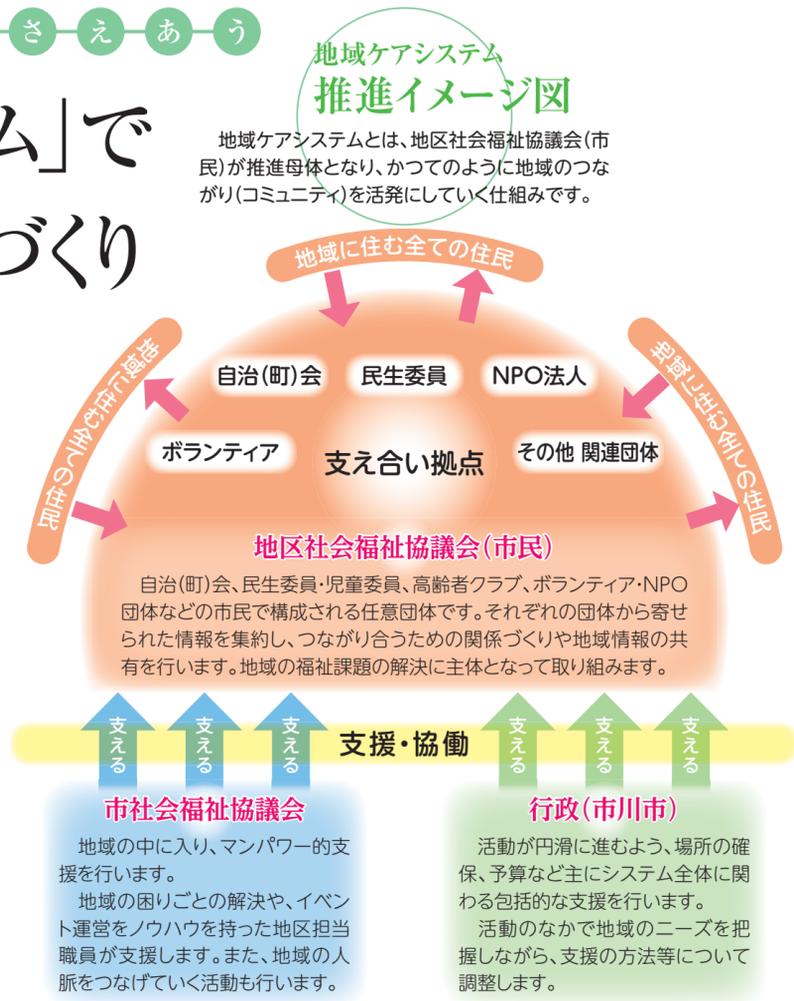


つながりあってささえあう

# 「地域ケアシステム」で誰もが安心まちづくり

今の時代、地域や家族同士の助け合いやつながりが薄れてきていると感じませんか。少子高齢化や核家族化が進む中、将来においても誰もが安心して暮らしていくには、地域と行政などが一体となり、個々のニーズに合わせ、人に寄りそうサービスや支援が必要です。そのため市では、平成13年から、地域の集いや気軽な相談の場をつくり、地域を支えあう「地域ケアシステム」を進めています。

☎712-8521 地域支えあい課



## つながり、支えあうための3つの目標と活動



**地域での支えあい**  
集いの場所である「てらぼサロン\*」活動や、地域を盛り上げるイベントを行うなど人と人がつながり、支えあう関係を作ります。

※「てらぼサロン」とは？  
各地区で実施されている集いの場の総称です。運動や茶話会、子育てなどさまざまな活動が行われています。地域のつながりを深めるための活動なので、参加は自由です。地域ケア拠点や社会福祉協議会のWebサイトで活動の内容や日時をお知らせしています。



## 身近な場所での相談

ちょっとした心配事や気になることがあるとき、身近な地域ケア拠点にお立ち寄りください。常駐している相談員がお話を聞き、必要に応じて関係機関への橋渡しをします。

## 行政の組織的な受け皿

地域から寄せられた地域住民だけでは解決できない問題には社会福祉協議会や行政と一体となり取り組みます。



## 地域ケアシステムの活動の様子



## 地域ケアシステム 活動拠点からの元気コメント

- 市内を14の地区に分け、公民館などに15の活動拠点(南行徳地区は2拠点)を設けています。
- 国分** 中国分2-13-8西部公民館内 ☎373-8347  
西部公民館内の地域ケアの拠点が広く明るくなりました。お立ち寄りください。
  - 曾谷** 曾谷6-25-5曾谷公民館内 ☎371-8348  
「曾谷地区でてるぼサロンまつり」にはたくさんの方が参加され、更に交流を深めました。11月12日開催の「お互いさま広場」。地域で「お互いさま」の声が弾みます。
  - 宮久保・下貝塚** 宮久保1-13-2宮久保・下貝塚寄り合い処 ☎372-8348  
楽しいイベント盛りだくさん。昨年から始まったウォークラリーで地域交流しませんか。
  - 大柏** 南大野2-3-19大柏出張所内 ☎339-8347  
世代間交流事業の「グラウンドゴルフ大会」には子どもたちも参加しました。
  - 国府台** 国府台1-6-4国府台スポーツセンター内 ☎372-8343 ※平成29年度内に移転予定  
「赤ちゃんあつまれ」サロンでお母さん同士の交流。体重・身長増えたかな。
  - 真間** 真間2-17-12「よってこ」 ☎324-8347  
青空の下、「菅野・須和田オリンピック」ではみんなが気持ちの良い汗をかきました。
  - 菅野・須和田** 菅野3-24-2菅野公民館内 ☎326-8347  
夏は恒例の「ラジオ体操」。子どもから大人まで大勢参加。規則正しい生活は気持ちいい。
  - 市川第一** 市川2-7-7市川地域ふれあい館内 ☎322-8347  
皆で楽しく歩く「ふれあい七社めぐり」。毎年、1月と6月に開催しています。
  - 市川第二** 大洲1-18-1ふれあいセンター内 ☎376-8343  
毎年7月、江戸川で行う「手長えび釣り大会」では大人も子どもも大興奮。
  - 八幡** 八幡4-2-1中央公民館内 ☎334-8347  
毎月2回開催の「いきいき体操」。参加者みんなの笑顔に会えるのが楽しみです。
  - 市川東部** 本北方3-19-16東部公民館内 ☎339-8349  
3月恒例「ふれあい演芸会」は幼・小・中・高・特別支援学校と地域の方も参加します。
  - 信篤・二俣** 高谷1-8-1信篤公民館内 ☎328-8347  
毎年10月に塩焼中央公園で「福祉まつり」を開催しています。健康相談やBBQもあるよ。
  - 行徳** 塩焼5-6-14塩焼中央公園内 ☎356-8347  
11月25日は福祉講演会。子どもから大人まで大勢参加します。つなげよう、地域の輪。
  - 南行徳** 相之川1-3-7南行徳公民館内 ☎359-8347  
南行徳地区社協第二の拠点「ほっとスペース」が昨年塩浜に開設。週7日いつでもどうぞ。
  - 南行徳第2** 塩浜4-2-2-101「ほっとスペース」 ☎398-8347

活動に参加しているみなさん

みなさんの参加をお待ちしています

## 支えられる立場から、支える立場に

病気を患い、真間地区社会福祉協議会に手助けをしてもらっていました。でも、自分も「人のためになにか」と考えていたところ、娘が学校のチラシを見て「お母さんの資格を生かせる」と教えてくれた「赤ちゃんサロン」に参加。10年以上の助産師・保健師・不妊カウンセラーの資格を生かして、月1回、母乳のあげ方が不安なお母さんからの相談や、母乳マッサージを行っています。マッサージは1回に3~4人ですが、ボランティアなので喜んでもらっています。自分の役割が見つかり、家族も表情が明るくなったねと言ってくれます。

真間在住 藤間 千春さん

## 人のふれあいの大切さを再認識

人のつながりが薄いと言われる昨今ですが、3.11以降、近所どうしの助け合いや、高齢者世帯への声かけなど、人のふれあいの大切さが再認識されてきたと感じます。また、地域ケアシステム開始から15年になり、以前は問い合わせの内容も、近所に1人暮らしの高齢者がいるがといった漠然としたものが多かったのが、最近は、ゴミ出しが大変そうだといった気づきを感じるものが増え、活動が浸透してきたことを実感しています。

市川市社会福祉協議会 大野 隆さん

## 地域ケア拠点でお待ちしています

平成13年に47カ所から始まったサロン活動も、120カ所(平成29年10月現在)、参加者も約3倍に増えるなど、地域での活動も盛んになっています。行事やサロン活動は誰でも気軽に参加することができます。詳しくは、お近くの地域ケア拠点にお尋ねください。