

生活支援コーディネーター発行

地域の支え合い通信

鉄西・幌北・北・新琴似 地区版



2023年
3月
第22号

支え合いについてお話させていただきました！

昨年12月に鉄西地区の鉄西会館で開催されている「すこやか倶楽部」の中で生活支援コーディネーターから「身近な地域の支え合いについて考えてみましょう」というテーマでお話と、「助け合いゲーム」を行いました。

講話では、改めて生活支援コーディネーターとはどのような業務を行っているのか、今後なぜ地域での支え合いが必要になってくるのか、その主な要因として①孤立しがちな方が増えている②少子高齢化が進んでいることだと考えられていることなどをお話させていただきました。



また、健康寿命を延ばすためには、社会参加の一環としてご近所の困りごとを抱えている方のお手伝いしたり、困りごとを抱えている人でも時には何らかの形で誰かを支える立場になること、そういった相互の助け合いで、みんなが住み慣れた地域でできるだけ長く生活することができるということをお伝えさせていただきました。

また、「助け合いゲーム」は、困りごとが書いてある60種類あるカードの中から困っていることを選んで、グループの人に伝えて助けしてくれる人を探すものです。ゲームの間で



は、参加した皆さんが、ご自身の困りごとを出し合い、お互いにアドバイスをし合う場面も見られ、助け合いの様子が伺えました。ゲームを通して困りごとを解決に導くことができました。

これからも皆さんと一緒に地域の支え合いについてや、生活支援について考える機会を作っていきたいと思います。

集いの場にお邪魔しています！

北地区の寿老会、新琴似地区のはつらつ健康サロン、幌北会館で開催されているすこやか倶楽部などの皆さんのお集まりの場を訪問させていただき、生活支援コーディネーターについてや、生活支援についてお話させていただきました。

生活支援についてのお話をさせていただいた後に実際に「こんなことに困っている」「友人が一人暮らしで電球交換に困っていたけど、どこに相談していいか困っていた」と相談やお話してくださる方もいて、その場でお話を聞いて情報提供や、お願いできそうな団体さんなどを紹介させていただきました。

生活支援についてということではなかなか難しいお話ではありますが、皆さんと一緒に今後も住み続けることができる地域づくりを行っていきたいです。



鉄西地区で協議体を行いました

3月6日に鉄西地区で「鉄西地区における支え合いについて情報交換会」というテーマで協議体を行いました。協議体とは、地域のみなさんや関係機関が集まり、地域の中で「こんな支え合いしくみがあったらいいのに」「〇〇に困っている」など、みなさんと支え合いについて話し合いを行う場になります。

当日は鉄西地区で毎年行われている一人暮らし配食サービスについて、「お弁当を届けに来てくれることもそうだけど、お話ができることも楽しみにしている」というお話も出ており、コロナ禍でもこのようにお話できる機会は必要であり、生活支援にも繋がると感じました。来年度以降も地域のみなさんと生活支援について話ししていきたいと思います。

生活支援体制整備事業のイメージキャラクター「さぼっちー」です！地域の支え合いをサポートするために活動するミツバチをモチーフにしています！



「さぼっちー」

社会福祉法人 札幌市北区社会福祉協議会

札幌市北区 24 条西 6 丁目 北区役所 1 階

Tel : 011-757-2482 Fax : 011-737-7270



担当：生活支援コーディネーター 木村（担当地区：鉄西・幌北・北・新琴似）