

ひろしまええとこ通信

題字：佐伯区「広島市手をつなぐ育成会佐伯区支部」尾形由基さん

夏の日差しが眩しい今日この頃、みなさん元気にお過ごしですか？

今号は安佐南区・西区・東区的生活支援コーディネーターから“地域のええとこ”をご報告します！

地域のええとこ紹介コーナー「Wa! それええね!!」

安佐南区 企業とともに、地域を元気に！

日々、私たちのもとに「地域のみなさんと一緒に何かしたい！」という声を寄せてくださる方々があります。今回は“企業”のみなさんから寄せいただいた思いと、地域の取組がいろいろなカタチでつながった事例をご紹介します！

株式会社 八紘

公園ペンキ塗り事業

企業・子ども会・学区社協などが連携して、地元の公園の老朽化したベンチにペンキを塗り、あたたかみのある姿に再生しました。



企業のみなさんにアドバイスをいただきながらペンキ塗り♪

株式会社 東亜美装

子どもたちの登下校見守り

子どもたちの登下校の時間帯に合わせ、交通安全運動を実施！



子どもから大人まで、みんなの安全な暮らしにつながっています。

株式会社ヨコハマタイヤジャパン 広島カンパニー 広島中央営業所

地域をぐるっと一斉清掃

各種地域団体や小学校、中学校など、みんなで行う学区内全体の一斉清掃に参加！



ごみ拾いをしながら、おしゃべりやまち歩きも楽しみました。



ゆるやかにつながる“見守り協力店”

来店された方の様子を気にかけてくださるお店が増えています。協力店舗にはステッカーが貼ってあります！



地域団体・地域包括支援センターと協働している取組です！

資生堂ジャパン株式会社

化粧のちからで通いの場を元気に

専任社員のみなさんが地域のサロンに出向き、「化粧のちから」で笑顔をテーマに開催しています。メイクやスキンケアなどストレッチと合わせたフレイル予防講座です。



参加者のみなさんの表情もいきいき！



安佐南区ボランティアまつりでの一コマ！

令和6年2月に開催した安佐南区ボランティアまつりにて企業の取組を紹介しました！

今回ご紹介したのは一部の取組です。そして、まだまだ私たちが気がついていないつながりもあるかもしれません。

ぜひ、「実はこんなことしているよ!」「これからやってみたい!」などみなさんの声をお聞かせください! また、ご関心をお持ちいただいた方はお気軽に安佐南区社協までお問い合わせください。生活支援コーディネーター 角田・尾田



西区 "ついつい" 行きたくなっちゃう通いの場

西区には地域住民が主体となり運営している「通いの場」がたくさんあります。今回は「己斐本町一丁目中町町内会楽々会」と「一人暮らしの方（男性）の集い」をご紹介します！

専門学校と連携した「通いの場」の取組 ～己斐本町一丁目中町町内会楽々会～

己斐学区で活動している己斐本町一丁目中町町内会楽々会は、今年で活動5年目。なんと会員が**104名**になりました！己斐にある朝日医療専門学校広島校で、毎週月曜日に百歳体操を実施されています。

この通いの場の特徴は、参加者と学校と一緒に運営をしているところです。当日の準備や片付けはもちろん、百歳体操の途中で学生が効果的な動きになるようにアドバイスをしています。学生は実習の一環として計画的に取り組み、いきいき百歳体操終了後には、学生が考えたレクリエーションなども参加者全員で楽しんでいます。



毎回2回に分けて、各30名を超える参加者の活気で溢れています！ 朝日医療専門学校広島校 毛利先生



柔道整復師、鍼灸師を目指す学生が積極的に通いの場の運営に関わっています！



己斐本町一丁目中町町内会楽々会 木村会長

活動場所の提供だけでなく、先生と学生が私たちと一緒に活動に取り組んでくれることに本当に「感謝」しています。学校と一緒に地域の高齢者にとって来るだけでも元気になれる場所にしていきたいです。



通いの場での活動を通して、地域の高齢者と触れ合える機会が学生にとっては貴重な時間であり、自分の将来を考える1つのきっかけになればと思っています。ただ、今は地域の方のために一生懸命準備をして、参加者のみなさんと活動を楽しむことに力を発揮してほしいです。

今回、取材する中で、先生と学生、参加者、世話人のみなさんが、お互いに「感謝」の言葉を言われていたことが印象的でした。

通いの場の取組から、朝日医療専門学校の学生さんや学校が地域に愛される存在になり、サロンの参加者がたくさん増えていくことで地域が元気になっていくのではないかと感じました！！

生活支援コーディネーター 吉村



地域住民の声から始まった笑顔溢れる通いの場 ～一人暮らしの方（男性）の集い～

古田学区社会福祉協議会では、今年の5月から毎月第2・4月曜日の10時から「一人暮らしの方（男性）の集い」を開催しています。毎回、コーヒーを飲みながら、楽しく世間話をされています。

この通いの場は、地域で一人暮らしをされている男性の「誰かとおしゃべりできる場所がほしい…」という声を受けて始まりました。

参加者からは「家に一人でいると話することがなく、笑うこともなくなっていたが、笑うことが増えた」「これからも参加したいと思っている」と伺いました。

古田学区社協 小畑会長は、「これからも参加者を増やして、楽しい時間にしていきたい」と思いを語られておられました。



机上の「折り紙のコマ」に参加者のみなさんも興味津々でした

今回取材させていただき、参加者の方々の笑顔がとても印象に残りました！

「外へ出て、誰かと話す」ということの大切さを感じることができた通いの場でした。

生活支援コーディネーター 佐々木



令和5年12月に有償ボランティア「ライフサポートふくだ」の活動が始まりました。更に令和6年7月からは「広島市住民主体型生活支援訪問サービス」（住民主体型サービス）実施団体としても活動しています。

福田地区社会福祉協議会の岡平会長と栗野地域福祉推進委員にお話を伺いました。



左から岡平会長と栗野地域福祉推進委員

Q.「ライフサポートふくだ」を立ち上げたきっかけを教えてください。

A.以前は毎週水曜日の午前中、公民館の一室を借りて事務所兼ボランティアバンク「コスモスの会」の相談受付をしていましたが、週1回の開設ということもあり、なかなか定着しませんでした。また、「コスモスの会」はメンバーの高齢化や減少、相談件数も減ってきたことなどから、令和4年6月末に解散しました。令和5年4月に古民家を改装し、地区社協の活動拠点を移したことをきっかけに地域住民の困りごとをしっかりと受けとめたいと思い、ボランティア相談員を配置して新たに「ライフサポートふくだ」を立ち上げました。

Q.助け合い活動の工夫を教えてください。

A.活動を始めるにあたりサポーター会議を開催し、草刈り系、大工系、ICT系と3チームの活動に分け、それぞれリーダーを決めました。依頼内容に応じてリーダーが下見や見積もりを行っています。

Q.住民主体型サービスに応募した理由を教えてください。

A.地域包括支援センターや区社協と事業を通じて連携することで、地域の困りごと支援を充実できると思い応募しました。また、ボランティアコーディネーターの活動に対して謝礼金を支給できるようになることで、コーディネーターの役割を再認識していただきたいと考えています。

Q.住民主体型サービスに参画するメリットを教えてください。

A.住民主体型サービスを始めるにあたり、地域包括支援センター・地域支えあい課・区社協と情報共有を目的に、今年度から月1回情報交換の場を設けることにしました。あわせて、専門職が一堂に会しているため、地域住民向けに地区社協として合同相談会も同時開催しています。住民の相談に応じながら、相談がないときは関係機関で情報共有を行っており、連携がより密になったと感じています。

Q.ここがええとこ！！

A.サポーターはみな、ボランティア精神にあふれており、優しく思いやりのある方々なので、雰囲気もよく、和気あいあいと活動しています。

Q.今後取り組んでみたいことを教えてください。

A.PR活動を行い、必要としている人に利用してもらえるようにしていきたいです。また、サポーターも増えたため、改めてサポーターの活動内容やチーム内での役割を見直し、皆が活動できるようにしていきたいです。

拠点を移設してから身近な相談場所として様々な相談が入っている、地域に根付いた拠点です。住民主体型サービスの実施にあたり、各機関との連携をより密にしていけるよう、運営の支援をしていきます。

生活支援コーディネーター 佐々木



古民家を改装した拠点事務所で住民主体型サービスの相談を受け付けています！

福田地区社会福祉協議会「ライフサポートふくだ」
ちょっとした困りごと 相談したいこと はありませんか？
日常生活の中で生じる「ちょっとした困りごと」「相談したいこと」がありましたら、福田地区社会福祉協議会にご相談ください。地域の一人暮らしや高齢世帯の方々の「困った」を解決するお手伝いをさせていただきます。

草刈り・植木の手入れ
 簡単な大工仕事
 車具の修繕・電灯の交換

掃除機
 スマホ・パソコンの使い方
この他にもお手伝いできることがあるかも知れません。相談してみませんか？

（困りごとや相談・依頼先）
福田地区社会福祉協議会
受付日時 平日の午前中 9:30～11:30
電話・ファックス 082-215-2296
（作業費）
基本：1時間 1,000円（作業員1名につき）
※季節調整の上、上記を基本に見積もります。
※材料費は別途必要です。見積り・上取金調整等もさせていただきます。

チラシを作成し、広く活動の周知を行っています！



大工系チームによる庭の花壇にあった壁の修復作業



助け合いの輪が広がっています！

広島市住民主体型生活支援訪問サービス

「広島市住民主体型訪問サービス」とは、「介護予防・日常生活支援事業総合事業」（介護保険）で実施する訪問型サービスの一つです。

実施団体が地域包括支援センターと連携を図りながら、地域で暮らす高齢者の「ちょっとした困りごと」を支援しています。

令和6年7月1日から、新たに3団体が実施団体として加わり、市内41団体が本サービスに取り組まれています。

～新規実施団体～

福田地区社会福祉協議会（東区）

荒神地区社会福祉協議会（南区）

てっだい隊（佐伯区五日市東）



RCCのディレクターから取材を受けている山本副会長



好天に恵まれ絶好の取材日和でした！

この度、RCC（中国放送）で放送中の「鈴木福のミミヨリ！ひろしま」に取り上げられました。昨年度から本サービスを実施されている「楽々園学区社会福祉協議会（ぼちぼち応援隊）」にご協力いただき、地域で暮らす高齢者の困りごとを地域住民同士で助け合う大切さについて、お話いただきました。

YouTubeで「鈴木福のミミヨリ！ひろしま」を検索すると視聴できますので、ぜひご覧ください！

ええとこ情報

毎日、暑い日が続いています。そこで、「熱中症」について、
ファーマシ薬局広島タワービルの薬剤師 多胡 豊子さんにお話を伺いました！

<熱中症とは？>

高温、多湿の環境によって引き起こされる体調不良の状態の総称。野外だけでなく室内でも発症します。高齢者の方は暑さやのどの渇きを感じにくく、持病があるとさらに熱中症になりやすい傾向があるので注意しましょう！



<熱中症にならないために>

- ①喉が渇く前に水分補給しましょう。
- ②アルコールやコーヒーなどのカフェインを含む飲料水は脱水になりやすいので、水分としてはノンカフェイン（麦茶など）の水分の摂取を心がけましょう。
- ③糖分・塩分を含むスポーツドリンクは生活習慣病のリスクが上がるので摂取には注意しましょう。
- ④エアコン（クーラー）をうまく活用しましょう。
温度を時々チェックするのも大切です。
- ⑤1日3回しっかり食事をとりましょう。
- ⑥適度に体を動かし汗をかく習慣をつけ、
うまく汗がかけるように訓練することも大切です。



「通いの場」無料講師情報

ファーマシ薬局をはじめ、地域の通いの場に無料で出向き、専門分野や特技を生かしたお話をしてくださる企業や団体があります！

通いの場を運営する中で、内容に悩まれたり、講師派遣の相談がありましたら、区生活支援コーディネーターへお気軽にお問合せください。

<熱中症の症状と対処方法>

軽度：めまい・たちくらみ・生あくび・大量の発汗
こむら返りなど。

⇒ 対処：体を冷やす、水分補給、日陰へ移動
→ 治らないようなら医療機関へ。

中度：頭痛・吐き気・体がだるい・虚脱感・集中力の低下など。

⇒ 対処：体を冷やす、水分補給、日陰へ移動
→ 治らないようなら医療機関へ。

重度：意識が無い・けいれん・呼びかけに対して返事がおかしい、まっすぐ歩けないなど。

⇒ 対処：すぐに救急車を手配。その間、衣服を脱がしたり体を冷やしたりしましょう。



薬剤師 多胡 豊子さん

<各地で実践されている“ええとこ”をお寄せください！>

地域活動に関する耳寄りな情報を教えていただき、定期的に発信していくことで、「ひろしまのええとこ」をみんなで共有できる情報紙を目指します。耳寄り情報は、市・区社協にいる生活支援コーディネーターへご連絡ください！

発行：社会福祉法人広島市社会福祉協議会 地域福祉推進課 地域共生係
〒732-0822 広島市南区松原町5番1号 広島市総合福祉センター内
TEL：082-236-6172 FAX：082-264-6413

