

# なごみ

「て」と「て」をつないで「えがお」をつくる。

## きたじま ささえあい大図鑑

近年、少子高齢化・核家族化に伴って

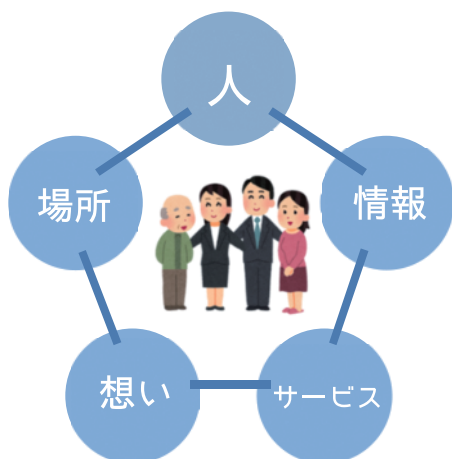
「地域での繋がり」はどんどん希薄になっています。

しかしその一方で地域の中で支え合って生活をしている地域も

実は北島町にはまだまだたくさんあります。

次ページからは「きたじま ささえあい大図鑑」として

北島町内で行われている温かい活動を少しずつですが皆様にご紹介します。



### 地域福祉コーディネーターって ご存知ですか？

地域福祉コーディネーターとは…

北島町の人と人、場所、情報、サービスなどを繋ぐ  
「接着剤」のような仕事です。

地域にどんな困りごとがあり

支え合い活動や集いの場があるのかを把握し

いくつになっても住み慣れた北島町で元気に暮らすための  
仕組みづくりを行っています。



みなさんの得意分野を活かして  
支え合い活動をしてみませんか？

- ・井戸端会議が大好き！  
⇒一人暮らしの方のお話し相手に！
- ・買い物が好き！  
⇒買い物に困っている人の代わりに  
お買い物に！
- ・主婦歴数十年のベテラン！  
⇒高齢の方の家事代行に！

こんな活動をしている方は  
いらっしやいませんか？

- ・近所でのサロンやお茶飲み会
- ・カラオケ・踊りなど趣味のサークルや  
老人クラブ活動
- ・ひとり暮らし高齢者の方の  
生活のちょっとした  
お手伝い（ゴミ出しや買い物など）

⇒お気軽に北島町地域包括支援センターまでご連絡ください！

北島町地域包括支援センター TEL:(088)698-8951 FAX:(088)697-0517



ごみの仕分けはひとつひとつ手作業で行う。

#1

## きたじま ささえあい大図鑑 東高房自治会

冬の陽が降りそそぐ12月の日曜日、早朝から20名以上の住民が集まった。2003年から継承されているゴミ出しボランティア活動は、高齢者や小さいお子さんがいる家庭など、粗大ゴミの廃棄が困難な方にとって生活の大きな支えとなっている。地域のつながりが希薄になりつつある北島町で、自治会の継続、地域コミュニティの力を高めていくにはどうしたら良いのかを模索し続けている天羽修さん(73)から話をうかがった。

活動の発端は自治会活動の運営経費の捻出。そのための一手が古紙や段ボール等の資源ゴミを換金することだった。始めた頃の回収率は想像以上に少なかったが、試行錯誤の末、粗大ゴミを無料回収すればそれと一緒に資源ゴミが集まるのではないかと、アイデアに辿りついた。

さらにみんなの声に耳を傾け、自治会に入会していればいつでも粗大ゴミを出すことができる倉庫を開放。持ち運びが困難な方のためには軽トラが個別回収するようにした。地道な活動の継続が生活の安心に繋がると同時に、できる方が困っている方に手を差し伸べる風景が自然に受け継がれていった。活動に参加している久米利國さん(68)は、「地域活動を通して、近所の方と顔が見える形でつながっていくことの大切さを実感しています。」と伝えてくれた。



今回お話しいただいたのは・・・  
東高房自治会 天羽 修さん  
ゴミ出しボランティア活動の立役者





15年間、カラオケを愉しみにしている  
お世話役の大道さん(右)



みんなで声をだしあうと  
気持ちも元気になってくる

ゴミ出しボランティア活動の他にも、様々な活動に取り組んできた。餅つきや花見、境内でのバーベキューも盛況だった。カラオケと卓球クラブは今も継続。毎朝のラジオ体操に6年間通い続けている一人暮らしの稲垣雅夫さん(87)は、「子供は県外ですぐに頼れんけど、自治会のおかげで声をかけてくれる方がいてとても助かる。出かける場所があると毎日にメリハリができますね。」と快活に話す。

3年前から夏休みのラジオ体操には子供も参加するようにになり世代間交流に繋



「無理のないペースで  
ずっと続けていきたい!」

いろいろな立場の人が世代を超えて交流できる  
いろいろな種類の居場所をつくらなあかん。

がった。神輿担ぎや獅子舞の舞子役には若い世代に声をかける。回覧板をまわすことが困難な方には個別に印刷して配布することで負担を解消する。震災時の漏電による火災防止グッズを手作りして全戸無料配布。振り込め詐欺を心配する方のためには、専用の録音装置をレンタルして取付けた。

「会費を集めて終わりじゃない。自治会があつて良かったと、ひとりでも多くの方に喜んでもらえるような地域の見守り隊にならなあかん。ほれが役割やな。卓球やカラオケが好きな人もおれば苦手な人もおる。住民は十人十色、いろいろな立場の人が世代を超えて交流できるようないろいろな種類の居場所をつくらなあかん。」と、天



人付き合いを面倒に思う気持ちもわかるけれど地域のつながりがなくなっていけば、無援社会となり孤立に拍車がかかる。つながりを見直すための重要なヒントが東高房地区にある。

三世代が交わられる居場所も増やしていきたいと語る、明るい未来を想う天羽さんのまなざしは温かい。

地域でささえあい活動をしている方、ぜひご連絡ください!

ささえあい活動や、集いの場、趣味の集まりなど、地域で活動されている方を募集中!  
また興味はあるけどまだ出ていない・・・という方も是非一度ご連絡ください。



問い合わせ先 北島町地域包括支援センター TEL: (088)698-8951

〒771-0203 徳島県板野郡北島町中村字上地 23-1(北島町総合庁舎 4F)

北島町では、地域の中に健康や介護について相談できたり、学べたりする場所があります。

場 所	内 容	お問い合わせ
医療法人 修誠会 介護老人保健施設 けい あい いえ <b>敬愛の家</b>	介護教室、健康教室の開催(偶数月) 認知症サポーター養成講座 介護相談	(088)698-7778
社会福祉法人会 緑樹会 グループホーム い おん <b>癒 音</b>	認知症カフェの開催 認知症サポーター養成講座 季節行事へのご案内 介護相談	(088)697-3788
社会福祉法人 友情会 グループホーム <b>えんじゅ</b>	認知症カフェの開催 認知症サポーター養成講座 季節行事へのご案内 介護相談	(088)697-0757
社会福祉法人 樟風会 特別養護老人ホーム よし の がわ そう <b>吉野川荘</b>	認知症カフェの開催(奇数月) 認知症サポーター養成講座 介護相談	(088)698-3249
社会福祉法人 健祥会 地域密着型 特別養護老人ホーム けんしょうかい <b>健祥会ライデン</b>	認知症サポーター養成講座 介護教室 介護福祉フェアの開催 介護相談	(088)624-7701

※開催日程等についてはそれぞれにお問い合わせください

## パーキンソン病の患者・家族のつどい

毎月1回、日曜日に集まり、お食事会や季節の行事などを行っています。家族の方も一緒に参加され、薬や病院、リハビリ介護についての話し合いをしています。できる方ができることをして会の運営をしているアットホームな場所です。体の自由が利きにくくなるとどうしても閉じこもりがちになりますが、同じ病気を抱える人同士で情報交換をしたり、勇気づけあったりし、和気あいあいとした雰囲気です。

- 対象** パーキンソン病の方とそのご家族
- 時間** 午前10時頃から午後2時30分頃まで
- 場所** ひなたぼっこの家 (北島町北村団地内)
- 会費** 1000円/名/回 (食事代を含む)
- お問い合わせ** 岡本さん(電話 698-4267)

