

# きほく ささえ愛 便り

発行日:令和5年2月1日

発行元:紀北町社会福祉協議会

これってすごく  
大切!

## 人とのつながりが続き、 ちょっとした困りごとをお互いさまの関係で支え合うこと

生活の情報の交換をしながら  
お互いを気にかけて合う



「喫茶店でのおしゃべり」  
「井戸端会議」など

健康づくりや介護予防をしながら  
気にかけて合い、見守り合い



「近所の散歩」「ラジオ体操」  
など

ちょっとした困り事を  
お互いさまの関係で  
支え合う

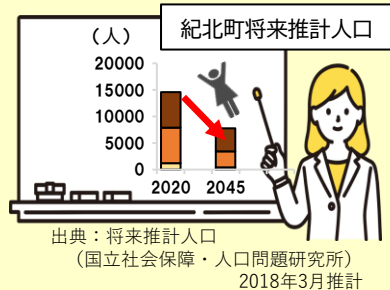


「ゴミ出しのお手伝い」など

普段から気楽に無理なく楽しく続けている活動こそが

いつまでも安心して自分らしく暮らし続けるために気軽にできる「お互いさまの活動」です

今後、人口減少や高齢化が進むなかで支え手が減少することが予想されます。  
住み慣れた地域で安心して暮らし続けるために



気にかけて合う・見守り合う・支え合う ことを

これからも続けながら 「お互いさまの地域づくり」 を一緒に考えていきましょう。

地域支え合い推進員に教えてください!



地域支え合い推進員

- ◆すでに地域のみなさんがされている大切な「お互いさまの活動」
- ◆地域でのふだんの暮らし

地域支え合い推進員(生活支援コーディネーター)は紀北町社会福祉協議会に配置されています。

私たちは、「お互いさまの地域づくり」を住民や地域包括支援センター・行政等と一緒に  
推進する専門職です。

地域の一員として地域の事を知り、地域に合った「お互いさまの地域づくり」を応援していきます。



# 「お互いさまの地域づくり」のために

助け合い・支え合いを実践し、活躍する姿を紹介します



## 引本浦地区ボランティアグループ 「さわやかさん」

### 「さわやかさん」の成り立ち&活動内容

プラス

さわやかさんは婦人会が解散になったのを機に「自分らが楽しい！十引本浦地区の人のために何かしたい」と平成27年に結成されました。

引本浦地区内で行われるイベントでの食事提供やお墓や神社の清掃、花壇の手入れなどに取り組みられています。また、かご作り等、地域内で寄り合う場を企画されています。

令和4年11月27日“さわやかさん食堂”開催  
きっかけは地域のシンボルである引本小学校の閉校

次回は2/19(日)  
長浜集会所で開催予定

“さわやかさん食堂”開催のきっかけは引本小学校が令和元年3月に閉校し、「地域の絆を深めるまちづくりの輪を広げたい」という思いからでした。そんな中、三重紀北町 海・山こだわり市で関わりのあった山口剛史さんから町の「地域づくり活動支援事業補助金」の存在を知りました。

そこで、令和元年からメンバーと山口さんで話し合い、地域のお店が閉まっている日曜日に特技の料理を活かした食事を提供して、地域の人に喜んでもらおうと試行錯誤を繰り返し「さわやかさん食堂」を開催しました。

当日は、参加者の送迎、調理場から食事場所まで料理を運んでくれる地域の協力者がいました。

さわやかさん食堂を終え、メンバーからは「おいしい！またしてほしい！という声が聞けみんなで頑張った甲斐があった」「次はもっとお客さんと触れ合う機会がほしい」と次回に向けて改善点を話し合いました。



さわやかさん食堂で  
みんなと久しぶりに  
話ができよかったよ

さわやかさん食堂  
アンケートより

### 若い世代が将来自分たちの行く道を作っておきたい！



地域の買い物弱者や高齢男性の引きこもりなどの課題を、さわやかさんと一緒に考えていき将来的には協力してくれる仲間が増えれば嬉しいです。

やまぐち たけふみ  
山口 剛史さん 三重紀北町 海・山こだわり市実行委員長

### 「さわやかさん」のモットー “入ったからには楽しく”

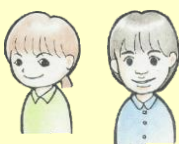
「さわやかさん」代表の鈴木誉見子さんは「料理・手芸・場の盛り上げ役などメンバーそれぞれの特技をいかし、楽しみながら活動しています」と教えてくれました。



会員  
募集中

「さわやかさん」では一緒に活動してくれる仲間を募集しています！

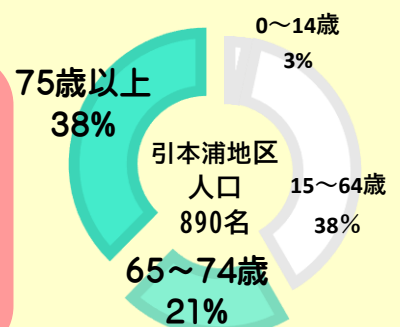
「無理なく、できる時に、できることを♪」お話ししながら楽しく活動してみませんか



地域支え合い  
推進員の気づき

人口減少や高齢化が進み、地域のつながりが薄れる中、「自分たちの地域で何かしたい！」と活動していることが地域を気にかけて、支え合うことにつながっていると感じました。

また、同じ思いを持つ仲間と話し合い、協力することで、新しい取り組みが始まり、人をつなぐ助け合いの輪が広がっています。



令和4年3月末現在