

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

**2019.10.28、支え合いの地域大交流会
 が開催されました!**

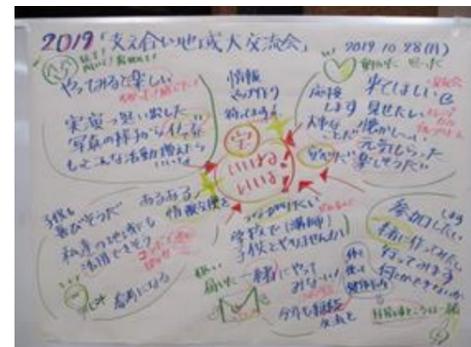


支え合いの地域づくりにむけて、地域に住む方それぞれが自分の出来ることを見つけ、地域での生活を支え合う担い手として活躍できるよう、今ある地域活動を見て、聞いて、交流することで、活動を身近に感じ、顔の見える関係をつくり、併せて、地域の実情を知り、地域づくりを考えるきっかけとなることを目的として昨年度より開催されました。

当日は23団体が活動をPRし、参加者・出展者併せて100人以上の方々が活発な交流を行い、多くのつながりが生まれました。

昨年同様、冒頭に1分間ずつ活動をPRしていただき、その後の交流の時間では、参加者各々が出展ブースへの想いを付箋に書き、実際に活動に参加したい参加者は連絡先を記入していましたが、「とても楽しそう♪一緒にやってみたいです。」「私達の施設に来てください! 皆さん喜ばれます。」等の沢山の付箋の言葉から、今後の地域活動の充実を感じました。

希望団体には10分ずつの実演もしていただきましたが、参加者と輪になって踊ったり、実際に体験したり、とより活動を身近に感じられる時間となっていました。



なかのなっちょ隊ブースでもつながりが生まれ、アンケートに記名いただいた皆さんを含め、今後も中野市の現状や支え合いの地域づくりについて、地域の皆さんと一緒に考えていければと感じました。

出店者同士、握手で自己紹介



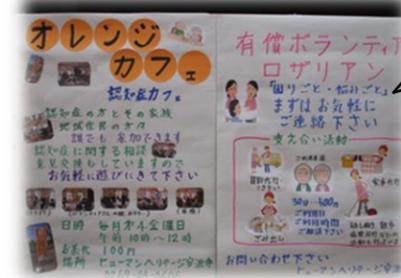
1分間PR。
 なかのなっちょ隊と一緒に「支え合いの地域づくり」を



最後にみんなで交流会での想いを共有



工夫を凝らしたPRポスター



30年以上集め続けた、懐かしの昭和家電のコレクション。



スポーツ吹き矢を体験!



交流しながら、「顔の見える関係」づくりへ。



青春時代を思い出して、みんなでフォークダンス♪



みんなでフラダンス体験♪



自然に優しい石鹸をみんなで上手に使ってみよう☆



想いを付箋にのせて



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)

2019 『支え合い地域大交流会』 出展団体一覧

団体名	団体のPR	団体名	団体のPR
① 【趣味活動】 昭和家電を愛する会	昭和時代の家電を展示しています。古いラジオの収集をきっかけに30年以上集め続け、今やコレクションは約100個。古いものが捨てられていく時代、昔のものを懐かしんで楽しんでもらえれば。	⑬ 【フラダンス、趣味・施設活動】 フラ・ヒナ	メンバー全員がフラダンスが好きで、気づくと10年が経ちました。現在はデイサービスに、地域の集いごとお声をかけて頂き出向いております。レイを片手に！私共のモットーは楽しく！です。ただ躍るだけでなく、お相手の方々と楽しいトークを交しながら楽しんでいただいています。又来てね！を励みに！
② 【運動グループ】 中野吹き矢愛好会	スポーツ吹き矢は弓道の精神と腹式呼吸を取り入れた新しいスポーツです。「礼」「形」「呼吸」の実践により、スポーツとしての面白さと、礼節を重んじての腹式呼吸等により、精神面の安定と健康面の増進が期待できます。西部公民館で月2回夜、行っています。私達と一緒に体験してみませんか。	⑭ 【認知症地域づくり普及啓発】 RUN伴 2019 in中野	RUN伴(らんととも)とは、認知症の人や家族、支援者、一般の人がタスキをつなぎ、日本を縦断してゴールを目指すイベントです。中野市では3年目の今年、10月19日に無事終わりました。次回、来年の秋、開催予定「RUN伴2020in中野」に一緒に参加しませんか。
③ 【運動グループ】 ももとせ小町	毎月第2・4日曜午前、中央公民館で行っている、「ももとせ(=百歳)小町(=美人)」。股関節の柔軟体操クラブです。講師はイケメンでもないのに、会員は女性ばかり。体操に魅力があるということですね。カッチカチな体の貴女は安心して参加できます。男性は・・・多分歓迎されます。健康長寿宣言市民を目指しましょう。	⑮ 【地域活動】 信州Gプロジェクト	中野市が子育てしやすい、人と人がつながれる街、長野県のモデル地域となる事を目指しています。行っている活動として、①こども祭り「笑う門にはハッピーカムカム」②だがしやG③いっ福サロンG(高齢者の集いの場として、今年8月にオープン。)、を展開。
④ 【地域活動】 NPO法人 信州ふるさと郷育 ネットワーク	「ふるさと中野市」の良さを市内外の皆さんにさらに広く知っていただく為、①五感に触れる農業体験や②「ふるさと中野市」の歴史・文化・食などを市内の小学生に学んでほしいとの願いで作成した「ふるさとドリル」を4年間無償配布しています。農地の拡充に伴う「農業ボランティア」の皆さんも募集中です。	⑯ 【地域活動】 中野市消費者の会	私達の会は今から50年くらい前から、毎日の暮らしを安全にしたい、と日常のいろいろな事象に目をつけ、学習会を続けてきました。河川浄化とふるさとの水を守ろうと始めた、廃油利用の手づくり石鹸の販売と、無料配布を行います。
⑤ 【手芸、趣味・地域活動】 魔法の指先 (シニア大学 手芸の会)	シニア大学の手芸大好き仲間の集まりです。古布(着物)での小物作り、イベントでの販売、売り上げ金の寄付を行ってきました。作品作りを通して、社会とのつながりがもてるとよいと思っています。	⑰ 【認知症地域づくり普及啓発】 れんげ草	「最後まで自分らしくありたい」これは誰もが望むことです。認知症になっても安心して暮らせるつながりを作っていきたいと思います。 ・認知症サポーター養成講座 ・認知症、介護、お薬相談 ・各種イベントのお手伝い等、をしています。
⑥ 【地域活動・認知症キャラバン】 ロバ隊長と 愉快的仲間たち	認知症症状のある方への関わり方について、寸劇を通して時に笑いを誘いながら楽しく知ってもらいたい、と活動しています。台本から全て手作りです。ぜひ「住み慣れた家、地域でいつまでも安心して暮らしていける中野市」をロバ隊長と私達と共に実現していきませんか。	⑱ 【運動自主グループ】 楽友会	ボール、ゴムバンドを使っての運動、軽いストレッチ、脳トレ。歌アリ笑いアリ、雑談をしながら皆さんと楽しく仲良く、無理のない体作りに挑戦している教室です。
⑦ 【折り紙、趣味・施設活動】 折ひめ	15年前に発足、現在14人のメンバーで月2回中央公民館「ボランティアルームあんと」で教え合って技術を高めています。手先を使うことで脳を刺激し認知症予防にも役立つとされ、介護施設での活動と、子どもたちにも日本の伝統文化の折り紙の良さを伝えようと広めています。	⑲ 【地域活動】 障がい福祉自立支援協議会 本人中心部会	「障がいのある方が地域で暮らしやすいようになるには」を考え、当事者の「想いの受け止め活動」の結果、街中を自分一人で歩き、買い物や、他の人のお世話をしたりされたりできたらと、中野駅を中心に市役所、駅、商店等、理解協力できる機関のマップづくりを進めています。ご賛同いただける方、ご協力いただける方、お声がけください。
⑧ 【運動自主グループ】 青空クラブ	水曜の10:00～、市の教室を修了した仲間、高齢になっても元気に過ごしたい・集いたいと思い、脳トレやストレッチ、筋トレ、フォークダンス等、体を動かして若返りを目指して活動しています。集まってやる事で楽しくでき、おしゃべりで休憩時間はとてもにぎやかです。	⑳ 【集いの場・有償ボランティア】 ヒューマンヘリテージ 安源寺 (オレンジカフェ・ ロザリアン)	認知症の方とその家族、地域住民の方々、誰でも参加できる交流の場です。このカフェでは、歌をうたったり体操などをして、お茶やコーヒーを飲みながら、認知症に関する相談や意見交換、地域の高齢者の相談にのったりする場です。お気軽に遊びに来て下さい。
⑨ 【地域活動】 (公社) 中野青年会議所	中野市・山ノ内町で明るい豊かな社会の実現を目指し活動している青年団体です。地域の40歳までの青年が参加しています。この地域を愛し50年活動しています。これからもよろしくお願ひします。	㉑ 【地域づくり】 豊田地域 運営協議会	将来にわたって、安心して暮らし続けられる豊田地域のため、様々な分野で現状を把握、地域の資源を活かした事業の提案などをし、自立的な地域づくりを推進する活動をしています。
⑩ 【こども食堂】 岩船こども食堂 (デイサービス暖暖)	みんなで一緒にごはんを食べよう！子供、ママ・パパ、じい・ばあ、お一人様、誰でも歓迎!!ごはんを作るお手伝いをして下さる方、子供と一緒に遊んで下さる方、食材を提供して下さる方、募集中です！	㉒ 【地域活動】 中野市 血圧測定友の会	各地区での健康まつりや健康づくりフェスティバルで、血圧測定のボランティアをしています。地区での催し物(サロン等)ありましたら、ぜひお声がけください。
⑪ 【地域活動】 (公社)中野広域 シルバー人材センター	健康で働く意欲のある高齢者に、地域社会と連携して自らの知識・経験・技能を生かした就業の場を提供し、高齢者の生きがいと福祉の増進を図り、活力ある地域づくりを目指しています。新規会員を募集しています。	㉓ 【支え合いの地域づくり】 なかのなっちょ隊	「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、をみんなと考え、見つけ、情報を発信していく場です。「こんなまちになったらいいな」と思い描く地域を、みんなで考え実現していきませんか？
⑫ 【運動自主グループ】 ばらクラブ	2018年12月から、毎週水曜日に集まって、体操をしています。筋トレあり、脳トレあり、おしゃべりあり。体も、脳も、肺も使って、いつまでも元気でいられるようにと楽しみながら続けています。		