

## 地域での支え合いを実感



桜ヶ丘ハイツ地区社会福祉協議会会長  
(可児あんしんづくりサポート委員会委員長)  
松原昇平さん

桜ヶ丘ハイツ地区社協では、住民同士のつながりを大切に、憩いの場の開催（みんなの家）や移動支援、家事支援などさまざまな活動を進めています。

私たちの取り組みが、高齢者の皆さんが積極的に活動するきっかけになってほしいと考えています。

例えば、園芸用の土など重くて運ぶことができなかったものを、買い物・配達支援を利用して買えるようになった利用者がいます。その人から、また庭で花づくりができるようになったと聞いた時は、役立っていると実感できてうれしかったです。

今後は自治会など色々な団体と一緒に活動して、地域全体が自然に見守りができるようになっていけばと思います。私たちの活動が、そのきっかけになってほしいですね。

## 支え合い、いつまでも笑顔で暮らしたい

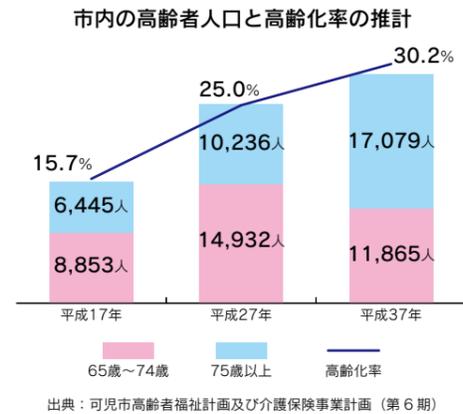


高齢化が進み、今までできたことが困難になる人が増えてきます。地域でこのような人を支える仕組み、支え合い活動についてお知らせします。

サロンの様子（広見）

平成37年の高齢化率は30%超

国内で高齢化が進行していますが、可児市も例外ではありません。平成27年時点で約25%の高齢化率は、平成37年には約30%となる見込みです。中でも後期高齢者（75歳以上）の割合が大きく増え、高齢者全体の約6割を占める予想されています。後期高齢者の増加に伴い、介護を必要とする人も増えることとなります。



仮に介護が必要な状態になっても住み慣れた地域で暮らし続けるには、安心して過ごせる環境が欠かせません。そのために、ご近所同士が集まって会話を楽しんだり、ちょっとした困り事を助け合って解決するなど、地域の支え合い活動が必要です。

地域の支え合い活動とは

支援を必要としている高齢者などのために、地域の人が行う活動です。主な活動として、サロン（宅老所）、生活支援サービス、安否確認・見守りなどがあり、市内では現在80を超える団体が活動しています。

### 各地区の支え合い活動団体

地区	サロン	生活支援サービス	地区	サロン	生活支援サービス
今渡	3	-	平牧	15	-
川合	1	-	桜ヶ丘ハイツ	5	1
下恵土	5	-	久々利	1	-
土田	6	-	広見東	1	-
帷子	15	9	広見	6	2
春里	1	1	中恵土	2	-
姫治	2	-	兼山	9	-

担い手の健康づくりにも役立ちます

支え合い活動は支援を受ける人のためのもと思われがちですが、担い手についても良い点がたくさんあります。

●自身の介護予防に役立つ  
活動に参加することで仲間を見つけたり、多くの人とコミュニケーションが取れます。たくさんの人と関わり刺激を受けることで、心身の健康に良い影響があり、自身の介護予防にもつながります。

●いつまでも暮らせる地域づくり  
支え合い活動が広がることは、お互いが助け合い、地域を見守る人が増えることです。このような地域を育てることは、いつか自身が支え合い活動を必要とするときに安心して暮らせる地域づくりにつながっていきます。

●満足感、達成感がある  
支え合い活動で利用者へ喜ばれたとき、良い支援ができたときに満足感や達成感を得られます。充実した毎日を送っていると感じることが、いつまでも生き生きと暮らすことができます。

市内ではさまざまな支え合い活動が行われています。あなたもぜひこのことから参加してみませんか。まずは高齢福祉課にお問い合わせください。

支え合い活動をサポートします

運営などをお手伝いする組織や、経費の一部を助成する制度についてお知らせします。詳しくは高齢福祉課にお問い合わせください。

可児あんしんづくりサポート委員会

市は、支え合い活動の連携強化と市内全域での活性化を目的として、可児あんしんづくりサポート委員会を設置

## 主な支え合い活動

1. サロン（宅老所）  
寝たきりや認知症の予防、孤立感の解消を目的に、高齢者が気軽に楽しく集い、一緒にお茶を飲んだり話をしたりする場所を提供します。



サロンの様子

2. 生活支援サービス  
掃除、買物代行、洗濯、庭の草抜き、調理、病院への同行支援など、生活のお手伝いをします。



買い物支援の様子

3. 安否確認・見守り活動  
高齢者の孤立を防止するための活動です。ごみ出し時の安否確認、各戸訪問による声掛け（見守り）などを行います。



節分の鬼に扮した各戸訪問

しました。  
委員会は高齢者サロンの運営や地区社会福祉協議会など、地域の支え合い活動に関わる団体で構成しています。支え合いの地域づくりのための市の制度の検討、気運づくり、情報発信、地域で活動する団体への支援などを展開しています。



委員会の様子

支え合い活動助成制度  
支え合い活動を行う団体について、経費の一部を助成します。

対象活動 サロンの運営、生活支援サービス、安否確認、見守り活動など

問合せ 高齢福祉課