

# なかのなっちょ隊 通信

令和元年度  
Vo.15

～支え合いの地域へ～

## なかのなっちょ隊（生活支援体制整備事業 第1層協議体）とは

「なっちょだい？」と声をかけあいながら、みんながつながって支え合えるよう、地域が求めているもの、地域に求められているもの、をみんなで考え、見つけ、情報を発信していく場。

参加団体：

地域住民、中野市社会福祉協議会、北信総合病院、シルバー人材センター、JA アップル、民生児童委員協議会、介護支援専門員連絡会、高水福祉会、長寿社会開発センター北信支部、長野県社会福祉協議会、中野市

令和元年11月25日(月)、

## 第3回 「みんななっちょだい？」

### ～話そう！支え合いの地域づくり～

が開催されました。

支え合いの地域づくり実現にむけて、なかのなっちょ隊と地域の皆さんと一緒に話し合い考える場である「みんななっちょだい？」。

今回の「みんななっちょだい？」ではまず、「支え合いの地域大交流会の」を皆さんと振り返りました。



「実演発表（今年度より取り入れる）があり楽しかった。」  
「色々な活動を何かにつなげられたらいい。」  
「団体名だけではよく分からなかった活動も、実際に聞いたり交流できたことでよく分かった。」  
「こうやって知ることに意味がある。」  
「色々なジャンルの活動が出展されているといい。」  
といった振り返りの言葉が聞かれました。

大交流会時にはつながれなかった団体同士や、交流会に参加できなかった方々との、新たなつながりを深められる場となっていました。

### 【「支え合いの地域大交流会」や「みんななっちょだい？」に参加して】

- ☆シルバー人材センターで行っている通いの場での活動依頼があった。（「青空クラブ」）
- ☆マップづくりへ掲載協力してくれるお店とのつながりができた。（「本人中心部会」）
- ☆グループホームでの活動依頼があった。（「フラヒナ」）
- ☆他団体とつながりが持てた。（「ひまわり」と「折ひめ」）
- ☆西条にあるサロンから活動の依頼があった。（「血圧測定友の会」）

次に、地域の様々な助け合い活動事例を紹介しました。

◎木島平村で行われている有志による活動「サポート西町」（見守り活動、地区住民も参加した夏休みのラジオ体操、公民館整備、雪かき等）。

◎豊田地域「小さな拠点づくり」

◎市内こども食堂での活躍されている認知症の方の活動

◎運動サポーター・認知症サポーターの活動

◎訪問折り紙ボランティア

をご紹介しましたが、事例紹介後、参加者からは、

「活動を聞いて、自分には何ができるだろうと考えた。こども食堂で野菜切りくらいならできるかな。」

「学校支援の活動を始めてから、学校が身近に感じて楽しい。」

「活動をする中での、色々な人とのつながりがすごいと思った。」

「近所同士の関係が希薄になっている。近所の関係づくりが大切だと思った。」

「男性にもこういった場にもっと参加して欲しい。」

「地域に一步踏み出すきっかけに、なっちょ隊`に参加した。」

「仲間がいれば活動できる。」

といった意見が出されました。

最後に、支え合いの地域づくりに向けてやってみたいことや、できそうなことを付箋に書きだしていただきました。



### 〈地域づくりに向けてやってみたいこと、できそうなこと〉

「今日知った集まりや活動の場に参加してみたい。違う場でも紹介していきたい。」

「積極的に地域の情報を得て、つながりを作っていきたい。」

「地域の集まりや団体で、支え合いの地域づくりについて語り合いたい。」

「まずはこういった場に出かけることを心掛けたい。」

「支え合いマップを防災マップと合わせ作って行けたら。」

「今後は地域づくりに積極的に参加したい。」

今回は初めて参加される方が多かったですが、和やかな雰囲気の中、活発な話し合いの場となりました。

新たになかのなっちょ隊`へ参加希望いただいた方々も多く、今後さらに地域づくりに向けての話し合いが広がっていくことを感じました。

## 生活支援コーディネーター活動日誌

### 【男性の活躍・集いの場】

市内には様々な男性が活躍されている活動や、集いの場があります。

『吹き矢愛好会』は、スポーツ吹き矢の技術を学んだ方々が講師となり、月2回西部公民館で活動されています。

現在の参加者は少数ですが、「集中力が高まるよ。」「心身両面にいいんだよ。」と老若男女の皆さんが楽しんでいます。

「地域の中でスポーツ吹き矢を根付かせていきたい。」という想いで、活動を10年間続けています。



『青春火曜（歌謡）を楽しく歌う会』は、月1回ふれあいセンターで開催されています。

演奏者として活躍された方が講師をされ、参加者の皆さんへ楽しく歌謡曲を歌うポイントを伝えています。

会を開催されたきっかけは、様々な施設へボランティア活動に行かれていた際の、職員の方からのお声がけをきっかけに、「シニアを元気にしたい、地域に貢献したい」という想いからだったそうです。

「歌は学ぶより楽しむ。」をモットーに、参加者の皆さんは1時間半歌い続けた後でも笑顔で帰って行かれる姿が見られました。

『昭和家電を愛する会』では、30年以上、古き良き昭和家電を集め続けていらっしゃいます。

今やコレクションは100個以上。

「支え合いの地域大交流会」の参加を機に、講座や介護保険施設へと活動の場を広げています。



『北間長瀬区、新保区』では、『将棋や麻雀』を楽しむ会が月1回開かれています。

北間長瀬区では冬場の集いの場として、区民対象に開かれています。

現在のところ参加者は男性のみですが、とても賑やかに将棋と麻雀を楽しんでいます。

それぞれの台は持ち寄りでお茶出しも無く、「面倒なことはいっさい無いのがいいんだよ。」と役員（1年交代）さんがおっしゃっていました。

新保区では『健康麻雀』が開催されています。

健康麻雀は「賭けない・飲まない・吸わない」という理念の元、健康的に麻雀を楽しみ、認知症予防にもつなげていこうというものです。

こちらは女性の参加者もいらっしゃいますが、公民館活動として取り入れられています。



女性に比べ男性は地域での社会参加活動に消極的と言われています。社会参加することは介護予防へとつながり、地域のつながりも深まります。市内には男性が活躍・集っている場はまだまだありますので、今後もなっちょ隊<sup>®</sup>通信でご紹介していきたいと思えます。



### まちの元気シニアさん



高丘地区には17年間ご自宅でお茶飲み場を開催されている方がいらっしゃいます。「自分の嬉しいことのお裾分けをしたい。」という想いから続けられています。



「あまり大きく広めたくないの。一人でも二人でも、必要な人に来てほしいから。」と特別な周知はされていません。

参加される方は、毎週来られる方もいらっしゃるそうですが、どなたも来られない日もあるとのこと。

お邪魔した時には、色とりどりのお茶請けのおもてなしをいただきました。

とても美味しく、準備にお時間もかかっているであろうと感じられたので、ご苦労はないのかうかがうと、「自分が楽しくてやっているの。たとえ来てくれる人が少ない日でも、一緒に楽しめればいいの。素敵な時間を一時でも提供したい。」とお答えになりました。



「民生委員として活動していたつながりを大事にしているの。人とのめぐり合いで動き出せる気がする。やり続けていればそのことがきっと伝わっていくと思う。私も人との出逢いで変わったから。」

と、今後も隠れ家的な、ホッと一息つける、そんな集いの場を続けていけます。

ちょっとした困り事を手助けしてくれるようなボランティアさん、地区の方が気軽に集まれるような場、高齢者に優しいお店やサービス、地域の中で活躍されている方、等の「地域のお宝」情報を教えてください☆



安心して年齢を重ねられるよう、「支え合い」や「あったらいいな」と思うものを地域みんなで考え、「地域のなっちょ隊<sup>®</sup>」を作ってみませんか？

中野市高齢者支援課  
生活支援コーディネーター：小島杏子  
電話：22-2111(内線 366)