

～手稲区社会福祉協議会 生活支援体制整備事業の報告～

令和3年度手稲鉄北地区 『みんなの声を伝える伝言板』の取組み報告

誰もが安心して住み続けられる地域づくりを目指して、地域の方々と一緒に考え、支え合いの活動を広める取組みが、生活支援体制整備事業です。

この事業に取り組んでいる生活支援コーディネーターは、地域に足を運び、地域に住む方々の日ごろの暮らしの困りごとを把握したり、手伝ってくれる担い手を育成したり、地域の情報の把握や発信などを行い、人と人、人と地域を繋ぐ役割を担っています。

令和3年度、手稲鉄北地区では『みんなの声を伝える伝言板』を実施し、地域住民のつながりづくり、情報把握を実施しましたので、ご報告いたします。

生活支援コーディネーターの役割



▲普段の暮らしや
困りごとの把握



▲地域情報の把握と発信



▲担い手の育成



▲地区協議体の開催

<『みんなの声を伝える伝言板』実施報告>

コロナ禍で、外出の機会が減少している中、伝言板を通して、地域の皆さん同士がつながりを感じてもらったり、運動の機会としてもらい、心身の健康を保っていただくことを目的として実施しました。

伝言板は地域の方々の集まりの拠点である手稲コミュニティープラザに貼りだし、付箋に自由にメッセージを書いてもらい、情報交換の場としてもらいました。

1回目は令和3年4月7日～5月31日に、介護予防センター中央・鉄北と共同で開催。

実施直後に緊急事態宣言が発令され、残念ながら多くの住民の声を集めるには至りませんでしたが、「取り組みをこのまま終わらせるのはもったいない」との声が関係者からあがり、再度実施となりました。



2回目は、令和3年10月14日～12月17日に地区福祉のまち推進センター、介護予防センター、社会福祉協議会が一緒になって様々なアイデアを出し合い、楽しみながら参加できるように工夫しつつ実施しました。

会館を利用する子どもから高齢者まで、多くの方々にご参加いただきました。

付箋には「誰かと一緒に過ごしたい。」「交流したい」という、人とのつながりを持ちたいという思いが伝わるメッセージが寄せられました。

<みんなの声を伝える伝言版PART2結果報告>

実施期間 令和3年10月14日～12月17日

12月17日(金) 終了

- ①「自粛中何をして過ごしていましたか」
- ②「コロナ禍が収束したら、チャレンジしたいことは何ですか」の設問に
貼られたメッセージ 84枚!

みんなで投票「好きな秋の味覚
と言えば」への投票
309票!

3回参加でもらえる景品
50セット即配布となりました!
(子供20セット 高齢者30セット)



モミジに書いて伝えよう～皆様のメッセージから一部をご紹介します♪

①自粛生活中何をして過ごしていましたか。

「家にばかりいた」「ウォーキング」
「紅葉のきれいな所を教えて」



「ご近所散歩 落ち葉のじゅうたん」
「銀杏並木 北大校内」「朝里温泉」

落ち葉のじゅうたん素敵ですね!
自粛中はおうち時間が長くなりますし、運動不足になりがちなのでおうちでもストレッチやながら運動を無理のない範囲でやってみましょう。おすすめはスクワット!
by 予防センター

②チャレンジしたいこと

「みんなでサロン楽しく出来ますように」
「みんなと仲良くしたい」
「友達に会うために旅行したい」
「家族で旅行・外食したい」
「マイ農園の漬物づくり」
「パークゴルフで高スコア」
「もっと空手がやりたい」

「みんなと～をしたい!」というメッセージが多いですね。人とのかわりかは心の元気のもとにもなります。会えない時も電話や手紙、オンラインなどでつながりを持ると良いですね～。
by 予防センター

伝言板を通して、地域の皆様の想いや考えを知ることができて楽しく拝見することができました。なにげない人とのやりとりで新たな発見があったり参考になったり、時には安心できたりするものです。コロナ禍で不安な日々ではありますが、心身ともに元気でいられるよう、人との関わりを大切にしていきたいと思います。次回についても企画、検討を重ねております。

みんなで投票「好きな秋の味覚と言えばどれ？」結果発表!

総数309票



1位	果物	102票
2位	きのこ	88票
3位	サンマ・鮭などの魚	63票
4位	かぼちゃ	59票

果物(りんご)を使った簡単レシピを紹介します

「さつまいもとりんごの甘煮」

材料(2人分)

・さつまいも	1/2本 (120g)
・りんご	1/2個 (120g)
・砂糖	大さじ1
・レモン汁	少々



エネルギー	126kcal
食塩相当量	0.0g

一人分の栄養価

1. さつまいもとりんごは皮をおき、いちよう切りにする。
2. 鍋にさつまいもとりんごを並べ、砂糖とレモン汁をふる。
少量の水を加え、弱火でさつまいもに火がとおるまで煮る。

レシピ提供 手稲保健センター管理栄養士

伝言板Part2共催

手稲鉄北地区福祉のまち推進センター
手稲区介護予防センター中央鉄北
手稲区社会福祉協議会

手稲鉄北地区福祉のまち推進センター

安心して暮らせる地域づくりのため、地域住民のつながりづくり、高齢者の見守り活動、福祉に関する相談にのっています。

<福祉に関するお困りごとの相談>

(011)684-5365

平日9:00~12:00

手稲区曙7条3丁目6-22

鉄北コミュニティプラザ内



福祉のまち推進センターは地域の皆様の相談窓口です。ちょっとした暮らしの困りごともご相談ください。

本報告に関するお問い合わせは、手稲区社会福祉協議会
TEL 011-681-2644 FAX 011-684-8560までお寄せください。