

令和3年度

地域支え合い活動

事例集 パート1



赤井地域版

東松島市生活支援体制整備事業

“赤井はひとつ ～おせっ会～” をご存じですか？

東松島市社会福祉協議会では東松島市より「生活支援体制整備事業」を受託し、市内に3名の生活支援コーディネーターを配置し、地域の皆さんと一緒に“福祉での地域づくり”を進めています。

赤井地域には赤井地区自治協議会と協議を重ね、平成30年10月に第2層協議体が設置されました。協議体の名前を“赤井はひとつ～おせっ会～”とし、自治会役員や民生委員児童委員、サロンの代表者や施設関係者等で活動を展開しています。

“おせっ会”は、高齢者の方々が『住み慣れた地域で、自分らしい暮らしが、人生の最後まで続けることができる地域づくり』を目指し、メンバーが所属する自治会やボランティア団体などの、地域支え合い活動の情報を共有し、地域の困りごとの解決に向けて話し合いを行っています。

この度「地域支え合い活動事例集 パート1」を発行し、赤井地域の皆さんにコロナ禍における『支え合い活動(お宝)』の一部を紹介するとともに、まずはご近所同士が「気にかける」ことから始め、困った時には「助け合える関係」のきっかけになればと考えます。





目次

活動紹介

- ① 赤井地域のいきいき百歳体操・サロン団体一覧 1
- ② サンタが上区にやって来た 2
- ③ 『フードドライブ』で支え合いのまちづくり 3
- ④ 『お茶っこ飲み会』が始まりました！ 4
- ⑤ 『あかるいあいさつ』でつながりづくり 5
- ⑥ だんらんかぞくの活動 6
- ⑦ 赤井地域の保健推進員活動 7～8
- ⑧ 『支え合い』『誘い合い』で健康づくり 9
- ⑨ 赤井市民センター支え合い活動支援 10
- ⑩ 東松島市における生活支援体制整備事業 11
- ⑪ 赤井地域第2層協議体“赤井はひとつ～おせっ会～”名簿 . . 12

赤井地域 いきいき百歳体操・サロン団体一覧

	団体名	活動内容	開催頻度	活動場所	地域
1	お達者クラブ	軽体操、茶話会	第1月曜日	上区地区センター	上区
2	さくらんぼ会	百歳体操、レクリエーション	毎週金曜日	中区地区センター	中区
3	下区福寿会	軽体操、茶話会	第4月曜日	下区地区センター	下区
4	下区ボランティアコスモス会	茶話会、レクリエーション	第3火曜日	下区地区センター	下区
5	すみれ会	百歳体操、茶話会	毎週金曜日	下区地区センター	下区
6	和幸会百歳体操の会	百歳体操、茶話会	毎週月曜日	南区西地区センター	南西地区
7	105ピンピン体操の会	百歳体操、ゲーム、茶話会	毎週木曜日	南区西地区センター	南西地区
8	ひいらぎ会	茶話会、レクリエーション	最終金曜日	南区西地区センター	南西地区
9	南三区なごみ会	百歳体操、レクリエーション	毎週木曜日	南区東地区センター	南川前地区
10	川前サルビア会	百歳体操、レクリエーション	毎週金曜日	南区東地区センター	赤井駅前
11	いきいき楽習塾	軽体操、茶話会 レクリエーション	第2・4水曜日	南区東地区センター	赤井駅前 南川前 柳西地区
12	お茶っこ飲み会	茶話会、レクリエーション	第3金曜日	南区東地区センター	赤井駅前
13	ニコニコサロン	百歳体操、レクリエーション	毎週木曜日	南区新町地区センター	南新町
14	いきいきクラブ	百歳体操、ゲーム、茶話会	毎週水・金曜日	南区新町地区センター	南新町
15	南新町月曜サロン	茶話会、レクリエーション	第4月曜日	南区新町地区センター	南新町
16	柳北自治会 生き活きライフクラブ	百歳体操、茶話会	毎週水曜日	柳北区地区センター	柳北
17	柳区自治会	茶話会、健康講話 レクリエーション	年3回	柳の目西住宅集会所	柳区
18	なないろの会	百歳体操、茶話会	毎週木曜日	柳の目西住宅集会所	柳区
19	柳西区はまなす会	百歳体操、サロン活動	毎週月曜日	南区東地区センター	柳西地区
20	1.5(いちご)会	健康体操、講話、茶話会	第2・4金曜日	赤井市民センター	赤井地域

【ふれあいサロン登録団体 令和3年11月現在】

“サンタが上区にやって来た”



昨年12月19日の日曜日、赤井上区にひと足早くリヤカーを引いたサンタクロースがやって来ました。実は、上区自治会の役員さんがサンタクロースに扮して、住民にプレゼントを配っていたのです。上区では令和2年からコロナ禍で自治会事業ができないため、役員で全世帯にXmasプレゼントを配ることにしました。経費は地区内の公園整備委託費や社会福祉協議会から福祉のまちづくり支援事業費を充てました。気になるプレゼントの中身は……。住民からは「コロナで気持ちが沈みがちな中で、心が温かくなった。」との声が寄せられました。



令和3年12月19日実施



令和2年12月20日実施



令和2年12月20日実施

地域応援企画

『フードドライブ』で 支え合いのまちづくり

下区自治会 SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

地域応援企画

コロナに負けない！ 『フードドライブ』で 支え合いのまちづくり

「フードドライブ」とは家庭で余っている食品を持ち寄り、それを必要としている団体などに寄附する活動です。寄附された食品は、団体などを通じて食品を必要とする方へ無償で配布されます。寄附を通じた地域の支え合いに貢献し、食品ロスの削減にも役立ちます。

下区自治会では、コロナ禍でみんなが大変な今だからこそ、下記の『フードドライブ』を開催し、地域支え合いのまちづくりに貢献していきたく思います。

地域住民の皆様にはご家庭で手付かずになっている食品や持っている食品を持ち寄っていただきますようお願い致します。（無理のない範囲でご協力ください。）

下区自治会 会長 土井光夫

日時：令和4年1月16日(日) 10:00～12:00

場所：下区地区センター

※地区センターまで届けることが難しい場合は上記の時間に限り、ご自宅まで受け取りに伺いますので、下記までご連絡をお願い致します。

- 寄附いただきたい食品
- お米（白米・玄米・アルファ米）、パスタ・素麺などの乾麺、缶詰、レトルト食品（カレー、丼のもと等）、インスタント食品、のり・お茶漬け・ふりかけ、粉ミルク・離乳食、お菓子、調味料（醤油、食用油、味噌等）など。

※申し取りませんが、賞味期限が切れていたり、期限まで1か月を切っている食品、生鮮食品（生肉・魚介類・生野菜）、アルコール類は受け付けていません。

〇協力をいただいたご家庭には物品をお返し致します。お子様（中学生以下）と一緒に下区地区センターまで届けていただいた場合はお菓子もプレゼント致します。



問い合わせ先
下区自治会 事務局長 土井幸博
【電話】080-4384-2667

業務のご連絡は
こちらまで@
(Google フォーム)



下区自治会では『コロナ禍でみんなが大変な今だからこそ』と地域の支え合いのまちづくりの一環としてフードドライブを令和4年1月16日(日)に実施いたしました。

チラシを全戸に配り、ご家庭にある手つかずの食品や余っている食品を、地区センターにご持参いただきました。届けることが難しい場合は取りに伺うことにしました。

約20世帯の住民の方から、お米や、麺類、レトルト食品、お菓子等多くの食料品が届けられました。これらの食料は翌日、東松島市社会福祉協議会に届けられ、社協内の「くらし安心サポートセンター」へ相談に来られた方など、食料品を必要とする方に無償で提供されました。

地域の皆様の「他人を気遣う心」や「物を大切にしている心」が届けられた二日間でした。下区自治会ではこの事業を継続して実施する予定です。



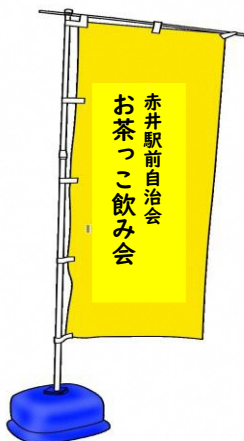
駅前自治会 地域支え合い活動

令和3年7月から“お茶っこ飲み会”が
始まりました!

令和2年8月に実施した「各自治会の福祉・健康にかかわる役員等との意見交換会」で、駅前自治会役員から、ご近所同士の関係を築ききっかけとして、まずはお互いが顔を合わせる『お茶会』を実施したいという意見が出されました。自治会の保健福祉担当役員が中心となり、令和3年7月に“お茶っこ飲み会”が開催され、毎月第3金曜日に継続することになりました。

コロナ禍で人が集まることが難しい中、自治会の支援の下、感染防止のためマスクの着用、密着・密集・密接を避け、丁寧な手洗い、アルコール消毒、体温の計測、体調管理など出来ることを徹底し実施しました。

現在はお子さんを連れた若いお母さん方も参加されており、地域の方々が集う場として活用されています。



「あかるいあいさつで」つながりづくり

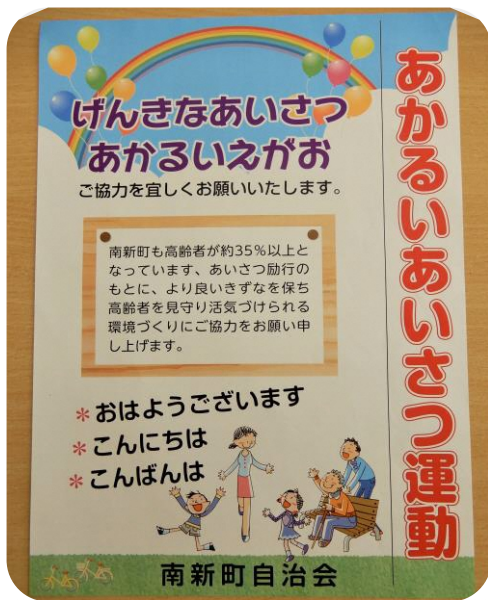
南新町自治会は高齢化率が赤井地域の中でも3番目に高く、3人に1人が高齢者となっています。高齢者のみの世帯が全世帯の32.5%を占め、お一人暮らしの高齢者も多い地域です。

令和3年4月と10月に南新一区、二区それぞれの自治会役員、民生委員、東部包括支援センター、社協担当者が集まり、『地域支え合い会議』を開催しました。

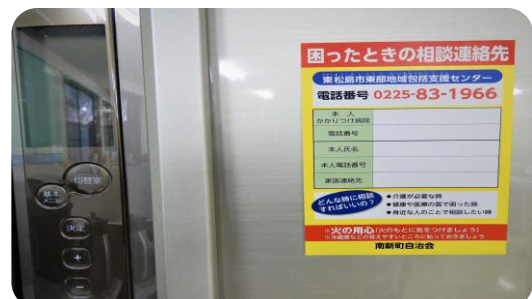
会議では現在高齢者を対象に行っている、百歳体操やサロン活動の状況や、見守り活動、困りごとのお手伝い等について話し合いを行いました。

コロナ禍の中で、やはり大事なことはご近所同士のつながりや、お互いが気に掛けること、そのためには、気軽にあいさつを交わし普段からの声的大事という声があがりました。

そこで自治会では『あかるいあいさつ運動』のチラシや、高齢者が一番心配な緊急時の対応『困ったときの相談連絡先』のカードを作成し全戸に配布しました。今一番必要なことを形にし、地域の皆様に周知できる「南新町自治会」それが地域の強みです。



自治会が作成した
『あかるいあいさつ運動のチラシ』



緊急時の連絡先を記入し、冷蔵庫に貼っておきます

できない事と思うより、
今できることを考えよう!!

だんらんかぞくの活動

市内全域

ひとり親で

頑張っているお父さん、お母さん。

コロナ禍

応援食堂



2018年から「柳北ありあけだんらん食堂」として子ども食堂を開催、たくさんの皆様にお越しいただきました。しかしコロナ感染により、開催が困難になりました。そこで2020年12月より大変な状況下にある一人親世帯、困窮世帯に目を向け、毎回25世帯90名程度に状況を見ながら様々な支援提供をする活動を続けております。



バレンタインメニュー



会食、お弁当も困難になり支援品を
詰め合わせたサポートボックス提供



会食が困難なためお弁当提供



ゆずリン
コーナー

活動にご賛同いただいた各企業さん、農家さん、商店さんなど個人の皆さん方からもたくさんのご支援があり、無駄にすることなく利用させていただいております。利用者さん、スタッフも感謝の気持ちでいっぱいです。

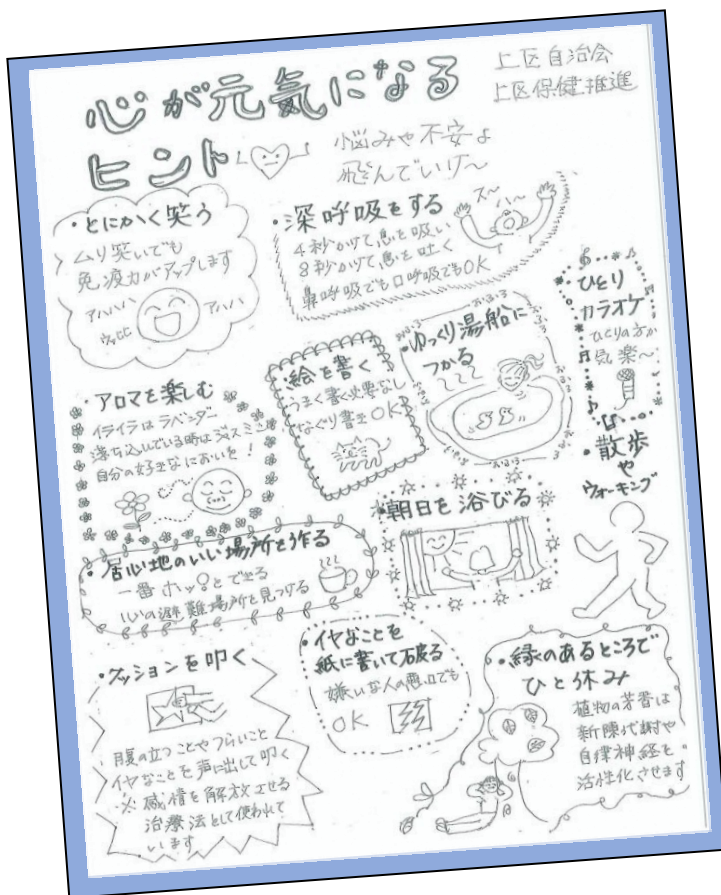
今後も、状況に合わせた活動を続けてまいります。そして一日も早く食堂が再開できることを願うばかりです。

赤井地域 保健推進員活動

地区自治会の中に保健推進員が配置されています。保健推進員は保健(推進)を担当し、地域住民の健康づくりをサポートする役割を担います。主な活動として健康教室や健康相談の開催や、健康づくり活動に関する情報提供を行います。

上区自治会保健推進員の活動紹介

下記のチラシは、昨年上区自治会の保健推進員さんが地域に配布したものです。『心が元気になるヒント』や『干支にちなんだ健康づくり』のポイントを、手作りの可愛いイラストで表現しています。今年の干支寅年の健康ポイントは『もっと食バタイガー… 食べすぎ注意!』です。



中区自治会 保健推進員活動の紹介



平成 31 年 3 月 25 日 中区地区センター

平成 31 年 3 月 保健推進員さんが中心となり「健康栄養 料理教室」が行われました。40～70 歳代の幅広い年齢層の方々が参加され、久しぶりに会話ができたと喜んでいただきました。参加者の皆様は、美味しい料理を頂きながらリフレッシュされたようです。

この料理教室は味の素ファンデーションが、被災地の地域コミュニティや住民の方々のつながりを復活するために、震災後から支援している※「ふれあいの赤いエプロンプロジェクト事業」を活用させていただきました。

(※ 現在、味の素ファンデーションでは地域の自主活動支援を行っています。)

南西地区保健推進員活動の紹介

健康ワンポイント情報を健康づくりにお役立て！！



コロナ禍で各種イベントが実施できない中、家庭でできる健康づくりのワンポイント情報をチラシでお知らせしました。内容は

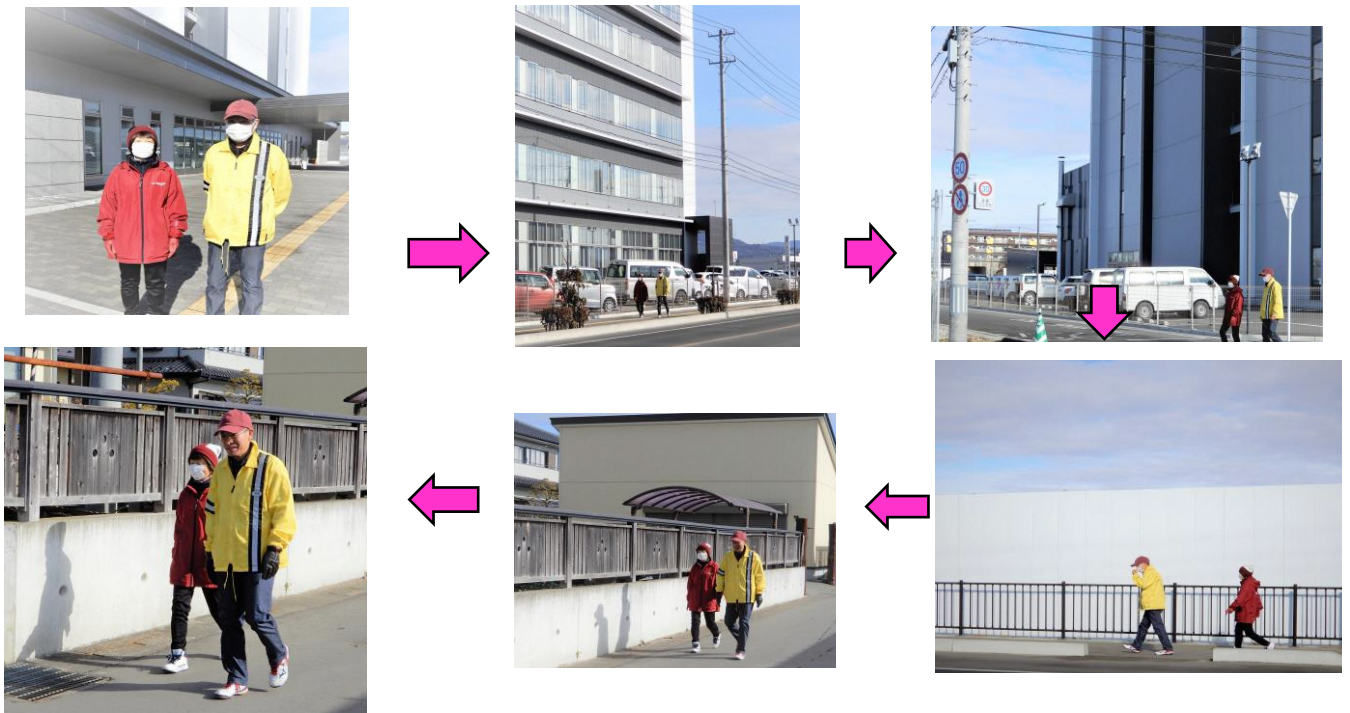
- ① 健康推進課からのお知らせ
- ② お酒と上手に付き合う方法
- ③ 免疫力を食事で高めよう！

です。一人でも多くの住民の目にとまり、健康づくりのきっかけになればと考えています。

配布後、献血への協力にもつながりました。

「支え合い」・「誘い合い」 歩け歩けで健康づくり!!

街中で「歩け歩け」や「ジョギング」をしている方を多く見かけるようになりました。今回は、歩け歩け(30~40分位)を5年前から日課として取り入れている、南西地区の菊池芳治さん^{よしはる}美秋さん^{みあき}ご夫婦をご紹介します。



「本日は晴天なり」撮影当日は石巻合同庁舎前から取材させていただきました。
質問形式でお答えいただきました。

- Q:** 歩く時間は決まっているのですか？
A: その日その日によって変わります。時間・距離・コースはその日のコンディションによって決めています。
- Q:** 歩け歩けが長続きする秘訣は何ですか？
A: 二人で歩くことによって続けられたかな～。誰かと一緒にやると、継続できますね。それから、無理しない、義務化しないことかな～。ペースは相手に合わせる。支え合い・誘い合いが大事ですね

(インタビューは和幸会百歳体操の会 会場にて)



赤井の「学びたい・つながりたい」の応援団

赤井市民センター

“オラが古里赤井はひとつ”を胸に刻んで！

赤井市民センターは、赤井のまちづくりの拠点として、住民の皆様への生涯学習・住民交流の場をつくっています。

高齢化の今、平成30年から、まちづくりの一環として『赤井はひとつ おせっ会』の活動支援を開始し、主に「地域支え合い活動」の啓発に力を入れています。

私たちは、赤井の皆様と共に、生涯学習や交流活動で心身ともに健康な身体を作り、ご近所同士が「**気にかける・たすけあえる**」関係づくりができるよう事業を進めています。



赤井の ひなまつり

新型コロナウイルス感染症の広がりで、私たちの生活は大きく変わりました。さみしい思いをされている赤井の皆様に、少し早い春をお届けし、心を温かくしてもらおうと、『赤井のひなまつり』を開催しました。
(2月4日～3月3日まで赤井市民センターにて)



市内20名の作品およそ100点が、来場者に春をお届けしました。

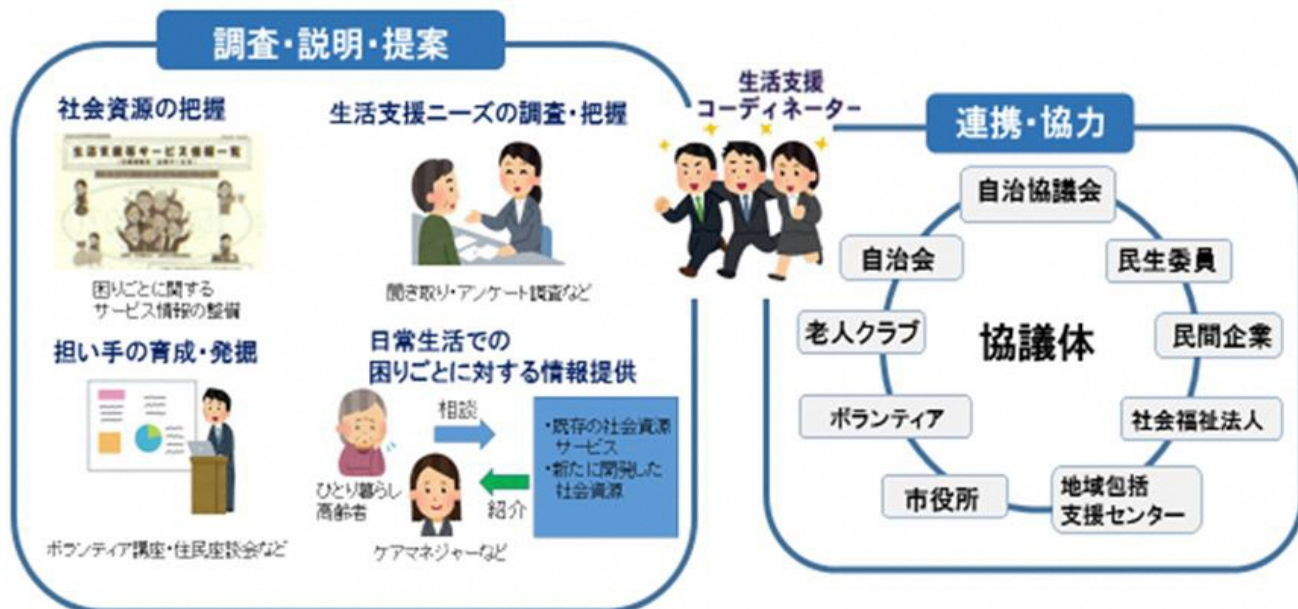


“気にかける”から始まった「赤井のひなまつり」は、新型コロナウイルスの広がりの中でも、友人や家族を誘い合う「きっかけづくり」や「心の癒し」を届けることができました。赤井市民センターは、今後も『地域支えあい活動』を進めてまいります。

東松島市における生活支援体制整備事業

東松島市社会福祉協議会では、東松島市より「生活支援体制整備事業」を受託し、市全域に1名、日常生活圏域に2名、計3名の生活支援コーディネーターを配置し、下記の様な活動をしながら、**地域のみなさんと一緒に福祉での地域づくりを進めています。**

生活支援コーディネーターの具体的な活動



生活支援コーディネーターが地域の皆様と取り組んでいる活動

- ・通いの場づくり**
介護予防や顔なじみの関係ができるように運動や体操、会食・お茶会、おしゃべりなど趣味や関心に合わせて地域のみなさんが気軽に集まれる場所をつくります。
- ・話し合いの場づくり**
地域にどのような課題があるのか、情報交換や、解決するためには何が必要なのかなど話し合いができる場をつくり、地域で助け合い・支え合いができるような仕組みを考えていきます。
- ・地域での見守り活動の推進**
高齢者の異変に早期に気付き、必要な支援につながる体制をつくりいつまでも地域で安心した生活が送れる仕組みをつくります。
- ・「ちょっとした困りごと」への対応創出**
介護保険の対象にならない、ちょっとした困りごとに対応できる体制を整え、安心した生活が送れる仕組みをつくります。

支え合いの地域づくりについて、生活支援コーディネーターに
お気軽にお問合せ下さい！

赤井地域第 2 層協議体

“赤井はひとつ～おせっ会～”名簿

氏 名	地 区 (所 属)
山崎 惠章	上区自治会
村上 超子	上区自治会
薄井 秀弘	下区自治会
吉田 悦子	南西地区自治会
菅原 洋子	南西地区自治会
千葉 修一	南西地区自治会
樋口 とし子	南西地区自治会
及川 順子	南新町自治会
齋藤 あや子	柳区自治会
昆野 美津子	柳北自治会
土井 孝博	社会福祉法人 東松島福祉会 やもと赤井の里
古山 静子	グループホーム 日和
須田 雅丈	社会福祉法人 慶和会 花いちもんめ
渡邊 和恵	赤井市民センター
菅野又 裕恵	赤井市民センター
本田 栄子	社会福祉法人 東松島市社会福祉協議会

令和4年3月31日現在【敬称略】

赤井はひとつ ～おせっ会～ あいうえお作文

あ したのことは分からない	お 茶っこ一緒に飲むがすべ
か いごされるか分からない	せ っかくだからみんなして
い ろいろ思って暗くなる	つ ながりつきあいしてみだら
は もガタガタで	か らだも心も軽くなり
ひ ざも痛で	い つまでも元気で楽しく暮らせるね
と しはとりだくないもんだ～	
つ かれだな～と思ったら	

平成31年2月「赤井まちづくり day」で紹介

制作： 赤井地域第2層協議体
“赤井はひとつ～おせっ会～”

協力： 赤井地区自治協議会
社会福祉法人 東松島市社会福祉協議会

令和4年3月発行

【事例集のお問い合わせ】

社会福祉法人 東松島市社会福祉協議会 地域福祉課

〒981-0503 東松島市矢本字大溜 9-1(被災者サポートセンター内)

電話 0225-83-5001 FAX0225-82-9813