鷹の台サポートクラブの活動紹介

「鷹の台サポートクラブ」は地域の美化の他、こんな小さな困りごとのお手伝いをしています

【Mさんとの女子会での会話】

「この包丁なんでこんなによく切れるの」「それはですね、よく研いでいるからです。 研いであげますよ」 「お願い」2本の包丁を研磨しました。 とても切れると、 喜んでいただきました。

【Oさんとグラウンドゴルフでの会話】
「うちの包丁も切れないの」「ハイ、研ぎますよ」

【Nさんとグラウンドゴルフでの会話】

「ガレージの石を移動させたいのだけれど,一人では動かせない」「じゃ これから見に行きますよ」とMさん。 その日のうちにバールを持って移動完了。 Mさんは後期高齢者ですが、豊富な経験と強靭な体力の持ち主です。

【SさんとHさんからの依頼】

「庭の木を切ったんだけど、根っこが 取れなくて困っているの！」 サポートクラブで大きな根っこを、処理 しました。

【困りごと相談窓口】

代表	鮎川史郎	090-2406-3745
副代表	三村幸弘	080-4058-8004
副代表	高柳貴久子	090-1456-1291

【S小学生から感謝の言葉をもらっています】

通学路の掃除をおこなっていると、「おはよう御座います」「有難う御座います」「いつも綺麗にしていただいて有難う 御座います」「お体に気をつけてください」 小さな子供たちからいただく言葉には、 感謝の気持ちが溢れていて、嬉しくなりま す。

お困りごとは遠慮せず、サポーターに相談してください

« 発 行 元»
チームあさひ
旭中学校地区
支えあいの会
（事務局）
四街道市
地域包括支援センター
四街道市鹿渡無番地
総合福祉センター分館
電話：043-420-6070
FAX：043-420-6707
発行　2025年5月

創刊にあたって

平成 27 年（2015 年）の介護保険法改正により、高齢になっても住み慣れた地域で安心して暮らし続けられる地域づくりを目指す「生活支援体制整備事業」が位置づけられました。

四街道市では、四街道市地域包括支援センターが市から本事業の委託を受け、支え合いのある地域づくりを目指して活動を行っています。この活動を通し、二つの大切なことがわかりました。一つ目は、自分の健康のためにも、誰かのためにも、できる範囲で社会に関っていくこと、二つ目は、足腰が弱くなったり、物忘れが気になってきても、ご近所同士が気にかけ合い、支えあえる関係を築いていくことが、安心して暮らせる地域の力になることです。

この「支えあい通信」は、旭中学校区の中で住民の皆さんが主体となって取り組んでいる、様々な活動をご紹介することを目的に発行することとしました。

今回は、旭ヶ丘・みそら・鷹の台の３地区の様子をお届けします。このような温かな輪が、ほかの地域にも広がって行くことを願っています。

旭中学校地区生活支援コーディネーター受託のご挨拶

旭中学校地区「支えあい通信」の発刊にあたり、一言ご挨拶申し上げます。
この度、市社会福祉協議会から生活支援コーディネーター（地域支え合い推進員）の委託を受けました旭ヶ丘の柿沼です。

旭中学校地区では、すでに３つの地区（旭ヶ丘、みそら、鷹の台）にそれぞれ支えあいの協議体が発足し、３つの S（参加の場、支援、相談の場の頭文字の S）を目標に活動を始めており、旭ヶ丘は「チーム旭ヶ丘」、みそらは「ちょこっとお願いみそらの輪」、鷹の台は「鷹の台サポートクラブ」が、地域の特徴を生かした支えあいの地域づくりに取り組んでいます。

３つの協議体がこれからの支えあいの活動を進めるにあたり、共通の課題解決のための情報交換や、チーム運営上の困りごとの相談、地域の高齢者と地域包括支援センターや自治会との橋渡しなど、メンバーの皆さんと話し合いながら進めていきたいと考えております。

また、この活動が３つの地域以外にも広がっていくと良いと思っています。

皆様のご指導、ご協力をよろしくお願いします。

チームあさひ　國生美南子（さわやか福祉財団インストラクター）

旭中学校区の支えあい推進のコーディネーターの誕生が、とっても嬉しいです。

この通信の創刊号の日の出の光景のように、大きな希望が生まれてくる感じです。

がんばりすぎずに、深刻にならずに、地域の子どもたちやいろいろな年代のいろんな人たちとの交流をたのしみながら、寂しい思いをしている人や、孤立する人がないように、柿沼さんと一緒に、支えあっていきたいですね。

旭中学校区の皆様の未来に人々のやさしさと希望が満ちますように！

ちょこっとサポート旭ヶ丘の活動紹介

【困りごと相談窓口】
①サポーターの家（看板掲示）
②代表　柿沼　弦司
090-9800-2900

「ちょこっと困りごとサポーター」は

今、こんな小さな困りごとのお手伝いをしています

【Ａさんからの電話】
「家で倒れて、右半身がマヒして立ち上がれない、助けてほしい」と４００メーター離れたサポーターに、Ａさんから電話あり。早速駆けつけ状況を見て一安心。
「遠くても普段から気安くしている人の方が、頼みやすいから」。Ａさんは近くに気心の知れた人がいませんでした。
「小さな助け合い」の根源は、「身近に相談できる人がいる」こと。こちらから挨拶して、「困ったときにあの人に相談してみよう」と思われるような関係を、さりげなく作れるように心掛けています。

【サポーターＢさんの事例】
サポーターの Ｂ さんは転んで右の利き腕を骨折。食事の支度や、家事など日頃できる事がほとんどできなくなったが、日頃から親しくしているお友達の応援を得て、大変な約１か月を乗り切った。
このお友達は、Ｂさんが自宅を開放して日頃からお付き合いをしているお茶のみ友達です。

【サポーターＣさんの事例】
Ｃ さんはいつもじっとしていられないタイプ。近所のお年寄りを気にしながらアンテナを張っている。
ここ数か月では、ドアーチェックの調整、自宅のスペアーキーボックスの取り付け、自転車のギヤー修理など小さな困りごとで結構忙しい。これから夏に向かって庭の草むしりの依頼が多くなりそうだ。

【サポーターＤさんの事例】
体の不自由なお年寄りが日頃から Ｄ さんを頼りにしています。
毎日の生活の中でのサポートが中心です。衣替えの時期には、そのお手伝い。生ゴミ出し、ごみステーションの清掃・片付け。回覧板回しなど。
気さくにすぐ動くＤさんは 、どこでも、モテモテです。

ちょこっとお願いみそらの輪の活動紹介

【困りごと相談窓口】
事務局　　日和　一郎
連絡先　　みそら自治会
043-432-9429

みそら地区「ちょこっとお願いみそらの輪」の紹介

今から6年前、団塊の世代の多くが２０２５年に後期高齢者になる。そのために住民の皆さんが安心して暮らせるよう、地域で支え合う仕組みを作ろうと取り組んで、スタートしたのがこの活動の始まりでした。

仕組のネーミングは、「無理な要望には応えないけれど小さなお手伝いをする」ということで決まりました。

２０２５年のいま、サポートするメンバーは１０名（スタート時は１８名）。団塊の世代と言われた方が高齢の方を支える状況になっています。

最近増加している支援活動は、公共のサービス利用や業者に依頼する程でもない内容が多く、業界の人手不足、運転手不足などが反映していると思われます。

支援の目的は、「住民の方の困り事に対して支援の手を差し伸べることで、孤立する方を無くすこと」

主な支援の内容を左下に掲載しています。右下の写真は、高齢や病気などで散歩に独りでは出られない方が、散歩の付き添いをお願いして来たケースです。

昨年度の実績をみると、ある方は「移送を実施した回数が７０回」であったり、「一緒に散歩の回数が１００回程」という方もいらっしゃいます。

支援の内容
- 買い物、病院への移送（全国でも増加との事）
- 電気製品やスマホ、パソコンの使い方アドバイス
- おしゃべり相手
- 簡単なお手伝い（雨戸が開かないので見て欲しい等）
- 庭の除草取りや庭木の剪定
- お話相手
- いっしょに散歩
- ごみ出しのお手伝い

「いっしょに散歩」