

今、地域でできること

新型コロナウイルス感染症の拡大により、集いの場が休止となり、外出自粛の日々を過ごしたなかでも地域でつながりつづけるために、様々なアイデアで活動してきた人たちの取り組みをまとめました。

その取り組みをヒントに、私たちがつながりを大切にしてきたのは何のためだったのか、そしてこれからのことを考えるきっかけにいただければ幸いです。



1. 手紙・ポスティング でつながりつづける

活動団体に関する新聞（ニュースレター）や季節のおたよりは、受け取った人に「気にかけてくれている」「つながりをもっている」という気持ちを感じてもらえます。

自宅でする体操やクイズなど、アイデア次第で効果的な機能低下（フレイル）予防になります。メンバーが家々にポスティングするのもいい運動になりリフレッシュできますよ！

私たちこんな活動しています



定期的に会報を発行し、ポスティングしながら見守りかねて声かけをしています。地域の中でつながりを感じながらお互いに支え合う気持ちを大切に活動しています。

東木津川台区支部



2. 電話・声かけ見守り でつながりつづける

「きっとあの人も話がしたいはず！」誰かとおしゃべりしたくなったら、自分から電話をかけてみましょう。相手も同じような思いをしているかもしれません。しゃべることで脳や肺が動き出し、身体にとってもいい効果があります。

インターホン越し、声を聞くことで見守り効果はアップ！ちょっとした変化に気づくことができます。孤立防止・防犯効果も。ゆるやかに声かけ・見守りをつづけましょう。

私たちこんな活動しています

サロン“ゆう”相楽台



毎日の犬の散歩途中で出会って安否確認をしています🐶
屋外では距離を取ってお話できます。

南加茂台地域

毎朝、子どもたちの気持ちのいい挨拶と笑顔で、見守っている私たちも元気をもらっています。また、活動中に道に迷われている高齢者を発見し、社協と包括につなぎ、ご家族に連絡したこともありました。ゴミの日には、私たちがカラス除けです(笑)。地域全体でお互いを見守り続けています。



3. ソーシャルディスタンス でつながりつづける

地域では、コロナ禍でサロン（居場所）づくりの活動を中止せざるを得ないところもありました。しかし、工夫をしてみている新たな活動もうまれています。

3密を避け、感染予防をしながらできることは？

- 公園でのウォーキング
- ソーシャルディスタンスをとって体操
- 声かけ見守り活動をはじめるといったなど

感染対策をしっかりとしながらメンバーも安心して参加できる活動をみんなで考えましょう

私たちこんな活動しています

ひまわり会 (南平尾)



公園でラジオ体操、顔を見ると元気もりもり

西木津川台支部



公園スタンプラリーでウォーキングと世代間交流を楽しみました。

4. オンラインツール でつながりつづける

若い人はLINEなどのオンラインツールでつながりを広めています。感染リスクを避ける手段として注目されているオンラインツールは若者だけのものではありません。

「難しそう」と思うかもしれませんが、60歳以上のスマホ普及率は77%（2020年、MMD研究所）LINEを使うシニアも増加傾向です。これを機会にオンラインに挑戦し、地域の仲間とメッセージを送りあう楽しさを感じてみてはいかがでしょうか。

私たちこんな活動しています

木津川市パソコンニューメディアサロン

対面とZOOMで、PCやスマホの「やりたい！」を実現。離れた方とも気軽に交流を楽しんだり、PCやスマホの相談をしています。



木津川ゴスペル

木津東部地域で活動している子育てサロンです。コロナ禍の活動は、LINEのビデオ通話を活用し、家でのコロナ対策やストレス予防、子育ての悩みなどを共有し、みんなで励まし合って活動しています。



「サロンの仲間会いたい」「おしゃべりをしたい」



「私にとって本当に大切な居場所になっていんだと気がつきました」

「あの人が元気にしてるかな」「最近元気がない気がする」

「何かみんなでつながれる活動をはじめたいな」



・・・などなど

コロナ禍で地域活動をされている皆さまから、様々な声を聞かせていただきました。まだまだ感染リスクの心配はありますが、前向きに工夫しながら活動を続けていくことでコロナ前にはなかった新たなチャンスにめぐり逢えるかもしれません。

これからも私たちは、地域のつながりづくり

をお手伝いしたいと思います。

どんなことでも気軽にご相談ください。

木津川市社会福祉協議会では、平成 29 年 4 月に市から“地域支え合い事業”の委託を受け各支所に“生活支援コーディネーター”を配置しています。

市民のみなさんと一緒に、サロンなどの集いの場や地域に必要な助け合い活動づくりを進める専門職です。気軽にご相談下さい。

木津川市社会福祉協議会

(本所・木津支所) 71-9559 FAX 72-7690

(加茂支所) 76-4338 FAX 76-8277

(山城支所) 86-4151 FAX 86-4521

(メール) kizugawashakyo@friend.ocn.ne.jp



発行：地域支え合い事業(令和3年2月)木津川市・木津川市社会福祉協議会