どうもね！が響き合うまち 石巻

こねっと Vol.7

買い物支援の1コマ

今、考える支え合いのカタチとは

●支え合う地域づくりの現場から
●地域の魅力にふれる：じぃばぁいーっす！

こねっと、とは…「こねる」と「ネットワーク」（つながり）を組み合わせた造語で、地域が混ざり合うことでたくさんのつながりが生まれるようにとの想いが込められています。こねっとでは、市内の「支え合い情報」や「生活支援情報」のほか、地域のみなさんの頑張りを発信していきます♪

石巻市生活支援体制整備事業

今、考える支え合いの力タチとは

自分の事として地域を考える。活動を通じて地域を支えたい！
〝今を支える人たち〟は何を想い、どんな活動をしているのか伺いました。

暮らしをちょっぴりお手伝い！
こ～ぷくらしの助け合いの会

❶20年前に自分の子育てに苦労した経験から、育児支援に共感し、助け合いの会に参加しました。当時は家事代行のような印象でしたが、石巻でこの活動があることに感動しました。
❷家事代行、育児ヘルパーなど様々です。目や耳が不自由な方の通院同行で、一人では大変な方がいることを知りました。また利用者さんの体調や気分によって、いつも通りの反応が返ってこないこともあり、落ち込んでしまうこともあります。でも、同行後に利用者さんが「今日はよかった」と笑う姿に、やってよかったと嬉しくなります。
❸助け合いの活動を通じて、社会との小さな接点が持てると嬉しいですよ。また、人との触れ合いの中で、共感や喜びを分かち合える瞬間があります。私も今、できることを少しずつ続けているだけです。

質問
❶始めたきっかけは？
❷活動の内容は？
❸未来の担い手に一言！

自立した日常生活の支援！
石巻市軽度生活援助訪問型サービス

❶子どもと一緒でも活動できると知り、小さな子がいても役に立てると思い、研修を受けて参加を決めました。
❷子どもと一緒に買い物支援をしています。
❸子どもを連れて利用者様宅を訪れると、「元気になる」と喜ばれ、来るのを楽しみにしてくれます。一緒に成長を見守ってもらい、私も嬉しくなります。

地域のお出かけ支援！
カーシェア会

❶大型免許を持ち運転が大好きな私は、震災後からカーシェア会に興味がありました。仕事が落ち着いた2年前、思い切って連絡したことが参加のきっかけです。
❷ボランティアドライバーとして、お出かけツアーやお買い物ツアーをしています。最近は、ミステリーツアーなどの企画も提案し、アイディア出しも楽しんでいます。
❸利用者の皆さんが買い物ツアー後に元気にカレーを食べる姿に、私はいつも力をもらいます。「私も頑張らなくちゃ」と思えますし、将来自分が助けてもらう時のために、今お手伝いしていることが生きがいです。

得意な分野を活かして活躍！
シルバー人材センター

❶11年前、仮設住宅で会員の方々が除草作業に励む姿を見て感動し、私も入会を決めました。以来11年間、仲間と共に楽しみながら仕事に取り組んでいます。
❷除草作業や農家さんの手伝い（農作業）など、その他に週2回清掃の仕事もしています。
❸知識も経験もないまま入会した私ですが、続けてこられました。職種にこだわらず挑戦してみてください。人との出会いも多く、案外楽しいですよ。

誰かのために得意な運転を活かす！
移動支援 Rera

❶約50年続けたスポーツ少年団が解散し、空いた時間の活用を考えていました。同級生がいたこともあり、気になっていた移動支援レラに相談したのが始まりです。
❷午後から仕事がある日は、朝7時から10時ごろまで活動しています。団体の車で利用者を送迎し、乗り降りの手伝いや会話を通じた見守りも大切な役割です。
❸自分の都合に合わせた短い時間でも、誰かの役に立てる喜びがあります。たくさんの方に感謝されるこの活動、皆さんもぜひ始めてみてください。

生活支援コーディネーターとは

生活支援コーディネーター（SC）は、高齢になっても、住み慣れた地域で暮らすことができる地域づくりをしています。また、専門職と連携して、要介護状態にならないよう「介護予防」の取り組みもしています。時には、地域住民や専門職との話し合いの場づくり、担い手の養成などにも取り組んでいます。そのために地域に出向き、老若男女、たくさんの方々とつながることを大切にしています。私たちを知ってもらうことで、「あの人（コーディネーター）に相談してみよう、聞いてもらおう」と思ってもらうことを大切にし、絶賛活動中です！

相談先はココ！

あなたのお住いの地域におりますので、誰に相談して良いかわからないときや近くの知り合いにも聞きにくいときなど、どんな些細なことでも、私たちにご相談ください。また、記事を読んで「何かしてみたい」「相談してみようかな」と思ったら気軽にご連絡ください。

お問い合わせ
社会福祉法人
石巻市社会福祉協議会
地域福祉課
〒986-0825 石巻市穀町15番2号
石巻市ささえあいセンター３階
TEL0225-24-8509
FAX0225-96-5223
csc.sc@ishinomaki-shakyo.or.jp

支え合う地域づくりの現場から

地域での困りごとや地域課題を共有し、
支え合いの仕組み作りに奮闘する
“協議体の今”をお届けします。

河南地区 第２層協議体　河南地域 ささえあい会議

暮らし続けていくための『地域を知る』を大事に

「住んでいても知らないことって地域にたくさんあるよね」という声から、地域にどんな福祉施設やサービスがあるのかを知るために『大人の社会見学』と称し、高齢者複合施設を視察。メンバーからは「入所しても、最後まで自分の希望に沿った生活ができることを知って安心した」との声が聞かれました。

その後、メンバー各々が地域のサロンなどで話題として、視察の様子を伝えています。また、これまで話し合ってきた地域の実態も踏まえ、施設だけでなくお店の情報や地域ならではのお役立ち情報を共有し、身近なお店が暮らしを支えていることを実感する機会となっています。

担当
コーディネーター
杉浦有紀

稲井地区 第２層協議体　稲井地区 ささえあい会議

あなたの『趣・特・資』活かしてみませんか？

稲井にはいろいろな特技を持っている人がいることを地域に知ってほしい、その方たちに活躍してほしいという想いでメンバーが情報収集に取り組みました。

その得意を活かして生きがいやつながりづくりができたらと、稲井地区の方の趣味・特技・資格を集めた『趣特資ファイル』を作成しました。しめ縄づくりや和太鼓、フラダンスなど登録はさまざま。

また、趣特資ファイルがもっと身近な存在になるよう広報紙を作成し、「ちょっと探しに行ってみようかな」と足を延ばしてみてほしい稲井地区のおすすめスポットの写真なども掲載しています。これからも趣特資ファイルや地域の魅力のPRに力を入れていきます。

担当
コーディネーター
佐々木由布子

じいばあいーっす！

高齢になってもみんなが助け合い一緒に暮らせる社会！
地域の魅力は、そこに住む人々の魅力でもあります。

地域の頼れる名コンビ！

●山下地区　**菅野（かんの）龍三（りゅうぞう）さん（80代）**　写真左　**伊藤（いとう）満（みつる）さん（80代）**　写真右

若かりし日に同じ漁船に乗って以来、55年の仲良し。震災後、「何か役に立ちたい」と毎年4月～10月、早朝からしている北北上運河沿いの草刈りボランティアは、今年で11年目に突入。

「自分たちの健康のために続けている」と話しながらも、散歩中の方に積極的に声を掛け、時には相談に乗り、なんでも話せる相手として地域を見守ってくれています。

子どもたちの安全のため、登校時間の見守り活動や、小学校行事の手伝いもしており、子どもたちからも大人気。「俺らを知らない人はもぐりだ！」と自信満々なお二人は、地域の暮らしを支える、まさに縁の下の力持ち！「人に尽くすのが生きがいなんだ」と息ぴったりでお話してくれました。

（担当コーディネーター　須田彩乃）

笑顔ににじむ地域への想い

●雄勝地区　**杉山（すぎやま）たか子（こ）さん（70代）**

震災後、仮設住宅を訪問する支援員を経験し、「故郷に戻って暮らしたい」という夫に寄り添い、現在は生まれ育った小島地区で民生委員・児童委員として活躍。ダンベル会や認知症カフェのボランティアにも積極的に参加し「家にいるより外で人と触れ合う方が楽しい」と話す杉山さん。

地域の伝統芸能『雄勝音頭』を仲間と一緒にサロン活動や保育園で披露したり、一緒に踊ったりしながら、地域のにぎわいを大切に活動しています。「これからももっと多くの人に、大切な伝統をつないでいきたい」と話す杉山さんの言葉には、地域を想う優しい気持ちを感じました。

（担当コーディネーター　佐藤文博）

発行日：令和7年7月21日