

# なかのなっちょ隊 通信

2018年4月  
Vo.1

## ～支え合いの地域へ～

10～20年後安心して年齢を重ねていくためには自分達のまちをどんな地域にしたいですか？

高齢化率の増加、地域とのつながりの希薄化、変化した家族・世帯のあり方、等の現代社会の中で、住み慣れた地域でできるかぎり暮らし続けるためには、地域における「お互いさまの助け合い」が重要になってきています。

そんな「支え合いの地域づくり」実現の為に、地域に住む皆さんそれぞれが「我が事」として地域への関心を深め、ときには担い手として活躍し、互いに支え合うことが大切です。

また、誰もが安心して暮らしていくためには様々な課題やニーズがあり、それに応えていく為に多種多様な人材・団体の参加も地域づくりに必要となっていきます。

中野市では多種多様な人材・団体による「地域について語り合い・考える場」である「なかのなっちょ隊」（なかのなっちょだい）が発足しています。

「なかのなっちょ隊」では、ただ単に生活支援サービスを作ることを目的とはせず、支え合いの地域づくりを目指し、常に皆さんからの声を聴きながら地域のニーズと必要なサービスをつなげたい、という想いのもとこれまで話し合いを重ねてきました。

隣近所とのあいさつやお茶飲みは、地域の中でのゆるやかな見守りにつながります。立ち話や趣味の集まり、サロン等で集う事は社会参加や役割づくりとなり、介護予防へとつながります。

このような地域の中での日常的な営みこそ「宝物」であり豊かな地域づくりにつながっていくのですが、暮らしの中で当たり前のこととなっていて「地域資源」としては気づかれない事が多いのです。

「なかのなっちょ隊」ではまず地域の中に今ある「宝物」を見つけ・発信し・深め・広げ、その上で地域で安心して住み続けていく為に必要なサービス（地域住民も担い手となる、地域とつながりを持てる）を創出していきます。

「こんなまちになったらいいな」と思い描く地域を一緒に考え、実現していきませんか？

### 「なかのなっちょ隊」

#### 参加団体

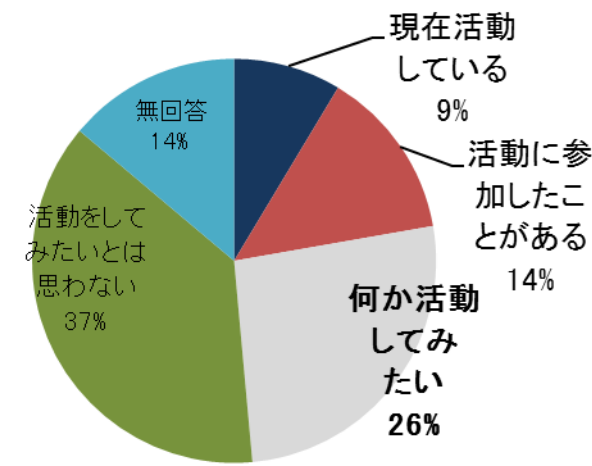
- ①中野市社会福祉協議会
- ②JA厚生連北信総合病院
- ③ジェイエー・アップル株式会社
- ④中野広域シルバー人材センター
- ⑤北信圏域障害者総合相談支援センター
- ⑥中野市介護支援専門員連絡会
- ⑦中野市民生児童委員協議会
- ⑧NPO法人長野県介護支援専門員協会
- ⑨長野県健康福祉部介護支援課
- ⑩中野市豊田支所地域振興課
- ⑪中野市健康福祉部高齢者支援課

#### これまでの話し合い

- ①支え合いの地域づくりについて。中野市の現状。
- ②安心して住み続けられる地域づくりとは。
- ③中野市の地域資源。
- ④どの課題から取り組めるとよいのか。
- ⑤集いの場・ボランティア。
- ⑥意欲・想いのある方達との顔の見える関係づくり。



#### 【ボランティア活動への参加について】



【交流の場への希望】	割合
ふれあいサロンの充実(頻度)	16.5%
近所のお茶飲みがしやすくなる	15.7%
公民館以外での交流の場の充実(自宅、駐車場、道ばたにベンチ、施設でのサロン等)	17.8%
趣味の会の充実(種類、頻度)	21.5%
地区行事の充実	14.8%
デイサービスの充実	6.0%
その他	6.5%

「H29年度中野市高齢者の生活支援サービスに関するアンケート調査」の結果から、半数近くの方がボランティア活動への想い・意欲があり、また集いの場については様々な形・場所での交流の希望がある、ということがわかりました。

#### なかのなっちょ隊で上がった地域のニーズ

- 1.除雪・ゴミ出し
- 2.見守り
- 3.集いの場(誰もが気軽に集まれる場所。地域の拠り所。)
- 4.交通(高齢者の外出しやすくなる環境。)
- 5.人とのつながり(隣近所で声掛け合って助け合える地域に。)
- 6.情報の周知方法(だれもが知ることが出来る・わかりやすい。)

課題に解決にむけて

様々な形の集いの場の充実  
(交流・見守り)

ボランティア活動の活発化  
(社会参加・生活支援)

マッチング  
(活動・活躍の場・想い・人)

地域づくり活動の  
担い手の育成

連携  
(団体・人・地域・活動)

今ある活動を知る

顔の見える関係・  
つながりづくり

きっかけづくり  
活動を認めあう場

なかのなっちょ隊主催

地域づくり活動発表・交流会

H30年度に予定  
発表団体・活動、  
募集します！

#### 【中野市内の地域資源】

民生児童委員・個人・介護保険事業所等による集いの場、地区役員OBによる活動、有償ボランティア、地区内や通学路での見守り活動、施設・農園ボランティア等、個人商店による配達・送迎、老人クラブ、県シニア大学、等々。

# 生活支援コーディネーター活動日誌

2018.3月、社協さんの3つの講座に参加させていただきました。一つ目は、「地域支え合いボランティア実践塾」の「防災を地域で考える」という講座です。

防災とは自然災害のみでなく人的災害への対応を含め、地域の社会資源（公的な施設や民間の施設、人等）を把握し、その資源が災害時にはどんな役割を果たせるのかを地域で考え、日頃から地域とのつながりづくりをしていく事が大切である、というお話をグループ演習を交えながらお聞きしました。

ある民生委員さんから、ご自分の地区では既に災害時に備え地域での役割分担が決まっており、地区内にある民間企業とも災害時に連携をとっていくことも取り決められており、代わりに企業との日常での関わりを区民は積極的に持つようにしている、といったつながりづくりについてお聞きできました。

二つ目は、「車いす体験と正しい介助方法・高齢者疑似体験」という講座です。

高齢者体験キットを装着し疑似体験された方からは「(介助してもらって)悪いねって、言葉が自然にでてきちゃった。」と支えられる側の想いを共感されていました。

また、車いす体験では乗る側の不便さや不安感を感じられました。

介助や声掛けポイントを学ばれ、講座開催目的である「街中で助けが必要な方に声をかけたり、手を差し伸べられるようになる。」とった行動への自信に少しつながられたようでした。

三つ目は、「子どもカフェ・子どもの居場所づくり推進セミナー」という講座です。

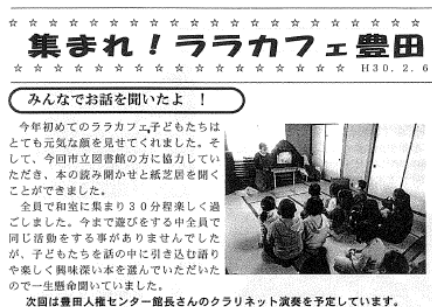
社協さんでは昨年度より子どもカフェ支援を始められ、市内では今4つの子どもカフェが立ち上がっています。

既に活動されている方、今後活動を考えている方、活動に協力したい方、等が集まり、話し合いの中では、子ども食堂の様子や、食材の調達方法、等が情報交換されていました。

課題としては、貧困や母子・父子家庭のお子さん等の本来の対象のお子さんになかなか来てもらえていないといったことや、費用面について等があがりました。

既に活動している子どもカフェでは、どのカフェでも参加者は子どもだけでなく、地域の方の参加もあり、世代間交流の場となっているようでした。

「講座参加者の減少」「受講者がその後の活動へつながりにくい」といった課題を少しずつ解決できるように、なかのなっちよ隊で周知面や活動面で連携していければと感じました。



3月、竹原区荒川農時集会所でのサロンにうかがいました。竹原区は会場を4ヶ所に分け、それぞれ年に数回ずつサロンが開かれています。

身近な場所での開催となることから「歩いて行けるから参加しやすい。」「家でのお茶飲みは家族に気がつかないから、ここでご近所さんとゆっくりお話しできる。」といった参加者の方からの感想が聞かれました。



この日は昨年度県シニア大学を卒業された「THE・サロン」の皆さんがみえ、紙芝居やコカリナ演奏等をされ、参加者の皆さんと盛り上がりました。

竹原区は民生委員さんがサロンを主催され、福祉協力員さん・保健指導員さん等が協力される形で運営されています。

参加者の固定化や男性参加者の少なさは、こちらのサロンでも課題となっているとのことでした。



4月、米山区のサロンにうかがいました。

この日はお花見ということで、集会所から見える桜が満開でした。今回は大洞区の方も一緒に参加され、久しぶりにお会いする方もいらっしやり、お話がつきないようでした。

サロンにはデイサービスセンターさくらの介護士さんが講師として参加され、脳トレ体操や、身体を動かすゲーム、歌等を皆さんと楽しみました。

大洞区の皆さんはデイサービスの見学と併せてということで、デイのバスによる送迎で参加されていました。

米山区は戸数が8軒程度しかない小さな集落で、交通・買い物等不便な地域ですが、昔からの顔の見える関係が続いており、交通面や雪かき等、お互いに助け合いながら生活されています。



※デイサービスセンターさくらさんは、豊田地区のサロンに講師として参加されることが多く、「デイを身近に感じてもらいたい」「(社協として)相談がしやすい場になりたい」との思いから、地域とつながる為の活動を5年程前から取り組まれています。

また、豊田地区の3つのボランティアグループはさくらさんで年間を通じて活動されており、そのきっかけは当時の所長さんを中心に、お一人のボランティアさんへのお声掛けから始まりました。

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、地区全体で「支え合い」や「あったらいいな」と思うものを、考えてみませんか？

【メモ】生活支援コーディネーターとは…  
支え合いの地域づくりに向けて、  
①地域の中で支え合い活動が生まれるよう、広がるよう、人・場・活動・情報、などをつなぎます。  
②地域の支え合い活動(『地域のお宝』)を、目に見えるように・活用できるように・役割がわかるように、発信します。

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)