



2. 地域のお宝紹介

～あま市で見つけた
つながり・支えあい活動～

新型コロナウイルス感染症の
影響が長く続いているけど、地域でつながりを
切らないよう、工夫した活動を行っているので、
紹介するね！



金岩地域 クリーン活動

(金岩地区コミュニティ協議会)



【活動内容】

偶数月の第4日曜日のクリーン活動には、毎回沢山の地域の人々が自主的に参加されます。最近では、若いお父さんや、そのお子さんたちの姿も目立ち、役員さんも喜んでおられました。活動を通して、自然に金岩地区に愛着が湧き、世代を超えた人と人とがつながり、さらには防犯・防災・支えあいにもつながっていました。参加された方からは、身近な情報交換や運動にもなっているよ、と教えてくれました。

夏祭りをはじめ、金岩地区には、
世代を超えて誰もが楽しめる
しくみがあり、すてきです。



中橋地域 歩こう会(中橋地区寿会)



【活動内容】

コロナ禍でサロンが開催できない状況が続き、寿会で何かできないだろうか考えた結果、歩こう会を毎月開催することとなりました。歴史や鳥に詳しい物知りさんがおり、ウォーキングを兼ねて名所巡り等行っています。毎回どこへ行くのか楽しみであり、参加者は運動だけでなく、身近な地域の歴史を学ぶよい機会となっています。回覧だけの周知では忘れてしまうので、直接声かけをして参加を促しています。声かけが一番！

できることを探し、みんなで楽しんで
行っているところ。さらに地域の人が
活躍しているところもすてきです。



七宝地域 グラウンドゴルフ

(七宝地区宝寿会連合会)



【活動内容】

七宝地区宝寿会連合会の会員を対象に七宝グラウンドで平日、毎日実施しています。プレイ中はホールインワンを目指して頭を使い、約3km歩くので、脳トレと体力づくりになっています。毎回グループのメンバーが違うので新たな出会いがあり、情報交換の場にもなっています。プレイ後は気心の知れた仲間同士で喫茶店へ行き、お茶を飲みながらお互いの近況を報告しあっています。

お互いが声をかけあうので、やる気がでます。
ホールインワンになると
みんなが喜んでくれ、すてきです。



甚目寺地域 コーラスぷらす・りたんず

(NPO法人いち・たす・いち)



【活動内容】

4年前に好きな歌でボランティアを行おうと結成しました。コロナの影響で慰問活動や発表は中止していますが、第2・4日曜日の午後の練習は続け、歌を歌うことが美容と健康につながっています。一人ではなく仲間と一緒に歌うことで楽しさが倍増し、練習の日は情報交換の場となっています。コロナが終息した時には素敵な歌声を披露したいと、今は練習に励んでいます。

歌詞に思いを込めて歌うハーモニーは、
聞いている人に
感動を与えてくれ、すてきです。





あま市支えあい情報

おはよう！
いってらっしゃい。



おはよう
ございます。

今日も元気で
よかった

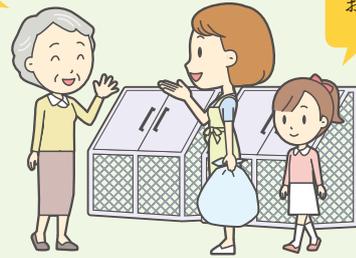
「おはよう。」「お元気ですか。」相手を気づかう一言は、お互いに元気になったり、ホッと優しい気持ちになりますね。そんなやさやかな気づかいや何気ない支えあいは、日常生活にごく自然にみられますが、多くの方がそのお宝のような大切さに気づいていないようです。

あま市支えあい情報では、「人と人との支えあい」の活動を「**地域のお宝**」として、広くみなさまに紹介し、支えあいの文化を未来へつむいでいきたいと思ひます。

お元気ですか？

おはよう。
大きくなったね。

おばあちゃん
おはよう！



気にかけてくれて、
ありがとう。

かわりない？
顔みれてよかった。



支えあい活動を、地域のみなさまに教えてもらい、広がるお手伝いをするのが、**生活支援コーディネーター**です。また、支えあい活動が、広がっていくよう話しあう場を、**協議体（支えあい会議）**と言い、七宝・美和・甚目寺で行われています。

みんなで
いっしょに…。

こんなのあったらいいね。



楽しいことがいいね。

1. 協議体(支えあい会議)の紹介



今回は甚目寺地区で行っている
まちかどかつや〜くネットワーク甚目寺を紹介するね！



コロナ禍でも、人とのつながりを保ち、体力づくりをする活動として、“プロギング”（街中をジョギング、または歩きながらごみ拾いをすること）が提案され、メンバーでプロギング体験会を行いました。高齢者の方が参加しやすく、多くの方が楽しく参加できるプロギングの方法を話し合っています。

参加者の声

- 外に出ることで季節を感じながら、運動不足も解消できる。ゴミを集めることで少しでも役に立てたのかなと嬉しい気持ちにもなるのでよかった。
- 自分の趣味のジョギングをやりながらだから楽しかった。皆で交流できるのはよかった。
- 歩きながら、地域の昔の話を聞けるのがすごく新鮮だった。



支えあい・助けあい活動（地域のお宝）を生活支援コーディネーターへ教えてください！
後日、取材をさせていただきます。

【問合せ】本所 介護支援課 地域包括支援センター ☎443-4291

