

かしば 第3号 つながる通信

つながりが続く、広がる、かしばの活動

発行元 香芝市介護福祉課／香芝市社会福祉協議会

〒639-0251 奈良県香芝市逢坂一丁目374番地1
(香芝市総合福祉センター内)かしばし社協HP <https://ka-shakyo.or.jp>

☎ 0745-76-7107 ✉ info@ka-shakyo.or.jp

たけのもりさろん 竹の杜茶論

平成24年から実施していた関屋桜が丘ふれあい・いきいきサロンを発展させる形で、平成30年8月に地域福祉推進委員会「竹の杜茶論」を設立。空き家をリノベーションした「竹の杜」を拠点として、様々な地域福祉活動を展開。近隣地域へも活動の輪を広げている。

ちよつとした

困りごとのお手伝い

生活支援サービサー

「高齢者が多い地域。何か困っていることがあるんじゃないか。」と課題感を持ったボランティアが、「自分たちでできることをしよう!」と令和元年度から話し合いが始まりました。

地域内のニーズ及びボランティア希望者を把握するため、全戸アンケート調査を実施。結果は、庭木の手入れ、買い物や通院支援などのニーズが高いことがわかりました。話し合いを重ね、令和2年度より高齢者・障がい者・産前産後の家庭などを対象に、ワンコインでの生活支援サービスを始めました。内容は、介護保険などの公的サービスを利用できないものが原則です。

あえて有償でボランティアを実施

「利用者が気を遣わないように、またサービスを長期継続できるように仕組みづくりとして、有償でのボランティアとなっています。」と竹の杜茶論代表の日比照康さんは話します。30分500円、1時間800円を基準として、個別ニーズに合わせた支援をおこないます。

〈利用者Aさんの声〉

ボランティアと知り合いだったことをきっかけに生活支援サービスを知り、自分では手入れができなくなった庭の草木の剪定をお願いしました。

〇リピーターになるほどの魅力

「単に業者に依頼するのとは違い、相手のことを考えた声かけや提案をしてくれるのが大きな魅力。」とAさんは話します。ボランティアの気配りや思いやりに触れ、その後も下水の

処理や電球の交換、障子の貼り替えなど困ったときには気軽に利用しています。

〇利用してよかったと思うこと

コロナ禍で人と会う機会が減り、子どもたちも遠方において、一人暮らしが寂しいと感じていたAさん。困ったときに助けてくれる存在ができたこと、気軽に相談できる相手があったことで、生活の安心につながりました。

〇自分にとっての刺激にも

同年代のボランティアが活発に活動しているのを見て、同じことができなくても自分のできるお手伝いをしよう、とご近所のお手伝いをするようになりました。「ボランティアさんに元気をもらい、自分自身の刺激にもなっています。」と活き活きとした表情で話します。

〇有償サービスは利用しやすい仕組み

「無償では遠慮して次に頼めなくなってしまう。」と有償であることが、利用のしやすさにつながり、利用者が気を遣わない仕組みになっています。利用しやすい金額設定になっていることも、つながり続けるきっかけになっており、「一度で終わらずに何度も相談ができるのはありがたい。」と喜んでいきます。

ボランティアの思い

「日曜大工が趣味で、好きなことで人の役に立てるなら、と思って楽し

んでやっています。」とボランティアの神谷坂男さんは話します。依頼を受けて訪問し支援をしていると、「ここも心配だな。」と思うところが出てくると言います。おせっかいと思いがくくても、気になったことは声をかけるようにしているそうです。「相手が喜んでくれることが自分の喜び。ありがとうと言われるとやっぱり嬉しい。これから元気な限り楽しくボランティアを続けたい。」と活気あふれた表情を見せます。



▲Aさん宅の木の剪定をする日比代表(左)と神谷さん(右)

ポイント!

- お互いに気を遣わない仕組みづくりがgood!
- 困りごとに関わりながら思いやりがプラスされ、つながりが深まっている。

利用者から活動者へ

子育てサロン

今では子育てサロンの中心的活動者である村上夏子さんも、かつては生活支援サービスの利用者でした。二人目を出産後、近くに頼れる親族

がおらず困っていたとき、上の子の保育園の送迎で生活支援サービスを利用しました。産後落ち着いた頃、「一緒に子育ての活動をしない？」と誘ってもらったのをきっかけに子育てサロンが誕生しました。



地域に居場所があること

当時、お母さん自身も「誰かとながりたい。」という思いがありました。歩いて行ける場所公園がないことは子育て世帯にとって課題の一つだったと言います。竹の杜の場所は知っていても、どんな場所かわからず入っていないのかな…と悩んでいました。ボランティアから「公園だと思っただけでもおいで。」と声をかけてもらったことでよく遊びに行くようになりました。今では「竹の杜に行けば誰かいるかな。」と気軽に遊びに行ける地域の居場所になったと言います。地域の中で子どもたちが遊べる場所があることで、安心につながっています。

子育てサロンは、未就学児童とそ



▲ボランティアと仲良く手をつなぐ地域の子ども

の保護者との交流を図るため、概ね月に一度開催しています。竹の杜の庭でボランティアが制作した遊具で遊んだり、季節に合った遊びをしたりと親子で楽しんでいます。お母さんたちだけの負担にならないよう、高齢者のボランティアが場所の設営などのお手伝いをしています。



「コロナだからこそつながろう」

感染者数が増えるなど状況により中止・縮小することもありますが、コロナで孤独感を感じる今だからこそ「つながろう、できることをやろう！」という思いで活動を続けています。

「ボランティアさんたちがいろいろな準備をしてくれて、私たちが活動できています。地域を歩いていて声をかけられると怖いと感じてしまうような時代だけど、この地域では子どもたちも地域のボランティアさんに慣れていて、声をかけてもらったり、

名前を覚えてもらったりしていることが嬉しい。」と話します。子育てサロンを通じて世代を超えた絆が芽生え、安心感が生まれています。
ポイント!
● コロナ禍でもできることに目を向けて世代を超えて楽しむ。
● 気軽に声をかけ合って、地域で風通しの良い居場所をつくる。

音楽活動を通じたつながり

杜のバンド

毎朝竹の杜でおこなわれるラジオ体操後のお茶会で「バンドやろうか。」の声かけで令和2年6月から始まった「杜のバンド」。素人からプロまで12人のメンバーで、ピアノやギター、オカリナ、マンドリン等さまざまな楽器を演奏します。「思い出の詰まった曲を練習するなかで交流が深まっている。」と発起人の一人である村田道雄さんは話します。コロナ禍で旅行や外出が制限されるなか、身近な地域で趣味を共有・披露できる場所があることは、笑顔と活力を育むきっかけになっています。



▲竹の杜お月見会での演奏風景

西地域包括支援センターからのお知らせ

脳の若返り教室

わくわく楽来る

ストレッチや脳トレ体操によって体のリフレッシュと脳の活性化を図る目的で自宅でもできる運動や道具を使つての運動等、毎月違う内容で開催中です。



わくわく楽来る
～脳の若返り教室～
毎週開催
毎週開催
運動ものまね
リズム運動
など
手は「第2の顔」と言われており、手や指先をしっかりと動かして脳を活性化!
主催:香芝市西地域包括支援センター

ご参加お待ちしております!

【対象】市内在住で概ね65歳以上のかた

【場所】香芝市 総合福祉センター

※詳細は、香芝市広報 お知らせ版をご覧ください

【申し込み・問い合わせ先】

香芝市

西地域包括支援センター

〒639-0256

香芝市高山台三丁目1-3

TEL 0745-71-3201



つながる通信

全国の事例はこちらからご覧ください。

発行元

「つながりを切らない」情報・交流ネットワーク

HPアドレス: <https://www.t-net.online/>