどいの会代表。高坂9区区長。14名のサポーターでは、地域の多様なニーズに応えられないと考へ、現在絶賛サポーター募集中!

こちらから行かないと、声は聞こえない

高坂9区つどいの会は、平成27年に、地域の高齢者の「つどい」を行う会として結成されましたが、現在は支え合い活動も担い、声かけや傾聴、ゴミ出し、草刈りなどを行なっています。この日も、代表の小堀亨さん自ら草刈機を背負っての草刈り。作業の難しくなってきた高齢者世帯の庭をキレイにします。「いくら回覧板を回しても向こうから相談されることってほとんどない。こちらから行くしかないんです。会って、傾聴して、信頼ができて初めて『実は...』という声が出てくるもんですよ。こちらから出向かないと困りごとは見えてきません」(小堀さん)

声を出しにくい高齢者ほど孤立し、課題が重くなってしまいがち。小堀さんたちは、1軒1軒丁寧に傾聴を重ねることで困りごとを聞き出し、関係機関と連携を取りつつ、自分たちができることは自分たちで解決しています。サポーター数は、30代40代の若い世代も含む14名に。地域自治の「芽」が、確実に育ってきています。

いわき市住民支え合い活動づくり事業とは

ひとり暮らしや高齢者だけの世帯がますます多くなっている現代、住み慣れた町ですと暮らしていくためには、“ご近所同士の支え合い”が必要。それはわかっているけれど、どうやって声をかけていいか不安。どんな活動をしたらいいかわからない。そんな不安にお応えしながら、皆さんの暮らす地区で「支え合い」が行われていくよう、様々な支援をする事業です。

22 現在、市内22地区で、住民支え合い活動が行われています。
(H31.3.1時点)

例えば、こんなことから!!

見守り・声かけ、話し相手、
ごみ出し、電球交換、
買い物代行、草引き、
つどいの場の開催 など

暮らしの中のちょっとした
困りごとのお手伝いなど。

支え合い活動に興味のある方は、お住まいの地域の市社会福祉協議会各地区協議会(☎は裏面にあります)まで、どうぞお気軽にご相談ください。

困ったなあ…



話し相手がほしいな… ゴミ出しができないな…

地域の力になりたい



退職後は時間があるな 高齢の方を助けたいな

「ありがとう」がめぐる地域に!



支え合うことで「ありがとう」がめぐる、地域の元気、暮らしの元気につながります

声をかけたら

こんないいことありました!



以前より地域に深く入り込めるようになった!

私たちの元々の活動は防犯パトロールや見守りでした。泥棒は確かにいなくなりましたが、それだけでは地域の困りごとが見えてきません。活動が「支え合い」になったことで、より深く家庭の中に入っていきえるようになりました。おせっかいかもしいけれど、地域で起きる悲劇を一つでも防ぐ活動になればと思います。

泉町玉露1区・2区 玉露高齢者見守り隊 代表 江崎さん



自分も支えられていると実感できた

高坂は若い世帯が多くて、昼間は家にいない家も多いのですが、支え合いをするようになって地区のことが良くわかり、本当によかったです。やればやるほど、私がだれかを助けてるわけではなく、私たちも地域の人たちに支えられてるんだと実感できて、人とのつながりって本当に大事だなと思うようになりました。

高坂9区つどいの会 サポーター 山本さん



地域に暮らす人たちの顔が見えてきた

子育てもあり、なかなか本格的に活動することは難しいのですが、つどいに来ておしゃべりするだけでもいいよと誘われてサポーターになりました。サポーターの活動を通じて、以前より頻繁に地区の皆さんとあいさつを交わすようになりました。地域に暮らす人たちの顔が見え、前よりも安心して暮らせるようになった気がします。

高坂9区つどいの会 サポーター 阿部さん



ありがとうと言われることが、素直にうれしい

ゴミ出しをお手伝いしている方から絵手紙を頂いたことがあって、本当に嬉しかったです。誰かに感謝される、ありがとうと言ってもらえることがこれほどにうれしいものと驚きました。地域のつながりがなくなっていると言われていますが、ありがとうって言い合える環境を作れば、つながりって少しずつ戻ってくると思います。

梅ヶ丘南団地 21区ニコニコ会 サポーター 坂田さん