

地 域 支 え あ い 活 動 事 例 集

さ せ え あ い

BOOK



ふれあいネットワーク



社会福祉
法人

山形市社会福祉協議会



今、山形市の各地区で、住民の皆さまによる支えあい活動、福祉のまちづくりが、広がりを見せています。

私たち生活支援コーディネーターは、

こうした住民の皆さまと一緒に福祉のまちづくりを目指していますが、

地域の支えあい、福祉のまちづくりの主役はあくまで地域の皆さまであると日々実感しています。

地域づくりの本当の答えは地域の皆さまの中にあります。

私たちは、その答えを見つけ出すお手伝いをしています。

活動の中で地域の皆さまと一緒に見つけたそれぞれの答えを一冊にまとめたものが

この地域支えあい活動事例集『**ヤ、ヤ、え、あ、い**』BOOK』です。

それぞれに共通するのは、一人ひとりができるちよつとした活動から福祉のまちづくりが始まっていることです。

この冊子が、自分の地域をよくする活動のきっかけになれば幸いです。

山形市社会福祉協議会

生活支援コーディネーター



目次



支えあい活動事例紹介

誰もが集まれる場所

- 第一地区 月一通いの場&ランチカフェ逢いの蔵 …… 5
- 第五地区 いきいきサロンあこや …… 6
- 第六地区 あいらぶ♡末広楽市楽茶 …… 6
- 第八地区 小白川二区南「朝市サロン」 …… 7
- 第十地区 じょうなんおれんじカフェin大原学園 …… 7
- 出羽地区 ママカフェ …… 8
- 滝山地区 れとろカフェ …… 8
- 東沢地区 オープンカフェ&映画会 …… 9
- 南山形地区 カフェ・オキナグサ …… 9
- 西山形地区 介護者サロン「いっぴぐぐ会」 …… 9

健康づくり 介護予防の体操など

- 第四地区 六日町あいあい「いきいき百歳体操」 …… 10
- 第九地区 桧町住宅いきいき体操会 …… 10
- 大曾根地区 おおそね100歳クラブ …… 11
- 蔵王地区 ラジオ体操の会 …… 11
- 明治地区 M-1(エムワン)倶楽部 …… 12

見守り声かけ活動

- 第七地区 福祉協力員(ブロック代表者) …… 12
- 千歳地区 隣組単位での見守り活動 …… 13
- 大郷地区 防災に対する地域の取り組み …… 13
- 山寺地区 福祉マップづくり …… 14
- 榎沢地区 福祉防災マップ …… 14

担い手養成講座

- 第二地区 第二地区粋々男塾 …… 15
- 金井地区 ジェントルマン生き生き講座 …… 15

生活支援

- 第三地区 すこやか弁当づくり …… 16
- 楯山地区 楯山地区COPP買い物支援 …… 16
- 高瀬地区 高瀬地区買い物支援 …… 17
- 村木沢地区 若木にこにこ応援隊 …… 17
- 本沢地区 買い物バスボランティア …… 18
- 飯塚地区 交通や買い物支援への取り組み …… 18

総合事業B型

- 鈴川地区 SUKUYAKA倶楽部 …… 19
- 南沼原地区 かえるの会 …… 19
- 生活支援コーディネーターの活動 …… 20

山形市内の支えあい活動 取り組み状況

- 山形市地域支え合いボランティア活動(総合事業B型) …… 22
- 支えあい活動のきっかけづくり …… 22
- 地域の中の居場所 …… 23
- 福祉施設と地域が一緒に行く買い物送迎 …… 23



ここでは、山形市内30地区で取り組まれている
支えあい活動の中から、
生活支援コーディネーターが
おすすめしたい各地区の
取り組みについてご紹介します！



第一地区

月一通いの場&ランチカフェ 逢いの蔵

ちょっと困った時に頼ったり
気軽に話しに行ける地域の居場所



第一地区社協では、「何か活動を始めたい方への初めの一歩」をテーマに第一地区ボランティア養成講座を開催しました。
参加者一〇名で福祉を学び、講座最終日に参加者のAさんから「うちのお蔵で住民が気軽に集まる地域の居場所をしてみたいと以前から思っていたの」と素敵な提案があり、参加者みんなで講座が終わったその足で、お蔵に行きました。そのお蔵でさっそく話し合い、「いいね」「私も手伝うよ」「月一回から」「やってみよう」の声が！そうして始まったのが月一通いの場「逢いの蔵」です。参加者は

DATA

- 【日時】** ①【通いの場】
毎月最終水曜日 9:30 ~ 12:00
②【ランチカフェ】
毎月第2火曜日 9:30 ~ 13:00
- 【場所】** Aさんのお蔵
- 【対象】** 主に第一地区の近隣住民
(会場に来られる方なら)
- 【参加費】** ① 300円
② 500円

ボランティアおもだかと命名された活動。Aさんは「直接おしゃべりする相手が減っていませんか？」「もう一つ自分の居場所をつくりませんか？」とチラシを作り、ボランティアおもだかメンバーで気になる方へ声かけし、今では一人暮らしの方やママ友等が自然に集まる地域の居場所になってきています。
参加者の声からランチも始めました。



第五地区

いきいきサロンあこや

地域と企業がつながってみんなの居場所に！



第五地区あこや町三丁目町内会では、以前から「住民が気軽に集まる場所がない」という声が聞かれていました。その声が地域にある岡崎医療株式会社に届き、企業の思いと重なり合ったことで建物の一部を開放した地域活動を行うこととなりました。
協議を重ね、平成三〇年一二月からふれあいいきいきサロンを実施することになりました。
サロンでは、お茶のみやおしゃべり、輪投げや手芸など楽しい活動をしています。他にも企業職員を講師に招き、栄養講座を開催して、高齢者の生活に役立つ情報を

DATA

- 【日時】** 毎月第3水曜日
- 【場所】** 岡崎医療株式会社 第二ビル2階
- 【対象】** あこや町3丁目町内会住民
- 【参加費】** 無料

得られる機会にもなっています。住民からは「身近に集まれる場所ができて良かった」「毎月集まれると良いな」という声が多く聞かれています。
またサロン活動以外にも、町内三者懇談会の際にも会場として活用されており、地域にある企業から住民同士の顔の見える関係づくりが進められています。



第六地区

あいらぶ♡末広楽市楽茶

顔が見える町っていいね！
世代を超えてみんなでつながろう



「あいらぶ♡末広楽市楽茶」は、地域住民が気軽に交流できる場を作りたくて願って五年前に始まった活動です。四つの町内会、世代の枠を超えた賑わいがあります。地域の有志や役員、障がい福祉サービス事業所、それに山形西高、地域包括支援センターや市社協もいっしょに実行委員会をつくり、年に四回のイベントを実施。毎回テーマを決めて地域の交流を図っています。例えば防災をテーマにした回では日頃からのつながりの大切さを再認識。高校生企画のお点前

DATA

- 【日時】 原則 5・7・9・11月
第2土曜日 10:00～12:00
- 【場所】 末広集会所・末広町公園
- 【対象】 末広町住民又は地域に関わる方
- 【参加費】 無料

や生け花体験では老若男女が笑顔満開でした。恒例の青空市は人気行事で、多くの方々が買い物を楽しんでいます。「もっと元気で交流したい！」の声から週一回の百歳体操も始まりました。
みんなと過ごす楽しいひと時は元気の源。子どもたちと年配の方々との交流も生まれます。楽市楽茶の活動は現在進行形！です。



第八地区

小白川二区南「朝市サロン」

朝イチでみんなと会える集いの場



DATA

- 【日時】 5月～11月(第2・第4金曜日)
9:30～10:00
- 【場所】 あこや公園
- 【対象】 小白川二区南町内会住民

金曜日の朝、あこや公園の東屋では、農家の方が持参する新鮮な野菜が並び、その他にも、玉こんにゃく、パンなどの移動販売のお店が集まり、小白川二区南「朝市サロン」が開かれています。
この朝市サロンは福祉協力員・民生委員児童委員の方々を中心となり、ふれあいいきいきサロンの一環として平成二十三年から続いています。開催日は自治会便りで住民にお知らせしています。
朝の散歩がてらにみんなと会うことができ、買い物だけでなく地域の交流の場としてみんなに親し

まれている憩いの場となっています。「この前のあれ美味しかった」「今日は○○ないの?」「お変わりないですか?」という会話も聞かれます。
買い物したものを福祉協力員が持ってあげながら一緒に家まで帰ることもあり、自然な見守りや支えあいの活動にもつながっています。



第十地区

第十地区

じょうなんおれんじカフェ in 大原学園
 住み慣れた地域で支え合い、健やかに
 生きがいをもって暮らせるまちづくりをめざして



第十地区は市内で初めて認知症かけ訓練を地区で開催しました。また地域福祉推進会議では、認知症になり声をかけられる側と声をかける側の立場を交代で体験し、認知症の理解を深めてきました。

認知症になっても安心して住み続けられるまちにしていきたいな、という地域の温かい想いから「第十地区認知症カフェ企画検討チーム」は立ち上がりました。地区内にある大原学園山形校よりご協力をいただき「じょうなんおれんじカフェ in 大原学園」は誕生しました。

令和元年十一月開催時は、温か

DATA

- 【日時】 令和元年度は年2回開催
- 【場所】 大原学園1階ロビー
- 【対象】 主に第十地区住民
- 【参加費】 無料

い飲み物やギター演奏が流れる中、賑やかでゆったりしたひとときとなりました。認知症に関するミニ講話や、参加された方の交流を図れるようにしています。専門職も一緒に参加しているので、気軽に話を聞くこともできます。

認知症に関するちよっとした情報を得られ、どなたも参加しやすい安心できる居場所です。



出羽地区

出羽地区

ママカフェ
 子育て中のママ達が
 自分たちのためにやりたいこと！



出羽地区のボランティア講座修了生である子育て中のAさんが、せっかく地域にある公民館をもっと若い人にも使わせてもらえないか？雨の日に子どもが遊べる場所にならないか？また、ママ達のストレスを何かで解決したい！子どもを連れてでも気にせずに自分たちのために何かやりたいという思いから、ママ達が企画運営するママカフェを平成三十年九月に始めました。

一回目の企画では、「癒されたい！」という気持ちを満たすためにヨガ講座を開催しました。宣伝

DATA

- 【日時】 月1回
- 【場所】 幸町公民館 他
- 【対象】 出羽地区の子育てママなど
- 【参加費】 100円～

の効果もあり、ママ以外にも、女子中学生から高齢女性まで集まり「同じ町内なのに会った事もない人達と知り合いになれて良かった」という新たなつながりや、多世代の交流にもなりました。

ママ達がわいわいすることです。ストレス解消にもなり、お互い相談し合える「ママカフェ」になっていきます。



滝山地区

れとろカフェ

あの時代にタイムスリップ
ふらっと集まれる居場所



「地域の人がふらっと気軽に集まれる居場所を作りたい」と滝山地区にある東北芸術工科大学の学生の声と、「若者とも交流できる居場所が欲しい」という地域の思いから、学生が企画し、れとろカフェは令和元年九月に始まりました。昭和時代のレトロな物に触れると初対面でも、年代を問わずに気軽に話が出来て盛り上がるのではないかとという学生の考えを基に、当日流す映像や物品等の準備をしています。毎月のカフェでは昭和の映像を見てクイズ大会が行われたり、懐かしの音楽が流れます。地域の方から「家にレコードが

DATA

- 【日時】 月 1 回
- 【場所】 滝山コミュニティーセンター 集会室
- 【対象】 滝山地区住民
- 【参加費】 200 円

あるよ」と貸して頂き、レトロな音楽が流れる中、「昭和時代このレコード聞いたなあ」「こんな雑誌があったんですね」と世代を超えて共通の話題で盛り上がり、賑やかな声が響いています。誰でも気軽に集まり、語り合う事が出来るれとろカフェは、滝山地区の新しい憩いの場となっています。



東沢地区

オープンカフェ&映写会

だれもが住みやすい東沢をめざして
気軽に立ち寄ってちよっと楽しめる居場所



東沢地区では、平成三〇年より地区社協が中心となって地域共生社会の実現を目指した活動を行っています。その一環として、オープンカフェと映写会がスタートしました。オープンカフェは、毎月一〇日の午後には開店します。笑顔で迎え入れてくれるのは、エプロンと三角巾をしたボランティアスタッフの皆さんです。町内会の枠にとらわれず、誰でも参加することができ、おいしい飲み物で一息つきながらおしゃべりを楽しめる場になっています。映写会は、山形に所縁のある作品であったり、色んな世代が楽し

DATA

- 【日時】 カフェ：毎月 10 日
13:30 ~
映写会：不定期
(地区内回覧版を参照)
- 【場所】 東沢コミュニティーセンター
(マジャーレがんど)
- 【対象】 東沢地区住民
- 【参加費】 無料

めるよう住民からのリクエストに応えた作品を上映し、孫を連れの方や若い世代が交流できる場となっています。住民が集まるこの場所では、悩みを共有できることもあり、「子どもからお年寄りまで、障がいがあってもなくても暮らしやすい東沢に」という地区の願いに沿った活動となっています。どちらも、暮らしに元気を与えてくれる居場所です。



南山形地区

カフェ・オキナグサ

笑顔あふれる地域の素敵な居場所



蔵王駅前自治会とみこころの園南山形を中心に「カフェ・オキナグサ」は、平成三十年一月から始まりました。蔵王駅前自治会は、認知症になっても住みなれた地域で安心して住み続けられるまちづくりを目指しています。

認知症予防を中心としての内容で開催されますが、子どもから高齢者まで誰でも参加できます。楽しくお話をする時間も多くあり、時には体操をして身体を動かしたり、脳トレなども行います。「カフェ・オキナグサ」の醍醐味は、なんといっても本格的な力

DATA

- 【日時】** 隔月(偶数月)第3木曜日
13:30 ~ 15:00
- 【場所】** みこころの園南山形
- 【対象】** 蔵王駅前自治会住民
- 【参加費】** 100円

フェのようにセットされたテーブルで、たぐさんのメニューから好きな飲み物を注文できることです。参加者からは「ここに来ると誰かと話せてうれしいんだ」と、笑顔がこぼれます。

たぐさん
おしゃべりしたり笑ったり「カフェ・オキナグサ」で笑顔の輪が広がっています。



西山形地区

介護者サロン「いっぶぐ会」

お茶のみしながらホッと「いっぶぐ」
介護のなやみを相談してみませんか



DATA

- 【日時】** 第3木曜日
13:30 ~
- 【場所】** 各集会所(順番に開催)
- 【対象】** 西山形地区住民
- 【参加費】** 無料

平成二二年一月にはじまった、介護者サロン「いっぶぐ会」は、毎回大盛況の中、開催回数は一〇〇回をこえる活動になっていきます。自宅での介護をしている方や介護の経験がある方、また、自身の生活に不安を感じていたり介護予防に関心のある方などが集まります。

立ち上げのきっかけは、介護の悩みを相談したり、経験を話したり、リフレッシュする場が欲しいという地域の声から立ち上がりました。地区社協や民生委員児童委員の方々、そこに地域包括支援センターや福祉施設の運営協力もあり、お茶のみ話しを中心に、介護予防の話し

や軽体操なども行いながら毎回来しい時間を過ごしています。最初はドキドキしながら参加していた皆さんも回を重ねることにお互いに顔見知りになり、今では「いっぶぐ会」開催を心待ちにしているようです。参加者の皆さんはいつもこう思っています。「介護の事、ひとりで悩まず、地域とともに」。



第四地区

六日町あいあい
「いきいき百歳体操」

地域の思いがひとつになって



DATA

- 【日時】 毎月第1・3木曜日
10:30～11:30
(曜日変更の時もあり)
- 【場所】 六日町あいあい
地域交流スペース
- 【対象】 六日町3区住民
(他町内の方も参加可能)
- 【参加費】 無料

市の中心部に位置する六日町三区町内会には集会所がありません。福祉協力員Cさんは、住民の方から「みんなで体操をしたい」という相談を受け、生活支援コーディネートターに立上げの相談を寄せてくれました。

一方、町内にある「六日町あいあい特別養護老人ホーム」では、施設内にある交流スペースを地域の方に開放し活用してもらいたいと思っていました。もちろん、交流スペースの存在はCさんも知っていましたが、一般の方が体操に利用できるとは思っていませんでした。そこで、施設の職員とCさんを

はじめとする地域住民が、一堂に集まり話し合いを持ちました。

それぞれの思い、やりたい事、担えること等を共有できたことで、早期に百歳体操を実現することが出来ました。

現在は、隣接する町内の住民や施設の利用者の皆さんも加わって、にぎやかに体操をする場となっています。



第九地区

松町住宅いきいき体操会

公営住宅の集会所が

地域の活動の場になりました



DATA

- 【日時】 毎週月曜日
10:00～11:30
- 【場所】 県営松町住宅集会所
- 【対象】 県営松町住宅・松町四丁目住民
- 【参加費】 茶菓代(お茶のみ会の時)

は、自治会長や民生委員児童委員からの物品提供や助成金申請協力、集会所利用の理解等を得ました。

この体操がきっかけとなり、挨拶も増え、交流の輪が広がっています。今では松町住宅だけでなく隣接町内にお住いの方も参加し、顔の見える関係にもつながっています。



大曽根地区

おおそね100歳クラブ

めざせ百歳！いつまでもいきいき元気



おおそね100歳クラブではいつまでも「いきいき元気」に暮らせる事をモットーにいきいき百歳体操を毎週、実施しています。当初は月に二回の集まりでしたが、百歳体操の効果をより実感したいとの思いから毎週開催する事になりました。

参加者のみなさんからは、「立ったり座ったりするのが楽になった」「長い距離を歩けるようになった」、コミュニティセンターまで一人で歩いて来られるようになった」などの喜びの声が聞かれます。

百歳体操に来るたびに参加者

DATA

- 【日時】 毎週火曜日(第5週目は休み)
9:30 ~ 10:10
- 【場所】 大曽根コミュニティセンター
- 【対象】 大曽根地区住民

同士の交流の輪も広がっており、日頃の生活の中でもお茶のみをしたり、一緒に出かけたりしています。また、当日休んだ方を気にかけていたり、安否確認にもつながっています。

大曽根地区にお住いの方なら誰でも参加可能です。多くの方の参加により、いつまでもいきいき元気に暮らせる地域を目指しています。



蔵王地区

ラジオ体操の会

ラジオ体操でつながる
心と身体健康づくり



蔵王地区に住むIさんが、毎朝散歩で見かけるTさんに健康寿命を延ばすことを目的に同じ時間帯に散歩をしている人たちに声をかけ、ラジオ体操を始めないかと話したことがきっかけで平成一六年から体操の会が始まりました。最初は二、三人でスタートし、徐々に口コミ等で知った人たちも加わり、現在は十、二十名が集まり、お正月やお盆も休まず毎日体操をしています。夏休みには小学生やその親世代も参加し、ラジオ体操を通してぎやかに交流が図られています。

町内会に関係なく様々な所から集まり、出欠確認も行いませんが、

DATA

- 【日時】 365日毎日
6:30 ~
- 【場所】 桜田小学校 昇降口前広場
- 【対象】 桜田小周辺の住民、その他だれでも
- 【参加費】 無料

休みが続く人には自然と声をかけあっています。「ここに来てみんなと話をするのが楽しみなのよ。」と男性、女性関係なくおしゃべりを楽しみ、毎年忘年会を行い親睦を深めています。

「誰でも自由に参加できるこの会を楽しみながら続けていきたい。」とIさんとTさんは話しています。



明治地区

M-1(エムワン)倶楽部

明治(エム)が一番(ワン)
住民主体の見守り・声かけも一番!



DATA

- 【日時】 毎週金曜日
10:00 ~ 11:00
- 【場所】 明治コミュニティセンター
- 【対象】 明治地区住民
- 【参加費】 無料

平成二六年一月、山形市の中で最も早い時期に、いきいき百歳体操をする場所が住民の方々により立ち上がりました。それがM-1倶楽部です。明治コミュニティセンターの多目的ホールを会場に地域のみなさんが集まり、体操に取り組んでいます。「ひとりでは運動は続かないけれど、みんなと一緒に楽ししいし続けられる」という声もきかれ、体力づくり・介護予防を目的として続けてきました。

回数を重ね、現在では運動だけでなく、体操の後にちよっとしたおしゃべり会も開催しています。みなさんの会話の中でお互いの近況が分かったり、時には相談の場にもなっています。「最近、〇〇さん来ないね、今度、声かけてみませんか」という自然な見守り・声かけが聞こえられています。



見守り声かけ活動

第七地区

福祉協力員(ブロック代表者)

地域課題をみんなで解決できる
仕組みづくりを目指して



DATA

- 【日時】 年6回程度開催
約2時間の会議
- 【場所】 山形市総合福祉センター
- 【対象】 第七地区福祉協力員
ブロック代表

人口数の多い第七地区では、一六名の福祉協力員が活動しています。他の地区より福祉協力員の人数が多く、一堂に会して地域の課題を話し合うことが難しいこともあり、独自の工夫として「ブロック代表者会議」を行っています。この会議は、地区を五つのブロックに分け、各ブロックから代表者を選出し、年間約六回開催されています。

日頃の活動の状況などを報告すると共に各ブロックの気になる話題について、どのように対応していくべきかを話し合っています。会議には、SCや地域包括支援センター職員等の専門職も出席しています。これにより、対応が難しいような問題でも専門的なアドバイスを受けながら協働して解決していけるような取り組みにつながっています。

また、皆で共有することで福祉協力員が一人でも悩むことなく安心して活動ができる仕組みになっています。



千歳地区

隣組単位での見守り活動

町内ごとに課題は違う…

最小コミュニケーションは隣組！



平成三〇年度に千歳地区では、二二町内全域と地域内の教育・福祉・医療の関係機関を含む方々に「心配事・悩み事・困り事」の把握と課題を共有するためのアンケートを実施しました。そこで、千歳地区社協では集約分析プロジェクトチームを発足し、令和元年度に「千歳地区共生社会づくり事業」を推進する事を発表しました。

アンケートでは、「ご近所関係が希薄化し無関心のため支え合う仕組みづくりが必要」「身近な相談窓口を作ってほしい」「ちょっと心配な世帯への声かけ・見守りや高齢者の生活支援が必要」という課題

DATA

- 【日時】 随時
(令和元年度より実施)
- 【場所】 各町内会
- 【対象】 千歳地区住民

が明確になりました。その解決策として、声かけは住民に一番近い存在の隣組長、見守り活動は福祉協力員、相談窓口は民生委員児童委員とすることが確認されました。更に各町内で隣組長を含めて懇談会が開催され、誰をどう声かけするか等、活発に話し合われ隣組単位の支え合い活動が千歳地区で始まりました。



大郷地区

防災に対する地域の取り組み

防災からの地域づくり

日頃の絆が災害から地域を守る

作業に入ります **作業 15分**

- 必要なもの
 - ① 福祉マップ ② 我が丸シート
 - ③ 丸いシール「桃・黄・緑」の3色
- 丸いシールを貼るだけの簡単な作業です
 - 桃：地域の拠点・核になる場所
集合場所になりそうな所・避難所
 - 黄：話しやすい人・相談しやすい人
 - 緑：災害時、蛍光ペンの家への声かけ、避難誘導を手伝ってくれそうな人

DATA

- 【日時】 2月：地域福祉推進会議
6月：福祉マップ更新研修
- 【場所】 大郷コミセン
- 【対象】 地区社協・町内会役員・民生委員児童委員・福祉協力員・コミセンなど

大郷地区では、地域で災害について考える研修会を毎年開催しています。地区社協の声かけで、町内会正副会長・民生委員児童委員・福祉協力員・コミュニティセンターなど、常に地域で住民とつながりのある方々が参加しています。

大郷地区には須川が流れており、過去に氾濫した経緯があります。災害時に誰が誰を助けるかなど、急に住民が支援をおこなうことは困難であることから、万が一の災害に備えて地域のリーダーとなる方々が定期的に集まり確認をしています。

平成二三年度より「日頃の絆

が災害から地域を守る」をテーマに、災害時の対応として「個人で行う安全確認」から「地域で行う避難所運営」までをシリーズ化して研修をしてきました。

普段の生活の中でつながっていることが大切であると地域全体で確認していることもあり、各町内毎の集まりやサロンでも、住民同士のつながりが更に深められています。



山寺地区

福祉マップづくり

日頃の情報交換を大切にし
みんなで地域を見守る活動



山寺地区では、毎年七月に開催する地域福祉推進会議において、単身高齢者・高齢者夫婦世帯などが目でわかるよう、色分けした福祉マップを作っています。

福祉マップを作る際は、各町内ごとに町内会長・民生委員児童委員・福祉協力員・女性代表の四人の役員が集まり、昨年と変化があった世帯の状況、見守りの必要性について情報共有しています。

また、各町内ごとに三者懇談会も開催しており、作成したマップを基に、話し合いをしています。

山寺地区では高齢化率が市内

DATA

- 【日時】 地域福祉推進会議（毎年3回）
町内三者懇談会（各町内ごと）
- 【場所】 山寺コミュニティセンター、
各町内集会所
- 【対象】 町内会長・民生委員児童委員・
福祉協力員・女性代表

三〇地区で一番高く人口減少しています。しかし、こうした状況の中であっても、役員が中心となり住民同士が気にかけて支えあう仕組みを確立していることで、いつまでも高齢者が安心して暮らせる地域となっています。今後この活動を、地区社協を中心に、継続・発展していく考えです。



榎沢地区

福祉防災マップ

『いざ』に備えて三つ全自治会で
取り組む安全・安心なまちづくり



台風の際はヒヤリとした方も多かったのではないのでしょうか？ 榎沢地区ではいざという時に備え、昨年度から榎沢地区にある三つの自治会が合同で「福祉防災マップ」を作成しています。

このマップは、高齢者の見守りや、災害などで避難する時に支援が必要な方がどこにいるか、地図上で一目でわかるようにしようという取り組みによるものです。

今年度は「地域福祉推進会議」でマップの情報を更新し、非常時に活かせるものになっています。

マップの情報は自治会役員・民生委員児童委員・福祉協力員が確

DATA

- 【日時】 年1回実施予定
- 【場所】 榎沢コミュニティセンター
- 【対象】 地区社会福祉協議会
自治会役員
民生委員児童委員
福祉協力員

認・更新をしています。
一人暮らしの高齢者や、高齢者のみの世帯など、支援が必要な方を常日頃から気にかけてやすくなり、早期の発見や対応にも役立ちます。

今後はマップの充実と地域防災力アップを目指し、災害時のより具体的な支援について検討の予定です。



第二地区

第二地区粋々男塾

楽しみながらボランティア活動
誰かのためのお役立ち男子になろう



DATA

- 【日時】 ①【サロン】毎月第一木曜日
10:00～11:30
②【ボランティア活動・講座】
随時
- 【場所】 ①Bさんのお店
②各所
- 【対象】 第二地区近隣住民
(会場に来られる方なら)
- 【参加費】 ①100円
②実費

住民から「サロンに男性の参加が少ない」「男性も福祉活動に関心をもってほしい」「退職後に男性が地域に出ていくきっかけがあるといい」という声が聞こえてきました。

そこで第二地区社協で「あなたの力はまだまだ誰かの役に立つはず。特技を身につけて家族のため、社会のためのお役立ち男子になってみませんか？」と全町内によびかけて、男性限定ボランティア講座を開催したところ、男性一〇名の参加がありました。講座では、包丁砥ぎや男の料理、美文字、障子張り等を学び、修了後は「第二地区粋々男塾」として、

各々特技を生かしながら、ボランティア活動を続けています。メンバーBさんのお店では住民向けサロンも始まり、その場が男塾定例会にもなっています。障子張りボランティア活動も大変喜ばれています。障子を乾かす時間は「次はどんな活動がいい？」「飲み会はいつにしよ？」「楽しい計画の話合いが自然と始まります。」



金井地区

ジエントルマン生き生き講座

地域のために、自分のために
できることから少しずつ！



DATA

- 【日時】 定例会：毎月中旬頃
講座・活動：随時
- 【場所】 金井コミュニティセンター
- 【対象】 金井地区住民で支えあい活動に興味のある方

ジエントルマン生き生き講座は、男性が高齢になっても、地域の中で活躍できる仕組みづくりを目的として開催された講座です。

「地域のためになることをしてみたい」「第二地区での男性の地域参加や支えあいの活動を知り、金井地区でもやってみたい」といった住民の声をきっかけに、福祉って何？・料理・障子貼り等、生活力の向上を目指した内容で三回に分けて実施されました。講座へは約一四名が参加。参加者は和気あいあいとした雰囲気の中、熱心に受講していました。

たい「実際にボランティア活動をしてみたい」「仲間を増やしたい」といった声が出されたことから、話し合いを数回重ね「金井昭和の会」が立ち上がりました。

会は、毎月の定例会、住民向けの講座企画や、地区内施設の体操の場でのボランティア活動など、少しずつ動きだしたところですよ！



第三地区

すこやか弁当づくり

喜んでもらえるから続けたい
仲間づくりにもつながる活動



北部公民館の調理室がとても賑やかな日。中をのぞくと一五名ほどの皆さんがお弁当作りをしています。ズラリと並んだ五〇個のお弁当箱には、彩り鮮やかで季節感あふれるおかずが詰められています。

お弁当の配達は、民生委員児童委員や福祉協力が登録のお宅へ手渡しで配達しています。「お変わりないですか?」といった声かけから「元気だ〜」この間病院に行ってきた〜といった会話にもななり、毎月の見守りの活動にもつながっています。お弁当もとってもおいしい!毎月楽しみにして

DATA

- 【日時】 年15回
- 【場所】 北部公民館 調理室
- 【対象】 活動者：
北部生活学校メンバーとボランティア
弁当希望者：
第三地区在住の高齢者・障がい者
- 【参加費】 弁当代：200円(本人負担分)

いるんだ」ととても好評です。

この配食活動は、日常生活課題に取組む自主グループ「北部生活学校」の取組みから始まりました。地域貢献活動というだけでなく、会員どうしの交流、生きがい活動にもつながっています。長年、大勢

の地域の力の協力のもと第三地区の大事な活動として根付き、地域力を育んでいます。



楯山地区

楯山地区COOP買い物支援

地域組織と企業が協働で取り組んだ
買い物支援の仕組み



DATA

- 【日時】 毎週木曜日
16:00 ~ 17:00
- 【場所】 楯山コミュニティセンター
北側駐車場
- 【対象】 楯山地区住民
- 【参加費】 不要

楯山地区では、地区内にスーパーがなく買い物に困難を感じる高齢者が多くなってきました。これを受け、地区振興会を中心に、コミュニティセンターや生活協同組合COOPと協議を重ねました。その結果、大型移動販売車両をコミュニティセンターの敷地に誘致し、買い物支援を実施することになりました。

大型の移動販売車は、中に入り商品を自分の目で選び買うことが出来ます。生鮮食品や日用品もスーパー同様の価格で販売され好評です。

参加者からは、「種類も多く

買い物を楽しめる「特価商品もあり嬉しい!」楽しい時間だね」という声が多く聞かれます。実施の状況を踏まえ、振興会は生協、コミュニティセンターなどと一緒に関後の発展を検討しています。

いつまでも安心して暮らせる楯山地区になるよう、地区と企業が協力し、活動が展開されています。



高瀬地区

高瀬地区買い物支援

地域組織と施設の取り組みで
楽しく買い物に行こう！



高瀬地区では、平成三〇年から地区内の地縁組織と福祉施設を中心に「高瀬地区高齢者支援連絡会」を立ち上げ、地区高齢者のための福祉活動を展開しています。活動の一つに、特別養護老人ホームへはなノ杜と協働で行う、買い物支援事業があります。地区では、高齢化が進み買い物に行くことに困難を感じる住民が多くなりました。その実情を踏まえ、高齢者支援連絡会では、へにはなノ杜と協議を重ね、日中の送迎車を活用した取り組みを実施することとなりました。

活動は民生委員児童委員、福祉協力員が中心となり声掛けによる周

DATA

- 【日時】** 第2・第4火曜日
10:00 ~ 12:00
- 【場所】** 高瀬地区各町内
~ヨークベニマル落合店
- 【対象】** 高瀬地区高齢者(要件あり)

知、参加者の調整を行っています。送迎車に地区役員が添乗し、参加者の自宅に立ち寄りながら、ヨークベニマル落合店へ向かいます。到着後は、帰りの集合時間まで、自由に買い物を楽しめます。

「自分で商品を選ぶことが出来て嬉しい」「参加者同士の交流もあり毎回楽しみ」との声が多く聞かれます。



村木沢地区

若木にここにこ応援隊

いつまでも支えあい・助けあえる町内会でありたい



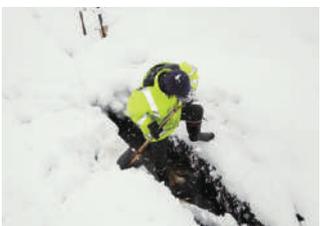
DATA

- 【日時】** 随時
(相談に応じる)
- 【場所】** 支援内容により決定
- 【対象】** 若木町内会住民で生活支援が必要な方
- 【参加費】** 活動1回 300円

村木沢若木町内会は、昔から隣近所同士のつながりが強く、「困った時はお互い様」の関係が続いてきました。しかし、近年では人口減少や少子高齢化により、今後も隣近所同士の支えあい・助けあいが続くのかと心配する声も多くなってきました。「町内として、支えあい・助けあい活動の仕組みを創出していく必要がある」と若木町内会の民生委員児童委員を中心として話し合いをすすめる、平成三〇年十二月に町内会待望の「若木にここにこ応援隊」が発足しました。

困った時は、三〇〇円を支払い、応援隊を利用する仕組みになっています。また、町内会に活動内容の説明や広報を行いながら、協力者(応援隊)を募り、一九名もの方より応援隊として名乗りを上げてもらいました。

活動は始まったばかりですが、若木町内会から地区全体に活動の輪が広がっていく事を願っています。



本沢地区

買い物バスボランティア

暮らしを豊かにするために…
ボランティアで地域づくりのお手伝い



DATA

- 【日時】 第2・第4木曜日
13:00 ~ 15:00
- 【場所】 各世帯～ヤマザワ富の中店
- 【対象】 本沢地区住民で買い物支援が必要な方
(民生委員児童委員が相談受付)
- 【参加費】 無料

本沢地区では、買い物に行くことに不自由を感じている高齢者や障がい者の「自分で選んで買いたい」との声に応える仕組みづくりとして、地区の福祉関係者とすげさわ荘とで運営協議会を立ち上げました。

検討を繰り返し、平成二八年六月に待望の「買い物バス」がはじまりました。平成三〇年からは、サニーヒル菅沢からの協力も得ています。

月二回実施し、毎回十名程度が参加され、買い物が終わったら、店

内の喫茶コーナーで楽しくお茶のみ交流をしています。何度参加されても、話しは尽きない様子です。

ボランティアは地域の役員や、役員OB・OGを中心に活動しています。「自分たちのまちは自分たちが支えたい」という思いに賛同し協力してくれる方がどんどん増えています。



飯塚地区

交通や買い物支援への取り組み

住民の声から地区全体の課題としてとらえ、
うまれた様々な取り組み



DATA

- 【日時】 随時
- 【場所】 飯塚コミュニティセンター
- 【対象】 飯塚地区住民で交通課題を一緒に考えたい方

飯塚地区の西側の区では「買い物に困っている高齢者が多いのではないか?」という住民の声から、高齢者の買い物に関するアンケートを実施しました。

その結果、買い物に困る方は今後ますます増えるだろうと予測できました。このことを受け、地区全体で交通や買い物について改めて考えるきっかけとなりました。

そこで、将来困らないために今何ができるのか?と皆で考え、①バスの乗り方講座と②飯塚地区内にあるお店の情報収集を行いました。

バスの乗り方講座は飯塚にお住まいの高齢者を対象に開催

し、多くの方に参加いただきました。

この取り組みを「もっと多くの方に知ってもらい、我が事として考えるきっかけにしてほしい」という住民の思いから、地域福祉推進会議でも議題として話し合いました。参加者の関心の高いテーマとなり、活発な意見交換が行われました。話し合いは今後も継続していく予定です。



鈴川地区

SUKOYAKA倶楽部

日頃のつながりや気づきが
ちよつとしたささえあい活動に



DATA

- 【日時】 百歳体操：毎週月曜日 10:00 ~
サロン：毎月開催
生活支援：随時
- 【場所】 フラワーだいのめ、
大野目集会所 ほか
- 【対象】 近隣住民
- 【参加費】 実費負担の場合あり

大野目第三町内会では、「近隣との繋がりが減った」「生活に困難さを感じる高齢者が増えた」などといった声が聞こえたことから、町内の高齢化が進む中でも、誰もが安心して暮らせる地域づくりを検討してきました。町内での話し合いを重ねた結果、日常の見守りやゴミ出し・雪かき等ちよつとしたお手伝いを町内のボランティアが中心となり実施することになりました。また、百歳体操やサロンを定期的に開催することで、健康づくりや外出支援にも力を入れています。山形の歴史や防災について学習する機

会もあり、多様な取り組みの中に、たくさんヒントや想いが込められています。現在、市の補助金を活用し、こうした活動をより充実していきたい体制となりました。事業所や地域包括支援センターとも連携していることもこの活動の強みです。ふだんの暮らしの延長上に、ちよつとしたささえあいがある。そんな地域づくりは、これからも続きます。



鈴川地区

南沼原地区

かえるの会

自分や地域の未来を見据えて…
今できることをできる範囲で！



DATA

- 【日時】 随時
- 【場所】 高堂町内及び近隣町内
- 【対象】 65歳以上の単身高齢者、高齢者のみ世帯等で身体状況により支援が必要な方、特別な事情により家族等の支援が受けられない方
- 【利用料】 無料
(お買物隊は 200円の自己負担あり。)

かえるの会は高齢者の生活支援を行うボランティア団体です。平成三〇年に高堂町内の有志によって立ち上がりました。現在、町内を跨ぎ四〇歳代〜七〇歳代の一八人で活動をしています。活動内容は、ゴミ出し・庭の草取り・見守り訪問・除雪・買い物支援です。利用された方からは、「自分だけでは困難な家事を手伝ってもらえて安心して生活できる。気持ち明るくなった！」等の感想が多く聞かれます。

買い物支援は、月二回みこころの園デイサービスに送迎車と運転手の協力をいただき、添乗を会で行っ

ています。送迎車の中ではおしゃべりや歌等で、参加者同士の交流も楽しまれています。

会では「何事もやってみなければ分からない。壁に当たったら皆で解決していこう！」「自分達が頑張っていれば下の世代も背中を見てくれるはず。未来のためにも今から始めよう」という信念のもと、日々活動しています！



南沼原地区

山形市社会福祉協議会

生活支援コーディネーター

生活支援

コーディネーターとは？

生活支援コーディネーターは、高齢化や核家族化が進む中、地域でのつながりづくりや支えあい活動を発展させていくため、平成二六年の介護保険法改正時に位置づけられました。

山形市では平成二八年より、山形市社会福祉協議会が委託を受け、第一層（市全体）一名・第二層（中学校圏域）一四名、計一五名の生活支援コーディネーターを配置しています。

主な役割は、地域包括支援センターと共に、買い物や掃除などの生活支援、体操等の介護予防活動の体制や仕組みづくりに向けての相談調整などを行っています。

今後も、日々変化する地域の中で、地区社会福祉協議会・町内会・民生委員児童委員・福祉協力員・福祉施設や学校などのネットワークを活かしながら、住民に寄り添い、誰もが安心して暮らせる地域づくりを目指していきます。

これまでの活動を通して…

生活お役立ちガイドブック

お役立ちガイドブックは、高齢者の生活に役立つ情報を一冊にまとめたものです。内容は、掃除や買い物、除雪などの日常的な家事支援から、生きがいづくりにつながるようなサロンや体操などの情報も多く掲載されています。

このガイドブックは、一人暮らし世帯や遠くに住むご家族にも活用していただいています。情報は毎年更新しており、山形市のホームページに掲載されていますのでご覧ください。



平成 30 年 6 月版
山形市生活お役立ちガイドブック

生活支援コーディネーター活動報告会

令和元年一〇月二八日に、地域包括支援センター・認知症地域支援推

進員・在宅医療連携推進チーム・市役所など、六団体、六二名にご参加いただき、「関係機関との連携強化」を目的に活動報告会を開催しました。

支えあい活動を広めていくには、地域住民の理解だけでなく地域を支える専門職のつながりもとても重要になってきます。

専門職全体で地域の活動を盛り上げていけるよう実際の支えあい活動の事例をもとに、「きっかけ」立上げ「継続」といった支援経過について発表し、意見交換を行いました。

活動報告会を実施したことで、生活支援コーディネーターが専門職として大切にされてきた視点を関係機関と共有でき、連携を深める良い機会となりました。



地域支えあい活動事例集

「支えあいBOOK」

生活支援コーディネーターがこれまで活動してきた中で出会った地域の支えあい活動には、地域愛があふれていました。「この活動っていい」「ぜひ多くの人に知ってもらいたい」「支えあいの輪が広がってほしい」「こうした思いから作成したのが『支えあいBOOK』です。」

冊子を手にとった方が「この活動は素敵だな」「自分でもやってみたい」「参加してみたい」と思っていただけ嬉しく思います。興味を持った方、ぜひ生活支援コーディネーターに声をかけてください。



今後めざしているもの

生活支援コーディネーターの活動が始まり、四年が経過しました。これからも地域の声を聴き、「困っている人」と「支える人」の架け橋となっていきたいと思えます。



山形市内の 支えあい活動 取り組み状況

(令和2年3月現在)

ここでは、山形市内の様々な支えあい活動の中から、
誰もが集まれる場所、
福祉施設と地域が一緒に行う買い物送迎、
山形市地域支え合いボランティア活動（総合事業B型）、
支えあい活動のきっかけづくりを
ピックアップしご紹介します！

活動取り組み状況 (令和2年3月現在)

山形市地域支え合いボランティア活動 (総合事業B型)

市内には介護保険法の補助金を活用した支えあい活動もあります。詳細については山形市役所ホームページをご参照ください。

通所サービス

1	特定非営利活動法人 山形わたげの会	常設型居場所(わたげの家 月～金)
2	特定非営利活動法人 あい在宅福祉サービス	居場所(いきいき倶楽部 月～金)
3	特定非営利活動法人 ふれあいにこにこの丘	毎日型居場所(あがらっしゃい 月～金)
4	特定非営利活動法人 すみれ会	居場所(いきいきくらぶ花、地域の居場所すみれ 火・水・木)
5	らくせいホール協議会	いきいき百歳体操(週1回)、趣味の会(囲碁・将棋等/週1回) 認知症発症・進行予防プログラム、世代間交流
6	双葉町町内会	百歳体操、お茶飲み、しゃんしゃん体操(火) グラウンドゴルフ、趣味の会、お茶飲み(水・金)
7	高瀬地区高齢者支援連絡会	いきいき百歳体操、健康講話等(水)
8	清江町町内会	清江町輪投げ集いの場 認知症予防頭の体操、体芯体操、 輪投げ(月)
9	絆会	ひとあひ処「合」 介護予防教室、社会交流、教養講座 (月・水・金)

訪問サービス

1	特定非営利活動法人 山形わたげの会	生活全般の支援(家事、ごみ出し、雪かき、話し相手等 月～日)
2	特定非営利活動法人 あい在宅福祉サービス	家事援助、いきいきサービス(草取り・枝切等 月～金)
3	特定非営利活動法人 ふれあいにこにこの丘	生活全般の支援・移動支援(月～金)、配食(月・水・金)等
4	特定非営利活動法人 すみれ会	生活支援(月～金)
5	生活協同組合共立社 (コープくらしのたすけあいの会)	家事援助、話し相手等(月～金)
6	特定非営利活動法人 グローバル福祉サービス	生活支援(月～金)
7	かえるの会 … 19 ページ	ごみ出し支援、間口の雪かき、雪片付け、庭の手入れ
8	SUKOYAKA 倶楽部 … 19 ページ	ごみ出し・買い物支援・電球交換等(月～金)

支えあい活動のきっかけづくり

生活支援コーディネーターが関わり、地区住民を対象に開催した講座についてご紹介させていただきます。

開催数 138回
受講者数 3011名

【参照】 第二地区粋々男塾 … 15 ページ
ジェントルマン生き活き講座 … 15 ページ 等





地域の中の居場所

～誰もが集まれる場・健康づくり 介護予防の体操など～

ふれあいいきいきサロン

身近な場所で地域住民が主体となってつくる気軽に楽しくおしゃべりできる場です。

30地区 293カ所

- 【参照】 いきいきサロンあこや … 5 ページ
 あいらぶ♡末広楽市楽茶 … 6 ページ
 小白川二区南「朝市サロン」… 6 ページ
 いっぶぐ会 … 9 ページ

認知症カフェ

認知症の方やその家族、地域住民、介護・福祉専門職等が気軽に集い、悩みや情報を共有し合う場です。

13地区 19カ所

- 【参照】 カフェ・オキナグサ … 9 ページ

障がい者ふれあいサロン

障害のある方やその家族、支援者が気軽に集い情報交換や楽しくおしゃべりできる場です。

市内 3カ所

通いの場

週に一回以上集まり介護予防の運動(いきいき百歳体操等)を地域住民が主体的に行う場です。

27地区 93カ所

- 【参照】 桧町住宅いきいき体操会 … 10 ページ
 おおそね 100 歳クラブ … 11 ページ
 M-1 (エムワン倶楽部) … 12 ページ

子育てサロン

子育てを楽しみながら、仲間をつくり、お互いに支えあう活動です。親子で気軽に参加し、自由に遊んだりおしゃべりや、子育ての情報交換を行う場です。

25地区 33カ所

その他

他にも、様々な方が気軽集える場所等もあります。

- 【参照】 逢いの蔵 … 5 ページ
 ママカフェ … 7 ページ
 れとろカフェ … 8 ページ
 オープンカフェ & 映画会 … 8 ページ
 六日町あいあい
 「いきいき百歳体操」… 10 ページ
 ラジオ体操の会 … 11 ページ



福祉施設と地域と一緒に買う買い物送迎

買い物に負担を感じる高齢者世帯へ福祉施設等と地域が協働し、近隣スーパーまで送迎のお手伝いをする取り組み。市内で 12 カ所実施されています。

- ① 上野町内会買い物ツアー (蔵王やすらぎの里／蔵王地区)
- ② 滑川住宅ふれあいバス (特別養護老人ホーム愛日荘／東沢地区)
- ③ 本沢地区買い物支援 (特別養護老人ホーム菅沢荘、サニーヒル菅沢／本沢地区) …18 ページ
- ④ 西原自治会買い物支援 (特別養護老人ホームみこころの園／樺沢地区)
- ⑤ ながまち荘買い物支援事業 (特別養護老人ホームながまち荘／千歳地区)
- ⑥ レインボーサロン買い物支援 (漆山デイサービスセンター／出羽地区)
- ⑦ せん寿の杜買い物支援 (せん寿の杜／出羽地区)
- ⑧ みはらしの丘町内会買い物支援 (特別養護老人ホームみはらしの丘／南山形地区)
- ⑨ 福の神町内買い物支援 (ツクイ山形東青田／滝山地区)
- ⑩ 高瀬地区買い物支援事業 (特別養護老人ホームべにばなノ杜／高瀬地区) …17 ページ
- ⑪ かえるの会お買い物隊 (特別養護老人ホームみこころの園／南沼原地区)
- ⑫ (仮称) 元大沼周辺買い物支援 (ユトリアケアセンターかすみ／第一地区)



地域支えあい活動事例集

ささえあいのBOOK

2020年3月発行

発行者 社会福祉法人 山形市社会福祉協議会
〒990-0832 山形市城西町2-2-22 (山形市総合福祉センター)
TEL : 023-645-8061
FAX : 023-645-9236
URL <https://www.yamagatashishakyo.or.jp/>

印刷所 コロニー印刷 (山形福祉工場)

赤い羽根共同募金

