

ささえあい通信 第11号

『ささえあい通信』は、箕面市社会福祉協議会の職員が地域の皆さんから聞いた「**支えあい・助けあい**」の活動、福祉のお役立ち情報をお届けしています。今号では、「ご近所づきあい」に注目し、サロンや自治会での助け合いの取り組みや、自治会運営の工夫を紹介!! キーワードは、「遠くの親戚より近くの他人」です。

Topic1 ご近所の高齢者が集う場(サロン)でのつながりが、仲間の命を救出!

自治会館で開催している体操サロン(萱野東小地区福祉会主催) ※毎週水曜日 10:00~11:30 開催

8月中旬、主催者の細井さんはいつものように近所のAさんをサロンに誘うため自宅を訪問。ところがインターホンを鳴らしても応答がなく、中で犬の鳴き声が聞こえます。ポストを見ると新聞がたまって、尋常ではない雰囲気を察知。すぐに警察を呼び、中で倒れているAさんを発見。幸い、命を取り留めました。Aさんは、足が動かなくなり、電話まで行けなかったようです。

今回の出来事を自分事として捉えているメンバーの皆さん。
「体操サロン」があってよかったとロク々に言われています。

サロンに参加すると、ご近所でおしゃべりするお友だちができます!
お近くの方は是非参加してください。



Topic2 自治会で命を守る取り組み

加入世帯の緊急連絡先を互いに共有!



瀬川久健会(17世帯)

高齢者世帯と子育て世帯が半々の瀬川久健会は川沿いの立地のため、もし橋が崩落してしまったら避難所まで行くことが困難なエリアです。2020年に災害時のことを考え、互いに助け合う関係を作るため自治会で「緊急連絡先名簿」を作成することに。**ポイントは、同居していない家族の連絡先も、自治会内で把握していることです。**災害時だけでなく、高齢者が救急搬送される時などにも活用できます。

互助を発揮するための防災グッズ

瀬川荘園自治会(130世帯)

阪神・淡路大震災を教訓に、**知り合いの声が聞こえているのに助け出せないような後悔はしたくない!**

そんな思いを自治会内で共有し、2006年に防災倉庫を設置。瓦礫を除去して埋もれた人を助けることを第一目的に、防災グッズを揃え、自治会防災委員が毎年点検。災害時は速やかに助けに行けるよう備えています。

倉庫内の備品

- ・シャベル ・バケツ
- ・ハンマー ・つるはし
- ・ロープ ・懐中電灯
- ・車いす ・リアカー
- ・ブルーシート

など



Episode 救急搬送の現場では

ご近所の情報が、迅速な搬送につながります!

「道端で転倒している高齢者がいる」と通報があり駆けつけましたが、ご本人の所持品から名前や住所が分かりませんでした。通りがかったご近所のかたが名前や住所を知っていて、本当にありがたかったです。



箕面市消防本部の皆さん

Topic3 高齢世帯が辞めない！自治会運営の工夫

～ 役が大変だから、自治会を退会したいという話を聞けれど… ～

西宿住宅自治会（80世帯）

自治会長の原さんは、継続して自治会の役をやることで、自治会の活動量や年間のスケジュールを把握することができると言います。そのため、自治会員の生活状況に合わせて、その人にできる仕事をお願いするなどコーディネートが可能に。「この人だ!」と思う人を見つけたら、1年交代ではなく役を継続してもらえるようお願いしているとのこと。原自治会長に、自治会運営の工夫を聞きました。

Point 会員を増やす・減らさないために（原会長の工夫）

★自治会員の特技を見つける！

草刈りが得意な高齢男性には、公園の草刈りを依頼！

★地域団体の役は「活動量」を把握すれば依頼しやすい！

夜の会議が多い団体はAさん、昼の活動はBさんなど。

★班長の仕事は「回覧板をまわすだけ」

「回覧板を回すのも散歩だと思って!」と前向きな声掛け

★引っ越してきた世帯には、いち早く訪問!

災害時の安否確認に必要な「黄色いタオル」はもちろん、ありったけの情報を持って加入案内



地区福祉会役員でもある自治会長の原さん(左)。民生委員・児童委員の沖島さん(右)と、公園でラジオ体操や、定期的にサロンを行っています。ご近所から頼りにされているお二人です。

ご近所での防災&助け合い啓発チラシを作成しました！

裏面は「助けられ上手度チェックリスト」を掲載しています

必ずやって来る災害に備えて「助け合い」を広げましょう

助けられ上手は備え上手



災害に備えるために

- 自治会に入る
- 防災訓練に参加する
- 黄色いハンカチを準備する
- 3日間以上の食料を準備する
- 避難先を家族で話し合っておく
- 家族以外で、助け合える人を見つけておく



阪神淡路大震災では、ご近所同士の助け合いで多くの人が救われました。普段から「助けて」「よっしゃ、まかせて!」と言ひ合える地域だと安心ですね。助け上手な人とつながり、助けてもらうことも大切です。



ご近所の人とつながるには、どうしたらいい? そんな時は社協までご連絡ください!

助けられ上手度 チェックはうらへ

電話：072-749-1575 受付時間/8:45~17:15 (平日)
FAX：072-727-3590 http://www.minoh-syakyo.or.jp

■ チェックリストの一部 ■

- 何かあったらかけてくれるご近所さんがいる
- カーテンが閉まったままなら注意してねと、向こう三軒両隣の人に頼んである
- 家族にも、自分のことで周りの人に協力を求めるよう言っている



★チラシは箕面市社会福祉協議会ホームページ（右記二次元コード）からダウンロードできます。自治会内の防災や安否確認の話題で活用したり、シニアクラブや、ご近所のお友だちとおしゃべりしながらチェックリストを確認してみてください!



ダウンロードはこちら

★ご近所で開催している「地区福祉会サロン」情報について、関心のある方は、箕面市社会福祉協議会までお問合せください!