

就労支援

働きたい×応援したい

「世界一やさしいレストラン」

「世界一やさしいレストラン」はNPO法人まことの主催で、飲食店等にご協力いただき、そのお店を終日、貸し切って開かれます。

接客、注文の受付、給仕を、主にB型就労支援で働く障がい者の訓練として、また支援学校の生徒さんの実習として行っています。

店名の【世界一やさしい】は、

「注文を間違えても大丈夫!」そんな優しさと笑顔が集まって、障がい者・障がい児の「働きたい」をみんなが応援しようという取り組みです。

令和2年度は新型コロナウイルスの影響により開催を中止することになりましたが、「世界一やさしいレストラン」で培った「やさしい気持ち」を活かし、新たな取り組みに挑戦中です。

やさしさから生まれた空間には
やさしさが集まる



▲初めての接客に緊張するスタッフの隣で、くらしき心ほっとサポーター※が優しく微笑みます。

※くらしき心ほっとサポーターとは「心の健康づくり」を応援するための活動を行政と協働で取り組む住民ボランティアです。



多くの人から受けた
優しさは自信となり
「備中たまたまBOX」
がスタート!

新鮮な旬の野菜おまかせセットや果物、焼き菓子や紅茶、珈琲を詰め込んだこだわりスイーツボックスを毎月ご家庭や職場にお届け。

何が届くかお楽しみ「備中たまたまBOX」はご家庭用だけでなく大切な人へのギフトとしてもご利用いただけます。

事務局：NPO法人まこと
TEL 086-486-2204



「再出発」は地域とともに



▲(福)王慈福社会が、地域住民のための、「居場所」「憩いの場所」として開放している「みらいの宝箱」は「ななころびやおき」の拠点としても活用されています。



▲マスクの売り子をして下さっている地域の人たち



◀片手でマスクづくりに取り組む「ななころびやおき」メンバーの茅野さん

「ななころびやおき」

「ななころびやおき」は、「事故や病気によって障がいを負ってしまったことで、自信を失い、孤立する人たちの居場所をつくりたい」との思いから、医療法人王慈会の職員有志により始められました。

利用するために特別な手続きは必要なく、気軽に集うことができます。

立ち上げ当初は、障がい者の社会参加につながる様々な行事を企画していましたが、新型コロナウイルスの影響により、「マスク不足に悩む地域住民の助けになりたい」と、マスクづくりを開始したことで、多くの地域住民と



▲「ななころびやおき」の活動で茅野さん(左)と仲良くなった木下 秀男さん(右)は、これからの夢を語り合う良き理解者です。

つながるきっかけとなりました。ななころびやおきの参加者である茅野賢一さんは、42歳の時に脳の病気を発症。離職を余儀なくされました。当時中学生や小学生だった我が子に茅野さんは「こんな情けない父親でごめん」と、毎日泣いていたとのことです。

しかし、ななころびやおきで出会った多くの人に背中を押され、現在はマスクづくり等のボランティア活動に取り組む傍ら、一般就労に向けて頑張っています。

茅野さんは、「スーパー等で買い物をしているときも地域の人々が声をかけてくれるようになった。地域のなかで知り合いが増えたことが心の支えになった」と、嬉しそうに教えてくれました。

何回転んでもつながりの力で起き上がる！まさに「七転八起」の力を地域で育んでいる居場所です。

02

困りごと支援 支えたい×頼りたい



「マスク作り」から生まれた、 世代や立場の垣根を超えた「支え合い」

「ちよいいサポ！」

新型コロナウイルスの全国的な感染拡大に伴い、日々の生活のなかでは、「マスクを買いたいけど、お店に売っていない」、「マスクがないので、人と会うのが怖い」などの声が溢れていました。

そんな時、「障がい者でもできることはある。地域とつながるきっかけをつくりたい」との思いから、「就労移行支援事業所 irodori」の利用者を中心にマスク作りがスタートしました。

マスクを手作りするのは、初めての経験。回数を重ねる毎に作るペースも早くなり、おしゃべりしながら楽しそうに取り組む様子も見られます。

「マスクを作り、届ける」というちょっとした支援が、参加した利用者一人ひとりの「やりがい」や「楽しみ」に変わります。



▲型取りから生地の手縫いまで、本人のペースでゆっくりと行います。優しさの詰まった手作りマスクが完成しました！



地域の「声」を「形」に変える

できること探しから、「ちょいサポ！」が誕生



▲草取りをしている様子。終了後は喜びと達成感で笑顔が溢れます。



◀マスクを持って訪問している様子。日頃の生活や住んでいる地区についてなど、様々な話で盛り上がりました。これが一つのきっかけになり、顔馴染みの関係につながります。

基本情報

【サービス提供日】

月曜日～金曜日 10:00～15:00

【利用料金（お駄賃）】

30分 200円 60分 500円

【サービス対象範囲】

水島商店街の周辺

【サービス内容】

草取り・掃除・買い物・ゴミ捨て・電球交換 など

【連絡先】

就労移行支援事業所 irodori TEL 086-486-4562

倉敷市水島高齢者支援センター TEL 086-446-6511

「マスク以外にも困っていることがあるかもしれない」、「コロナ禍だからこそ、顔を見て渡したい」など、今できることを考えながら、完成した手作りマスクを持って民生委員と一緒にひとり暮らしの高齢者のお宅を訪問しました。そこで出会った一人の高齢者から、「ひとり暮らしだから、電球交換や草取りは本当に大変…」との声を聞いて、「ちょいサポ！」は誕生し

ました。

この活動は、地域のなかの「ちょっと困った」と「人の役に立ちたい」という思いが一緒になった支え合いサービスです。困りごとを抱えている高齢者などを「irodori」の利用者が事業所の職員と一緒に訪問し、相談があった内容を手伝います。このサービスのなかでは、「支援する側」と「支援を受ける側」の垣根は自然となくなり、支え合いを通して地域の「つながり」を感じることが出来ます。

また、ただ困りごとを手伝うだけではなく、利用者にとっては人と関わる大切な機会になり、相談者（高齢者など）にとっては自然な見守り活動になっていきます。

「ちょいサポ！」は、同じ地域のなかで無理なく困りごとを支え合う一つの「サービス」であり、大切な地域の「担い手」にもなっています。

03

できることへのマッチング

できること×ありがとうの気持ち



▶刃の部分だけでなく、緩んだねじ部分の調整も行っています。はがれた塗装も塗りなおしているの、見違えるようになりまし。

自分の「できること」で
喜んでくれる人がいる喜び

「刃物研ぎボランティア」

「自分の得意なことを活かして、人に喜んでもらえることをしたい」そんな思いから、以前から刃物を研ぐことが得意だった岡田儀信さんは、刃物研ぎボランティアをするのことにしました。相談を受ける刃物の種類は、包丁やはさみ、畑で使う鎌や剪定ばさみなど様々です。刃物によって研ぎ方を変えて、一本一

本丁寧に研いでいきます。切れ味が悪くなっていた刃物が、真心を込めることできれいに甦り、持ち主の所に帰っていきます。人と交流する機会が少なかった岡田さんにとって、「研ぐ」という自分の得意な活動をするのにより、地域の人とのつながりが生まれました。



▲研いだ後のはさみ(左) 研ぐ前のはさみ(右)



▲「切れ味が変わっているので気を付けてくださいね」と返却時に注意を伝える岡田さん(左)。



▲ボランティア活動のお礼にフラワーアレンジメントが届きました。



▲依頼されたみなさんは、返却された刃物の切れ味の良さにびっくり!



「編み物作品づくり」

学生時代から編み物が得意だった奥野小美枝さんは、数年前に病気を患らい、指を動かすことが困難になりました。

しかし「落ち込むだけではないけない」と、リハビリを兼ねて得意だった編み物を再開。アクリル毛糸で座布団を作り、身近な人へプレゼントしていきまし

た。「他にも喜んでくれる人がいたら届けて欲しい」と、できた作品は協力者を通じて、被災者や他地区の通いの場にも届けられました。受け取った人たちが

らは、多くの喜びの声をいただきました。

作品を作って届けるという活動の先に、うれしいサプライズがありました。受け取った人々から、感謝の手紙と材料の毛糸がお礼として届きました。「これでまた編み物をする元気が湧いた」、「病気で落ち込んだこともあったけど、こんないいことが待ってるなんて」と、前向きになって誰かを元気にする活動が、さらに新たな元気になって帰ってきました。

▼奥野 小美枝さん



▲お礼のお手紙につながりを実感しました。



自分が元気になると 自然と誰かを元気にしてる



▲座布団は、座り心地がいいように「二重」になっています。



奥野さんが作った作品が多くの人に届き、被災者やサロン活動の支援にもつながりました。



04

子育て世代による支え合い 地域のぬくもり×ママの強み

「くらしき子育てネットワークはぴばる」

支えてもらうことの方が多かった 一年目

『三世交流サロンの立ち上げ』

「地域のじいじとばあばとたくさん出会う
て交流したい」若いお母さんたちの思いか
らスタートしたこの活動。

最初は、保健師や高齢者支援センターに
助けてもらいながら、仲間集めや地域との
つながりを築き、三世交流サロンを立ち
上げました。そこで出会った人たちの優し
さに、子育て真っ最中だったママたちは、
子育ての大変さも楽しさも地域みんなで分
かち合える喜びを感じました。



▲三世交流サロンは、地域の集会所や高齢者施設などの理解と協力を得ながら活動を広げていきました。

心の「ママ」に手をつなごう

親と子の「できる」を形にした 二年目

『くらしき子育てネットワーク
「はぴばる」の立ち上げ』

交流活動を通して、「地
域っていいな」を実感し、
次第に「ママたちができ
る地域づくり」を考える
ようになりました。

市内全域の子育て世代
や支援機関ともネット
ワークをさらに広げ、「く
らしき子育てネットワー
クはぴばる」を結成しま
した。

定期的に地域を巡回し、
親子同士の交流だけでなく、
世代を超えた関係づ
くりを進めました。



災害で「支え合い」を

実践した 三年目

『ママたちの被災地支援』

豪雨災害で被災した地域のじ
いじからこぼれた「助けてほしい」
というメッセージ。

日頃からの世代を超えたつな
がりはお互いを「支え合い」「助
け合える」関係になっていました。



▲ママたちによる炊き出し支援は合計4回にわたって行われ、避難所にいる高齢者や同世代の親子にあたたかい食事を届けました。

▶ママたちの女子会ついでに、託児ボランティア。ママたちはチームで楽しく子育てを支えています。



子育てネットワークは新たな広がりへ



▲手づくりマスクは、地域の子どもたちに贈りました。



▶ママのコーディネートにより、パパがサンタクロースのボランティア。我が家のボランティアセンターが動き始めました。

「暮らし寄り添い応援団

ママとも

令和2年度から新しく取り組んだ活動に「暮らし寄り添い応援団ママとも」があります。

これまでの活動を通して、ママたちが導き出した次のステップは、無理なくできること・得意なことを活かして、ちよつとした困りごとを支え合う、子育て世代が担い手側にまわった生活支援グループの立ち上げでした。

「ママとも」の「とも」は友達の「友」であり、伴走の「伴」であり、共助の「共」でもあります。友達のような関係を築くための女子会や地域交流の場は継続しながら、「お互いさまの意識で、困りごとに寄り添っていこう」そんな前向きな思いが込められています。

ママの強みを活かして、我が子といっしょに託児をしたり、送り迎えをしたり。男手が必要な地域の困りごとにもご主人を派遣することだってできそうです！

自然な「つながり」から活動の「輪」が広がる



▲「ぼっぼの会」活動の様子。ボランティアと一緒にカレーを作り、参加できない会員には自宅にお届けしました。子どもをきっかけとした多世代交流やママたちの「安心」につながる活動を大切にしています。

「はぴぼる」の活動は、全体で行う大きなイベントと、チームで行うグループ活動に分けられます。

手芸が好きな人、少人数でゆったりとした交流を望む人、それぞれにあった会員同士の自然なつながり合いが少しずつ広がっています。

子どもの発達に心配のあるママたちが、「卒園や進学後も継続してつながりつづける場が欲しい」という思いから立ち上がった「ぼっぼの会」も、現在は「はぴぼる」と一緒に様々な活動に参加しています。

05

子育て世代への応援

子ども×居場所×優しい大人

「学用品・部活用品おゆずり会」



ぬくもり「たっぷり」の「想い」を届ける



▲テニスのラケットや柔道着など、部活用品もたくさん集まりました！



▲「TEAM K6」より、学用品の提供がありました。「TEAM K6」は、倉敷に根ざした5つの商業施設と商店街が地域振興のために結成した団体です。
【加盟施設・商店街】
倉敷・天満屋、イオンモール倉敷、三井アウトレットパーク倉敷、アリオ倉敷、さんすて倉敷、倉敷商店街振興連盟

「社会福祉法人クムレ」では、ひとり親家庭をはじめ、子育て世代を地域みんなで支援するため、「ひとり親家庭支援連絡協議会（準備室）」を立ち上げました。そして、「ひとり親家庭支援研修会」を開催し、ひとり親家庭の現状を参加者で共有したり、地域住民と専門職などが

ざつくばらんに意見交換をする機会を作りました。こうした取り組みが、子育て世代を対象とした「おゆずり会」などの、「支え合い、分かち合い」に基づく活動につながっています。「おゆずり会」は、学校生活で必要となる学用品や部活用品などの提供を地域に呼びかけ、

必要としている親子に「物品」と「気持ち」を届ける取り組みです。個人だけではなく、企業からも学用品の提供があり、会場にはたくさんの物品が集まりました。

参加した親子からは、「提供してくれた人の優しさが伝わるので嬉しい」、「私も使い終わった物があれば提供したい」などの声が聞かれました。

この取り組みは、困りごとを抱えた親子、主任児童委員や民生委員、関係団体や専門職など、様々な個人や団体につながる大切な場にもなっています。



▲地域の人から野菜の提供があり、今日のメニューは子どもに大人気のカレーになりました。



▲ボランティアとおもちゃで遊んだり、絵を書いたり、食事以外の時間も自由に過ごします。



◀料理に使用される食材の一部は、保育園の敷地内にある畑で作られています。



▲野菜を育て、収穫するのも、地域の子どもとボランティア。子どもの体験活動も大切にしています。

「食」を通した自然な「居場所」

「ひだまりカフェ」

「ひだまりカフェ」では、参加した子どもが地域のボランティア（主任児童委員や学生など）と一緒に、楽しみながら料理を作り、お皿の盛り付けまで行っています。また、子どもの得意なことを活かし、会場の飾り付けやメニューボードの作成なども協力してもらい、自然な役割から本人の自信にもつながっています。

毎月のメニューは、「社会福祉法人クムレ」の栄養士が中心に考え、時には子どものリクエ

ストがそのままメニューに。食事の時は、皆で「わいわい」と明るい声と笑顔が広がります。

参加する子どもたちは、何かしらの困りごとを抱え、地域とのつながりが希薄になっているケースもあり、児童家庭支援センターや主任児童委員などを通して、このカフェに参加しています。「食」を通して交流と体験を重ねることで、地域とのつながりを実感できます。そして、継続して通うことで、大切な「居場所」の一つになります。

06

社会福祉法人による公益活動

地元の社会福祉法人×地域の困りごと

「社会福祉法人瀬戸内福祉事業会の移動支援」

社会福祉法人の瀬戸内福祉事業会では、施設を利用するだけでなく、近隣の住民の日々の暮らしにも寄り添った公益活動を行っています。



▲将来的に同じように困る人は増えるかもしれない。「これから」の穂井田を考えた取り組みです。

地域の不安を安心にグリーンピア瀬戸内

穂井田地区は、玉島の市街地から距離があり、「移動」という地域の課題を以前から検討していました。コミュニティタクシーなど様々な検討を重ねましたが、住民だけでは解決が難しい状況でした。そこで、地元法人として地域の声を受けた特別養護老人ホームグリーンピア瀬戸内は、平成29年から施設の車両の空き時間を利用した移動支援を開始しました。買い物や病院受診などで困っていた人にとって、週に2回運行され、自宅前まで迎えに来てくれるこの送迎は、とても心強いものです。「これまで」も「これから」も共に地域を考え、歩み続ける施設だからできる取り組みです。



▲買い物ツアーで好きなものを買うことができ、大満足です。



地域の課題に共に向き合う心強い「お隣さん」グリーンビレッジ瀬戸内

柳井原地区にあるトレーラーハウス型の仮設住宅では、スーパーが遠く、交通手段がない被災者は移動の悩みを抱えています。仮設住宅の隣に位置する特別養護老人ホームグリーンビレッジ瀬戸内では、この問題を運営推進会議で話し合い、施設として週に1回の買い物送迎を行うことになりました。地域貢献の意識を法人内で共有されており、こちらでも施設の車両が空いている時間を活用して運行がスタート。

住宅の再建が進み、徐々に仮設住宅の入居者が減るなかで、少ない入居者にも寄り添った支援です。被災者支援から始まったこの取り組みは、今後は被災者だけでなく、地域住民の課題解決にもつながっていきます。

社会福祉法人しおかぜ 地域貢献専門の部署「地域支援事業部」

「地域から信頼される施設であり続けるために」そんな思いから法人内につくられた「地域支援事業部」は、地域住民と法人職員が協力しながら地域課題に取り組んでいます。

「地域が困っているなら協力したい」という姿勢からは、通いの場や、地区社会福祉協議会への支援、自治会行事のお手伝いなど、住民と法人協働により、多くのしくみが生まれています。



▲デイサービスセンターの休館日に、建物を地域住民に開放することで誕生した「吹上サロン」。この「デイサービスセンターしおかぜ城山」は、地域の自主防災組織と協力し、届出避難所にも登録されています。



▲法人内で選出されている「地域支援推進委員」のメンバー。施設から飛び出し、地域のために奮闘中です！



▲「吹上サロン」開催時には送迎用の車両を住民の皆さんに貸し出しています。「地域一歩」が住民同士のつながりを守ります。

社会福祉法人倉敷中央天寿会 「食」と「買い物」サービス

社会福祉法人倉敷中央天寿会では、日々の業務を通じて地域住民から寄せられる生活上の相談や課題に対して、法人の資源を活かしてお手伝いができる仕組みを検討し、「居場所づくり」と「食の確保」・「買い物」をまとめて支援する『食』と『買い物』サービスを開始しました。

65歳以上の人で、移動や移乗に介助を必要としない人を対象としており、デイサービスの送迎車両で参加者をお迎えにあが

り、倉敷中央ケアセンターであたたかい食事と参加者同士の交流を楽しみます。その後、買い物希望される人は帰りに近隣のスーパーに寄って自分で買物をして帰ることができます。

自分で買い物をする充実感、いろいろな人と交流をする喜び、社会参加のきっかけを地元の社会福祉法人がしっかりと受け止め応援する新たな住民支援、地域貢献のかたちです。



▲倉敷中央ケアセンターの部屋と厨房を活用して、食事を開きます。他の参加者と一緒に会食することで会話ははずみます。



▲一人でスーパーまで買い物に行くことが大変だった参加者からも送迎付きの買い物支援は大変喜ばれています。

07

企業・地域と連携した見守り支援

役立てて欲しい×小さなSOS



共生社会の原点は
互いが近所で助け合う
「互近助づきあい」から



▲株式会社パソナ岡山では、定期的に社員の皆さんが食材を集め、それを支え合い活動につないでくれています。
たくさんの食材を互近助パントリーへ提供していただきました。

「互近助パントリー」 ごきんじょ

新型コロナウイルスの感染拡大の影響もあり、生活に困る家庭が増えているなか、地域の一員である様々な機関の「できること」を結集して動き始めた活動が「互近助パントリー」です。

「互近助パントリー」とは、

企業や個人で余剰となった食材や生活雑貨を生活に困った人たちに提供する活動です。より住民の近い場所に相談や提供の拠点を設置することにより、住民の困りごとをご近所のつながりで受け止め、適切な支援機関へつなぐことも期待されます。

企業からはすでに、食材や生活雑貨、子どもの学用品等が多数寄贈されており、身近な設置拠点として社会福祉法人や子育て支援拠点、地域の見守り役など、様々な人や団体が「パントリーサポーター」として「互近助支援」をスタートさせています。

互近助パントリーを通した「参画がえんになる」イメージ図

企業等による参画

互近助パントリーは様々な企業からご提供いただく食材等によって支えられています。

イベントの中止等で使用ができなくなった食材や賞味期限が近いもの、包装の接着ずれの商品などをありがたくいただき、地域に企業の善意をお届けします。



▲JFEスチール株式会社西日本製鉄所（倉敷地区）よりたくさんのドロップス缶をいただきました。

食品
ロス

CSR
推進

気づき
つなぎ

多機関
連携

こども
食堂

公益
活動

交流
活動

相談
拠点

社会福祉協議会が
つなぎます

地域住民の参画

互近助パントリーは、個人へ提供するだけでなく、地域の様々な支え合い活動に活用してもらうことも可能です。

子ども食堂や地域食堂の食材としてもお役立てください。



▶提供のシロップを活用してジャンボかき氷大会を開催。

法人・団体による参画

地元の社会福祉法人や事業所などは日頃の業務や地域とのつながりを活かしたパントリーサポーターとしての活躍が期待されます。地域にとって何よりも心強く身近な存在になりそうです。



◀玉島の地域子育て支援拠点「ひろば・わたぼうし」もパントリーサポーターとして、相談拠点の活動をスタートしました。

互近助パントリーへの参加と支援を募集しています！

①食材・生活雑貨の提供者や企業を募集！

未開封・未使用の商品で、食材については賞味期限前のものを募集します。



②パントリーサポーターを募集！ (食材・生活雑貨の保管・提供)

食材・生活雑貨を保管していただきながら地域の困りごとに対して使用していただきます。必要に応じて食材等は補充します。



【連絡先】倉敷市社会福祉協議会 生活支援コーディネーターまで ☎086-434-3301

08

防災への取り組み

過去の災害×未来の防災

「逃げ遅れゼロへむけて 被災地 真備の挑戦」

西日本豪雨以降、真備町内の様々なところで、防災・減災について語り合い考える会が始まりました。



住民による住民のための
防災意識向上プロジェクト

川辺みらいミーティング

平成31年3月から令和2年12月までに5回のミーティングを行い「逃げ遅れゼロにつながる」「心が動かされること」「知りたいことが分かること」「これならできそうと思えること」を話し合い、学び、フィールドワークを行うことで川辺地区の防災について気づきの輪が広がっています。また、定期的に開催することで、これまで以上に地域にまとまりやつながりができました。



▲話し合いのなかでの気づきや「どうする？」が、小さい子どもがいる親子へ向けた「防災おやこ手帳」やご近所さんが無事に逃げていることを視覚で確認できる「黄色いたすき大作戦」が生まれるきっかけになりました。

岡田地区発 岡田を災害に強いまちにする会

「あの日、何があった、何をしたか。何をすればよかったのか。」岡田地区で、その答えを探すためにできた会です。

集まった皆で振り返り、検証し、また一人でも多くの人の声を聴くためにアンケート調査や聞き取り調査も実施しました。

あの日の出来事を時系列にまとめ、調査のなかで見えてきた

問題点や反省もまとめ、防災冊子「にげる」を作成し、地域住民へ防災の手引きとして配布しました。

またこの会には、岡田地区の住民だけでなく、真備町内の住民や大学の防災や復興に関わる研究者、支援団体なども関り、岡田を災害に強いまちにするために進み続けています。



地区にこだわらず
様々な住民・団体が
関わっている会

箭田まちづくり 防災研修

被災直後から箭田地区まちづくり推進協議会独自の取り組みとして続けている15名程度の研修会です。地区外の人への参加も受け入れ、岡田・川辺・服部地区等の人や報道関係者・大学の防災や復興に関わる研究者も参加しています。

河川敷樹林化防止に町民参加で取り組む活動や事業所・施設との合同避難訓練など、研修だけでなく実際の具体的な取り組みに結び付けながら進めています。

共に地域で暮らす私たち だから…

真備連絡会&箭田・二万地区合同避難訓練



「真備連絡会」は、真備地域の医療機関・福祉・介護の事業所・行政・当事者・ボランティア等で構成している規約などの無い緩やかなつながりの会です。発災前から、地域のなかで、縦割りを超えたつながり合い・連携を深めていました。発災後は、真備町のことを考える支援団体・個人なども自由に加わり、緩やかだけれども確かなつながりを築いています。発災後、インフラも整わない



なかでの集いから誰もが痛感していたのが「どうすればよかったか、これからどうしたらよいのか」です。いつ逃げるか、誰とどこへ逃げるかは誰にとっても大切な問題ですが、支援が必要とされる人たちは、避難所に行くことのためにらいたり、避難するという行動に移せなかったりしたそうです。真備連絡会では支援が必要な一人ひとりがどのタイミングで誰とどこに避難する

マイ・タイムライン

台風や前線が発生し大雨となり、川が氾濫するまでに「いつ」「なにを」しておけばいいかを前もって考えておくことで、落ち着いて安全に避難することを目的に、各自で作成する防災行動計画です。

避難をためらってしまうことありませんか？ 避難を一人で決めるのはとても難しいことです。だからこそ、災害の起きていない今、ご近所さんとみんなで避難について話し合ってみませんか？

要配慮者マイ・タイムライン

自分ですべての避難準備ができない、配慮が必要な人の防災行動計画です。本人とご近所をはじめとした地域の人々、家族、施設などの関係機関が一堂に集まり、みんなで避難について考えるものです。



のか平時に話し合っておくことで、「誰もが逃げ遅れることのない真備町」を目指しています。令和2年の「防災の日」に地域の人々と真備連絡会が協力して、マイ・タイムラインに基づく要支援者の避難訓練（予行練習）を行いました。また避難後には各避難先をオンラインで繋いで、車中泊や介護についての講座を行いました。

飲みにケーションで防災を語り合う「防災ばあ」

地区にこだわらず様々な住民・団体が関わっている会

防災という目的をもった「しゃべり場」があってもいいのではないかという思いで令和元年10月から始めました。ざっくばらんに防災のことについて語り合い、学び合っています。地元の企業も地域の一員として活動を応援し、語り合いの場所と防災意識が広がっています。

- 開催日時：毎月1回 第1週目又は2週目の金曜日（不定）
18時頃から20時頃
- 場 所：福長建設の倉庫
- 参加費：ワンドリンク300円



▲集いの様子



▶参加費は始めた時から変わらずワンドリンク300円

09

多職種・多機関連携

支えたい×教えてほしい

地域の健康を守りたい思いの結晶 ハンドクラップ体操

「医療法人福寿会」が地域住民のために制作した「ハンドクラップ体操」は全世代が楽しく取り組める健康体操です。

新型コロナウイルスの影響により、地域住民に自粛生活が求められるなか、同法人内のそれぞれの専門職が、お互いの力を出し合い、地域住民の健康を守りたい一心で完成しました。

天城・茶屋町高齢者支援センターによる高齢者宅への訪問活動、老人保健施設倉敷藤戸荘の作業療法士、理学療法士による健康体操の考案、運営企画部システム課と秘書室広報の尽力による映像化など、このDVDには、福寿会で働く多くの人たちの、所属を超えた思いが込められています。

映像を見ながら楽しく取り組めるこの「ハンドクラップ体操」は地域の高齢者の健康を守る一助となっています。



▲体操プログラムの考案者
(左) 作業療法士 妹尾さん
(右) 理学療法士 森近さん



所属を超えたつながりで
これからも…



◀「ハンドクラップ体操」のDVDは地域でサロン活動に取り組まれている人などに無料で配布しています。



スポーツの楽しさは人を集め笑顔をつくる スポーツ推進委員による 地域の通いの場支援

令和3年3月現在、倉敷市には約700か所の「通いの場」が存在します。そのなかで、代表の人たちからはこんな声が聞こえてきます。「楽しく身体を動かしたい」、「皆で集まるのは楽しいけれど、たまには外部の人から指導も受けてみたい」、そのような声に応えてくださったのが、倉敷市スポーツ推進委員の皆さんです。

スポーツ推進委員が参加者に合ったスポーツを提案し、明るい進行で場を盛り上げてくれました。通いの場の参加者からは、「楽しく身体を動かせるし、もっと上手になりたいという前向きな気持ちになります」と大好評。スポーツの楽しみを通じた健康づくりや住民同士のつながりに大きな効果をもたらしています。



▶ 囲碁ボールをして盛り上がる高齢者の通いの場



▲多くの世代にも楽しめるように、日々スポーツに関する情報交換をおこなっています。

スポーツ推進委員は倉敷市のスポーツ推進のための事業の実施に係る連絡調整並びに市民に対するスポーツの実技指導、その他スポーツに関する指導及び助言をおこなっており、新しいスポーツの開発にも力を入れています。

地域の薬局が住民の健康づくりを応援

倉敷市内の薬剤師会



▶児島地区サロン
交流会の様子

新型コロナウイルスが脅威を増すなか、地域住民からは「正しい感染症対策を知りたい」との声が多く寄せられました。

そのような声に応えてくれたのが「薬剤師会」の皆さんです。

倉敷市社会福祉協議会が開催した「サロン交流会」では、サロン活動を継続するための感染症対策をお話しいただき、サロン活動を継続するための一助となりました。

また、サロン交流会での出会いがきっかけとなり、薬剤師会の活動は地域の各サロンへと広がりを見せています。

「薬剤師としての知識を

薬局の外で役立てたい」

薬剤師会は、これからも地域に寄り添い、住民の健康を守るために活動していきます。



▲玉島のサロンでの勉強会の様子

待ち受け型支援から溶け込む支援へ 倉敷高齢者・障がい者権利擁護 ネットワーク懇談会(倉敷ネット懇)



▲倉敷ネット懇パネルシアター隊を結成。わかりやすく情報をお届けします。



▲高齢者・障がい者なんでも相談会の様子。様々な困りごとを専門職がチームで受け止めます。

市内の法律や福祉の専門職同士が日ごろから顔が見える関係でつながり、ネットワークを通して支援を必要としている人の権利を擁護するための活動を継続しているのが、「倉敷高齢者・障がい者権利擁護ネットワーク懇談会」通称「倉敷ネット懇」です。

これまでも、地域住民に向けて、成年後見制度や虐待、相続等法律や福祉に関する困りごとを多職種専門職で受け止める相談会や、フォーラムなどを開催してきました。

令和2年度からは、従来の待ち受け型の相談会に加え、サロンなど地域の日常の交流の場に向いて、安心して生活を送るための情報提供や講座に講師を派遣しています。

今まで少し敷居が高いと感じていた専門職が、ざっくばらんに地域のおしゃべりの場に参加してくれることで、地域の見守りや支え合いの体制が強化されていきそうです。

10 子どもの居場所 子ども×地域の拠点



子どもたちが集う居場所は
子どもたちがつくる

「子どもの遊び場」

緑丘小学校区にある久保公会堂では、緑丘小学校の児童が、放課後に過ごす居場所として「子どもの遊び場」が定期的に開催されており、緑丘小地域学校協働本部実行委員会の尽力によって作られました。

大人はあえて常駐しておらず、

子どもたちは創造性を活かして、公会堂を自由に使用します。また、近隣にある倉敷市立短期大学保育学科と専攻科保育臨床専攻の学生も参加しており、一緒に宿題をしたり、遊んだり、子どもたちは、とても楽しい時間を過ごしています。





▲届出避難所にも指定されている久保公会堂は、災害時の居場所としての役割も担っています。

公会堂を管理する久保町内会の会長は「子どもは国の宝！子ども達が大人になっても緑丘の地に住み続けたいと思ってもらえるような地域にしたい」と、公会堂を貸し出している思いを教えてくださいました。

また、公会堂は「久保ふれあ

いサロン」という高齢者のサロン活動にも使われており、時折「こどもの遊び場」と「久保ふれあいサロン」の日程が重なることもありすが、あえて日程の変更はしておらず、自然な三世代交流を楽しんでいるとのことです。



▲手づくりの玩具で遊ぶ子どもたち



▲ネットがない卓球台で独自のルールをつくり遊ぶ子どもたち

公会堂には、ゲーム等の持ち込みが禁止されており、玩具があるわけでもありません。常設されている卓球台はネットが紛失している状態です。

しかし、子どもたちは独自のルールで卓球を楽しんだり、紙を丸めたボールでドッジボールを始めたり、大勢でかくれんぼをしたりと、退屈する暇は全くありません。



夕方6時くらいになると、「帰るよー」と保護者が迎えに来られ、子どもたちは遊び足りなさそうに帰っていきます。

安心して学校生活をおくるために、同じ地域に住む子どもたちが協力して遊ぶことができる場所。「こどもの遊び場」は国の宝である子どもたちの、大切な居場所になっています。

11

地域で支える認知症 認知症×変わらない お付き合ひ



▲「病院でこう言われてね」、「昨日は家族とここへ行ってきた」、「こうやって話をするのが大切じゃな（笑）」

みんなとの大切な笑時間

ショウタイム

「中原さんちの集い」

船穂地区の中原さん宅の車庫や中庭には、金曜日以外の毎日、午前午後1時間ほどご近所さんが集まります。

「おはよう、おるかな？」三々五々にやってきて、「コーヒーを飲みながらお菓子をつまんで、しゃべって、笑って、帰っていく。

これは、何年も続いている日常の風景です。「わしら、ここにお



るけえ出てきてええよ」そんな声かけがあったりもします。

交流の場となっている中原さん宅の倉庫はご主人のアトリエでもあり、本人力作の、空き缶を加工した風車がきれいに飾られています。年を重ねるなかで、今までできていたことや、体力は少しずつ変化していきますが、変わらないのは自分の役割とご近所との関係です。

写真や工作が得意だった中原さんは、昔取った杵柄を活かして今でも地域で力を発揮する頼れる先生です。

あたりまえの日常が当たり前前に続くこと、そのなかで自分らしい暮らしをお馴染みさんと続けることが何よりの介護予防です。



▲お庭を案内してくださる中原夫妻。変わらない夫婦仲も元気の秘訣です！



ひとりの不安を みんなで支えるまちへ



▲地域の人や学校の先生も寸劇に加わっているので、生徒達も身近な問題として意識できました。



▲認知症役の人に、やさしく声を掛ける中学生

「認知症SOS見守り・発見訓練」

玉島の沙美地区では、認知症の人を地域で支えるために、地域の課題を話し合う小地域ケア会議で議論を重ねてきました。小・中学生にも正しい認知症の理解を深めるために、認知症サポーター養成講座をキッズ向けにも開催し、地域の人や学校の先生も寸劇で対応例を交えながら説明するなど、工夫を行いました。

SOS見守り・発見訓練」を実施しました。認知症役の人がまちを歩き、発見した中学生が優しく声をかけるする場面もありました。認知症の人を介護するご家族が、「気にかけて欲しい」という思いを、周囲の人に言いやすい地域にしていきたい。学校や郵便局、行政機関など、地域で共に暮らすみんなが参画するこの活動は、地域の課題を地域のみみんなで意識して、これからも広がっていきます。

12 共生型の地域の居場所

居場所×活躍

「千鳥町団地集会所」

市営千鳥町団地では、住民の高齢化や疾患、障がいを抱える人、多国籍の人が増えており、昔と比べると生活環境が変わってきています。

そこで大切にしているのが、誰でも気軽に集える居場所。町内の集会所を日中は常時開放し、

いつ行っても住民が優しく招き入れてくれます。ここに来ると、「どこか安心できる」そんな優しい雰囲気になります。また、同じ時間を共有することで、温かい交流が生まれ、顔が見える関係が広がっています。小学校が夏休みになると、集



▲自然に集まることで、お互いの暮らしがわかります。近所のスーパーの買い物情報や生活のお役立ち情報、生活の中での困りごとなど、たくさんの「情報」が溢れています！

ここに来ると、必ず誰かに会える



▲宿題をしている子どもを、地域の大人が優しく見守っています。分からない問題は、丁寧に教えてくれます。

会所は子ども中心の居場所に変わります。「宿題おたすけ会」として、地域のボランティアが先生になり、子どもと一緒に宿題に向き合います。

最終日には、団地の住民から手作りのお寿司が振舞われ、みんなで「わいわい」とおしゃべりしながら食べました。学習支援の場であり、大切な世代間交流の場にもなっています。

みんなで集まるなかで、「ちょっとした」困りごとが多いことに



▲「ちどり助け愛たい」活動の様子。住民から相談があると、コーディネーターが無理なく活動できるように調整します。



▶ここでは、「支援者」でも時には「相談者」。千鳥町団地には、「支え上手」と「支えられ上手」がたくさんいます。

気づきました。「何とかできないか」と作戦会議を重ねて、「ちどり助け愛たい」が立ち上がりました。

お互いさまの気持ちで、団地のなかの支援者（ちよこつと隊）が相談のあった住民（ありが隊）の自宅を訪問し、お互いに気兼ねなく頼める料金で、買い物、草取り、ゴミ出し、電球交換などの困りごとを手伝います。

常設の「居場所」から
支え合いが広がる

「みずえ地域相談支援事業所 & たけちゃん珈琲」



▲事務所の前でたけちゃん珈琲を開催。大人はホットと一息、子どもたちもジュースとお菓子でニコニコです。



▲寒い時期でもたけちゃんの淹れてくれた珈琲と笑顔で心も体もあたたまります。



▲障がい者の福祉作業所と連携した商品の販売や情報コーナーもあります。



限られた交流から
開かれたつながりへ
「活躍」が彩る
みんなの居場所

中洲小学校のすぐ近く、いつも元気な子どもたちの声が響く水江遊園のすぐ側にその場所があります。

障がいのある人の相談や自立に向けた様々な支援活動を行っているみずえ地域相談支援事業所は、令和元年の4月からこの地域での活動をスタートさせました。

「本業は障がい者福祉だけど、この場所は地域住民誰でも気軽に集まって、誰もが地域のつながりのなかで活躍しているような元気発信基地にしたい」



▲事業所のすぐ近所には、ほぼ毎日認知症の人も立ち寄ることができる認知症カフェ「房舎」もあります。

令和2年11月からは、視覚障がいがありながらも昔と香りで、自家焙煎珈琲を淹れてくれるたけちゃん（武川浩昭さん）と一緒に珈琲やマッサージの提供もはじめました。

空き家を活用した事業所の2階はフリースペースとなっており、明るい日差しが差し込む窓からは公園や地域の様子を見渡すことができ、おしゃべりや相談の輪が広がります。

誰が来てでもいいし、誰もがこの場のよりあげ役。まさに「共生の居場所」です。

13

新型コロナウイルスに負けない地域づくり

新しい生活様式×

地域らしいいつながり様式

「つながり・安心」を増す

「マスクプロジェクト」

このプロジェクトは、地域のなかで生地やゴム紐を集め、一緒になってマスクを作り、「マスク」と「元氣」を届ける取り組みです。

大江健康サロンでは、地域でマスク不足が広がるなか、「前向きに今できることをやろう！」とマスクプロジェクトをスタートさせました。

完成したマスクは、サロンの参加者や町内会の高齢者をはじめ、学区の保育園や幼稚園、高齢者施設や障がい者施設などに配りました。マスク作りを通して、やりがいと喜びを感じることができ、心も身体もますます元気になっていきます。



▲学区の児童クラブに届けました。子どもが好きなキャラクターや絵柄で作られており、大好評でした。



▲マスク作りの作戦会議の様子。いつものサロンはできなくても、気心の知れた仲間で作る。こんな交流も素敵です。

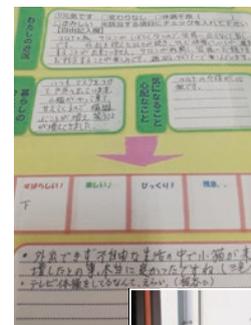


◀2,000枚以上のかわいい手作りマスクが完成！

巡る回覧、つながる思い
「つながる回覧」

新型コロナウイルスの影響により、これまでのように普通に集うことが難しくなったなか、西酒津のサロンサカヅや酒津ゲンキサロンをはじめとするいくつかの通いの場で取り組んだ活動が「つながる回覧」です。

「会えない日々でもつながりを切らしてはいけない」と、交換日記形式の回覧板をサロン参加者の間で回すことにしました。各自が近況を書き合ひ、それに対して感想を記し合う。会えない時もお互いの様子を知らることができ、孤立感を感じることがなくコロナ禍の日常を送ることが出来ました。



◀自分の日記に誰かが反応をしてくれることが何だかうれしい。



▲つながり紡いでサロンが再開されました。



▲回覧を届けることで運動不足も解消♪

みんなが困っているときだからこそ！ こころを届ける「友愛訪問」

世間が人と人との交流を自粛するなか、「愛育委員会」では地域の見守り活動を積極的にを行っています。そのなかで、茶屋町学区愛育委員会では、「マスクを買いに行けない高齢者を、独り放っておくことはできない」と、長年取り組んできた友愛訪問を積極的に実施。手作りマスクを配布しながら新型コロナウイルスへの注意を呼びかけました。その

後も様々な関係団体と協力しながら新型コロナウイルス感染防止のためのグッズや情報を地域に届けています。

個人個人が感染に気をつけるだけでなく、地域全体として感染予防に取り組む活動は、新たなつながりや、他者に対する思いやりの強化など、多くの効果をもたらしています。



▲令和3年1月には、新年のご挨拶を兼ねて、感染予防グッズをお配りしました。



▲作り方の説明をする「しまんと新聞ばっく」の江口さん



◀「しまんと新聞ばっく」の江口さんにご協力いただき、しまんと新聞ばっく(エコバッグ)を制作しました。完成した「しまんと新聞ばっく」は友愛訪問時のお土産として活用されました。



▲手作りマスクにお手紙を添えて訪問する様子



コロナ禍でもボランティアはできる 「高校生ボランティア」

コロナ禍だからこそ取り組めるボランティア活動を模索し、実践したのが、倉敷市立倉敷翔南高等学校の学生と社会福祉法人鷲山会の皆さんです。

取り組んだボランティアの内容は、施設利用者と接触せず、日頃施設で使用している車いすを真心込めて整備すること。

人同士の接触が制限されるなかで、間接的にも思いを届ける活動になりました。

「新型コロナウイルスに負けずボランティアに取り組みたい」という学生の思いと、そんな思いを受け止めてくれた地域の社会福祉法人の協力があったて実現したこの取り組みは、ウィズコロナへの可能性を秘めています。



◀黙々と車いす磨きに取り組む学生

人と人・人と情報・人と居場所・人と活躍・人と支援
 支え合いの意識とところをつなぎ、地域の○(えん)を応援します！

生活支援コーディネーターは
 「お節介」と「安請け合い」で
 元気な地域づくりをしっかり
 応援する職員です！



人と人をつなぐ



人と居場所をつなぐ



人と支援をつなぐ



人と情報をつなぐ



人と活躍の場をつなぐ



人と人をつなぐ



意識をつなぐ・心をつなぐ

生活支援コーディネーターをご存知ですか？

生活支援コーディネーターは、別名「地域支え合い推進員」とも呼ばれ、一人ひとりの元気な暮らし、支え合いの地域づくりを住民や関係機関と一緒に進める「つなぐ専門職」です。

私たちの暮らす地域には、△(参画)から生まれた、たくさんのお互いさまが存在し、暮らしの場に応じた○(えん)がたくさんあります。

地域の宝物である、それらの情報や思いを教えていただきながら「支え合いの地域づくり」「地域共生社会」を応援してまいります。

生活支援コーディネーターは
 社会福祉協議会に配置されています
 ☎：倉敷市社会福祉協議会
 086-434-3301

ガイドブックを手にとっていただきありがとうございます。
 これを手にとったあなたは、すでに△(参画)の第一歩を踏み出しています！
 一緒に○(えん)をつくっていきましょう！

『地域共生のガイドブック』 「△(参画)は○(えん)になる」

発行：令和3年3月

発行元：倉敷市健康長寿課地域包括ケア推進室
 連絡先：〒710-8565 倉敷市西中新田640番地
 ☎086-426-3417 F A X：086-422-2016
 メール：wlfjsc@city.kurashiki.okayama.jp
 U R L：https://www.city.kurashiki.okayama.jp/

制作：社会福祉法人倉敷市社会福祉協議会
 連絡先：〒710-0834 倉敷市笹沖180番地
 ☎086-434-3301 F A X：086-434-3357
 メール：kurasyakyo@kurashikisyakyo.or.jp
 U R L：http://kurashikisyakyo.or.jp/