

# 地域支えあい活動って何だ？

住み慣れた、大好きなこの町で安心して暮らしていくためには、地域の人同士で支えあい、助けあえる関係でいることが大切です。  
では、地域支えあい活動はどういった活動なのでしょう？

私たちは、一人では生きていけません。私たちは、誰かに支えられて日々の生活を送っています。

地域支えあい活動は、顔が見える関係である身近な近所さん同士が、「おたがいさま」の気持ちをもって支えあい、地域を元気にしていく活動です。

最近は、「誰とも話さない日が多い」「近所づきあいがいい」「困ったときに頼る人がいない」など、様々な問題を抱える人が社会から孤立してしまう状況が増えてきました。社会から孤立してしまうと、日々の生活の不安や生きがいの喪失にもつながります。

地域支えあい活動では、時には地域の皆さんが自分ができることを生かして地域の人を支えたり、不安や困ったことがあった時には地域の人から支えられてもらったりと、「支え上手・支えられ上手」になれる地域づくりをめざしています。

そして、何よりこの活動には、皆さん一人ひとりの協力と、寄り添う心が大切になります。



## 支えあいの地域づくり

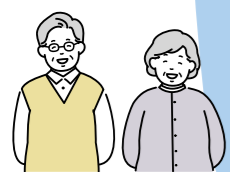
開成町に広がる支えあいの輪を紹介するよ♪



### 通いの場づくり

介護予防や顔なじみの関係ができるように、運動や体操、おしゃべり会など趣味や関心に合わせて地域の皆さんが気軽に集える居場所を作ります。

→P4 にここサロン  
P6 クローバーぶらっとサロン



### 見守り・声かけ

日々の暮らしのなかで、ゆるやかに見守り・声かけをすることにより信頼関係が生まれ、お困りごとに気づくことができます。

→P4・5 地域団体による活動  
P6 開成町支えあい協力店



### 話しあいの場づくり

地域の課題や解決策、情報交換などを話しあえる場づくりや、地域で支えあい・助けあいができる仕組みづくりを考えます。

→P4 おたがいさまネット中家村  
P7 生活支援コーディネーター



### お困りごとの解決

ごみ出し、電球の交換、庭木の水やりなど、ちょっとしたお困りごとをご近所さんで解決することで、住み慣れた地域で暮らしやすくなります。

→P4・5 地域団体による活動  
P6 開成町支えあい協力店



# おたがいさまの地域づくり ～地域支えあい活動～

☎ 福祉介護課 ☎ 84-0316

#### 住民同士の関係の希薄化

団塊の世代が75歳以上の後期高齢者になる2025年。子育て世代が多いといわれている開成町でも、2年後には約6人に1人が75歳以上になると予想されています。

近年、多世代で暮らす世帯の減少や、近所づきあいの希薄化により、ご近所同士の見守りあいが減っていたり、ちょっとした困り事があったりも誰にも頼れない人が増えていたりしています。

#### 住み慣れた地域で暮らす

高齢になっても、住み慣れたこの町で、いつまでも安心して生活を送るためには、何が必要なのでしょう。

地域の人が無理なく、できる範囲で支えあうことは、誰もが住みやすい地域をつくるために大切です。今回の特集では、地域の「ご近所さん」同士で支えあい活動を行う自治会や商店などをご紹介します。開成町がめざす「支えあいの地域づくり」を考えます。