

## ■活動内容

平成30年11月現在、市内33団体が定期的な居場所づくりや介護予防活動、地域支え合い活動に取り組んでいます。

■団体名	米原市33団体
■参加者	市民
■活動拠点	米原市長岡1206 米原市健康福祉部くらし支援課 TEL：0749-55-8110 FAX：0749-55-8130 mail：fukushi@city.Maibara.lg.jp

## ■活動のきっかけ・実現までの経緯

地域の中のコミュニケーションが減ってきたり、自治会役員や民生委員への負担が大きくなってきたり、ひとり暮らし高齢者などが日常生活に不安を抱えていたりという課題がある。一方、意欲と能力のある元気な高齢者も多く、地域で支える側として活躍できる場所がつかれないかと考えました。

身近な地域で気軽に集まることができる居場所をつくり、元気な高齢者がいきいきと活躍し、地域の支え合いによる活動を通して、地域のコミュニティの構築と活性化を図ることを目的に平成25年度から開始しています。

## 利用者さんの声

昼間は家で1人きりで、テレビの守をしているだけだが、出かける場所ができて、ここに来るとみなさんと一緒に過ごすことができます。

家族はいるけれども居場所に来ると、私と会話をしてくれる人がいます。

ちょっとした困りごとを相談できることができました。自分たちも活躍できる場所ができました。

## 活動者の声

- ・居場所が住民と市や自治会とのパイプ機能を担っています。
- ・地域の中の困りごとを把握できるようになりました。

- ・体操＋カフェで、体操を目的に来る人がカフェを利用してくれます。
- ・大きな声を出す機会が少ない高齢者が歌を歌うと喜んでくれます。
- ・認知症の学習を機会に、家族や地域の対応が変わってきました。
- ・移動販売により、参加者が増えました。
- ・高齢者が栽培した余剰野菜を出品し、生きがいになっています。
- ・カフェの利用料やイベント等での出店、寄付金等も含め自己資金を得る工夫をしています。
- ・利用者の「安心感」や「期待感」が感じ取れるようになってきました。

- ・将来こんな地域になってほしいという思いを込めて、自分たちが楽しんでいます。若い人にそういう姿を見てもらえると良いし、自分のためにもなります。

## ■活動に対する思いや目標、継続するノウハウ

できることから、できる範囲で、無理をしないことが大切です。

毎月の定例会を行っている団体が多く、スタッフの仲間意識を醸成したり、活動の軌道修正を行ったりすることが、活動を継続するコツです。