

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～

暮らしの中にある自然な支えあいを「地域のお宝」として、紹介するね！



二ツ寺地域

みどり会

毎週1回、気の置けない仲間同士で体操をする集まりがあります。体操の先生の指導で30年以上前に始まったものですが、先生が辞められた後も有志で続けられています。音楽に合わせて座った状態での柔軟体操から始まり、立ち上がって体を大きく動かすなどしっかり90分行っていました。

施設の利用料はみなさまで分担し、誰かが代表という取り決めはなく、部屋の準備や掃除など協力して運営されていました。終わった後は喫茶店に行っておしゃべり会をしたり、年に数回食事会も開くそうです。「お友達からよく、若いわねと言われるわ」と、はつらつとした笑顔でお話してくださいました。

気心の知れたメンバーが、毎週集まるという目的があり、自然と役割も生まれ、元気の維持につながる活動です。



みなさまの声

- ・ここは毎週仲間に会いに来る場所です。
- ・90歳までは続けたいです。
- ・車に乗れなくなっても押し車で来ます。
- ・つい無理して参加しちゃいます。
- ・先輩方が良くしてくれるからずっと続けられています。



中萱津地域

すみれ会

中萱津公民館にて、毎月第1木曜日の午前中に近所の方が気軽に集まれる場所としてすみれ会が行われています。月ごとに脳トレや料理教室、茶話会など、様々なイベントが行われており、参加者からは「家に引きこもっていても仕方ないし、他の人との交流になるからありがたいです」といった声を聞くことができました。イベントの内容については、代表者がおひとりで決めるのではなく、参加者全員が和気あいあいと意見を出し合いながらより良い活動へと進めている様子が見受けられました。

代表者だけでなく、参加者全員で意見を出し合うなど参加型スタイルでより良い地域の居場所作りに取り組んでいる点がすてきです。



地域のつながりを作るために7年程前からこの活動を始めました。お茶を飲みに来るだけでもいいので、外に出るきっかけにしてもらえたら嬉しいです。



代表者の声



みなさまの身近にある、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に教えてください！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

