

# 支え合い通信

No.2

仕事や家庭以外に外に出て、  
誰かと会って、  
気軽に話を楽しめる“場所”は  
ありますか？



つなげよう！  
広げよう！  
みんなの  
“居場所”

来る前よりちょっと元気になって  
帰れる場所。

『困ったときはお互い様！』と  
言える誰かとつながれる場所。  
そんなちょっとした場所を  
あなたが持っていることが、  
日頃から支え合える関係を作るため  
に、とても大切になっています。



## 今号の内容

- つなげよう、広げよう！みんなの“居場所”紹介  
…花っ子の会、湊お茶っこ飲み会、地竹沢女性部、千町田コーラス
- どうして支え合いが必要なの？—地域支え合い活動推進事業について

# つなげよう、広げよう！みんなの“居場所”

みんなで集まってお茶を飲みながら、好きなことを楽しみながら、そこにいる人と何でもない会話を楽しむ。例えば田畑や浜の仕事の合間の立ち話でもいいし、場所だってどこでもいいのです。

かしこまった場所でもなくて、特別なかたちでなくとも。ゆるやかで気取らない、そして楽しい。そんな“居場所”が、地域にはたくさんあります。

## 横田町

### 花っ子の会 ～いつまでも本音を言い合える仲間と一緒に～



婦人会を卒業した人たちの居場所として生まれた花っ子の会。特別な事をするのではなく、顔なじみのメンバーとお茶っこして、ご飯を食べて、お互いの顔を見るだけで元気になれる大切な場所です。

「お互いの顔を合わせる機会」

「場所が会館だから

参加しやすい」



- 活動場所：第8区会館
- 活動日：年3回程度（6月・1月・2月）
- 時間：10時～14時

#### 参加者の声



## 気仙町

### 湊 お茶っこ飲み会 ～お互いの顔を見て安心できる場所～

3月まではボランティアの方々が運営していたお茶っこ会を「継続したい！」と4月からは自分たちで開催しています。ノルディックウォーキングで身体を動かし、お茶っこ飲みでは、かだって歌って踊って楽しめます。

「みんなの顔を見ると安心する。」

「集まれる場所があるのは

ありがたい。」



- 活動場所：湊公民館
- 活動日：毎月第2・4 火曜日
- 時間：13時30分～15時



参加者の声



## 米崎町

### 地竹沢 女性部 ～ 集まって、つながって ～



地竹沢地区女性部の活動として年に数回、さなぶりや新年会、学習会などを開催しています。今回は、ふくさとティッシュケース作りを行い、お互いに教え合ったり、世間話をしながら楽しい時間を過ごしました。

「楽しかった！」

「継続できるならまたやりたい！」

- 活動場所：地竹沢部落会館
- 活動日：年数回程度
- 時間：10時～12時

#### 参加者の声



## 小友町

### 千町田コーラス ～年令を問わず、和気あいあいと～

毎週金曜日、小友コミセンからは素敵な歌声が聴こえてきます。歌うことを目的に会員が集まり、演奏会等に向けて日々練習に励んでいます。演奏会後の打ち上げや新年会などで親睦を深めながら楽しく活動しています。

現在会員は男女混合で23名。

(男性5名、女性18名)

男性会員の加入大歓迎です！



- 活動場所：小友地区コミュニティセンター
- 活動日：毎週金曜日
- 時間：19時～21時



「はまかだ」してますか？

人とかかわりを持ち、楽しく笑うことは、心と体にとっても良く、健康づくりにつながると言われています。陸前高田市では、集まりに参加（はまって）しておしゃべり（かだる）することで元気になろう！という運動を、“はまかだ”と呼んでいます。オレンジ色ののぼりが目印です。のぼりを見かけたら、その場所の集まりにぜひ“はまってけらいん、かだってけらいん！”

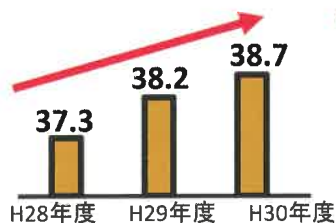
# どうして**支え合い**が 必要なの？

誰もが住み慣れた地域で、いつまでも住み続けることができる地域を目指して、陸前高田市では**地域支え合い活動推進事業**に取り組んでいます。

この事業では、日頃から地域で取り組んでいる活動や支え合いを大切にしながら、社会参加による介護予防を推進しています。

## 1 陸前高田は超・超高齢化社会?!

### ■ 高齢化率の推移

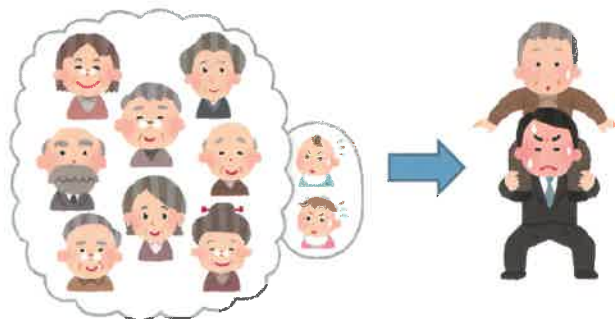


全人口のうち、  
**3人に1人が**  
**65歳以上!**

陸前高田市は超高齢化社会を既に通り越して、“**超**”  
**超高齢化社会**と云っていい状況です。また、ライフスタイルが変化し、高齢者のみの世帯も増えています。

※高齢化率とは、人口に対する高齢者(65歳以上)の割合です。  
※グラフは各年度、3/31時点の市の人口統計より作成しています。

## 2 介護保険のサービスが限界



少子化高齢化も進み、**介護の担い手不足が深刻**と  
なっています。市内でも休止や廃止を余儀なくされて  
いる事業所もあり、**介護保険のサービスだけでは高**  
**齢者の生活を支援しきれなくな**ってきています。

だから…

お互い様の心で地域の暮らしを支えましょう!



当市では、地域の実情に合った支え合いが推進されるように、各コミュニティ推進協議会単位で地域内での困りごとについて話し合う『協議体』の設置を行い、推進役となる『地域支え合い推進員』の委嘱を行っています。