

# 支え合い 地域づくり通信

令和4年11月発行

第9号

NPO 法人エンパワメント輝き

## 洋野町未来の地域づくりセミナー 開催しました！

9月25日、地域住民が人とのつながりを大切にしながら、安心して暮らすための方策を共に学び考える「未来の地域づくりセミナー」を町民文化会館で開催しました。

セミナーでは、カードを使った『助け合いの体験ゲーム』をしました。助けてほしい理由もひとそれぞれですが、「勇気をもって「助けて」と言う」と、自分ができることなら手伝いますと、積極的に手をあげる姿がみられました。

明るい雰囲気の中、助け合いを体験し、交流を深めました。



## 地域の支え合い活動協力者の 顔合わせ会

### 顔合わせ会



10月17日、先日行われた「洋野町未来の地域づくりセミナー」に参加した人の中で、地域の支え合い活動に参加できる有志が集まり、メンバーの顔合わせを行いました。

参加した思いを添え自己紹介をしました。

『将来のために今できることをやりたい』

『これまで助けてもらってきた地域を助けたい』

...

思いはそれぞれですが、地域を大切に思う気持ちは同じです。ここでまた新しく人とながり、地域の情報交換や課題解決に向け話し合いをするなど今後活動していきます。

種市地区でパークゴルフができるといいなあ～

アグリパーク大沢にありますよ！  
送迎もあります!!



## まるカフェ（いきいき百歳体操）

### 「介護予防・生活支援」DVD鑑賞！

DVDを鑑賞し、介護予防は人との関わりを持ち「自分自身楽しむことが大切」ということを学びました。

実際に、体操で集まった仲間に会うことで、自分の抱える悩みや不安を話し、気持ちがあすつきりすることができたり、いろんな人の経験からアドバイスをもらい、元気をもらえるとこの声が聞かれました。

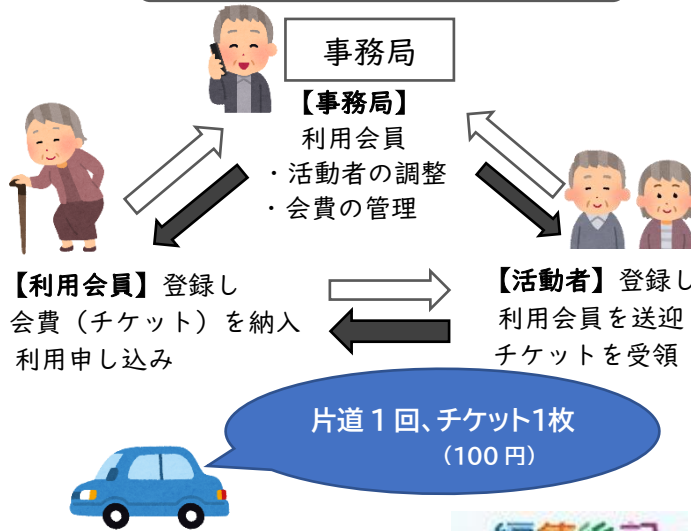


## 『助け合い送迎』

### 宮古市門馬地区の活動紹介！

全国的にも移動の問題は課題になっており、各自自治体により様々な取り組みが行われています。県内でも、宮古市で今年5月に住民主体の地区内送迎が立ち上がり、助け合い送迎活動を行っています。

### 助け合い送迎の仕組み



11月10日に、宮古市門馬地区で行われる現地研修に参加し、活動状況について学んでいきます！！

### 編集後記

季節の変わり目で、体調を崩す方もいると思います。風邪にも負けない体力づくりは大切です。私も、天気がいい日は外の空気をすいながらウォーキングをしなくては！

高屋敷

町内のイベントも少しずつ再開され、芸術の秋、食欲の秋を体感しています。

洋野町は自然がとても身近で季節の移り変わりも本当に美しく感じます。遠くへ出かけなくても夜空を見上げるだけで満天の星空ですね。

松田

