

東大和市ともに生きるまちづくりフォーラム ～今わたしにできること～

平成 29 年 0 7 月 2 2 日
南街・桜が丘地域防災協議会本部

誰でもが安心して暮らせる街づくりをする為に、我々一人ひとりに何が出来るのか、地域での支え合いについて考えてみるフォーラムがハミングホールにて07月22日に主催；東大和市及び共催；東大和市社会福祉業議会で以下の内容で開催されました。

今回のフォーラムは地域の中で何が出来るかを考える良い機会でした。

平成 29 年 7 月 22 日 13 時開会（12 時 30 分開場）
東大和市
ともに生きるまちづくりフォーラム
ささえあい～今のわたしにできること～
主催／ハミングホール 小ホール
共催／東大和市 社会福祉協議会

13:00・・・開会
あいさつ・・・東大和市長
・・・東大和市社会福祉協議会会長
趣旨説明・・・東大和市福祉部高齢介護課
基調講演・・・「みんなで創ろう 助け合い社会」
公益財団法人さわやか福祉財団
理事長 清水肇子氏
休憩（東大和元気ゆうゆう体操）
14:40・・・パネルディスカッション
「ともに生きるまちづくりのために、私たちにできること」
（パネリスト）
大月 孝彦 氏（サロン 栄二ひまわり寿サロン 代表）
今野 初恵 氏（特定非営利活動法人 ばくの会 理事長）
薬谷 昭敬 氏（老人クラブ 湖畔の集い 会長）



会場受付状況

東大和市 ともに生きるまちづくりフォーラム
ささえあい～今のわたしにできること～

開会の挨拶

市長；尾崎様

社協理事長；中澤様

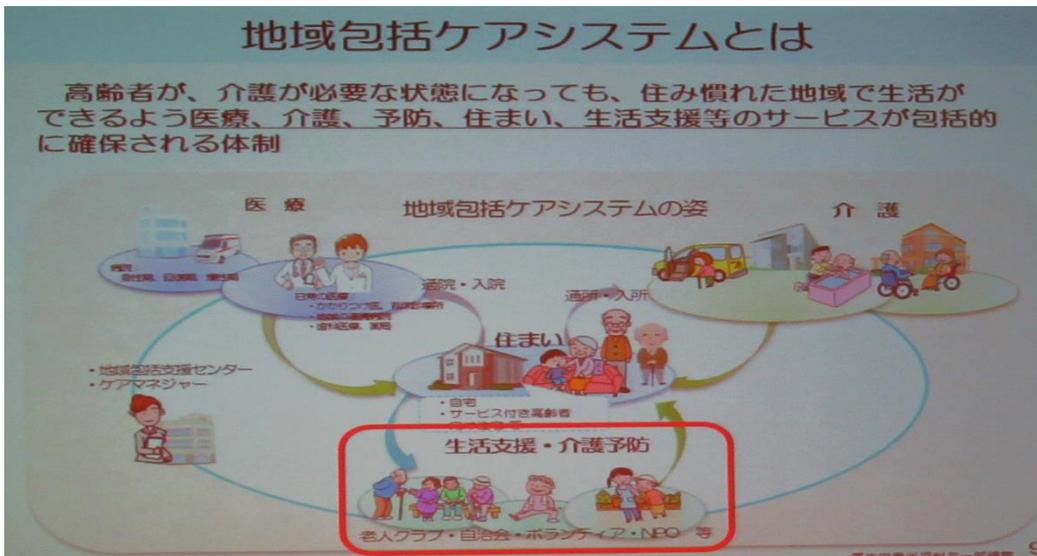
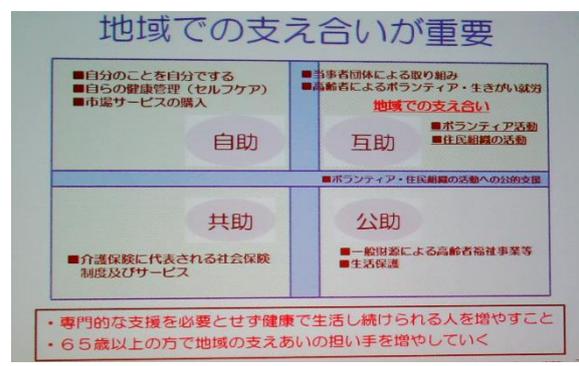


フォーラムに参加の皆様



趣旨説明；福祉部高齢介護課；伊野宮参事

東大和市の高齢化の現状及び地域包括ケアシステムの内容を中心に説明がありました。



生活支援コーディネーターと協議体

①生活支援コーディネーターを配置

②協議体を設置

…高齢者の生活支援・介護予防の基盤推進に向けて、ボランティアなどの地域の支え合いの担い手発掘、地域資源の開発、そのネットワーク化などを行う。

役割：生活支援コーディネーターと協議体

①生活支援コーディネーターの役割

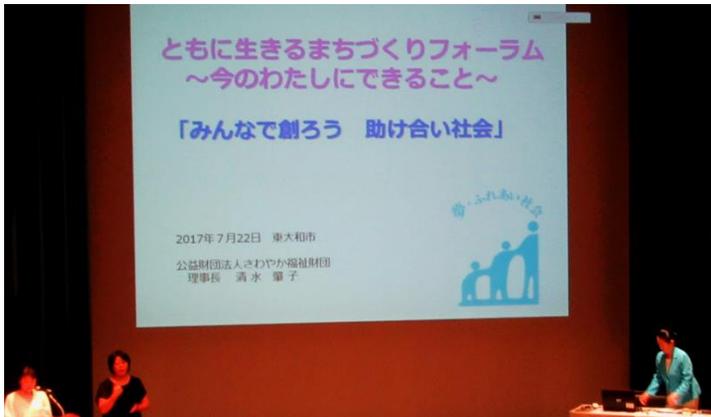
- 生活支援の担い手の養成、サービスの開発等の…資源開発
- サービス提供主体等の関係者の…ネットワーク構築
- 地域の支援ニーズとサービス主体の活動の…マッチング

②協議体の役割

生活支援サービスを担う多様な主体の方々、地域づくりの方向性等を話し合い、生活支援のための活動やサービスの開発を推進する協議体

基調講演；「みんなで創ろう助け合い社会」

；公益財団法人さわやか福祉財団；清水様

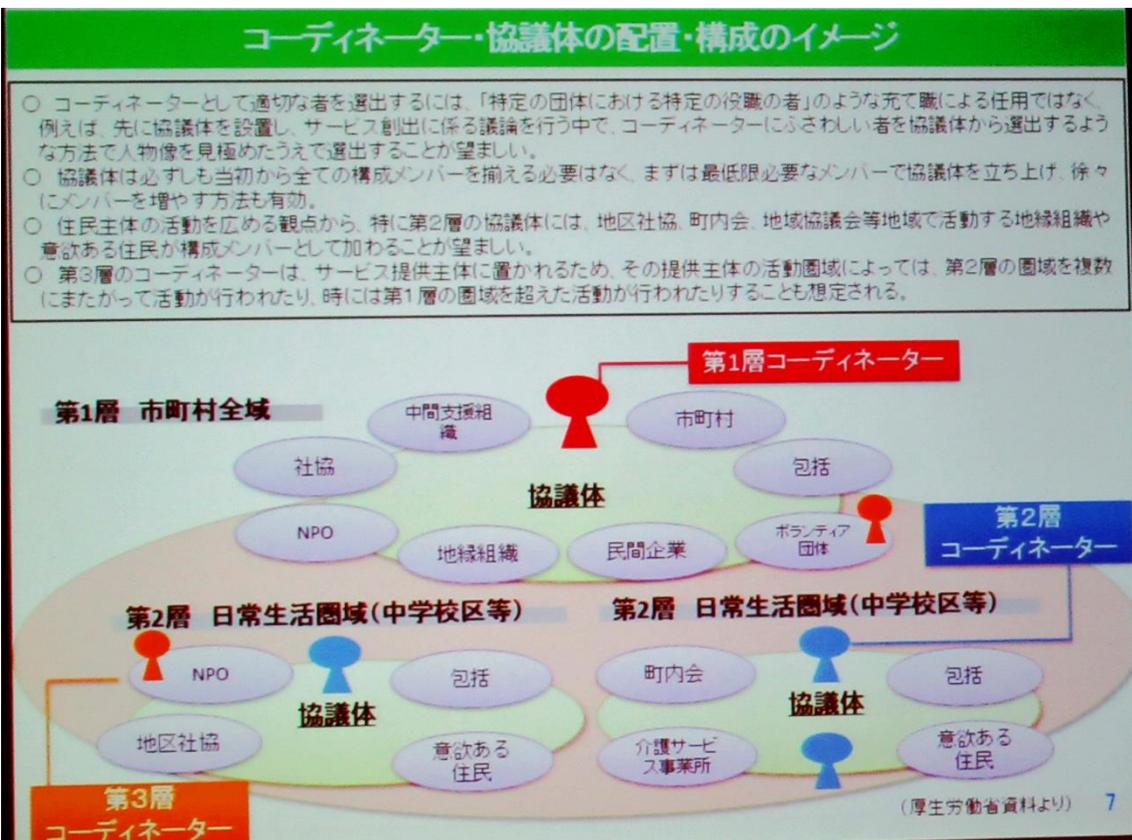
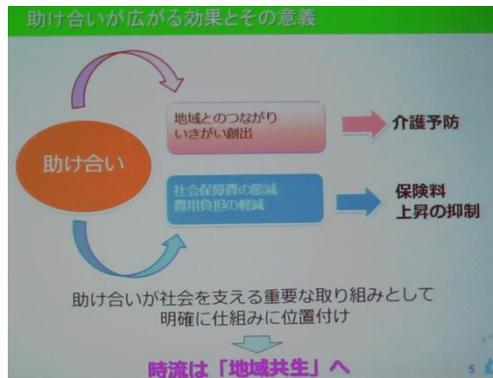


私たちは夢の長寿を手に入れたはずなのに
なぜ喜べないのでしょうか？

尊厳ある暮らしのために—
日々の生活の安心・安全の確保
いきがいの創出

これらを満たすためには、
地域のお互いさまの助け合いが不可欠です

ふれあい、助け合いの活動がどんどん広がっています！



目指す地域像の実現に向けて

生活支援コーディネーター（地域支え合い推進員）・協議体という新しい制度が誕生しました

住民の助け合い活動は、それぞれの思いに基づいたものであり、行政の指示や命令では進まず、地域づくりはできません

住民の側に立ち、目指す地域像の実現に向けて、助け合いの創出とネットワークの仕組みづくりを、地道にそして強力にすすめていくために新たにこの制度が誕生しました

鍵は、住民主体の多様な助け合い活動の創出とネットワークづくり

この目的達成に向けて、適切に、生活支援コーディネーターと協議体を選任・構成し、活動をすすめていくことがポイント

幅広く柔軟な地域の助け合いの基盤づくりが重要！

住民主体の助け合いの柱の活動

地縁組織をもとにした活動
見守りやちょっとした困り事の支援等。挨拶運動からでも一番の基本の見守りにつながり、地域の安全安心にもつながります

ふれあいの居場所・サロン活動
人と人との基本の関係づくりから、自然な助け合いへ。つながりからいきがいが生まれ、意欲（潜在能力）を引き出します

有償ボランティア活動
活動した時に、「感謝の気持ち」のやりとりとして、低賃金謝礼や実費を受け取ります。助ける側と助けられる側の対等性（お互いさま）を育み、無償では逆に頼みづらいついつ気持ちを受け止め、気軽に助けを求めやすい関係を築けます

無償ボランティア活動
費用負担を求めず、自分ができる範囲でできることを行います。通常は近隣でのちょっとした活動から、組織によって広域の幅広い活動まで多様にあります。無償の有償かは、地域の特性により、また活動する人達の思いにより決まります

「目指す地域像」
どのような地域をつくりたいのかをまず皆で考えて共有します

- 東大和市・自分たちの地域の強み、特長は何ですか？**
- 地域の課題、ニーズは何ですか？**
地域にあるもの、足りない助け合い（欲しい活動）を話し合っ明確化し、地域資源を整理・把握して、情報を共有していきます。
- 何から始めますか？**
地域の状況を踏まえて、緊急性・重要性が高い、あるいはやる気のある取り組みやすいところから始めていきます。
- どのように実現していきますか？**
人・モノ・お金・情報のそれぞれについて、地域ニーズを解決するための方法や実現に向けて必要なことを具体的に考えていきます。

(効果的な方法・ネットワーク)
□ **地域の住民協議会（住民ワークショップ）の展開**
「困り事」と「できる事」を同時に把握し、活動創出につなげます
“あなたが得意なこと、やってもよいことは何ですか？”
□ **企業や事業者・医療機関・学校など、地域の中での幅広い連携**
本業を活かしたまちづくり・地域のにぎわい・つながりづくり

**会場にお尋ねします！
気軽にお答えください**

地縁の助け合い

居場所

有償ボランティア活動

無償ボランティア活動

現在の状況
欲しいと思う活動
関心がある、やってみようと思う活動

パネルディスカッション

「ともに生きるまちづくりのために、私たちにできること」

(パネリスト)
大月 孝彦 氏(サロン 栄二ひまわり寿サロン 代表)
今野 初恵 氏(特定非営利活動法人 ばくの会 理事長)
藁谷 昭敬 氏(老人クラブ 湖畔の集い 会長)



3名の方のそれぞれの活動内容について説明されました



資料 3



栄二、ひまわり寿サロン

目的 人と人とのふれあい…高齢化している現在 孤立、閉じこもりを減らす
☆気軽に ☆無理なく ☆楽しく

手段 ロコモ予防を意識してみれば体が動く [誰も寝たきりにはなりたくない]
楽しい時間を過ごす… 大切なのは笑顔(*´▽`)♪になれること
お茶のみしよう、ボケ防止(歌・脳トレ・ゲーム)

活動内容 セルフコンディショニング(身体の調子を整える) & ストレッチ
頑張らない体操 (使われていない筋肉を動かす)
寝床でゴロゴロ (起床時の前後に…)
リンパを流そう (体がかかるくなるよ～)
モニタリング (身体の変化に気づいてみよう)
(身体からの声を聞こう)



効果

みんなが元気になれる・みんなで元気になる(サロン活動で得たこと)

- 顔見知りとなり、気軽に声かけ・あいさつを交わし、交流が深まった。
- サロンでの出会いふれあいこそが、人間力、向こう3軒両隣りへの復活にむかっている。
- 顔見知りが増え、自治会活動に参加しやすくなった。
- 姿が見えない時はお互いが気になり、声かけ等がたやすくできるようになった。
- 同じ地域に住んでいても「はじめまして…」ペコリ程度の挨拶だったのに、立ち話をする仲に…。
- ちょっとした時間の中で ストレッチやコンディショニングが習慣づいてきた。
- 健康に気をつける(体の変化に注意する)ようになった。
- サロン仲間として数人集まれば、旅行も楽しんでいる。

人集めの方法

日頃からの声かけ

声かけが、「寝たきり・閉じこもり」の早期発見予防へとつながるのではと期待する
何かの事を始める時、信用してもらえと思う
思いやりの精神が、人から人への輪の広がりとなっている。

茶話会や歌

脳トレも…やってみよう



発信者 栄二丁目自治会長 大月 孝彦
(NCA/CI 認定指導員) 大月恵美子

ばくちゃんだより

第13号 2017.3.15

夕暮れ時に

理事長 今野 初恵

東大和市駅のガード下、無料の駐輪場は、いつも満車で込み合っている。

18:00 を回っていた。まだ、帰れない人が多いらしく自転車置き場は、あとから置かれた分も含め、ぎっしり。

茶髪パーマの高校生らしき制服を着た彼は、一番奥にバイクを停め、出するのに四苦八苦していた。あらかじめ出口まで通れるように他の自転車を動かして幅をキープしてからバイクに乗ればいいのに、無理やりバイクだけ通路に出したらエンジンをかけてソロソロと進んで案の定、途中で自転車に引っかかりもがいていた。殆ど強引に進んできたが、また障害物が…。「大丈夫ですか…?」

と声をかけ、一台自転車を動かした。出口付近に来た時に「先に動かしてから乗ればよかったのに…」と、そっと伝えたら、「そっすね。ありがとうございました。」と笑顔で、去っていった。



(2017年1月7日 撮影)

よかったのかな…?

お節介されたこと、何かの折に思い出してほしい。そしていつか、お節介ができる人になってほしいな。地域のために、日本のために、地球のために…と、莫大な夢を描きつつ、私も自転車で帰路についた。

度重なる自然災害、世界の不穏な情勢、人工知能(AI)の研究も進む中、AIに、「地球に一番いい環境とは?」と突き詰めると、人類が最も悪影響を及ぼすので排除しようという結論になるとも言われている。何でもそつだが、そういう側面を併せ持っているということも、視野に入れておかなければならない。

けれども、こんな時代だからこそ何とかが皆で智慧と力を出し合って助け合っていきたい。天気の良い日に、青空を見上げて深呼吸できるような、「気持ちがいいね〜!」と、笑顔になれるような、そんな日常の普通の生活を、これからも大事にしていきたい。

ばくちゃん家の原点

「こんなことができたらいいね!」

ヘルパー仲間で、夢を語ったことが出発点。

2003年9月、集まった仲間で「ばくの会・ばくちゃん家」を立ち上げました。夢を形に…から伝説の動物「バク」にちなんで、ばくちゃんです。地域密着型通所介護、定員6名の小規模デイサービス。訪問介護・障害福祉でのホームヘルプ。独自の市民事業(独自デイ・独自訪問・子育て支援等)を行い、小規模ながら地域に根ざしたサービス提供を心掛けています。

幼子はもみじの如き手をひろげ
アッコアッコと抱けとせがむる

<短歌>
小林 陽さん

一粒の麦ともなれず生きてゐる
マスカット宝石を見る如く見る

<俳句>
保坂 登喜子さん



- ☆ 東大和市湖畔2丁目の老人会
- ☆ 昭和50年の創立
- ☆ 会員は現在56名
- ☆ 集い、語らい、学び、愉しむ
ことをモットーとして活動



==おもな活動==

社会奉仕活動

自治会と連携
市・社会福祉協議会等と連携
やまと苑との連携
防犯協会への協力

健康を進める活動

「サークル活動」

太極拳 虹の会
唄う会 気功

生き甲斐を高める活動

桜を愛でる会 旅行 菖蒲を愛でる会
夕涼みの会 秋を愛でる会 映画会
ホームコンサート 新春を祝う会 講演会
サークル発表会等 サロン・湖畔

広報活動

年2回会報の発行

40周年記念事業として「湖畔の轍」発刊

東大和市 ともに生きるまちづくりフォーラム
ささえあい ~今のわたしにできること~

- 少しでも地域の役に立ちたい
- 近所にちょっと気になる人がいる
- こどもにも高齢者にもやさしい東大和がいいね



地域の支え合いってなんだろう？



開催日
7/22
【土曜日】

時間 13:00～15:30(閉会予定)
開場 12:30～
場所 ハミングホール (小ホール)

【参加費】無料
【定員】300名(要申込)
【申込方法】お電話または裏面の参加申込書をFAX

主催/ 東大和市

共催/ 東大和市社会福祉協議会

申込先・お問い合わせ/ 社会福祉協議会

TEL 042-564-0012 FAX042-564-3680

当日のプログラム

手話通訳があります

だれもが安心して暮らせるまちづくりをすすめるために、私たち一人ひとりに何ができるのか、地域の支え合いについて一緒に考えてみませんか。

【タイムテーブル】

12:30...開場

13:00...開会

あいさつ...東大和市長
...東大和市社会福祉協議会会長

趣旨説明...東大和市福祉部高齢介護課

基調講演...「みんなで創ろう 助け合い社会」
公益財団法人さわやか福祉財団
理事長 清水肇子氏

休憩 (東大和元気ゆうゆう体操)

14:40...パネルディスカッション

「ともに生きるまちづくりのために、私たちにできること」

(パネリスト)

大月 孝彦 氏(サロン 栄二ひまわり寿サロン 代表)
今野 初恵 氏(特定非営利活動法人 ばくの会 理事長)
藁谷 昭敬 氏(老人クラブ 湖畔の集い 会長)

15:30...閉会予定

会場までのアクセス



ご来場の際はなるべく公共交通機関をご利用ください。

参加申込書

FAX:042-564-3680

申込締切 ~7月14日

TEL:042-564-0012

定員 300名 申込順

社会福祉協議会ホームページ申込フォームからお申し込みできます。

ふりがな		
氏名・年齢	(歳)	
住所		
連絡先	電話	/ 携帯電話
Email		
所属	例: ○○サロン、△△老人クラブ など	