

支え合い活動事例集

暮らし輝の 支え合い

元気な地域づくりのヒントを掲載
支え合いのある暮らし





Contents

もくじ

6	5	4	3	2	1
生活支援コーディネーターがつかえます	元気な地域を応援する 元気な私たち	支え合い活動を応援します	暮らしが輝く 支え合い活動 事例紹介	『支え合い』のかたち	はじめに
36	28	32	4	2	1
		13	01		
		生活圏域に広がる『支え合い』（倉敷：粒江学区）	ちよつとした困りごと支援（真備：蘭地区ごみ出し支援）		
		12	02		
		食を通じた地域交流（児島：モダンキッチン）	社会参加と生活支援（倉敷：コマatching）		
		11	03		
		男の居場所（玉島：原田洋治ワイワイサロン）	見守り支援（船穂：あすなる会）		
		10	04		
		定年後の活躍の場（水島：同京グループ）	見守り支援（玉島：歩いて見守る会）		
		09	05		
		コミュニティ農園（倉敷：ふれあいファーム水車の里）	外出支援（玉島：福祉無償運送乙島ボランティアらんらん）		
		08	06		
		世代間交流（くらしき子育てネットワークはびばる）	こども食堂（水島：みんなの食堂）		
		07	07		
		認知症カフェ（倉敷：認知症カフェ房舎）			

「暮らし輝く支え合いのまちづくり」

私たちの住む地域を取り巻く環境は、少子高齢化、人口減少といった問題を背景に大きく変化しています。

倉敷市においても地域の差はありますが、高齢化は一層進んでおり、ひとり暮らしの高齢者や高齢者のみの世帯が増加するなど、その対応は大きな課題となっています。

また、日々の暮らしのなかで支援を必要としているのは、高齢者だけに限りません。疾病や障がい、出産、子育てなど、人生の様々な場面で、生活のしづらさを抱えるケースは多数存在し、近年はその課題が複合化・複雑多様化している状況があります。

多様な生活課題に対応するためには、同じ地域に住む住民同士がお互いの暮らしに関心を持ちながら支え合い、「大好きな地域で暮ら

し続けたい」と思えるまちづくりを進める必要があります。

倉敷市でも、地域住民や関係機関が支え合いの意識に基づいて、これまで地道に続けてきた取組や、新たに動きはじめた支え合い活動がたくさんあります。

この「支え合い活動事例集『暮らし輝く（くらしき）の支え合い』」は地域における支え合いの必要性や支え合い活動事例、支え合い活動を支援する情報等をまとめたものです。

一人ひとりの暮らしが輝く「倉敷Ⅱ暮らし輝く」の実現に向け、多くの方々にこの事例集をご活用いただき、地域の実情に応じた手づくりの活動を推進していくための参考になれば幸いです。



優しいお節介さん×助けられ上手さん お互いさまの支え合い

「見守りたい（隊）」と
「ありがたい（隊）」が
織り成す 手づくりの「支え合い」

私たちの日々の暮らしのなかには、ちょっとした困りごとや心配ごとが存在し、誰かの力を借りないと解決が難しいものもあります。以前は自分でできていたけれど、年齢を重ねることその力が弱まり、誰かの支援を求めている人もいるかもしれません。

自分らしい暮らしを実現するためには、身近な人同士でできることを少しずつお手伝いする「**支え合い**」が必要です。買い物や掃除、ゴミ出しのような家事のお手伝いもあれば、外出支援、日々の見守り、居場所づくりや世代間の交流

等幅広い活動があります。

「支え合い」という名前のとおり、「支援する側」が「支援される側」を支えるという一方通行の関わりではなく、相手のことを大切に思っ「見守りたい」という意識とその関わりに対して「ありがたい」と感謝する気持ちが織りあ

てはじめて構築される「**お互いさま**」の関係こそが、これからの支え合いの地域づくりの大切なキーワードとなります。



支え合いをつくる 3つの「お互いさま」

1

私のできることが 私の元気の源に だからお互いさま

自分の住んでいる地域のなかで、「誰かが頼ってくれている」「誰かの暮らしに寄り添っている」と実感できることは、充実感や生きがいを得ることにつながります。誰かのための支援は自分にも前向きな効果となりかえてきます。

2

私のおせっかいが 「ありがとう」にかわる だからお互いさま

これまであまり良いイメージとして使われなかった「おせっかい」や「安請け合い」はこれからの支え合い社会のなかではとても大切なキーワード。配慮ある「おせっかい」は「ありがとう」を生み「お互いさま」の意識が広がります。

3

「将来きっと自分もお世話になる」 だからお互いさま

地域で起こる暮らしの課題は「いつか自分が直面する困りごと」かもしれません。年齢を重ねても自分の望んだ暮らしが送れる地域であるように、他人ごとではなく、自分ごととして今困っている人を支えるのも「お互いさま」です。

「3つのお互いさま」は、豊橋市発行の「支え合い活動ガイドブック」を参考にさせていただきました。

目指すのは「暮らし」にたくさんの「き」がつく支え合いの「くらしき」

「支え合い」と「その効果」

暮らしに気づかい

お互いの暮らしに関心を持つことから「支え合い」は、はじまります。

・あいさつ・声かけ
・井戸端会議・見守り 等

■効果

ご近所同士の暮らしぶりが見えてくることにより、お互いの気づかい・気配りが生まれる。

暮らしが交わる機会

出会いのきっかけづくりを応援することで「支え合い」が動き出す。

・「通いの場」・地域の交流会
・活躍の場を紹介 等

■効果

サロンやカフェなど「通いの場」でつながりづくり。住民同士の顔が見える関係が深まるほど、「支え合い」意識が強くなる。

暮らしに寄りそう

「お安い御用」「お互いさま」「ついでだから」寄り添う支援が日々の暮らしを支えます。

・ごみ出し・掃除・電球交換・簡単な修理・草刈り・買い物・送り迎え 等

■効果

ちょっとした困りごとを住民同士で支え合うことで、暮らしを応援。支援する側は、地域で活躍できる機会となる。

一人ひとりの暮らしは、木のように生活の場に根を張り、そこからたくさんの元氣を取り込んで日々の活力にしています。

木にも違いがあり、元氣なものばかりではなく、なかには水やりや肥料など追加の手助けを必要としているものなど様々です。専門的な支援だけでなく、同じ場所で根を張って暮らす者同士だからこそできる「支え合い」の種類は幅広く、個人や地域に大きな効果をもたらしてくれます。

次項からは、実際に倉敷市で色とりどりに展開されている、手づくりの支え合いを紹介していきます。



暮らしが輝く 支え合い活動 事例紹介

「ちょっとしたしたことだから」と
差し出された いつもの手
私にとっては暮らしを支えてくれる
「大きな手」



01

支え合い

支え合い 01 ちょっとした困りごと支援

「菌地区 ごみ出し支援」

真備町の菌地区では、自分が住んでいる地域の課題や、課題解決に向けた支援の方法を検討する「小地域ケア会議」で話し合いを進め、高齢者や障がい者の世帯を対象に地域の協力者がごみ出しを行う支援を開始しました。

このごみ出し支援は、菌地区の民生委員や環境衛生協議会委員が中心となって

依頼者と支援者が相談のうえ、決められた日にごみを回収し、ごみステーションまで運びます。

「ごみ出しの日は、みんな共通だから」、「自分の家のごみを出しに行くついでだから」とごみ出し支援協力者の間野さんは語ります。そんな自然体のやさしさが、地域にとっては大きな財産です。



菌地区小地域ケア会議の様子。ここでの話し合いからごみ出し支援が生まれました。



ごみ出し支援協力者の菌まちづくり推進協議会の間野会長（右）と田付民生委員（左）



ごみ出しの支援を受けている人以外にも、住民同士がお互いの暮らしに関心を持ち合うことが大切と間野さんは語ります。
ごみ出しの日が今日だったか不安になって、ごみを持ったまま途中で引き返そうとしている方や、自転車に積んだごみを道に落としたことに気づかずに、ごみステーションに向かっていている方など、目配り気配りしながら、できることをできる範囲で手伝い続けます。



現在、ごみ出し支援を利用されている方は一人暮らしの高齢者の方が中心です。
ごみがたまってきたら支援者に電話を入れる、支援者の方から「どんなかな？」と声をかける、など日々の支援の方法も様々です。
この声のかけ合いがとても大切で、ごみ出しをきっかけにした見守り・安否確認にもつながっています。

利用者さんの声



自宅で、ご主人を介護されている谷口さん。
昨年、自宅で転倒し腰を痛めてから、重たい荷物を運ぶことが大変になってきました。介護で使用した紙パンツは、水分を含んでいてとても重くなります。なんとか、自分でごみを出そうと頑張ってみましたが、ごみ袋を引きずってごみ袋が破れてしま

うこともあったそうです。
そんな時、近所の環境委員さんから、ごみ出し支援の話を聞き、週に1回ごみ出しをお願いしています。
「地域の皆さんに助けてもらっているの、私もできることでお返ししていきたい」と前向きに語られていました。

基本情報

「ごみ出し支援」

日時／ごみの収集日

利用対象者／ごみステーションまでごみ出しをすることが困難な高齢者・障がい者世帯

内容／・自宅の玄関先や庭先に出されているごみを地域の協力者がごみステーションまで運ぶ。
・ごみを回収に行く日や、時間、ごみの置き場所は協力者との話し合いで決定。

料金／無料

連絡先／菌地区民生委員及び環境衛生協議会（菌地区小地域ケア会議）

あなたの「手伝って」が、
一歩を踏み出す自信になります



作業の前に利用者と職員が内容の確認を行います。家具の移動や季節ごとの模様替えなどにも対応しています。

支え合い 02

「コマツチング」
「手伝ってほしい」×「人の役に立ちたい」

「コマツチング」とは、軽度の障がいがある人、ひきこもり状態にある人が、暮らしのちょっとした困りごとを抱えた人のお手伝いをする事業です。

NPO法人の職員と一緒に、ご自宅を訪問し、草取りや掃除、家具の移動なども行います。

お手伝いに行く人にとっては、人との接し方や清掃等の技術を体験することで、就労にむけた訓練にもつながります。

また、お手伝いの後に利用者から言われる「ありがとう」の一言が自信につながり、新たな一歩を踏み出す後押しにもなっています。

コマツチングは、NPO法人One（ワン）と中庄高齢者支援センターが協力して、中庄小学校区に住む人を対象に実施しています。

コマッチングの仕組み

サービス提供時間：第1・第3月曜日（法人スケジュールによる変更有）

利 用 料 目 安：1時間500円程度（作業時間や内容によります。まず、ご相談を）

サービス対象者：中庄小学校区にお住まいの方

サービス提供範囲：中庄小学校区

申 込 窓 口：中庄高齢者支援センター

【利用例】 庭の草取りや買い物の荷物持ち、掃除、犬の散歩など生活の中のちょっとしたお困りごとをお手伝いします。



利用者さんの声

「腰が痛くて重い物を持ったり、屈んで掃除機をかけたりなど難しくなっている。そんな時に気軽にお手伝いに来ていただけて助かっています。」

支援者さんの声

「利用者と直接接することで就労に向けた良い体験になります。また、利用者からお礼の言葉をいただくことで達成感や自信にもつながります。」

基 本 情 報

NPO法人「One」

事業内容／

- 障がいのある方の就労支援
（就労移行支援、自立訓練）
- ひきこもり状態の方への居場所支援
（ひきこもり相談支援センター）
- 生活困窮者の就労支援

法人本部所在地／倉敷市中庄3523-1

連絡先／086-441-9192



地域が見守る ひとりの暮らし 独りにさせない ひと工夫



あすなる会員の森永さん（右）が一人暮らしの井上さん（左）のお宅を訪問。
共通の趣味のこと、福祉サービスのこと、娘さんやお孫さんのことなど、何でも気軽に話し合えるお二人の関係は支援する人、受ける人ではなく、昔からの友達のようなようです。



手づくりの鳥のぬいぐるみをプレゼント。森永さんが訪問するたびに、かわいい鳥が増えていきます。



「また来てね！」愛犬のふーちゃんと一緒にお見送り。



あすなる会員の石井真理子さん（左端）。「北公民館サロン」を他のあすなる会員さんと一緒に運営し、地域の「居場所」を盛り上げています。

支え合い 03

「あすなる会」

船穂町で活動するあすなる会は、約30年間「私たちの手で住みよい船穂町づくり」をスローガンに活動を続けているボランティアグループです。

船穂町内の一人暮らし高齢者の見守り支援や、10か所で実施している『通いの場』の運営や協力を行うなど、支え合い活動に取り組んでいます。



「歩く」の先に 健康がある
「見守る」の先に 支え合いがある

支え合い

04

「歩いて見守る会」



「今日も会えた！」子ども達もいつものおじちゃんとお婆ちゃんの顔が見えると安心します。



別の毎日ウォーキングを行っている男性グループと情報交換。地域の情報がここでつながります。

長尾地区社会福祉協議会・長尾学区コミュニティ協議会の田邊会長は、仲間と一緒にウォーキングを365日一度も欠かしたことはありません。
毎日、約1時間をかけて歩くコースは多彩です。「いつも同じ道じゃおえん」と語る理由は、このウォーキングが単なる健康づくりだ

けでなく、地域の見守りを兼ねた「見守りウォーキング」だからです。
夕方頃、外で遊ぶ子どもたちに「そろそろお帰りのよ」と優しく声をかけたり、地域の一人暮らし高齢者の家に変わりがないかなどを、愛情いっぱいのまなざしで見守っています。

自分で出かける幸せを
地域みんなで支えるしくみ



平成29年7月4日 出発式セレモニーの様子。地域の思いを乗せて、「乙島ボランティアらんらん」が走りはじめました。

支え合い 05

「福祉無償運送 乙島ボランティアらんらん」

乙島小学校区は、山坂と入り組んだ細い道が多い地区。自宅から公共交通機関の乗り場まで出かける手段がないため、「買い物や通

院など移動手段に困る」という大きな生活課題がありました。

このような課題の解決に向けて、NPO法人かめかめ福祉移送が、試験的に移動ボランティア「乙島らんらん」を運行されていましたが、いつまでも支援を継続することは困難です。

その間、小地域ケア会議で研究や話し合いを重ね、地区社会福祉協議会、コミュニティ協議会、地域住民が担い手となった、外出支援サービスとして運行を続けていくことになりました。

「外出支援」の枠にとどまらず、運転ボランティアなど、シニア世代の活躍の場としても期待が寄せられています。



移動の問題を地域全体の問題ととらえて、住民・関係機関が一緒になって支援の在り方や具体的な方法を考える会議を重ねました。



ボランティア運転者の滝澤一敏さん「自分のボランティア活動が誰かの暮らしのお役に立てていることが一番のやりがい」と話されました。



「らんらん」の支援の良いところは、車での移動をサポートするだけでなく、おでかけをする際のちょっとしたお手伝いを柔軟に、気軽にサポートする点です。買い物帰りの重たい袋は運転ボランティアさんが一緒に運びます。ついでの支援がとてもあたたかく、なんとも心強いです。

基本情報

福祉無償運送 「乙島ボランティアらんらん」

運 行 日／週2回（火曜日・金曜日）

午前と午後1日2便運行（8：00～18：00）

利用対象者／乙島小学校区の住民で

高齢者及び障がいのある方

運 転 者／ボランティア運転者が対応

運 行 範 囲／旧玉島区域全域の病院やスーパーへの送迎

利 用 料／ガソリン代実費のみ

連 絡 先／乙島小学校区社会福祉協議会

利用者さんの声

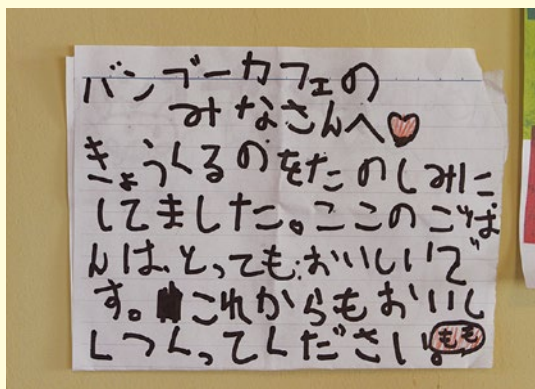
年齢のことを考え、運転免許証を返納しましたが、自宅が高台にあり買い物もタクシーを利用していました。そんな時「らんらん」の話を聞き、いつも利用させていただいています。私たちにとっては無くてはならない支援です。



「ただいま」って言える場所
地域にいっぱいあればいい



ボランティアで手伝いに来てくれる子育て世代も頼りになる協力者です。



「みんなの食堂」に来るお客さんからのファンレター。壁に貼っていつも読めるようにしています。

支え合い

06

「みんなの食堂」

「NPO法人ファミリーステップ」が月に2回開催する「みんなの食堂」には毎回たくさんの参加者の笑顔と、美味しい夕食が並びます。

家族がいても、仕事や家庭の事情で一緒に食事を摂ることが少ない。そんな「孤食」が増えているなか、月に数回でもみんなが集って、

楽しく食卓を囲んで笑顔を分け合える役割は、きっと地域でもできるはず。

地域のなかで、「おかえり」って言ってもらえる場所や「ありがとう」、「ごちそうさま」って言える場所がいっぱいあることは、みんなにとってうれしい贈り物になります。



「みんなの食堂」の会場となるBamboo Caféは、玄関もキッチンも、おしゃれでかわいい飾りが施されています。

カフェをオープンするにあたり、会場をリフォームしようとしたのですが、予想以上に費用がかかることが分かりました。インターネットを通じて、助けを求めたところ、大工さんやタイル職人さんなどが、ボランティアで力を貸してくれたそうです。

今でも、「みんなの食堂」を応援するため、たくさんの方が、食材やお菓子の寄付をしてくれているそうです。



食事のあとは、宿題をする子、本を読む子、みんなでゲームをする子など様々です。
その様子をおとなが優しく見守ります。
「みんなの食堂」は食事を通した世代がつながり合う場所になっています。



基本情報

「みんなの食堂」

日 時／毎月第1・第3水曜日

17:00~20:00 (うち18:00~19:00が食事)

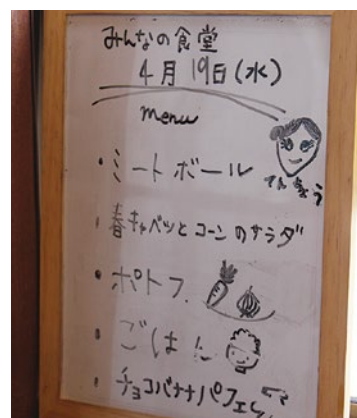
会 場／Bamboo Café (倉敷市福田町古新田802-11)

内 容／こども食堂 (こどもを中心とした多世代交流の場)

参加対象者／どなたでも参加可能。小学生だけの参加も可能だが、必ず保護者のお迎えが必要。

料 金／こども300円・大人500円

連 絡 先／086-451-5920 (NPO 法人ファミリーステップ)



本人も家族もご近所さんも 地域丸ごと惹きつける魅力



支え合い 07

「認知症カフェ

房舎」 ぼうしや

認知症カフェは、認知症になっても安心して地域で暮らせる居場所づくりと支援の和を広げるための取り組みです。

中洲小学校から歩いてすぐの住宅地の中にある認知症カフェ「房舎」は、定休日の水曜日を除いて、ほぼ毎日開いています。カフェの中は、ご飯をゆつくり食べながら落ち着いて過ごせる優しい雰囲気になっています。

下校時刻になると小学生が下校の途中にカフェを覗いて「ただいま」と一言。こちらのカフェを運営している武南さんも「おかえり」と返事をします。時には「今日こんなことがあってね…」と話が続きます。

地域に溶け込み、本人も家族もご近所さんも地域丸ごと、世代をこえて人を惹きつける魅力のある認知症カフェです。



地域でつながりのあるお寺から「さらし」をたくさんいただいたので、お返しをされとのこと。「さらし」を「てぬぐい」に作り替え、お寺を参拝された方へのお接待。布に描けるクレヨンやペンを使った、デザイン入りの手作り「てぬぐい」です。





支え合い活動担い手の養成講座（生活・介護支援サポーター養成講座）で受講生が支え合い活動をしている団体や施設への訪問をするとき、人気なのが「房舎」です。武南さん自身が認知症になったご両親の介護をされた経験があり、日々の介護の中で工夫をしていたことや心がけていたことなどを教えてくださいました。この日も、受講生が「介護をする際の心の持ちようなどヒントをもらいました」と話をする中で得たものがあった様子。



道路から見ると、ひっそりとたたずむカフェのように見えますが・・・（写真右ページ）中に入るとにぎやかな話し声や笑い声が響きます。（写真左）この日は地元の学生や大学の先生、地域の方々が武南さんからカフェを始める前のこと、このカフェを始めたときのこと、地域のこと、お客さんのために用意しようと思っているてぬぐいのことなどを教えてもらっていました。

基本情報

認知症カフェ「房舎」

OPEN/10:30~18:00

定休日/水曜日、第2木曜日、第4金曜日

場所/倉敷市水江1586-140

連絡先/086-465-9374

携帯/090-5703-0530

※ランチは前日までにお電話をください。

認知症の人の介護の大変さは、経験した人でなければわからないものがあります。同じ経験をした者同士だからこそ、悩みを受け止めたり、共感したり、支えあう、その場所として房舎を作りました。

たけなみ
武南 恵美子



認知症カフェを開くために改装された住宅は縁側から靴を脱いで上がるスタイル。高齢者、子ども関係なく「いつでもおいで」と言われているようです。

頼もしい近所のじいじと
あったかい近所のばあばに会おう場所
「地域つていいな」をママの合言葉に



広い体育館で、七夕飾りを作りました。織姫と彦星の衣装を着てみんなで記念撮影。



元々は、転勤族の多い水島地区のお母さんが中心となつて活動が始まりました。今では市内全域にメンバーが増え、「はぴばる交流会」と呼ばれる世代間交流を企画しています。

「子育て真っ最中のお母さんも地域づくりを応援したい」という思いから始まったこの活動は、近所の、元氣なじいじと優しいばあばとの出会いを生み、お互いが「頼り」「頼られる」自然な関係が広がっています。

「はぴばる」は、地域の中で世代や立場の垣根を越えて、出会い、支え合えるきっかけをつくりたいという思いから結成されたグループです。

す。また、地元の保健師さんや高齢者支援センターと協働でサロンに参加したり、デイサービスセンターの利用者と交流する出張型サロンにも参加をしています。

「くらしき子育てネットワーク
はぴばる」

支え合い 08

「はぴぱる」の取組

「はぴぱる交流会」の開催

日 時／毎月1回（日時はその都度決定）
会 場／くらしき健康福祉プラザ
（倉敷市笹沖180番地）
その他、各地域で交流会を開催
内 容／三世代交流会（季節ごとのイベント・
ピクニック・運動会等）
参加対象者／地域の高齢者・親子
参 加 費／こども：無料・大人200円



「はつらつサロン」への参加

日 時／毎月第2水曜日 10：00～12：00
会 場／J F E労働組合ふれあい会館
（倉敷市鶴の浦2丁目55-35）
内 容／三世代交流サロン（調理実習・食事会・
体操・レクリエーション等）
参加対象者／地域の高齢者・親子等
参 加 費／100円（実費として）

出張型サロン「みどりのかぜ」への参加

日 時／月2回程度開催 10：00～16：00
会 場／デイサービスセンターみどりのかぜ
（倉敷市福田町古新田814）
内 容／利用者さんとの世代間交流（食事・体操・
レクリエーション・絵手紙・手芸等）
参加対象者／はぴぱる会員
定 員／5名程度
参 加 費／350円（昼食代） 100円（おやつ）
※その他、行事等の材料代



はぴぱる「キーパーソンの会」

「はぴぱる」には現在5つのキーパーソンの会があり、仲の良いお母さん同士の「女子会」が定期的に開催されています。

「キーパーソンの会」は単なる女子会ではなく、今後の世代間交流の企画を行うグループや、イベント準備のための衣装などを手づくりするグループなど、それぞれが特技や役割を担っています。

地域を耕し つながりの種を植え
支え合いの花が咲く



支え合い 09

「ふれあいファーム 水車の里」

「休耕地を活用して、住民がふれあう新しい居場所がつかれないか。」

菅生学区で、小地域ケア会議を中心にそのような協議を重ね、誕生したのがコミュニティ農園「ふれあいファーム水車の里」です。

農園のある祐安地区は田に水を送る水車が並び、それが菅生学区の名所の一つ

となっています。

地域の中から参加者を募り、野菜や花を育てながら情報や笑顔が通い合う場となっています。参加者や関係者が集まって定期的に行う草刈りも、みんなが顔を合わせる大切な機会。

収穫した作物や持ち寄った料理をみんなで食べる交流イベントも大盛況でした。



第1回目の交流会は、農園に食材や調理器具を持ち寄って、みんなで豚汁を作って食べました。「次はバーベキューがしたいね」、「寒くなるから焼き焼きもいいかも」など夢がどんどん膨らみます。



「豚汁を何杯食べましたか？」という質問に対してこの指の数！屋外でみんなで作るとそれだけで、なによりのごちそうになるんですね。



かわいいお客さんも来てくれました。三世代交流の場としても、農園の今後に期待です。

基本情報

「ふれあいファーム水車の里」

開催日／農園は常時開放
場所／倉敷市祐安の農園
内容／・コミュニティ農園での作業・交流
・共有地の草刈り
・交流イベント（調理・食事会等）
参加対象者／菅生学区在住の高齢者中心
連絡先／菅生学区小地域ケア会議



農園の隅に置いてあるタンスには草刈りをした後の雑草がたくさん！このタンスの中で雑草を有機肥料にするそうです。その他にも、もらってきた靴箱を再利用した道具入れなど随所に工夫がみられます。

定年から始まる地域デビュー ソロ活動からグループ活動に



支え合い

10

「ボランティアグループ」同京グループ

同京グループ

ボランティアグループ「同京グループ」は、ボランティア活動を通じて、支え合いの輪を広げることで、住みよい地域づくりを目指しています。

自然を守るために始まった活動が輪を広げ、今では企業の協力も得ながら、約150人のボランティアが登録しています。

登録者の中には定年退職された後の活動の場として在職中から登録し、活動している方もいます。

活動内容は高齢者、障がい者の福祉施設での活動から地域づくりの活動まで幅広いのが特徴です。

グループの中からは、「楽しいし元気になる」「同京さんから依頼の電話が待ち遠しい」との声もあがっています。



旧吉田彦七邸（水島西栄町1-18）は地域住民と同京グループなどが協力して、リノベーションを行い、カフェになりました。カフェが休みの日には地域住民の集いの場として解放されています。

水島障がい者支援センターはばたきのクリスマス会では女性陣が参加者と一緒にケーキの盛り付けを楽しみ、一緒にいただきました。男性陣はサンタやトナカイの衣装で、ダンスやプレゼント交換を盛り上げました。



女性の活躍が多い託児ボランティアでも活躍できるよう、「育齢ボランティア養成講座」に参加しました。受講後には託児のボランティアにも積極的に参加されています。

基本情報

「同京グループ」

活動内容／福祉施設や地域のイベントでのボランティア活動

連絡先／JFE労働組合ふれあい会館内
(倉敷市鶴の浦2丁目55-35)
080-6349-8233 (同京)



イベントで欠かせない裏方役もこなします。寒い中、駐車場の誘導係を行いました。色々な形で、自分ができることで地域に貢献しています。

いつの時代も男たちは 「秘密基地」にあこがれる



11

支え合い

「原田洋治ワイワイサロン」

広い畑の真ん中の趣ある小屋から元氣な笑い声が聞こえてきます。

原田さんの畑の小屋に自然に集まる居場所。元々は、名前なんてありませんでしたが「活動を紹介するんなら名前ぐらいは決めとくか」ということで、すぐに「原田洋治ワイワイサロン」と名づけられました。

野菜づくりと土いじりと

いう共通の趣味を持つ男性中心のメンバーが、毎日集い、手づくりの「囲炉裏」のようなテーブルを囲み、作物の出来栄や、日々の暮らしについて語り合います。

みんなの手が加わり、作り上げた自由で快適な空間はまさに「秘密基地」。男心をくすぐる魅力にあふれた居場所です。



小屋の中には棚が作られ、コップが置かれています。自分たちの居心地の良ように工夫されています。

取材中に、ご近所さんがやってこられ、「玉ねぎの苗ねえかなあ?」「分けたげらあ」こんな自然体な支え合いの関係がとても素敵だと感じるのです。



男の隠れ家アイテム② 「囲炉裏テーブル」

「寒い季節には暖かい部屋で、温かい飲み物が欲しい」との思いから、こたつの中心部を円形に切り抜きすっぽりとストーブを取り付けて囲炉裏のような、テーブルを作り上げました。作り上げる楽しさと居心地の良さが、さらに男心をつかみます。



男の隠れ家アイテム① 「クーラーボックス水道タンク」

会場には、水道が通っていません。みんなでアイデアを出し合って、クーラーボックスに水を貯めて、そこから水が流れるように蛇口も取り付けました。これにより、いつでもお茶やコーヒーが飲め、後片付けもできるようになりました。



みんなの居場所を優しく見守る原田さん(右)

基本情報

「原田洋治ワイワイサロン」

開催日／毎日午前中
場所／原田さん所有の小屋（玉島柏島）
内容／・おしゃべり
・野菜づくりの情報交換
参加者／男性中心のメンバー10名前後
参加費／無料

「食」と「集い」の楽しさ発信中 新たな地域交流の場に



支え合い 12

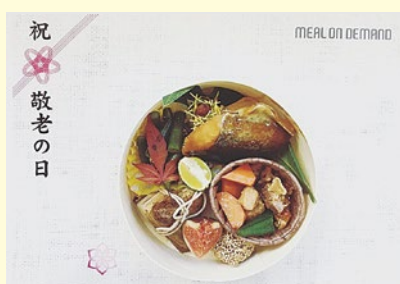
「MODS KITCHEN (モダンキッチン)」

モダンキッチンとは、地元
の食品製造会社が開催する
地域のふれあい食堂。平成
29年9月の敬老の日に合わせて
開催され、その後も毎
月1回のペースで開催され
ています。

「食品を扱う企業として、
何か地域に貢献できないか
と頑張ってました。孤食の
問題が取りざたされるなか、
低価格で食事を提供し、み
んなが集える場を作ること
で、高齢者の閉じこもり防
止や世代の垣根を取り払っ
た交流に、つながるのでは
ないかと考えました。」と
社長の垣本さんは言います。
参加者からは「1人で食
べるより、皆で集って食べ
る方がおいしい。」「こうい
った場所で顔見知りになれば
近所で会った時に声をかけ
あえる。」などの声も聞か

れます。

地域の「あつたらしいな」
が形となって、素敵な居場
所となっています。





12月は事務所改築中のためテイクアウトのみでした。
サンタさんからのお弁当の贈り物に皆さん笑顔でした。



10月はハッピーハロウィン♪
食事と交流スペースの様子です。
将来的には地域の方々と協力
して健康相談や介護相談にも
対応できるイベントにしてい
きたいとのこと。



基本情報

「モダンキッチン」

日 時／毎月1回 11:00～13:00
会 場／ミールオンデマンド内
(倉敷市児島下の町10丁目376-132)
内 容／食事会を通じた地域交流
参加対象者／地域の高齢者を中心にどなたでも
参 加 費／200円(1食)
連 絡 先／086-486-0035



かつては源平合戦の激戦地
八百数十年経った今
ここは 支え合いのモデル地区

1

地域交流スペース うきうき館



地域交流スペースとして、あそび・まなび・つどい・わらい・自由に過ごせる場として開放しています。地元の社会福祉法人の支援により、民生委員さん所有の民家を借り、スロープや給茶機なども設置されており、ますます活用の方が広がることが期待されます。

2

うきうきオレンジカフェ



認知症の方を支える地域づくりに向け、うきうき館で、認知症カフェをオープンしました。写真は立ち上げに向けた作戦会議の様子。



支え合い

13

粒江学区の支え合いマップ

粒江地区は、種松山の北の麓に、新田開発により開かれた地域です。

その歴史は古く、縄文中期の船元貝塚をはじめ源平の古戦場で名高い浮洲岩・先陣庵等多くの遺跡があります。

粒江地区社会福祉協議会

が住民・関係機関と策定した小地域福祉活動計画や、定期的に行う小地域ケア会議、さらにNPO法人の取り組み等、これまで築いてきた地域の文化と意識をつなぎながら、源平合戦の激戦地は今、支え合いのまちづくりが進められています。

粒江地区社会福祉協議会

4

ちょいワルおやじクラブ



男性中心の居場所。ちょいワルな男性たちが、秘密基地で「地域のためにちょっと良いことができないか」悪だくみをしています。その活動の魅力と居心地の良さに女性の会員も増えています。

3



うさぎカフェ

障がい児の保護者による保護者支援団体、NPO法人ペアレント・サポートすてっぷが運営する居場所カフェ。心づくりの手づくりメニューを提供するだけでなく、スタッフが発達に関する個別相談も対応し、心が軽くなる空間を提供しています。※うさぎカフェの利用対象は、子どもの発達に不安のある保護者や関係者となっています。



6

お困り高齢者お手伝い隊



住民同士でできることを支え合う。そんな仕組みの実現に向けて、「お困り高齢者お手伝い隊」を結成しました。住民の中から支援者となる隊員を募り、ごみ出しや庭の草取りなど、一人ひとりの暮らしに寄り添ってお手伝いします。住民を支える活動でありながら、自分の力を地域のために発揮する活躍の場でもあります。

5

ふれあい赤ちゃんサロン



赤ちゃんとお母さんがほっとできる場所を作るため、毎月1回、愛育委員さんと民生委員さん、更生保護女性部の皆さんが中心となって、ふれあい交流、世代間交流の居場所を開催中。

元気な地域を応援する 元気な私たち（担い手と活躍の場）

横山 幸子さん

倉敷たすけあいサービス
(家事援助)



週1回の掃除を希望されている利用会員さんのお宅を掃除



訪問をしたらまず今日の支援内容を確認

「ちょっと手伝ってほしい」と
「ちょっとお手伝いしたい」心をつなぎます

民生委員として10年活躍されている横山さん。地域でもっと何かできることはないかと思っていた頃に生活・介護支援サポーター養成講座のチラシが目にとまり、受講してみようと思ったそうです。

「福祉とは」という基本的なことから介助の体験などを学び、受講後は倉敷たすけあいサービス（以下、たすけあいサービス）に登録。

「初めて利用会員さんのお宅へおじゃまする時は緊張しましたが、利用会員さんはたすけあいサービス利用のベテランで、気負わず支援をすることができました。」とのこと。

また、横山さんは「きつかけ」は大切と教えてくれました。「何かできることはないかな」と思うきつかけ、「私でもできるんじゃないかな」と思わせるくれたきつかけ、ちょっとしたきつかけで自分たちの暮らし地域で支え合い活動ができる、お互いの暮らしに活

基本情報

「倉敷たすけあいサービス」

利用対象者：高齢者、妊産婦の方、心身に障がいを持つ方など

活動内容：食事のしたく、後片付け、衣類の洗濯、住居等の掃除、生活必需品の買い物等

連絡先：倉敷市社会福祉協議会 地域福祉課 ☎086-434-3301

平野 淳子さん

シルバー人材センター (出前手芸講師)



作品作りで、細かい作業はお手伝いをして一緒に作ります

活動するたびに、
私たちが元気をもらっています

基本情報

「シルバー人材センター家事援助サービス」

入会対象者：倉敷市民で概ね60歳以上のかた
活動内容：家の中の掃除（トイレ、お風呂、台所等）、洗濯、食事づくり、話し相手

利用料：1時間880円から
連絡先：倉敷市シルバー人材センター
☎086-426-3318

平成21年にシルバー人材センターに入会をした平野さん。入会してみると子守りや家事援助、手芸の教室など様々な仕事の依頼があり、忙しくもありますが、楽しんで就業していますとのこと。

今日はデイサービスでの手芸教室です。新年になって第一回目ということで、今年の干支（戌）の貼り絵をつくりました。

平野さんたちがお一人ずつの材料を用意し、作り方

を伝えながら一緒に作品を完成させていきます。優しく穏やかに話しかけ、様子を見守ります。

デイサービスの利用者さんたちも安心して、作品作りを楽しんでいる様子が印象的でした。平野さんは「楽しみに待っていてくださる方がいるから毎回、何をしようか知恵を絞って材料を用意することも頑張れます。みなさんから元気をもらっています」と優しい笑顔で教えてくださいました。

本田 ちか子さん

倉敷市いきいきポイント制度 (ボランティア)



今日のお買い物の確認

私たちが元気で家にいるのはもったいない！

倉敷市いきいきポイント制度（以下、いきいきポイント）に登録し、元気に活躍されている本田さん。施設が月2回実施している利用者さんの買い物ツアアのお手伝いをしています。

「まだまだ元気があるのに家にいるのはもったいない！ボランティアを通して自分も周りの方も笑顔にできたら『やったぜっ！』と思います。」

「利用者さんの月2回の大事な買い物時間を楽しんでいる間にあげたい。笑顔でさようなら、またね。と言いたい。」とのこと。

基本情報

「倉敷市いきいきポイント制度」

登録対象者：40歳以上のかた
活動内容：いきいきポイントの指定を受けたボランティア受け入れ施設でのレクリエーションやイベントのお手伝い

連絡先：倉敷市社会福祉協議会
倉敷ボランティアセンター
☎086-434-3350

また、ボランティアをする中で「ご本人の気持ちを理解するのは大事だけれど、勝手な判断で寄り添ってはいけません。本人にも、周りの支援者にも確認をすることが大事。毎回、ボランティアをするたびに学ぶことがあります。」と教えてくれました。

いきいきポイントでボランティアをする方々も、ボランティアを受け入れてくださる方々も笑顔とハート(まごころ)をもらえる制度です。



大きなボールを落とさないようみんなで協力して、サーブやレシーブをして得点を競うキンボール



スティックでボールを打ち、碁盤の目状になった人工芝マットにボールを並べて得点を競う囲碁ボール



全国スポーツ推進委員研究協議会に出席した時の向井さん

基本情報

「スポーツ推進委員」

活動内容：行政や地域のスポーツ関連事業等の推進のための連絡調整、スポーツの実技の指導及び助言など

連絡先：倉敷市スポーツ振興課 ☎086-426-3855

向井 彰さん

ニュースポーツの指導 (スポーツ推進委員)

**スポーツを通して
地域の人とつながることができる！**

スポーツ推進委員として21年活躍されている向井さん。現在では倉敷市スポーツ推進委員協議会の会長として活躍されています。

スポーツ推進委員は、倉敷市のスポーツ推進を図るために市長から委嘱を受けている

非常勤職員です。スポーツ推進委員の活動として、誰でも気軽に楽しめるニュースポーツの普及・啓発活動を行っています。健康サロン、子ども会、老人クラブ、高齢者支援センター等各種団体からのニュースポーツの指導依頼を受け、

スポーツ推進委員が出向き、丁寧に指導しております。参加者からは「楽しかった！」「またしたい！」など大変好評です。やってみたい、という方はお気軽に声をかけてください。

また、スポーツ推進委員は、スポーツ推進のために行政と地域のパイプ役を担っています。地域のさまざまな団体との交流や情報交換を図ること

で、スポーツを通しての「地域づくり」に取り組んでいます。向井さんは「自分達にできること」をいつも考えているそうです。自分たちにできることを考え、それを行動に移すことで、地域へ貢献することができると言います。スポーツを通して地域の人と繋がり、何より一生懸命に行うことで、自身も地域も明るくする活動を日々行っています。

ご自分でもサロンを開催されている實光さん。サロンの参考にと、他のサロンに行くこともあります。地域にある喫茶おれんじは老松・中洲高齢者支援センター（以下、支援センター）主催の認知症カフェです。毎回、趣向を凝らした内容で、勉強になるし、楽しくて参加していたことが

きっかけで、支援センターの職員から「認知症マイスター養成研修を受けてみませんか？」と声をかけられました。今まで以上に認知症についての知識を深めて、認知症カフェにお手伝いに行くことができるかもしれない、少しでもサポートできることがあるかもしれないと思えることがあ

増えた気がします。この日はちょうど新年第一回目の喫茶おれんじです。栄養についてのお話とお琴の演奏が行われました。その後は福笑いやお手玉をして、会場は笑い声が絶えません。喫茶おれんじは、いつも支援センターの職員が居て、お茶を飲みながら、世間話をしながら、気軽に相談しやすい雰囲気を作られています。また、広報にも力を入れているので、毎回、大勢の地域の方

が楽しみに参加されています。認知症マイスター養成研修を受講・修了した後の實光さんの思いは「地域のお一人暮らしの方にもできるだけ声掛けをしてお誘いしたい。認知症カフェやサロンに来ていただきたい。こんな良い場所があるよと地域の人に伝えていきたい。」とのこと、今後とも元気に活躍される姿が見えるような気がしました。

みんなに知ってもらいたい、こんな良い場所があるよ！

じっ こう 實光 明子さん 認知症マイスター



自身のサロンで楽しくレクリエーションをしている様子



認知症マイスター養成研修の修了証を手に記念撮影

基本情報

「認知症マイスター」

活動内容：認知症の理解促進・普及啓発、サロンや認知症カフェのお手伝いなど
 マイスターの登録要件：認知症マイスターの養成研修（倉敷市主催）を受講・修了された方
 連絡先：倉敷市健康長寿課地域包括ケア推進室 ☎086-426-3417

支え合い活動 を応援します

支え合い活動について相談したい

● 支え合い活動の取材・情報発信

● 立ち上げ・運営についての相談・助言

● 活動先の相談

倉敷市社会福祉協議会

社会福祉協議会に配置された生活支援コーディネーターを中心に、地域の『支え合い活動』の実態把握を行うとともに、地域の様々な活動の情報発信や、活動について相談や助言、立ち上げに向けての支援を行います。

連絡先

倉敷市社会福祉協議会
 地域福祉課：☎086-434-3301
 倉敷ボランティアセンター
 ：☎086-434-3350
 水島事務所：☎086-446-1900
 児島事務所：☎086-473-1128
 玉島事務所：☎086-522-8137
 真備事務所：☎086-698-4883

● 支え合い活動に関する相談・助言

高齢者支援センター

倉敷市では、高齢者の介護・保健・医療・福祉に関する総合的な支援を行う拠点として、市内に25ヶ所の「高齢者支援センター」と4ヶ所の「高齢者支援サブセンター」を設置しています。生活圏域の地域の課題と解決に向けた話し合いの場「小地域ケア会議」も高齢者支援センターが中心となり開催されています。

連絡先

高齢者支援センター			
倉敷中部：☎430-6703	下津井：☎479-8271		
倉敷南：☎420-1355	内郷：☎470-2005		
老松・中洲：☎427-1191	玉島東：☎523-6235		
大高：☎427-8811	玉島中部：☎523-5322		
倉敷西：☎466-3156	玉島南：☎528-3266		
帯江・豊洲：☎429-2714	玉島北：☎525-1339		
庄：☎461-2357	穂：☎552-9005		
天城・茶屋町：☎428-1661	備：☎698-5999		
庄北：☎461-0085	倉敷北部(サブセンター)：☎462-0020		
倉敷北：☎463-7760	福田(サブセンター)：☎450-1188		
水島：☎446-6511	福田(サブセンター)：☎440-0708		
福田：☎455-5132	連島南(サブセンター)：☎698-8008		
連島：☎444-3200			
琴浦：☎473-9001			
児島中部：☎473-0847			
児島西：☎472-0221			
赤崎：☎472-2941			

● スポーツ活動に関する相談

スポーツ活動サポートセンター

〔通称：Spo(スポ)サポ〕

市内全域のスポーツに関するニーズにワンストップでお答えする窓口です。

倉敷市スポーツ振興事業団主催のスポーツ教室やイベントの開催、誰にでも気軽にできるニュースポーツの用具の貸出、ホームページや広報誌等でのスポーツ情報の提供など、様々な事業の実施とスポーツ活動に関する相談があればお気軽にご連絡ください。

連絡先

Spo サポ倉敷：☎086-434-3410
 Spo サポ福田：☎086-455-3410
 Spo サポ水泳：☎086-424-9192
 スポーツ活動サポートセンターHP (<http://k-sports.or.jp/school/>)
 (倉敷市スポーツ振興事業団)

● 市民活動団体等の情報提供
 ● 地域の課題解決応援ブックのデータ提供
 ● 地域づくり研修会

倉敷市市民活動推進課

● 地域づくりに関する講演会の開催や、地域(小学校区など)での話し合いの場(グループワークなど)の提供など、地域が主体的に課題解決に向けて動き出す際に必要な支援を行います。
 ● NPOや市民団体をはじめとする各種団体の活動等の情報発信を行います。

連絡先

倉敷市市民活動推進課
 ☎086-426-3107

支え合い活動について学びたい

出前講座の一部を紹介

講座名	担当課
住民主体で話し合う まちづくりサロン	市民活動推進課
コミュニティータクシーの 導入について	交通政策課
子育て支援について	子育て支援課
今日からあなたもゲートキーパー ～みんなで守ろう大切な命～	各保健推進室・保健課
その日のために知っておこう認知症	各保健推進室・健康づくり課
高齢者が自分らしくいきいきと 暮らすための秘訣	健康長寿課
生涯学習ってなんだろう	生涯学習課
学校支援は地域支援 ～ひらく学校 つながる地域～	生涯学習課
わくわくレクリエーション	少年自然の家
公民館ってどんなところ？	市民学習センター
自主防災組織について	防災危機管理室
避難訓練	各消防署

●出前講座

倉敷市生涯学習課

市民の自主的な生涯学習活動を支援し、学習機会の充実を図るため、市役所の業務を学習メニューとして取りそろえ、市職員が講師として地域に出向いて講座を行っています。

連絡先

倉敷市生涯学習課
☎086-426-3845

●栄養教室の開催

倉敷市保健所健康づくり課

栄養教室は、栄養委員を養成するための講座です。栄養委員は、栄養改善協議会という地域で食育を推進するボランティアで、「私たちの健康は私たちの手で」のスローガンのもとに活動しています。

連絡先

倉敷市保健所
健康づくり課
☎086-434-9868

●生活・介護支援サポーター養成講座

倉敷市社会福祉協議会

生活・介護支援サポーター養成講座は、高齢者等の生活に寄り添い、くらしの応援者になっていただくために、必要な基礎知識を学ぶ全9回の講座です。人と関わり、役割を発揮したいけど、どうしたらいいかわからない。そんな気持ちを持った方の受講をお待ちしています。

●サロン交流会(37ページ参照)

●支え合いのまちづくりフォーラム(37ページ参照)

●認知症サポーター養成講座

倉敷市健康長寿課地域包括ケア推進室

認知症サポーター養成講座は、認知症を正しく理解し、偏見を持たず認知症の人や家族に対して温かい目で見守る応援者になっていただくための講座です。認知症になっても安心して暮らせるまちを目指して、地域住民、金融機関やスーパーマーケットの従業員、小・中・高等学校の生徒など様々な方の受講をお待ちしております。

連絡先

倉敷市健康長寿課地域包括ケア推進室
☎086-426-3417
お住いの地区の高齢者支援センター

連絡先

倉敷市社会福祉協議会地域福祉課
☎086-434-3301

活動を手助けして欲しい

●スポーツ推進委員

倉敷市スポーツ振興課

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スポーツの実技指導や助言等を行う、市から委嘱を受けた職員です。

ニュースポーツや体操等で何か活動を実施する際には、要望に応じて委員を派遣しますので、ご検討の際には、ぜひお気軽にご相談ください。

連絡先

倉敷市スポーツ振興課
☎086-426-3855

●ボランティアの調整

倉敷ボランティアセンター

ボランティアセンターにて、ボランティアの受け付け・登録・マッチングを行います。

活動分野も、福祉分野だけでなく環境や教育、国際交流など多様なボランティア活動の要望にお応えできるように、様々な活動に取り組んでいます。

連絡先

倉敷市社会福祉協議会
倉敷ボランティアセンター
☎086-434-3350

活動資金について相談したい

●ふれあいサロン活動への助成

倉敷市健康長寿課
地域包括ケア推進室

地域の閉じこもりがちの高齢者（3人以上）が談話や健康づくりなどの活動を通じて社会参加や介護予防に寄与する活動へ助成を行っています。

助成対象

●閉じこもりがちになる概ね60歳以上の高齢者が集うサロン

助成額

●基本額 年間 3万円（上限）
※多世代交流、多人数参加（20人以上）、毎週開催の条件を満たす場合、各1万円（上限）加算あり



連絡先

倉敷市健康長寿課地域包括ケア推進室
☎086-426-3417

●地域福祉基金による助成

倉敷市保健福祉推進課

市では地域福祉基金を創設し、ボランティア団体が高齢者、障がい者、子育て中の親子などに対して行う保健福祉に関わる活動を助成しています。

助成対象

●市内に活動拠点を置くボランティア団体又はNPO法人で、新規の事業活動を行うおとするもの（申請年度の4月1日において、新規事業の開始から1年以内のもの）

●委員会が特に適当と認める団体

助成対象事業

- 在宅福祉の普及又は向上に関する事業（介護教室、訪問家事、給食・料理サービス、外出支援、友愛訪問など）
- 健康づくり、生きがいづくり、自立支援及び社会参加の推進に関する事業（健康・いきがい・子育て支援などに関する講座・集い、情報誌の作成など）
- ボランティア活動の活性化に関する事業（研修会、調査研究活動など）
- その他、委員会が特に適当と認めるもの

助成期間

3年以内

助成額

年数ごとの助成限度額
・1年目 10万円
・2年目 7万5千円
・3年目 5万円

申請期間

4月～5月頃

連絡先

倉敷市保健福祉推進課
☎086-426-3303

もしものときに備えたい

倉敷市社会福祉協議会

● ボランティア活動保険

ボランティア活動中の様々な事故によるけがや損害賠償責任を補償する保険です。ボランティア個人の加入となり、加入手続き完了日から年度末の3月31日までが、保険適用期間になります。

● ボランティア行事用保険

「ボランティア行事用保険」は、地域活動やボランティア活動の一環として行う各種行事における様々な事故に対する備えとなる補償制度です。行事（1日ずつ）に対して加入する保険で、行事に参加する人のけがを補償する保険です。

● 福祉サービス総合補償

福祉活動中の様々な事故によるけがや損害賠償責任を補償する保険で、地域福祉活動の推進に取り組む団体やボランティア団体・グループごとの加入となり、加入手続き完了日の翌日から年度末の3月31日までが、補償適用期間になります。

※ボランティア団体・グループが行う有償のボランティア活動も対象になります。

連絡先

倉敷市社会福祉協議会
各事務所

倉敷市市民活動推進課

● 市民企画提案事業

地域の身近な課題を解決するため、市民活動団体の皆さんと市とが一緒になって実施する協働事業や、市民活動団体の皆さんが単独で実施する公益的な自主事業を募集しています。

● 地域づくり（活動）に関する補助

地域活動（通いの場や支え合い活動などを含む）への補助を行っています。

● 補助割合：補助対象経費の2分の1以内（利用者負担金等の収入を控除しません）

● 世帯割区分補助：小学校区の世帯数

に応じて、年間10万円～65万円（上限）

● 課題解決区分補助：年間60万円（上限）

● 施設の設置費・管理費の補助

● 地域集会所設置費補助（修繕費含む）

※町内会や自治会を通じて申請してください。

● 校区集会所設置費補助（修繕費含む）

（む）

（コミュニティ協議会が対象）

● 校区集会所管理費等補助

（コミュニティ協議会が対象）

連絡先

倉敷市市民活動推進課
☎086-426-3107

● 認知症カフェへの助成

倉敷市健康長寿課
地域包括ケア推進室

認知症カフェは、認知機能の低下した人やご家族、地域の人などが気軽に集い、専門家のアドバイスをもらいながら、認知症状の悪化防止や相互交流、情報交換等ができる通いの場のことです。

助成条件

● 開催場所が市内にあり、かつ、10人以上が活動できるスペースがあること。

● 毎月1回以上実施し、認知症の人及びその家族、地域住民、専門家が参加できるものであること。

● おおむね市内に居住する認知症の人とその家族を対象とすること。

助成内容

● 1年度当たり 5万円

※助成対象経費の合計額から利用者負担金等収入を控除した額の2分の1以内の額

連絡先

倉敷市健康長寿課地域包括ケア推進室
☎086-426-3417

生活支援コーディネーターが つながります（地域支え合い推進員）

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、住民同士のつながりや関係性から生まれた、たくさんのお互いさまが存在し、暮らしの場に応じた「手づくりの支え合い」がたくさんあります。

地域の宝物である、人や文化や既存の取組を教えていただきながら、地域の一人として、「支え合いの地域づくり」を応援してまいります。

生活支援コーディネーターがつなぐもの



情報をつなぐ



人と人をつなぐ



人と居場所をつなぐ



人と活躍の場をつなぐ



意識をつなぐ・心をつなぐ



人と支援をつなぐ

地域とつながることから
生活支援コーディネーターの
役割はスタートします。
支え合い活動のご相談や
情報提供をお待ちしております！



生活支援コーディネーター 左から：山下、松岡、戸川

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

このような事業を通じて 「支え合いの地域づくり」を応援します



支え合いのまちづくりフォーラム

地域住民・関係機関の支え合いの意識の醸成をはかることを目的に開催。写真は第2回目のフォーラム「通いの場大自慢大会」の様子です。発表に加えてサロン活動を紹介する写真や手芸作品などのブースを設置しました。



生活・介護支援サポーター養成講座

一人ひとりの暮らしに寄り添う地域の担い手を養成する講座。後半には活動体験等を実施し、担い手と活躍の場をつなぎます。



支え合いの仕組みづくりに向けた 作戦会議への参加

新たな取り組みの実現に向けた作戦会議の仲間に加えていただき、一緒に汗を流します。



支え合い活動の取材・情報発信

地域で行われている活動取材し情報発信を行います。(支え合い活動事例集・通いの場ガイドブックの作成等)



サロン交流会

地域で開催される「通いの場」の代表者や関係者を対象にサロン交流会を開催。楽しい雰囲気、日頃の活動の情報交換や活動に役立つ情報提供を行います。

「暮らし輝(くらしき)の支え合い」

発行：平成30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 FAX086-422-2016
メール：wlfqsc@city.kurashiki.okayama.jp
URL：http://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 FAX086-434-3357
メール：kurasyakyo@kurashikisyakyo.or.jp
URL：http://www.kurashikisyakyo.or.jp/



お互いさまで寄り添う数だけ「支え合い」があります

