

朝陽地区

☆生活支援体制(支え合うまちづくり)☆

「ささえ 愛 あさひ通信」

「支え合い通信」から
名前が変わりました

第10

発行日:平成30年11月1日 発行者:朝陽地区住民自治協議会 支え合うまちづくり協議体「ささえ愛あさひ」

「ささえ愛あさひ」では、子どもから高齢者まで、私たちが安心して充実した日々を送れる朝陽地区をめざして、月に一度集まって、自由な視点で、わいわいがやがやと話し合っています。9月9日(日)に第5回目を開催したので、その内容を少しご紹介します。

★今、「ささえ愛あさひ」では、楽しい「居場所づくり」について考えています。

今回は、8月27日に視察した上田市の先進事例の報告と各区での取り組みの発表を聴いた後、ワークショップをしました。



進行は須田サブリーダー！

●上田市視察研修の報告（詳しくはまたいつかご紹介します！）

8月27日(月)、ワンコインサロン、あつたか空間きらり、丸子珈琲俱楽部を訪問しました。ワンコインサロン…ふれあいボランティア会が、空き店舗を利用して、毎週火曜日と木曜日に、高齢者の集いの場を開設。午前中は女性が多く、利用料500円でお昼を食べ、おしゃべり♪午後は、男性が多く、カラオケ大会♪誰でも利用可能で、上田市以外からも来て楽しんでいる。あつたか空間きらり…まるこ福祉会とボランティアグループあつたかい輪が、サロンと障害者就労支援のパン工房「ぐらんまるしぇ」を運営。スーパーの跡地をまるこ福祉会が取得し、特別養護老人ホームや障害者グループホームなども併設し、施設入所者や一般の人が交流できるスペースとなっている。自由に来て、珈琲や食事をとりながら、楽しい会話、宿題、手作業が出来るほか、講演会や趣味教室などを開催。

丸子珈琲俱楽部…毎月1回、ボランティアセンターに珈琲サロンさざなみをオープン！来客者に珈琲を提供、交流している。時には出張依頼も！俱楽部のメンバーは男性のみ。社協の講座で丸山珈琲のプロのバリスタから珈琲の淹れ方を学んだのがきっかけ。黒いバリスタエプロン姿で、楽しみながら、珈琲を提供。高齢男性の社会参加となっている。



●石渡区「石渡元気はつらつ俱楽部」

毎週月曜日の午前10時から11時半まで、公民館で、はつらつ体操をしている。昨年、福祉推進員が、朝陽きらきら体操に参加したのがきっかけ。市の体験講座を受講し、昨年の9月25日に第1回目を開催。会員登録は約40名。毎回、20名以上が参加し、男性は3分の1。会費は無料。健康推進員と福祉推進員が中心となり、当番制で運営。内容は、筋トレや足腰の運動のあと、脳トレなどで脳の活性化をしている。

また、交流を深めるため、はつらつ体操終了後に、ミニサロン(お茶会)を開催。お茶のみサロンとは別に、年9回開催。はつらつ体操参加者だけではなく、回覧により一般の参加者も募集。



●北堀区「オレンジカフェ北堀」

第4土曜日の午前10時から正午まで、公民館で、認知症の方は勿論、どなたでも参加できる居場所として、今年7月プレオープン！きっかけは、民生委員、包括、元市社協職員、区定期総会での提案による。土曜日開催は、小学生や中学生の居場所になったり、中学生や高校生のボランティア参加を見込める。運営はスタッフ全員で実施。7月プレオープンでは住民が手品を披露。9月は南京玉簾。10月本オープン。



●南堀区「協議体をつくりましょう！」

7月31日、大澤区長の呼びかけで協議体の設置について話し合い。参加者は、区長、区長代理、民生委員、社協理事、福祉推進支部長の現職と前職、住自協の近藤コーディネーター。

形式的な協議体とはしない。西部、中部、東部の連携のためのサポート隊の設置。40代、50代、貸家の住民の取り込み。支え合いの対象は子供や障害者を含めすべての住民。防災マップづくりから近所の絆づくりへ。雪かき隊の編成。家族と同居の高齢者にも悩みあり。近所だからこそ知られたくないことあり。認知症の方への対応は丁寧に。などの意見が出た。

今後も、南堀区が住みよいまちになるよう話し合いを重ねていく。



●桜新町区「桜の会」

第1・3金曜日、第2・4木曜日に、公民館で手先を使った物作りをしている。物作り終了後、持ち寄った料理でお茶会。テーブルには料理がずらつと並ぶ。これが楽しみ！元民生委員を中心で、毎回、15～16名参加。全て女性。仲間で旅行や食事に行くことも。物作りは脳トレになる。

作ったものは、9月芸能発表会で展示。コースター、壁飾り、人形など。来場者には作った爪楊枝入れをプレゼントし、好評。講演を聴くより、みんなで教え合って過ごす時間がとても良い。

●「朝陽きらきら体操クラブ」

毎週月曜日午前10時～12時、朝陽支所2階集会室か朝陽公民館2階講義室で、はつらつ体操、朝陽手のひら体操、脳トレをやっている。

きっかけは、介護予防講演会に感銘を受けたことと、傾聴ボランティア「えがおの会」のメンバーがますます元気になること。市のはつらつ体操講習を受講した14名で、昨年4月スタート。会員数は、男性3名、女性28名、計31名。常時20名以上が参加。介護保険制度改革改正でデイサービスからきらきら体操に移ってきた人もいる。当番制で運営。入会金100円で必要な物を購入。ただし、市立公民館のため、お茶会が出来ないので、昨年はカラオケ、今年はレストランでの食事会で交流。



●「まんぷく食堂」

育児中の主婦2人が中心となって開催。育児中のお母さんとお子さんが集まって食事をしながら交流。昨年の7月に初開催し、先日、一周年記念パーティーを開催。三陽中学校の先生や生徒のみなさんにも参加いただき、子どもたちは大喜びでキヤッチボールやカードゲームを楽しんだ。

朝陽団地が会場のときは、おかずを一品ずつ持ち寄って開催。場所代がかかるので参加費は一世帯100円。

公会堂が会場のときは、場所代がかからないので、味噌汁代として参加費大人100円。近所の高齢男性を初め多くの方に来てほしいため、おかずの持ち寄りではなく、コンビニおにぎりを持参すればOKとした。今回は、工作、読み聞かせ、カードゲームなどを予定。前回は、子どもが遊ぶときの安全面で問題があったので、今回はそれを改善。少しづつ課題を解決しながら進めている。主婦がやっているので、長く楽に続けられることが大事。公会堂でも定期的にやっていきたいので、ご協力をお願いします。先ずは、まんぷく食堂にお越しください！

【連絡先】 朝陽地区住民自治協議会 生活支援コーディネーター（地域福祉ワーカー）

〒381-0014 長野市大字北尾張部226-9 電話/FAX: 213-6170

E-mail: j-asahi1906@orion.ocn.ne.jp ホームページ: <http://asahi-jk.jp>