

「孤独・孤立を防ぎ、不安に寄り添い、つながるための緊急フォーラム」

“集める”から“集まる”へ

つながりを切らない！感染予防と工夫で、家族、友人、近所が気にかけて声をかけ合う地域に。見守りや身体活動等を専門職も一緒になって広げよう！

2021. 2. 25

特定非営利活動法人全国コミュニティライフサポートセンター（CLC）

「つながりを切らない」情報・交流ネットワーク（T-net）

池田昌弘

「集める(集められる)“通いの場”」は、
その多くが「自粛」となってしまった！



「閉じこもったままでは、心身が衰えてしまう」
「つながりが切れてしまったら、孤立してしまう」な
ど、
「このままでいいのか」と感じた人たちが、
感染予防や工夫をしながら、動き出した…

つながりを切らない
孤立させない
新しいつながり方を提案する

つながる
通信

おそれながらも、楽しくくつどろ

第23号

発行日 2020年7月8日(水)
発行元 「つながりを切らない」情報・交流ネットワーク
〒981-0932
仙台市青葉区本町16-30 エイネットビル1F (CLC内)
FAX: 022-727-8737 E-Mail: t-net@clc-japan.com
ホームページ: <https://www.t-net.online/>

・民生委員、児童委員の皆さんに・・・
・サロンや地域のボランティアの皆さんに・・・
・配食のお手紙に添えて・・・
この通信の印刷、配布はご自由にご利用ください。
記事やイラストの一部を転載・転用する場合は、
t-net@clc-japan.comまでご連絡をお願いいたします。

お茶つこの会(若手県紫波町)

若手県のほぼ中央に位置する紫波町。町の西部にある志和地区は、人口3,585人、高齢化率40.31%(2020年5月末)の地区です。

ここで民生委員活動をする小田中久夫さんは、高齢者の見回り、話し相手の活動を中心に地域活動を進めるうちに、共通点があることに気づきました。それは、今後の暮らしに希望を持つことができず、今の暮らしが続けばそれでいい、という消極的な考えでした。そのため、家に閉じこもりがちになり、ご近所とのつきあいも減っていき、独居状態になっていました。

民生委員3年目の2019年5月、小田中さんは、両親と妻の協力で、自宅作業場の一角を開放し「お茶つこの会」を

立ち上げました。活動に際し、紫波町の生活支援コーディネーターの佐藤由美子さんと町社会福祉協議会の曾波久美子さんに会の進め方や高齢者の相談相手になっていただき、健康で明るい生活を送るためのアドバイスをいただいたと言います。

会は、毎月第3月曜日の9時30分から2時間ほど開催されます。初回のお茶つこの会では、「久しぶりだなあ」という挨拶があちこちで聞かれ、「開催してよかったと実感した」と小田中さん。健康維持のため、毎回、健康操や管理栄養士による食の話などを取り入れ、日常の生活に役立ててもらっているそうです。「昔は農作業の手伝いでそれぞれの家



コミュニティナースの話を聞く皆さん



お祭りの季節。地域によって異なるが、このようなぎ花が軒先を飾る

をまわる結つこがあつたけれど、最近では農作業の機械化もあり、そうした姿を見なくなりました。そんなことも、集まる機会が減っている要因かもしれません」と生活支援コーディネーターの佐藤さん。

そんなお茶つこの会も、新型コロナウイルスの感染防止の観点から3〜4月は中止しましたが、参加者からの要望もあり、5月に再開することに。再開にあたっては、地域おこし協力隊のコミュニティナースに来てもらい、新型コロナウイルスに対する注意事項などを参加者とともに確認しました。佐藤さんは、「ただ怖がるのではなく、正しい情報を取り入れ、予防に取り組む姿勢が見える。おそれながらもつどろ

ことで、免疫力も高まっているように思ふ」と話します。

志和の八幡エリアには志和八幡宮があることから、もともとお祭りや行事がさかんな地域です。9月のお祭りには、毎年、「のぎ花」を軒先に吊るすのがならわしです。「のぎ花」は、1つの飾りに5〜6個の花がついたもの。最近ではつくり手がいらないために購入したものを飾る家が多くなっていますが、「お茶つこの会をつくってみよう」という話が出て、参加者の目標になっています。

つながるポイント

- ・つどろ場が、地域の伝統文化を学ぶ場にも。
- ・活動を再開するときに正しい知識を学び合い、再びつながり合うことで、心身ともに健康に。



「(自主的に)集まる“通いの場”」が、各地で広がっている!



「つながりを切らない」情報・交流ネットワークでは、そうした各地の実践を「つながる通信」で紹介

たとえば、 群馬県太田市では・・・

(2020.5)生活支援体制整備事業の
第2層協議体メンバーに
アンケートを実施
(「つながる通信」を封入)
(市内14ヶ所) 219人
回答者170人 回答率77.6%

③ 政府が「新しい生活様式」を提唱し、人とのつながりが希薄になる傾向がありますが、人とのつながりを切らさない・孤立させない地域を育むことが必要と考えます。

「つながる通信」をご覧になって、ご意見・ご感想、またはご自身や知人等の事例がありましたらご記入ください。

(資料提供: 社会福祉法人太田市社会福祉協議会)

太田市生活支援体制整備事業 現状調査アンケート	
あてはまる項目に□チェック、ご記入をお願いします。	
①新型コロナウイルス感染拡大防止に際し、「人や地域とのつながり」に関して、影響はありましたか。	
<input type="checkbox"/>	友人と会えなくなった
<input type="checkbox"/>	外出する機会がなくなった
<input type="checkbox"/>	体を動かす機会がなくなった
<input type="checkbox"/>	ストレスを感じるようになった
<input type="checkbox"/>	その他
上記の回答について、具体例やご意見など、ありましたらご記入ください。	
②感染拡大防止により、地域の中で困ったことや不便に感じたことがありましたらご記入下さい。	
③政府が「新しい生活様式」を提唱し、人とのつながりが希薄になる傾向にありますが、人とのつながりを切らない・孤立させない地域を育むことが必要と考えます。「つながる通信」をご覧になってご意見・ご感想、または、ご自身や知人等の事例がありましたら、ご記入下さい。	
④その他、生活支援体制整備事業につきまして、事務局へご意見、ご要望等ありましたら、ご自由にご記入をお願いします。	
九合いきいき支援隊	
氏名	
ご協力ありがとうございました。	

◇ アンケート結果

- ・地域の行事が全て休止になり、普段忙しくしていた有志が集まり、町内の神社の改修作業を始めた。(区長)
- ・お茶の間カフェが休止になり、気にかかる人へ電話をかけたり、訪問をしたりした。(カフェサポーター)
- ・グランドゴルフは続いています。(民生委員)
- ・マスクを作って友達に送ったり、作り方を教えたりした。(交通指導員)
- ・毎朝6時半からのラジオ体操は、マスク着用、2mの間隔をあけ休まず続けています。(更生保護女性会会員)
- ・友人とは数名でEメールで近況のやり取りをし、楽しく刺激し合っている。(区長)
- ・マスクを作成して、ご近所の方やごみ収集の方に差し上げている。(更生保護女性会会員)
- ・2～3人であれば、マスクを着用して、ご近所の方と井戸端会議をしています。(更生保護女性会会員)
- ・野菜がたくさん収穫できた時は、近所の仲間へ届けたり、連絡をして撮りに来てもらっています。(民生委員)

など…

(資料提供:社会福祉法人太田市社会福祉協議会)

◆太田市版「つながる通信」で活動を取材・紹介 (2020.6~これまでに30号発行) ホームページ掲載、区長会を通じて回覧

(資料提供: 社会福祉法人太田市社会福祉協議会)

太田市社会福祉協議会 Vol.2
 広報紙 **つながる通信** 発行日 2020年6月19日

新型コロナウイルス感染拡大における地域のつながり方の課題

現在コロナの影響下で、地域でもつながりの強い人と弱い人が分かれています。また、元々人とつながりたくない人など様々であります。つながりの強い人は買い物や通院等に困っていても、誰かの支えがあるため問題なく生活を送ることが出来ます。また、つながりの弱い人は高齢者に限らず、若者にも人とつながり合わない人もいるのでそこに焦点を当ててサポートすることが重要です。つながりがたがらない人については状況を把握し、緩やかな見守りで気にかける意識が大切です。支援員や民生委員のような個人に対しての対応レベルでは視線が足りず、地域全体で見守ることが必要で、それが孤独死の防止にもつながります。



新しい生活様式を心掛けましょう

- ① 身体的距離の確保
 - ・ 人との距離は出来るだけ2m空けましょう
- ② マスクの着用
 - ・ 外出時、屋内に居るときや会話をするときは症状がなくてもマスク着用しましょう
- ③ 手洗い
 - ・ 家に帰ったらまず手や顔を水と石けんで丁寧に洗いましょう (手指消毒薬の使用も可)
- ④ 買い物
 - ・ 買い物は少人数で空いた時間に行きましょう
 - ・ レジに並ぶときは前後にスペースを空けましょう
- ⑤ 公共交通機関の利用
 - ・ 交通機関は混んでいる時間帯は避けましょう
 - ・ 徒歩や自転車利用も併用しましょう
- ⑥ 食事
 - ・ 食事は持帰りや出前、デリバリーも使いましょう
 - ・ 大皿は避けて料理は個々に取りましょう
- ⑦ 働き方のスタイル
 - ・ 仕事はテレワークやオンラインで会議を行いましょう
 - ・ 対面での打合せは換気とマスクを着用しましょう

地域のお宝発見～日頃の交流が支え合い活動～ 太田市生活支援体制整備事業

取材先

◇ 藪塚地区 村山誠子さん

◇色々なつながり方で人とつながる村山さん



LINEビデオで通話する村山さんと娘の伸子さん



絵がぎと娘さんお手製のマスク

様々なボランティア活動を精力的に行っている村山誠子さん(84才)。コロナの影響で今までたくさんあった予定がすべてなくなってしまったそうです。そこで、何かできることはないかと考え、傾聴ボランティアで訪問していた施設や個人の方、叔父さんへ絵はがきを書いて送ることや手作りマスクで〇〇さんや姪っ子さん、お茶の間カフェのサポーターさんとやりとりをすることでつながりを切らないようにされていました。

また、今までも名古屋に住む伸子さんとは、LINEでやりとりをしていたそうですが、コロナをきっかけにビデオ通話をするようになり、今では朝ご飯と夕ご飯をビデオ通話をしながらいただくのが、村山さんの楽しみになっています。「伸子とは距離は遠いけど、心は近くにいるわ」とお話していました。

スマートフォンを使いこなす村山さん、お孫さんの近況や日本語を教えていた生徒さんとinstagramやfacebookなどを使ってやりとりをしています。

◇「つながる通信」は太田市社会福祉協議会のホームページに掲載しております

チェックポイント

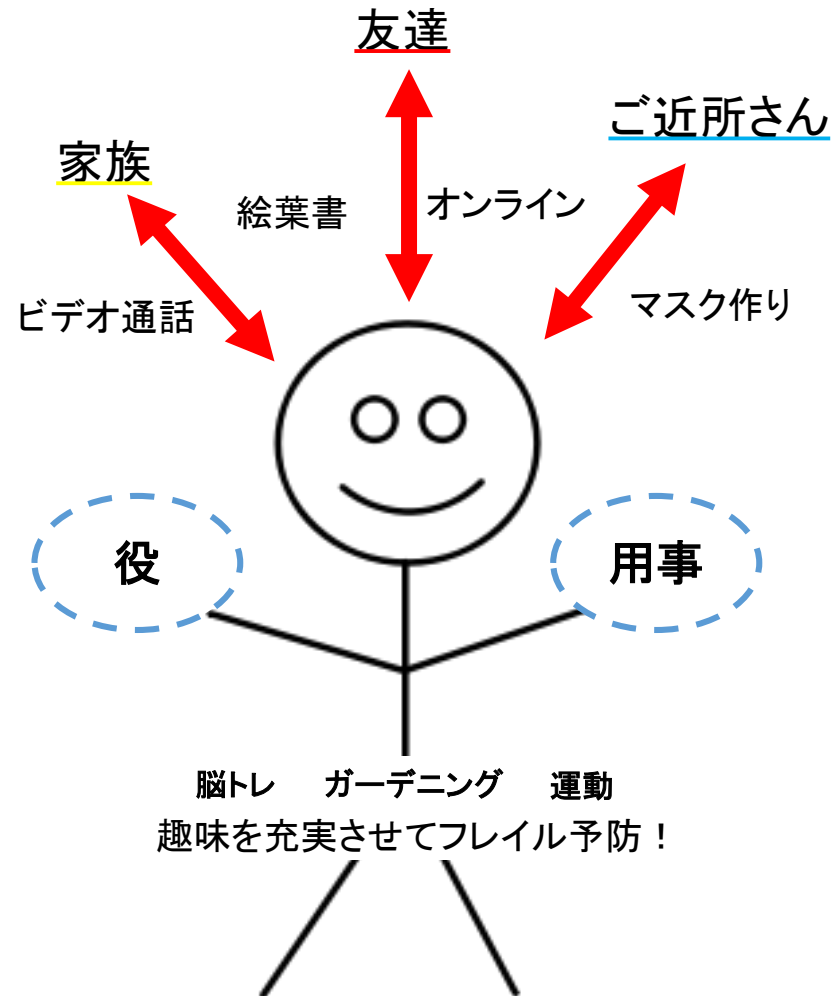
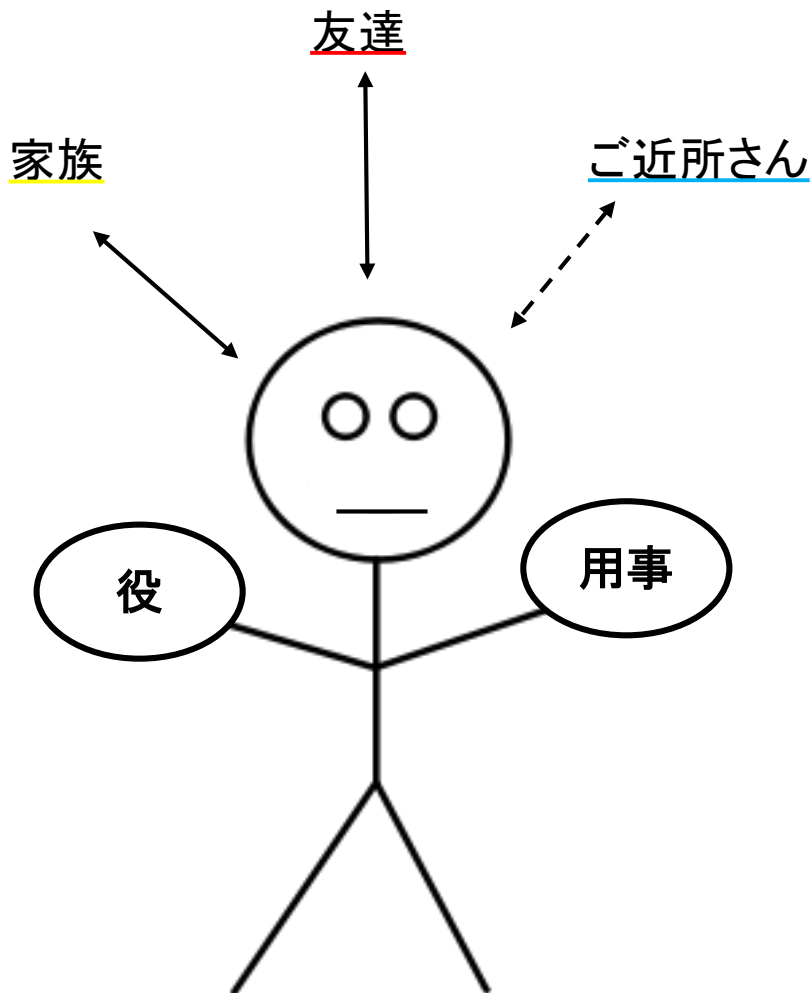
- ・ 様々な手段で人とのつながりを保つ
- ・ 人と接することや趣味でフレイル予防

お問合せ
 太田市社会福祉協議会 地域福祉係
 〒373-0617 群馬県太田市飯塚町1549
 電話 0276-30-0033 FAX 0276-30-0032

コロナ前



コロナ禍



コロナ禍で役や用事が減り、空いてしまった時間を工夫して過ごすことで、人とのつながりが深まった!

皆で散歩をしませんか！

2月にスタートした「お茶の間カフェもいた」ですが、新型コロナの関係で3月から休止状態が続いています。

せっかく皆で集まって楽しい時間が過ごせていたのに、これではまた元の生活に戻ってしまい、体調の悪化を招く恐れがあります。

（そこで、「3密」を避けて皆が楽しめることはないか考えた結果「地区内を皆で散歩をしたらどうか」と考えました。

天気の良い日だけ行い、コースは裏面に記す通り、集会所をスタートして岩神公園で小休止し、集会所に戻って来るコースです。

時間は目安とを考えてください。参加は自由です。ご自分の都合に合わせて途中から参加して、途中で抜けることも可能です。

各自、動きやすい服装で参加してください。できれば「飲み物」を用意して参加すると良いと思います。
また、マスクの着用をお願いします。

当面は都合のつく限り木村が先導します。
天気が良ければ26日(月)からスタートしたいと思いますので皆さん声を掛け合って参加してください。

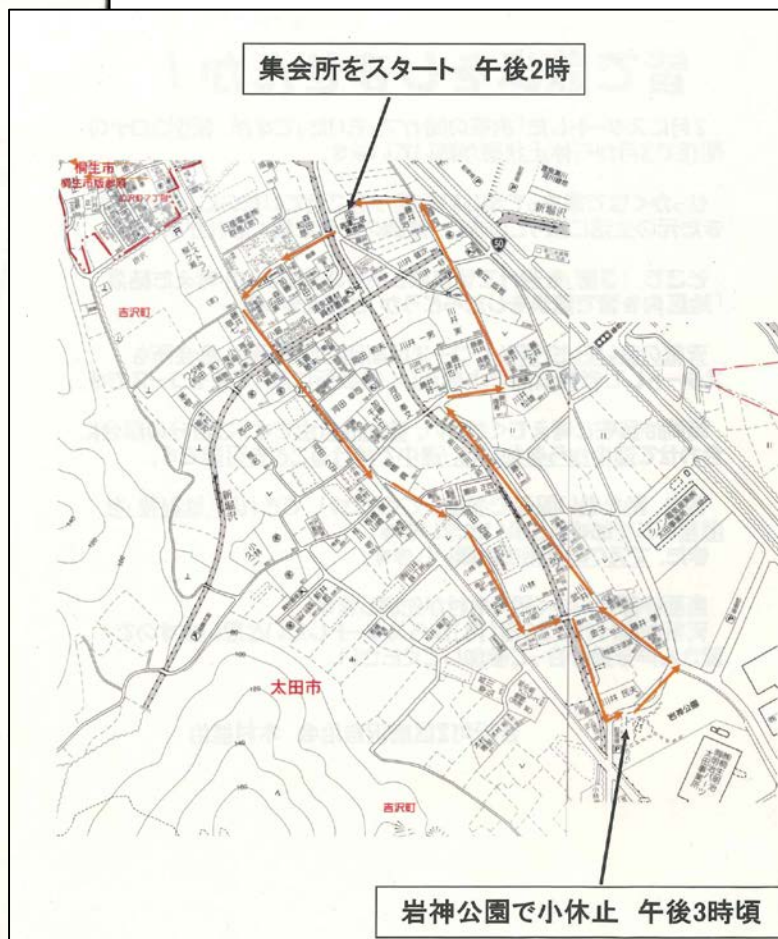
吉沢町2区唐沢自治会

区長が作成したチラシ

お茶の間カフェは休止 ➡ お散歩会を開始

(資料提供: 社会福祉法人太田市社会福祉協議会)

お散歩のコース



西矢島町

コロナ禍で地域活動、仕事ストップ



町内の八坂神社・赤城神社を竹馬の友で改修！



(撮影の際、顔が見えるようマスクを外しました！)

(資料提供: 社会福祉法人太田市社会福祉協議会)

コロナ前

参加者
サポーター
地域の役員

事業や行事を運営する
ために人を集める

お茶の間カフェ
地域の行事

集める

受け身・交流の場・責任

お茶の間カフェ、
地域の行事が全て
休止！

コロナ禍

吉沢町二区 お散歩会

西矢島町 竹馬の友

それぞれの人の意思で集まる
集まりたい！ やりたい！

参加者
サポーター
地域の役員

集まる

自発的・個人・自己判断