

おげんきですか。

私のまちの地域支え合い情報紙

第13号
2020.12

住民バス乗車体験会を
実施しました!



「住民バス」プラス「地域の支えあい」で
地域みんなの移動手段が増えますように!

美里町のお宝を紹介します

～ 地域編 ～

暮らしの中のさりげない見守り・助け合い・健康づくりや介護予防など世代を問わない活動はたくさんあります。

地区の敬老会の
代わりに
見守り訪問活動を
実施しました!



～二又～

コロナの影響で、
マイナスのことが
たくさんあった今年。
これからは、それらを
プラスにするために。
“今だからできること”
ってなんだろう。

感染予防対策のもと
時間を短縮して
お茶飲み会を
開催しました!



～不動堂5区～

こんな時だからこそ
地域のつながりを
保つ方法を考える。
“今こそやらなければ
いけないこと”
地域みんなで
考えてみませんか。

お茶飲み会の
代わりに
百歳体操お試し会を
実施しました!



～中二郷～

その1

志賀町「あすか教室」

志賀町コミュニティセンターで、毎月第2・3・4水曜日に活動をしている「あすか教室」は、約13年続くレクダンスの自主グループです。平均年齢79.4歳! みなさん背筋がピンっと伸びていて、いきいきと活動されています。

元気の秘訣は、日頃のレクダンスの効果に加え、活動の合間のおしゃべりタイムにあります。この時間は、近況を報告したり、日頃の悩みなどを相談したり、時にはお互いの体調を気にかけて合う大事な時間です。この時間の積み重ねが、おたがいに理解し支えあう基盤になっています。



(志賀町行政区)



仲間と過ごす“今”この時間
これからも ここが
元気になれる 私の居場所

その2

二又『見守りあいウォーキング』

「最初は自分の健康のために、ウォーキングを始めたの。」そう話すのは、毎朝北浦地区をウォーキングしている二又行政区のお二人。自分のために始めたウォーキングですが、続けているうちに地域の高齢者の暮らしぶりや地域課題が少しずつ見えてきました。そこで、最近では、地域の見守りも兼ねてウォーキングしています。

「おはよう！休んでいがいん～」と、お二人を待っている地域の方もいて、お茶のみをしながら、お話を聞いたり聞いてもらったり。見守りあいウォーキングで、今日も一歩一歩おたがいさまの地域づくりが前進しています。



(二又行政区)



新しい見守りあいのカタチ
歩数が増えるたび、
地域を知る機会が増えていく

その3

峯山『エンジョイクラブ A・B』

峯山行政区のエンジョイクラブ A(手芸教室 毎月第3水曜)・B(習字教室 毎月第2・4火曜)は、それぞれ峯山集会所を会場に趣味活動をエンジョイしています。

毎年11月には、それぞれが作品を持ち寄り地域の文化祭を開催していましたが、今年はコロナの影響で中止に。しかし、両クラブとも日頃の活動は感染対策のもと継続し、地域のつながりを維持してきました。「家に閉じこもりがちだった時期に通える場所があったから、今こうして元気でいられるの。」と地域の通いの場には、つながりを保つ効果と元気になる効果があるようです。



(峯山行政区)



地域のつながりが特効薬
コロナ禍の中、実感した
通いの場の効果

「くらしのサポーター情報交換会」 ～“つながる”というワクワクで、地域を元気にしよう！～ を開催しました！



10月9日(金)①中埜地区



10月14日(水)②不動堂・青生地区



10月14日(水)②不動堂・青生地区



10月21日(水)③北浦・小牛田地区



10月21日(水)③北浦・小牛田地区



10月23日(金)④南郷地区

令和元年度に実施した くらしのサポーター養成講座受講者を対象に、10月9日(金)～23日(金)にかけ、「情報交換会」を開催しました。

今年度はコロナの影響もあり、①中埜地区、②不動堂・青生地区、③北浦・小牛田地区、④南郷地区の4会場での実施となりましたが、近辺地区だからこそ分かり合えることもあり、より地域に密着した話し合いを行うことができました。

当日は、地域課題の把握と課題解決に向け、『コロナの影響で“できないこと”』と『コロナ禍でも“できていること”』、そして『“これからできそうなこと”』について情報交換を行い、地域のつながりを保つ為のアイデアをみんなで一緒に考えました。

くらしのサポーター中埜地区の取り組みをご紹介します！

くらしのサポーター情報交換会中埜地区では、地域課題となっている“移動手段”の問題が話題となりました。まずは、あるものを活用しよう！ということで、目を付けたのは「住民バス」。でも、改めて考えてみると「どうやって乗るの?!」「時刻表ってどうやってみるの?!」「乗り換えってどうするの?!」など疑問がいっぱい…。



【時刻表とルートの確認】

『**じゃあ、みんなで乗ってみっぺし!**』の一言から、“住民バス乗車体験会”を企画することにしました。メンバー全員が中埜3区ということもあり後日、中埜3区行政區長さんにもご協力いただき、時刻表の見方や中埜線・美里線のルートをみんなで確認。改めて、乗って見ないとわからないことがたくさんあることに気づきました。そして、いよいよ“住民バス乗車体験会”当日は、中埜コミュニティセンターを出発し、ヨークベニマル小牛田店まで乗車しました。



ステップが低くて、
乗りやすいんだね。



次の停留所を確認中!

停留所で待っている人が
いない時は、バスは止まらないんだね。

無事、到着~!
乗ってみてわかったことは、
これから地域に広めます!



降りる時に
料金を
支払うんだね。



「帰りのバス時刻は...」

降りる場所と乗る場所が
違う停留所もあるんだね。

今回の“住民バス乗車体験会”での気づきや課題を活かし、今後は、地域の高齢者の移動手段が広がることを目指し、中埜オリジナルの時刻表を作成する予定です。これから作成する時刻表が、初めてバスに乗る方にとって安心のお守りになるといいですね。

美里町のお宝を紹介します

～福祉事業所編～

美里町には、地域の一員として地域づくりに参画している事業所がたくさんあります。

(株) リツワ

株式会社リツワは、栗原市に本所を構え、宮城県と岩手県で介護・障がい福祉等の福祉事業を展開しています。町内では9つの事業所(下記、連絡先参照)を運営しています。令和2年4月からは、町内初となる看護小規模多機能型居宅介護事業所(「通い」「短期の宿泊」「訪問看護・リハビリ」「訪問介護」「ケアプラン」のサービスを一体化して、一人ひとりに合わせた柔軟な支援ができる看護師を中心としたトータルケアの事業所)を開始し、介護度が中重度になっても在宅生活が継続できるよう支援しています。

看護小規模多機能型居宅介護事業所の名称は「ケアビレッジ美里 ケアてらす中埠」。「『てらす』には『みんなの場所』『共有の場所』という意味があり、地域に開かれた場所にしていきたいです」と管理者で看護師の高岡里美さん。また、ケアマネージャーの千葉亜由美さんは「コロナが落ち着き、いつもの日常が戻ったら地域の方々とたくさん交流したいと思っています」と、地域に根差した事業所を目標に利用者さまとともに職員もその日を心待ちにしています。

(株)リツワ取締役で美里町エリアマネージャーの蜂谷健太郎さんは「最近介護保険適用外のニーズが増えています。在宅生活をサポートするためにも私たちが受け皿となり、関係機関へつなぐお手伝いをしたい。そのためにも地域の皆さまの身近な存在になりたいです」と力強く語っていました。



～連絡先～

◇デイサービスみさと ◇住宅型有料老人ホーム ホームみさと

◇みさと居宅介護支援事業所

〒987-0004 美里町牛飼字清水江 13 番地 電話 29-9871

◇小規模多機能ホームみさと

〒987-0004 美里町牛飼字清水江 14 番地 1 電話 31-1315

◇グループホームみさと

〒987-0024 美里町中埠字寺前 66 番地 1 電話 35-1060

◇ケアビレッジ美里ケアてらす中埠 看護小規模多機能型居宅介護事業所/訪問看護事業所/デイサービス/有料老人ホーム

〒987-0024 美里町中埠字丸池 29 番地 電話 34-3360(看多機・訪問看護)・電話 35-1506 (デイサービス・有料老人ホーム)



ケアてらす中埠の
利用者さまと職員の皆さん



私のまちの地域支え合い情報紙「おげんきですか。」

表紙の写真：後列左から 栗野トシ子さん、尾上たか子さん、小松和賀子さん
前列左から 十倍由紀子さん、野田芳洋さん (中埠3区行政区)

発行日 令和2年12月1日

発行・編集 美里町生活支援体制整備協議会 【美里町・社会福祉法人美里町社会福祉協議会】
〒987-0038 宮城県遠田郡美里町駅東二丁目 17-4 (美里町駅東地域交流センター内)
TEL: 0229-32-2940 FAX: 0229-32-5160 E-mail: misato@misato-wel.com