

# ほほえみのわ

第3号

豊科地域版

～地域に笑顔とあしんを広げます～

## 地域のつながり、支え合いを広げる「生活支援体制整備事業」

「支え合い」という言葉をよく聞きます。なぜ今「支え合い」が求められているのでしょうか。元気なシニア世代が増える一方で、ゴミ出しや買い物など、ちょっとした手助けを必要とする高齢者や障がいをお持ちの方も増えています。支援が必要になったときには、暮らしを支える介護サービス等があります。しかし、日常生活上のちょっとした困りごとはサービスではなく、ご近所のつながり、地域の支え合いで解決できることもあります。

市では、生活支援や介護予防の取組を充実するために、「**生活支援体制整備事業**」を推進しています。区をはじめとした住民組織やNPO法人、民間企業など多様な主体が連携して、地域のつながり、支え合いによる生活支援を進めています。

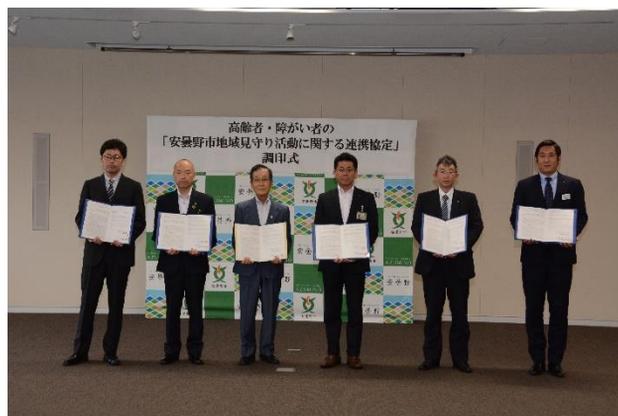


地域にある支え合いの情報をまとめた「生活支援サービスガイドブック」市役所本庁舎及び各支所にありますのでご利用ください。市ホームページでも閲覧できます。

## 高齢者・障がい者の地域見守り活動に関する協定を締結しました

市では、生活支援体制整備事業の一環として、高齢者や障がい者の方が地域で安心して生活することができるよう、区や民生児童委員協議会、事業者などと、地域見守り活動に関する協定を結んでいます。これまで24団体と協定を締結していましたが、新たに5団体と協定を結ぶため、8月3日に調印式が行われました。

各団体は業務などで高齢者宅等を訪問した際、新聞がたまっているなどの異変を感じた場合市に報告したり、研修会に進んで参加するなどの活動を行っています。

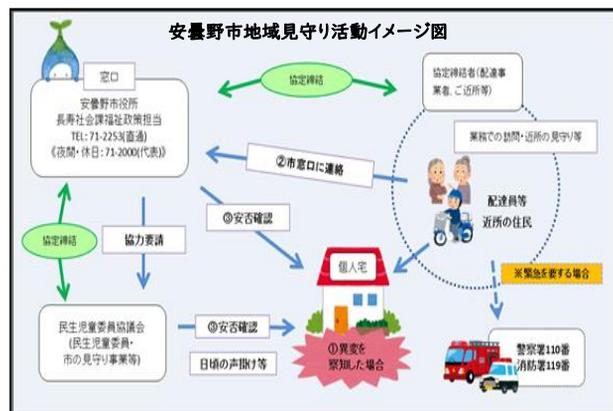


今回の協定締結者の皆さん

今回の協定締結者は下記のとおりです。

- ・おきに合同会社（訪問マッサージあんね）
- ・生活協同組合コープながの
- ・株式会社スズケン長野営業部塩尻支店
- ・中北薬品株式会社
- ・明治安田生命保険相互会社松本支社安曇野営業所

（現在の協定締結団体は市ホームページで確認ができます。）



# 「困ったときはお互いさま」の支え合いの地域づくり

応援します(共に考え行動しましょう!!)

「公の制度」だけではあんしんした日常の暮らしは難しい。お互いのできる事で助け合い!

豊科地域協議体は地域の「困りごと」の改善において地域のみなさまと一緒に考え、行動できるように話し、学習を重ねています。

身近なところに思いがけない“知恵”や“情報”があります。「こんな事」と思わずに気軽に声をかけて下さい。「近所」の「近助」が地域支え合いの大きな力です。

## 拠点での活動紹介



### 安曇野市介護予防教室 〈エンジョイシニア!!実践おたっしや塾〉

この日のテーマは  
「ゆったりリズムでこころもからだもリラックス」  
講師は  
佐久総合病院健康管理センター 前島医師

「地域包括ケア」の学習から始まって全12回。  
熱心に筆記、各講義の後宿題もあって真剣です。

新型コロナウイルス感染症禍で  
地域で顔を合わせての活動は控えています。  
ばかし作りサークルは、  
「美味し野菜」を  
作ろうとばかしづくりに精を出しています。  
家族を思いやる優しい菜園作りは  
小さなSDGs。

材料は  
もみ殻・米ぬか  
油粕・糖蜜  
etc.



交流不足は  
「こころの充電不足」に。  
コロナの一日も早い終息を。



マスクの下はきっと笑顔  
健康体操教室  
短い時間の中で  
「気持ちよかったね!!」

地域を知っているのは  
そこにお住いのみなさんです。

豊科地域協議体の課題は「移動支援」。  
支援が必要な人、支援が出来る人、互いに安全に安心して利用し、活動できる仕組み創りはどうしたらいいか?

スムーズに動き出すにはそれぞれの地域に副った仕組み作りが必要です。  
地域の皆さんと共に考えます。



今あるサービスを知って  
生活に取入れ役立てる工夫も  
考えてみましょう。

豊科地域  
生活支援サービス  
ガイドブック には  
現在地域の中にある  
サービスが紹介されています。  
・移動支援  
デマンド交通あづみん、  
介護タクシー など  
・買い物支援  
・配達サービス  
・配食、宅配サービス  
・生活支援サービス  
その他

【生活支援コーディネーターお問合せ先】  
豊科地域:三澤 早苗(みさわ さなえ)  
☎ 0263-72-2828  
〒 399-8201 安曇野市豊科南穂高2728-1  
NPOJAあづみくらしの助け合いネットワークあんしん

【発行】第3号 令和3年9月  
安曇野市介護保険課  
☎0263-72-9986

安曇野市生活支援体制整備事業

検索



# 穂高地域 生活支援コーディネーターから

ちょっとお願いしたいことがある人、ちょっとのことならお手伝いできる人、そんな方はたくさんいると思います。制度やサービスに頼らなくても、住民どうしのお互いさまの気持ちが解決してくれます。

ご存知ですか？

## 住民参加型 有償在宅福祉サービス 「しあわせ・あづみん」



支えるのも  
住民

支えられるのも  
住民

しあわせ・あづみんは、安曇野市社協が住民どうしをつなぐ日常のちょっとした困りごとを支えあうしくみです。

ボランティアの気持ちで社協に登録している主に穂高地域の「支援会員」をご紹介します。  
料金は、30分300円が1単位です。  
(1回の依頼につき+交通費100円)



【例えばこんなことでお困りの方】

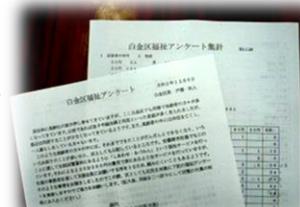
- ・庭の草取り・雪かき
- ・通常のゴミ出し
- ・買い物や薬の受け取り代行
- ・日常的な掃除・大掃除 など



住民主体の取り組みとして・・・

更に小地域での  
支えあいのしくみづくりが  
始まっています

白金区では、しあわせ・あづみんをヒトに、区内でちょっとした困りごとを支えるしくみが必要と考え、区民にアンケートを実施しました。



アンケート結果をもとに、区内の様々な方の意見を聞いて、無理のない範囲で「白金区 区民支え合い制度」をスタートするため、現在準備をしています。

そのくらいのことなら協力できそう!



顔見知りのご近所さんをお願いできると安心・・・



## 【協議体】白金区の取り組みを応援しています!

穂高地域の協議体では、令和2年度から継続して白金区の取り組みについて意見交換をしています。  
これからも、皆でアドバイスしたり、応援したりしながらしくみがスタートするのを見守ります。



そして、白金区のような取り組みを、穂高地域のみなさんに伝えていくことも、協議体の大事な役割だと考えています。



【生活支援コーディネーターお問合せ先】

穂高地域:竹内 紀子(たけうち のりこ)

☎0263-82-2940

〒399-8303 安曇野市穂高5808-1

社会福祉法人安曇野市社会福祉協議会穂高支所

【発行】第3号 令和3年9月

安曇野市介護保険課

☎0263-72-9986

安曇野市生活支援体制整備事業

検索





意見を出し合う協議体メンバーの様子(藤岡会長宅)

三郷地域  
協議体での  
取り組み

地域における  
「居場所」  
「たまり場」  
作りに向けて

「家でよければ近所の人や、子どもたちにどんどん使ってほしい」と提案して下さったシニアクラブの藤岡会長。今後の取り組みについて引き続き協議していきます。



【二木地区いきいきサロン】

この日は講師をお呼びしての「コケ玉」作り。久々のサロン活動に、皆さん笑顔が溢れました。



コロナ禍で家にいる時間が多い中、ふとコケ玉をみれば緑に癒されますね。

(二木公民館にて)

地域での  
活動の  
ご紹介



【南小倉地区ふれあいサロン】

南小倉公民館にて、この日は牛乳パックの小物入れ作りに約20名の住民の皆さんが参加されました。完成した小物入れに「お菓子を入れてプレゼントするのもいいね」と楽しそうなお話が聞かえてきました。



生活支援コーディネーターには、地域でのつながりや支え合いについて情報を集め、発信する役割もあります。今後も皆様の活動や活躍の現場にお邪魔しますので、さまざまな情報をお寄せください。

【生活支援コーディネーターお問合せ先】

三郷地域:中越 励(なかごし れい)

☎0263-77-8080

〒399-8101 安曇野市三郷明盛2198-1

社会福祉法人安曇野市社会福祉協議会三郷支所

【発行】第3号 令和3年9月

安曇野市介護保険課

☎0263-72-9986

安曇野市生活支援体制整備事業

検索



# 小地域で 様々な地域の活動が行われています

サロン活動

体操教室

ボランティア  
活動

世代間交流

シニアクラブ

そんな中

地域の中で困りごとを解決するための、  
“支え合いの仕組づくり”の必要性が見えて  
きました

そこで

堀金地域協議体では、「支え合いの仕組みづくり」に向けての学習会を開催し、委員より各地区の状況をお聞きしました。地域の中で気軽に「助けて」と言えるお互いさまの関係を築くことが改めて必要だと感じました。住み慣れた地域で安心して暮らしていくために、どんな仕組みが必要か一緒に考えていきましょう。今後、各地区で必要な支え合いについて皆さんのご意見をいただきます。

【生活支援コーディネーターお問合せ先】

堀金地域：野本 博(のもと ひろし)

☎0263-73-5288

〒399-8211 安曇野市堀金烏川2132-6

社会福祉法人安曇野市社会福祉協議会堀金支所

【発行】第3号 令和3年9月

安曇野市介護保険課

☎0263-72-9986

安曇野市生活支援体制整備事業

検索



# コロナ禍の今できること ～明科地域～

みんなで集まれない時期だからこそ  
より一層地域のつながりが求められています。  
コロナ禍でも地域のつながりを切らないため  
にそれぞれの地区で工夫をこらし、今できる  
活動を行っています。



## 支え合いの場



### 潮沢区

久しぶりに外に出たとい  
う方も多く、体操で  
コリをほぐしました



### 潮区

民謡コンサート  
ソーシャルディス  
タンスを保ちなが  
ら楽しみました



### 荻原区

子どもたちに七夕の  
笹と飾り・マスクを  
配りました☆



## 情報共有の場

明科地域協議体では買い  
物支援や居場所作りなど、  
地域の様々な課題を把握  
し活動につなげています。  
活動にお困りの際はお気軽  
にご相談ください。



あいりすで行われる協議体会議

