

# ご近助だより

【発行】  
藤岡市地域支え合い協議体  
事務局：藤岡市社会福祉協議会  
藤岡市藤岡1485  
0274-22-5647

## あなたが思う「安心して住みやすい地域」は、どんな地域ですか？

「歳をとっても、住み慣れた地域で安心して暮らすことができる」ために、どうしたらよいの？地域で支え合えることは何だろう？そのための話し合いが、全国で始まっています。

藤岡市では、公民館単位の8地区で「地域支え合い協議体」という集まりがあり、話し合いをしています。



★例えば・・・

地域にこんな困りごとを抱えている人たちがいます。

- ・ゴミ出しがおおごと
- ・買物や通院が大変
- ・人と交流する機会がほしいな  
などなど…

地域で助け合えること、あるかな？

いつまでも、地域で安心して生活できる。  
そんな地域って、どんな地域だろう？

歳をとっても元気な人が、たくさんいる地域

困った時には、お互いに支え合える地域



つまり、どういうこと？ 続きは、裏面へ⇒⇒⇒

# 「おかし」がたくさんある地域

当たり前のことですが、いつまでも元気で過ごせれば、住み慣れた地域で安心して暮らせます。

介護予防のために大切と言われていること、ご存知ですか？

**おしゃべり**

**からだを動かす**

**しゃかい参加**（社会とのつながりや役割がある）

「おかし」が沢山ある地域になるためにどうしたらいいかな？「おかし」ができる所はどこかな？そんなことを、協議体で話し合っています。

## 困った時に、お互いが支え合える地域

生活する中で、時には、ちょっと困ったことが出てくることもあります。そんな時、お互いに見守りをしたり、困ったことを相談でき、お手伝いできるような地域になっていたら、安心して生活できるかもしれません。まずは、私たちの周りにすでにある「小さな支え合い」を、みつけてみませんか。

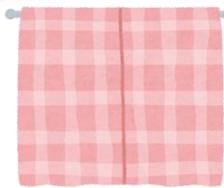
### こんなことも支え合い

最近どう？



声をかけあう

閉まったカーテン



たまった郵便物



いつもと違うことに気がついて様子を見る

心配だな



ありがとう



できる範囲で、無理なくお手伝い

おじさん  
いつも  
ありがとう



毎日あいさつ 見守りあい

おかえり。  
今日も元気  
そうだね

## お知らせ

- 藤岡市地域支え合い協議体の概略を説明したDVDを作成しました。貸出可能です。
- 「DVDを借りたい」「もっと知りたい、説明を聞いてみたい」という方は、
- 事務局：藤岡市社会福祉協議会（22-5647）へご連絡ください