

元気がわら版

社協だより2月号【Vol.106】

「地域の支えあいづくりを 考える集い」開催!!



誰もが住み慣れた地域で安心して暮らすために、地域の支えあいが
必要になっています。 将来の地域展望を描きながら、市民一人ひとりが
“今、何をすべきか”一緒に考え、地域の取り組みのきっかけとして、
広く住民意識を高めていくことを目的としています。

本年度は、この集いを地域ごと(庄原・西城・東城・口和・高野・比和・総
領)で開催しています。

庄原地域 1月26日(日)



総領地域 1月25日(土)



庄原地域自治振興区連絡協議会
会長 藤谷 善久



総領自治振興区
区長 山根 京司

今後の予定(開催日時・会場)

- 高野地域 / 2月23日(日) 10時00分～ 高野福祉保健センター
- 口和地域 / 3月1日(土) 10時00分～ 口和自治振興センター
- 比和地域 / 3月15日(土) 10時00分～ 比和自治振興センター



P1...地域の支えあいづくりを考える集い
P2... // (総領)
P3... // (庄原)
P4...元気報告 庄原・西城・東城・口和

P5...元気報告 高野・比和・総領・里山の工楽知(西城)
P6...よろず相談・協力寄付・義援金
P7...寄付金
P8...地域のものごた(比和)・広告

考える集いを開催しました

総領会場

【二月二十五日(土) 総領自治振興センター】



庄原市
山内自治振興区
地域マネージャー
三上 智道氏

地域の实情にあった 取り組みを

山内自治振興区は、平成二十三年度から「山内おたがいさまネットワーク事業」として取り組んできた。

地域の現状は地域住民が一番理解しているので、見守り活動は自治会長が中心となり、自治会単位で取り組む方がよい。

こうしなければいけないというのではなく、地域の实情に合わせて、漏れる人がないよう、緩やかな見守り活動をしたい。



総領町在住
県立広島大学3年
角 晃平さん

思いをひびかせよう！

総領町は自然が豊かで四季がはっきりしている。人々も笑顔が

あふれ、生き生きとしている。

私が暮らす亀谷地区は、世代を超えた交流が多くあり、毎年十月に、神社の神祇やイベントでの「世界一の餅つき」を住民が協力して行なっている。私も小学生の時から役割を持ち、参加している。地域一体となつて取り組んでおり、若い世代の私たちが受け継いでいきたい。これらの中で共通して言えることは、参加者全員が成功するために思いを一つにして、練習や議論を重ねることで人つながりや信頼関係が築ける。

少子高齢化は避けては通れない。そこで、地域をよくなる三つのポイントを考えて。

①若者の力

高校を卒業すると地元に残る人が少ない。働く場所がないことが少子化や過疎化の要因である。企業を集め合同懇談会や説明会を開催し、若者を引きつける取組みがあればと思う。

②問題を一人ひとりが受け止め、つながりを築く

自治会の催しや交流、ボランティア活動へ参加する。訪問しコミュニケーションをとる。

③住民全体が一つになること

誰かがすればいい問題ではない。住民一人ひとりが考え行動しないといけない。

私は、総領町が大好き！ふる里である総領町の「支えあいづくり」に貢献したい。



庄原市立
総領中学校2年
池口 大輝君(左)
池田 葵さん(中)
横屋 操さん(右)

町づくり＝福祉の充実

私たちは、総合的な学習の時間に一年では総領のことを調べた。二年では福祉について疑似体験や福祉に関する調べ学習を行なった。道徳の時間では、ボランティアをされている方の話を学習した。その学習から「してあげる」という考えではなく、自分の心を開き、自然体で接すること。自分に出来ることをすることで、人として出合い支えあい、共に生きていけばいいことを学んだ。誰もが住みやす

い町づくりを行ってほしい。福祉の内容も充実してほしいと思う。福祉の問題は、町づくりの問題と切り離しては考えられない。魅力ある町にして、働ける場所を増やし、若者も高齢者も一緒に生活できる町づくりをしてほしい。

高校卒業後は、総領町を離れてしまいかもれないが、私たちのふる里は総領町。

将来、帰って来なくなるような総領町にするため、そして自分たちの町をより住みやすい町にするため、身近なことからはじめ、福祉の町づくりについて考えていこうと思う。



地域の支えあいづくりを考

庄原会場（二月二十六日（日）庄原市ふれあいセンター）



(社福)庄原市
社会福祉協議会
会 長
山内 文雄

庄原の福祉はどうなる！

庄原の現状と喫緊の課題、安心して暮らし続けられる庄原にこれから必要なことなど、支えあいの重要性和個人の生き方について、参加者へ問いかけました。



庄原市
高齢者福祉課
課 長
瀧口 明弘氏

庄原市の 地域包括ケアとは？

地域包括ケアは、介護が必要になっても、住み慣れた地域で自分らしい生活を人生最後まで続けることができるよう、住まい・生活支援・医療・介護・予防が一体的に提供されること。

まずは、自分でできること（自助）をがんばっていただき、地域ではお互いに支えあっていること（互助）が大切。



庄原市
山内自治振興区
区 長
市川 基矩もとりのり氏

自分達ができる 地域での気にかかけあい 支えあい

平成二十三年度より、「山内おたがいさまネット」に、取り組んでいる。

昔のように、人と人の繋がりが希薄になっていて、一人暮らし高齢者は寂しさを感じている。その中で、住民が安心して住み続けられるように、自治会長を中心に各団体や近所同士が見守り合う仕組み作りが目的。今後、住民一人ひとりが知恵を出し合い、「自分達の地域は、自分達で作り、自分達で守る」ことをモットーに住民一丸となって地域作りを考え実行していきたい。



広島県立
庄原実業高等学校
生活科学科2年
北川 恵 さん

私にもできる 地域の見守りから

自分のお母さんが普段の生活の中で近所のお年寄りの方を見守っていた。私も、できることから始めようと考えた時、出会う人へ挨拶をすることを心がけた。「今度は私の番私が幼い時に、地域の皆さんが私に声をかけ、見守ってくれたように、見守り活動をしていきたい。」



広島県立
庄原実業高等学校
生活科学科2年
森原 真代さん

つながる地域をめざして

昔は、ひとりで留守番をしていたり、近所の方が声を掛けてくださっていた。しかし、今はそのようなことも少なくなり、人と人とのつながりが希薄になっていいると感じる。地域の行事や集まりをとおし、お互いを知ることによって昔のよう

な人つながりを取り戻したい。そのつながりを広げ、人つながりがある豊かな地域をめざしたい。ここ庄原で、自分もその人つながりを支える大人になりたい。「私は庄原が大好きです」



広島県立庄原実業高等学校
生活科学科3年
山田 琴花ことか さん(左)
森川 稚菜わかな さん(中)
長谷川 楨まさ さん(右)

認知症サポーターになろう

学校の授業で、認知症について学習し、認知症の方へ何か出来ることはないかと考え、福祉施設の協力を得て、「昔の思い出カルタ」を作成した。このカルタを通じ、高齢者の方と交流することができ、自分達にもできることはあるとわかった。進学のため、一時庄原の地を離れるが、また戻ってきて、みんなで協力し合い、それぞれができることで地域へ貢献していきたい。

庄原地域センター

0824-72-7120



おたがいさんじゃけえ～

東おたがいさまネット(東自治振興区)では、各自治会で“さり気ない見守り”を必要とされる方(対象者)の見直しを定期的に行っています。

七塚東自治会では、活動者・対象者どちらもが、互いに気にかけるのだからと、両者を“おたがいさん”と呼んでいます。先日行われた、“七塚東おたがいさん交流研修会”では、自治会長・民生児童委員・老人会・包括支援センター・市社協など関係者が集い、活動の

状況確認と意見交換を行いました。「活動をするうちに、普段から地域の方のことを考えるようになった。数日見かけないと気になって仕方ない」「活動が始まり話す機会が増え、互いに喜び合っている」など今後の活動に活かせ、地域の絆が深まる有意義な場となりました。

西城地域センター

0824-82-2953

健康な体を維持する秘訣

栄養士さんを講師に招き、食事をテーマに介護教室を開催しました。体力、免疫力の低下や骨量減少など、健康な体を維持するのに支障を来す低栄養について話をいただきました。介護をしている主人のためにと参加された方や、自分が元気に介護をするためにと参加された方など、みなさん熱心に話を聞かれました。その後、参加者で鍋を囲み、低栄養予防のポイントのひとつ“家族や友人などと会食の機会を持つ”を実践しました。「大勢で賑やかに食事をする、いつもの食事よりおいしく感じるね。」と楽しいひと時を過ごしていただくことができました。これからも、介護者自身がお元気で介護をしていただけるよう支援していききたいと思います。

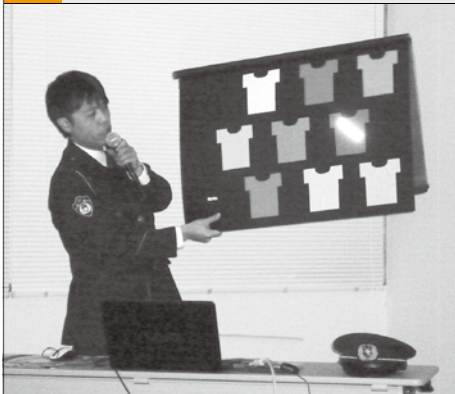


東城地域センター

08477-2-0488

事故発生、先ず連絡を!!

自動車運転中にヒヤッとしたことはありませんか?ちょっとした不注意は事故を起こす原因の一つです。この度、職員と外出運転ボランティアさんを対象にした「安全運転講習会」を庄原警察署東城交番 所長 水野耕一さんを講師に招き、事故防止・事故発生時の対応について講習をしていただきました。東城交番の調査統計によると時間帯では9時から15時、一週間では木曜日、土曜日に事故が多いと伺いました。シートベルトの未装着、携帯電話の使用、信号無視、凍結路面での運転等ルールをきちんと守り、心に余裕を持ち人にやさしい運転を心がけて行きたいと思います。



口和地域センター

0824-89-2320

笑って楽しく健康づくり

「笑いの体操」と「ヨガの呼吸法」を取り入れた「笑いヨガ」教室が、湯木のいろり屋「ふれあい句楽部」で行われ、西城町の小谷勝行さん、町内永田の石田礼子さんに指導に来て頂きました。笑うことでの、脳の活性化や免疫力のアップ、人間関係の円滑化などの効果について

話を伺い、いざ実践!「両手を胸の前で合掌して、軽くお辞儀をしながら笑いましょう」「手に若返りのクリームを持っているつもりで、それを互いに塗り合って笑いましょう」など、様々なお題がありました。最初は作り笑顔だった参加者も、だんだんと本当の笑いから大笑いになり、「運動してないのに汗をかいて温まりました」「家に帰って思い出して笑いしていたら家族に心配されました」と評判も上々。皆さん元気に笑ったことで、心身ともにリフレッシュされていました。



高野地域センター

0824-86-3044



おいしいそばには、素敵な笑顔。

世代間交流で毎年恒例の“そば打ち”をしました。毎年参加の伊山さん、そば打ちを習いたいと初参加の川上さん、そしてお茶の間サロンの皆さんと子どもたち。使ったそば粉は松木さんが栽培してくださいました。かまぼこを切ったり、子どもたちと一緒にこねたり切ったり、それぞれの役割で“おいしいそば”の完成。「久しぶりに、子どもたちと触れあい楽しかった。」と地域の皆さん。「ざるそばが一番好きだから汁かけはにがてだった。でも、おばちゃん達と作るのは楽しかった。」と、子どもたち。

子どもたちに様々な体験・交流の機会と、地元の皆さんの元気を社協はつなげていきたいと思えます。



比和地域センター

0824-85-2300



ホンネが言える場所

今年1年間の鋭気を養うために、在宅介護者会の新年会を開催しました。近頃は少しずつですが来られる方も増え始めています。今回も新しく3名の方が来られ、賑やかに過ごしました。

その中で「介護者自身どこで最期を迎えたい？」など、いくつか質問をさせていただきました。すると、「自分こそ施設で迎えたい。子どもに迷惑はかけられない。勤めの邪魔はできない。」「地域自体が超高齢化しているのに、地域に頼めることは少ない。」「この気持ちの共感はしてもらえないかもしれない。」などなど…。ここには書ききれない(書けない)、介護者同士ならではの現実的な話がたくさん出ると同時に、それは私たちに与えられた宿題のようにも感じられました。当事者同士の会だからこそぶつけ合う事のできる「ホンネ」あり、「涙」あり…でも大半は「笑顔」ありの在宅介護者会をぜひ覗きにきてください!!



総領地域センター

0824-88-2796



笑う所には福来たる

介護予防「中高年男性生きがいの会」では参加メンバー2名が中心となり、企画・準備・進行を行ない1月22日(水)、新年会を兼ねた「新春お笑い大会」を開催しました。

地域の皆さんへも声をかけ、参加者は総勢40

名。午前中は、紅白歌合戦。午後は全員で合唱。その後進行役の2名が神楽を披露し、会場は大笑い!「今から来年の出し物を練習しておいてくださいね」との声に、「よう元気であるかの」といいながら、すでに来年の出し物に気分は向かっているようです。出かける機会が少ない冬場に、大勢で集まり大きな声で歌ったり笑ったり…。また、みんなで食べる食事はとても賑やかで美味しく感じます。皆さん、元気の秘訣は出かけること、人と話すこと、笑うこと。厳しい寒さに負けず、どんどん家から出かけましょうね!! ステキな企画をありがとうございました。



くらし

里山の工楽知コーナー

地域一人ひとりの幸せを祈る祭

県指定の無形民俗文化財である「じんきゆうさい神弓祭」は、比婆荒神神楽の1つ座神楽として、西城地域に伝えられています。この神弓祭では、諸国の神々、地域の氏神、荒神、各家の神々を迎え、家内安全の祈願が行われ、各家の吉凶が占われます。

無くなってしまった地域もある中、取材した黒谷地域では、各家持ち回りで行われていた祭りを集会所で行ったり、毎年ではなく3年おきに行ったりと、カタチを変えながらも「地域で伝統を守り続けていきたい」と工夫をされていました。

七尺五寸の弓を打ちながら神歌が歌われ、一人ひとりの幸せが祈られる祭に、伝統ある祭を守り伝えていきたいという地域の方の思いが伝わり、心が揺さぶられました。



よろず相談のご案内

○一般相談 (13:30~15:30)

毎週水曜日 庄原地域センター
第1・第3木曜日 西城地域センター
東城地域センター
比和地域センター
第2・第4木曜日 □和地域センター
第1・第3水曜日 高野地域センター
第2・第4水曜日 総領地域センター
(9:00~11:00)

○法律相談

※予約制で一人の相談時間が30分以内です。
相談時間は13:00~16:00です。
3月7日(金)・20日(木)
庄原市ふれあいセンター



○多重債務相談

※予約制で一人の相談時間が45分以内です。
3月13日(木) (13:00~16:00)
庄原市ふれあいセンター

○ブライダルサポートセンター(結婚相談)

毎週月曜日・第1日曜日 (14:00~16:00)
庄原市ふれあいセンター

その他の相談にも応じています。お近くの地域センターにお問い合わせください。

市民レポート

地域のものがたり



ありがとう！
やさしく迎えて
くれた故郷

●レポーター：比和町三河内にお住まいの
石原 季雄・陽子さん
雪枝さん

私たちは、比和の地で生まれ育った同級生夫婦です。
平成22年4月、定年退職によりUターンしました。その時、地域の方々には、「若い者が帰ってくれた」と優しく迎えていただきました。現在私たち夫婦と母、三毛猫の「もも」と4人？で暮らしています。

それから早いものでもう5年目を迎えました。Uターンして一番困った事は、地域の方々の名前と顔が一致しない事でした。地域の行事等に積極的に参加するようにしていますが、今でもなかなか覚えきれません。(地域の皆様ごめんなさい…)

加えて、今まで春秋に手伝う程度の農業の経験はありましたが、帰って一年目に父が亡くなり、知識がほとんどない中、近所の方に教えていただきながら、手探り状態で米、野菜づくりに取り組んでいます。今でも毎年一年生です。僅かな田畑ですが、野菜は子どもや知人に送り「おいしい」と言ってくれるのが喜びであり楽しみにもなっています。

またこの地区の田畑は山間地にあり、畦が広く春から秋にかけての草刈り作業は大変です。真夏の暑い時の作業は特に大変です。年3~4回の作業で草刈りはだいぶ上達したと自負しています。

今一番の楽しみは、花を育てる事です。減反していた田を畑にして花を植えています。まだ花の種類が少ないので、多くの花を育て、お花畑にしたいと思っています。そしていっぱい花を飾り、比和で明るく過ごして行きたいと願っています。

年を重ねている私たちですが、地域の事、知らない事がいっぱいです。これからもよろしくお願いします。



広告

**一人で悩まないで
まず相談してください。**

業務のご案内

- 不動産の名義変更 ●成年後見
- 相続登記・遺言 ●会社の登記
- 借金の整理 ●簡易裁判所訴訟代理等

●詳しくはホームページに書いています。

庄原 司法書士 検索

司法書士 飯田 一生
《広島司法書士会所属》

広島北部司法事務所 (訴訟代理権認定第524014号) (司法書士登録番号828号)
〒727-0013 広島県庄原市西本町四丁目20番17号 バルナッシュB2階 TEL0824-72-2315 (要予約)

学生の皆さんへ

専門学校や短大・大学へ通う学生の皆さん、社会福祉協議会でボランティア活動をしてみませんか。ご希望の方は、庄原市社会福祉協議会へご連絡ください。