

「通いの場」通信

Vol. 40

令和6年3月31日発行



↑ 定例会の様子



ボランティア活動時にはお揃いの帽子で一体感アップ!

西町笑天楽寿会

(連島西浦小学校区)

我がまちのお宝紹介♪ 10年以上続いている サロン編

コロナ禍が落ち着いて、男性会員が家族の女性会員を招いて久しぶりの家族会を開催。男性が手料理でもてなし、わいわいと弾む会話から、地域の結束も強まります。



↑ 買い出しもみんなで。



↑ 家族会の様子

会員は全員男性で21名。平成26年3月に正式に会が発足した時は19名で、参加者の平均年齢は63歳。あれから10年。今でも変わらず元気で楽しく活動が続いています。

定例会で地域の情報交換や作戦会議を行った後、ちよっとやんちゃな？茶話会が始まります。

男性が集いやすいのは「食べて飲んでしゃべれる」「役割がある」だそう。「この会に参加するまでは地域と全然関わることがなかった」「よくしゃべるようになった」「楽しい」と会員の皆さんが口々に言われます。

この会の代表の梶房洋一さん曰く「これからもっと年を取っても認知症になっても、遠慮なく、出てくることが出来る居場所でありたい」

大江健康サロン

(連島東学区)



★平成26年4月正式発足。会員は全員女性で23名。少しずつ変わりながらも会員が減ることはなく続いています。

★継続の秘訣は、ズバリ！「楽しいこと。」

★サロン参加者が生け花やレクの先生になったり、おどりや劇を披露したり。連島の歴史街道『都羅の小径』の案内ができる方もいます♪ほかのサロンへも出張講座も可能だそうです！



↑ 10年間の活動や想いをまとめた冊子

定年迄は家族の為、子供達を育てる為にと仕事に家事に精一杯働け、退職したら、自分の好きな趣味や散歩や旅行ができると思っていたら、体力気力は若い時より格段に劣っている事に気付きました。

年を取っても住み慣れた大江で一人になっても我が家で暮らせるようにするには、体力を保ち、仲間の友人達が近くに居て下さる事だと思ひ、健康サロンの様な場所の必要性を感じていた時、連島高齢者支援センターの方々がサポートして下さる事により、当時民生委員だった三宅登紀子さんや数人の友人達と「大江健康サロン」を立ち上げました。

サロンで季節の行事やボランティア活動を行いながら、気力と体力の保持を目指していますが、これからも大江健康サロンが益々発展する事を願っています。

↑ 前代表の三宅節子さんの寄稿

長く続くポイント！
2つのサロンの共通点

- ①サロン発足までに時間をかけて形にしている！はじめは気の合う数人でおしゃべり。からの仲間集め。
- ②町内会(自治会)や民生委員・愛育委員など地域の団体、関係機関としっかりとつながっている！
- ③会でのボランティア活動→自分たちも楽しむ。地域にも「楽しい」をおすすめ分け

3月10日に令和5年度 支え合いのまちづくフォーラムを開催しました！

『身近にある様々な「きょう」がつくる「明日」の地域共生社会』をテーマに、基調講演と地域の実践発表を行いました。地域活動や通いの場のヒントになるお話が盛りだくさん！みなさんの活動にアレンジしてみてくださいね♪



講師：ふくしと教育の
実践研究所SOLA主宰
新崎国広氏

ポイント

”幸せ“の四つの因子

- ①やってみよう因子
- ②ありがとう因子
- ③なんとかなる因子
- ④ありのままに因子

お節介（節度のある介添え）のすすめ

- ◎話し上手、聞き上手になろう
- ◎助け上手、助けられ上手になろう
- ◎雑談力が大切！
- ◎汗もかくけど、口も出す

◆実践発表◆



私は助けられ上手！
『とにかくやってみるのよ～。』

ポイント

水島

「水島地区老人クラブ連合会・
五東福寿クラブ 会長 福元秀子 氏



『歳をとって支援が必要
になっても、住み慣れた
地区で自分らしく住み続
けられる地域に！』

ポイント

真備

呉妹地区社会福祉協議会
会長 森本常男 氏

★得意なことを得意な人にやってもらう。頼まれた人も喜んでくれ、みんなも私も助かる！（笑）

★仲間と楽しく心も体も健康になれる**五東老人クラブの活動**で、小学校とのつながりから始まった「さわやか子どもカレー」！楽しみから活躍が広がり、世代間のつながりもできた！

★ちょっとした声掛けや誕生日にお花をお渡しするなど、孤独にならない工夫をしている。

★被災の数日後には役員が集まり、**意見交換を重ねる中で地域のことを一緒に考え、活動する人材（仲間）が増えた。**

★**社協の講座を受講したことで興味関心が広がり、アンテナをちょっと高くすることで、人と人、人と場をつなぐパイプ役**になれている。

★畑を耕すつながりから新たな通いの場ができた。

要チェック！

市内の「地域共生」の事例や相談先一覧を掲載した「地域共生ガイドブック第二版『きょうから明日へ』」が完成しました！

興味や関心をきっかけに、協力し合い、互いに教え合いながら、共に生きるという、たくさんの『きょう』が生む支え合い活動の種を、是非ご覧ください！

これまでに作成したガイドブックや事例集は、こちらからご覧いただけます！



問い合わせ先

倉敷市社会福祉協議会 地域福祉課 倉敷市笹沖180番地

☎ 086-434-3301

FAX 086-434-3357

e-mail tiikifukushi@kurashikisyakyo.or.jp