

みんなで支え合い、心も体も元気で楽しい毎日を過ごそう!

令和6年  
2月号

# ささえあい・みよし通信

三芳町生活支援体制整備推進協議体

## すすめよう!支え合いのまちづくり!

**支え合いボード** 支え合いの花を咲かせましょう!!  
あなたができそうな助け合いに花シールを貼ってください♥

**ひとり暮らしの高齢者の例 (1)**  
カネ子さんは、毎朝7時に起床し、朝食を食べ、洗濯機で洗濯物を洗います。掃除機をかけるのは、毎週の土曜日の午後です。お風呂は毎日入ります。お茶を淹れるのは、毎朝の8時です。お昼は、お弁当を食べます。お風呂は毎日入ります。お茶を淹れるのは、毎朝の8時です。お昼は、お弁当を食べます。

**シングルママの例**  
あまのママは、毎朝7時に起床し、朝食を食べ、洗濯機で洗濯物を洗います。掃除機をかけるのは、毎週の土曜日の午後です。お風呂は毎日入ります。お茶を淹れるのは、毎朝の8時です。お昼は、お弁当を食べます。お風呂は毎日入ります。お茶を淹れるのは、毎朝の8時です。お昼は、お弁当を食べます。

**ひとり暮らしの高齢者の例 (2)**  
おたけさんは、毎朝7時に起床し、朝食を食べ、洗濯機で洗濯物を洗います。掃除機をかけるのは、毎週の土曜日の午後です。お風呂は毎日入ります。お茶を淹れるのは、毎朝の8時です。お昼は、お弁当を食べます。お風呂は毎日入ります。お茶を淹れるのは、毎朝の8時です。お昼は、お弁当を食べます。

**ひとり暮らしの高齢者 見守りボランティア**  
おたけさんは、毎朝7時に起床し、朝食を食べ、洗濯機で洗濯物を洗います。掃除機をかけるのは、毎週の土曜日の午後です。お風呂は毎日入ります。お茶を淹れるのは、毎朝の8時です。お昼は、お弁当を食べます。お風呂は毎日入ります。お茶を淹れるのは、毎朝の8時です。お昼は、お弁当を食べます。

「ささえあい・みよし」では、福祉まつり(11月26日(日)、藤久保公民館・藤久保小学校にて開催)で支え合い活動の啓発を行うため、「支え合い体験会」を開催しました。

とても寒い日でしたが、約400名に参加していただきました。「支え合い体験会」は、「支え合いボード」に書かれた困り事に対して、自分ができるお手伝いにシールを貼ってもらうかたちで参加してもらいました。



高齢者のお話相手ならできるかなあ。

いろいろな困り事があるんだね…。何ができるかなあ。

お買い物とか、一緒にお散歩のお手伝いはできるよ。

本なら読んであげれるよ。僕が好きな本を持って行こうかなあ。

こども、お父さん、お母さんみんなで自分ができるお手伝いを考えてくれました。

## 支え合い活動体験会に参加した方の感想

- ひとりで暮らしていると、怪我をした時に困ってしまうんだね。
- 三芳町にこんなに多くのひとり暮らしの方がいるなんて知らなかった。
- わたしができることで困ってる人を助けられるなら何かやってみたい。



たくさんの支え合いシールが貼られたボードと「ささえあい・みよし」のメンバー

「支え合い体験会」では、困り事を支え合いで解決する取り組みへの模擬体験をしてもらいました。

「ささえあい・みよし」では、これからも子どもから高齢者まで、みんなで支え合う三芳町を目指し、困り事を手伝える仕組みづくりや気軽に交流できる集いの場づくりをすすめていきます。



## ～ 三芳町で行われている支え合い活動 ～



ひとり暮らし高齢者宅の草むしりのお手伝い



障子の張替えお手伝い



高齢者宅への訪問交流

支え合い活動に参加してみたい方は、ぜひ生活支援コーディネーターにご連絡下さい。

「生活支援コーディネーター」が支援活動の応援をします。ご相談ください。

●生活支援コーディネーター  
三芳町社会福祉協議会  
でんわ 049-258-0122  
ファクシミリ 049-258-0180

●事務局  
三芳町役場 健康増進課  
でんわ 049-258-0019  
ファクシミリ 049-274-1051

発行 ささえあい・みよし（三芳町生活支援体制整備推進協議体）