



白石区



第21号



2024年



1月発行

## 北東白石地区 シニアサロン「和み」 閉じこもり防止・安否確認、仲間づくりの場♪



10月4日(水)東川下記念会館で開催された、シニアサロン「和み」を訪問してきました。

平成29年10月に登録。活動当初は代表者宅を開放し地域住民が気軽に集まり、おしゃべりや季節行事を楽しめる場を作りたいとの思いから立ち上がりました。現在は開催場所を町内の会館に移し、身体を動かしたり脳トレをしたりといった活動をメインにしています。

当日はラジオ体操第1・2、介護予防センター川下による『ふまねっと』が実施されました。「その調子だよ～」「すごいじゃない！」などといった声掛けや、「一緒に足が出ちゃった～難しいね～」「さっきもこのマス踏めなかったのよね～」といったおしゃべりが聞こえ、終始笑顔が絶えない様子でした。

活動について、前代表の本間さんにお話を伺うことができました。「本サロンへ参加されている方はほとんどが一人暮らしの方だが、参加してくれることで、閉じこもりの防止や安否確認、仲間づくりや雑談をとおした情報共有ができる場になっている。」と話してくれました。

コロナ禍でも名簿を活用した安否確認や声掛けを行って、つながりを絶やさないよう活動されてきた前代表の想いが伝わってきました。



## 北白石地区 北郷親栄町内会 「地域ささえ合い研修会」開催

12月8日(金)北郷会館で「地域ささえ合い研修会」を開催しました。

北白石地区では今後の地区のあるべき姿の課題整理・検討を行い、今年度より「第2次北白石地区福祉計画」を策定しています。

計画のなかには地域ボランティア養成に向けた取り組みを立案いただいております、地域と関係機関を交えて協議を行い地域ボランティア養成の一環として講座を開催しました。



基調講演として白石区第2地域包括支援センター職員より認知症について講話をいただき、参加された方々に「助け合いゲーム」を体験していただきました。

様々な困りごとカードの中から、自分がやってもらいたいカードを選び、その困りごとを助けてくれる人を探します。参加者より「ゲームを通じて関心を持った。」とお話をいただいております。

これからも日常の暮らしでの助け合いについて理解が深まるよう活動を進めていきます。



## 東白石地区 本郷町内会 「支え合い体制拡大へ向けた取り組み②」

今年度、本郷町内会エリアを対象として、認知症サポーター養成講座の参加者が生活支援活動の担い手となり、町内で活躍していただくことを目指した取り組みを行っています。

11月6日(月)、同町内会役職員研修会にて、「本郷町内会の生活の困りごと」をテーマに意見交換を行いました。

同町内会では、生活の困りごとの相談に「暮らし応援隊」が対応されており除雪や買い物・ゴミ出し支援等の活動を行っています。生活の困りごとについて、「相手を知らない」と困りごとに気づけない「困っている人に暮らし応援隊の情報が届いているのか分からない」との意見がありました。

また、暮らし応援隊は現在11名で活動されており、ゴミ出し等ちょっとしたことのお手伝いをしてくれる活動者を増やしていきたいとの話もありました。

今後、暮らし応援隊の活動の周知方法や活動者を増やす取り組みについて検討をしていきます。

