



みなさんは、日々の暮らしの中にご近所付き合いや気の合う仲間がいますか？  
5年後、10年後に向けて「住みやすい、住んでいてよかった。」と思える、人と人との「つながりのある地域」をめざし、「地域のお宝」として、ご紹介していきます。

## 取材先

## 強戸地区 加藤さん家のお茶のみ

石原かほるさん  
85才石川久味代さん  
84才加藤フミ子さん  
84才

この日、お茶のみをしていた3人は、老人会をきっかけにお友達になりました。

加藤フミ子さん(84)は日中の1人の時間、お友達とお茶のみやランチをよくしています。

加藤さんは免許を返納しましたが、お茶のみにお友達が来てくれるので、寂しいということではなく、月に1回は石川さんの運転で、お茶のみ仲間とランチへ出掛けています。

加藤さんは、息子さん夫婦と3人暮らし。日中は1人になってしまう加藤さんはご家族から、

「認知症にならないようにどんどんお友達を呼んでいいよ」と言われているため、お友達も気兼ねなく集まれるようです。

いしかわ くみよ  
一緒にお茶のみをしている石川久味代さん(84)は1人暮らし。

石川さんは、車を運転できるので、免許を返納してしまったお友達をランチやお出かけをするときに一緒に乗せていきます。また、ご近所さんも石川さんを気にかけているようで、夜、石川さんの家の電気がついていないと、「電気がついていないけど大丈夫？」と電話をかけてきてくれるそうです。石川さんは、「お茶のみ仲間やお友達、ご近所さんなど周りの人に見守ってもらっていてありがたい」と語ります。

石原かほるさん(85)も1人暮らし。

老人会には、68才のとき石川さんの旦那さんに誘われて入会しました。石原さんは、お友達の幅が広がったので、入会して良かったとお話します。

「私お節介焼きなのよね」そう話す石原さんは、腰を痛めてしまった加藤さんの代わりに戸棚の高いところにあるカップをとったり、洗い物をしたりとお茶のみの準備を積極的に行っていました。

何気なく行われているお茶のみですが、お友達と会ってお話をするすることで健康増進や認知症の予防、定期的に顔を合わせることで見守り活動になっていたり、ちょっとしたことをお互いに助け合いながら生活をされていることが地域で長く元気に暮らしていく秘訣だと感じました。

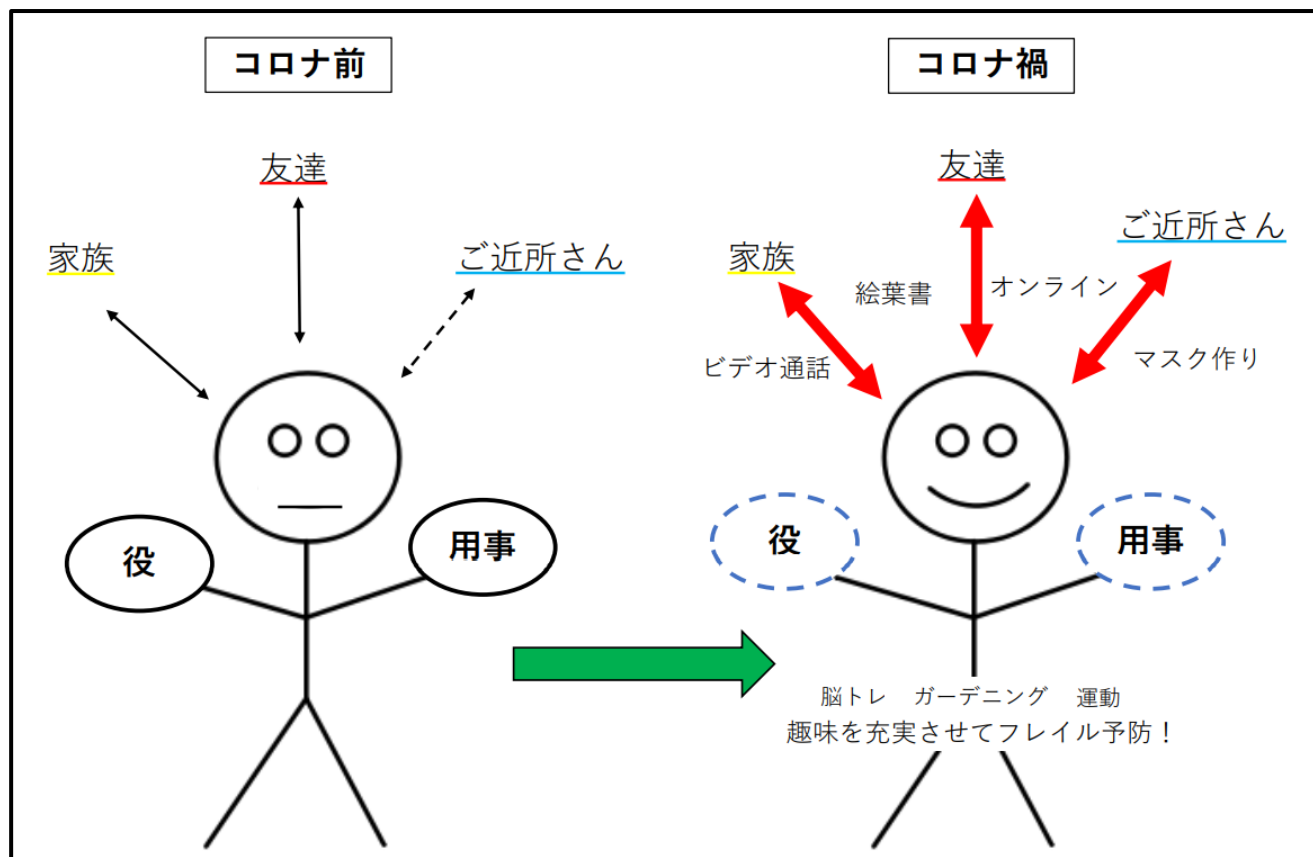
## チェックポイント！

- 加藤さん家はお友達が集まる、集いの場になっています。
- お互いにできること、できないことを交換しながら支え合って過ごしています。
- お互いに感染症予防をしながらも、お友達と会う事を続けています。



# 地域のお宝発見 ～太田市生活支援体制整備事業～

## コロナ禍による【個人の工夫】



上の図は「コロナ前」と「コロナ禍」の個人のつながりの変化です。コロナ禍で様々な活動が自粛になる中、そこに参加していた人たちの「個人の工夫」に着目し、解説します。

「**コロナ前**」では...仕事や地域での役や用事などが充実して忙しい毎日。家族や友達、ご近所さんとのつながりは時間もなく希薄な状態でした。

「**コロナ禍**」では...様々な活動が自粛により停滞。マスク不足も話題になりました。空いた時間を有効活用して...

マスクを作って配った！ → 希薄であったつながりが**復活！**

趣味の絵葉書を送り合った！ → 自分の趣味を楽しみ**フレイル予防！**

相手を気にかけて、**つながりを切らさない！**

オンラインでのやり取りが増えた！ → 気軽に電話やメッセージが送れて、**より距離が近くに！**

(過去のつながる通信でこのような事例を紹介しております。是非ご覧ください！)

など、全てが自粛、停滞といったわけでもなく、こんな時でも「**会いたい！**」「**つながっていたい！**」という個人の思いから、この事例に限らず様々な工夫が施され「**つながり**」は**継続**されたり、かえて**深くなり強化**されています。こうしたつながりは、個人の**自主的なもの**であり、ある種、「**本当のつながり**」なのではないでしょうか？このつながりが困った時の支え合いに発展します。

生活支援コーディネーターから一言！

お宝情報を募集中！「私の近所でこんな取り組みをしている」「こんな工夫をして気にかけて合っている」など、あなたの地域のつながりを教えてください。情報をお持ちの方は右記お問い合わせまで！

皆様の暮らしの中にはこうした「**つながり**」はございますか？



詳しくはこちら

お問い合わせ

太田市社会福祉協議会 地域福祉係

〒373-0817

群馬県太田市飯塚町1549

TEL 0276-30-0033 FAX 0276-30-0032