

# 開成町 地域支えあい活動

～ おたがいさまで支えあう“やさしいまちづくり”～

開成町  
地域支えあい活動  
QRコード



2021年が始まり、早1か月が過ぎますね。寒さも厳しく、新型コロナは収まるどころか、猛威を振るっていますね。

私は年末年始は親戚で時間を合わせてLINEでリモート忘年会＆クリスマス会をしたり、実家の両親とビデオ通話で新年の挨拶を交わしたりといつもと違った年越しでした。80歳前後の親たちもやってみると「こんなに便利なんだね。」と楽しそうな様子でした。

緊急事態宣言を受けさらに自粛の徹底が求められています。直接顔を見て挨拶や会話を交わすことがやはり大事だと思いますが、新しい生活様式もやってみると新鮮で便利なものかもしれません。

開成町地域支えあい活動の生活支援コーディネーターの水野です。



生活支援コーディネーターは高齢者が住み慣れた地域で自分らしく暮らしていけるように、地域の特性や高齢者の生活課題（困りごと）を把握し、サービスの開発・育成・ネットワークづくり、ニーズと取り組みのマッチングなどを行います。



## 私たちができる「支えあい」って何だろう？



高齢者に対しての「支えあい活動」とは具体的にどんな活動を想像されますか？

「ゴミ出しのお手伝い」や「電球交換」など生活の支援を思い浮かべる方も多いかもしれません。そうした支えあいももちろん大切です。ただ親しくないとかなかなかできないことです。もっと気軽にできそうな支えあい、それは「見守り」です。

開成町は都会と比べて、自治会活動も盛んで地域

や近所の方との交流も多く、自然と「見守り」の支えあいができる地域ではあります。ただここ1年ほど新型コロナの影響で人との交流も控えなければならぬいため、交流の機会が減ってしまって今までよりも意識的な「見守り」がより必要となっています。

以下の4つの「見守り」を意識していただくだけで、地域の支えあいは着実に育っていくはずです。

### 声掛け

「おはようございます」「こんにちは」普段の生活の中でできる1番気軽な支えあいの活動です。挨拶が日常になると、「最近どうですか?」「体調はいかがですか?」と気さくに話ができる間柄を築く事ができます!!

### 新聞・郵便物

新聞や郵便物がたまっていたら、屋内で何らかの異変を知らせるサインとなります。旅行に出かけて単なる留守というケースもありますが、念のため一声かけてみてください。

### 見守り

#### 洗濯物

洗濯物が夜になっても取り込まれていない、天気がいいのに2、3日ずっと干されたまま、こんなお宅があったら、何らかの異変のサインかもしれません。

#### 室内の電灯

近所で何日も何日も続けて電灯がついていないお宅はありませんか?夕方になって電灯がつくなら問題はありませんが、心配になったら一声かけてみましょう。

地域の支えあい活動は、まずご自身の身近な所から、気軽にできる事から始めてみてください。異変に気付いたけれど、まだ声をかけるまでの親しい間柄にない場合は、社会福祉協議会にご連絡ください。