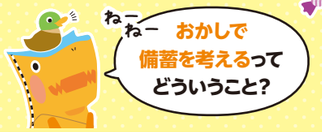
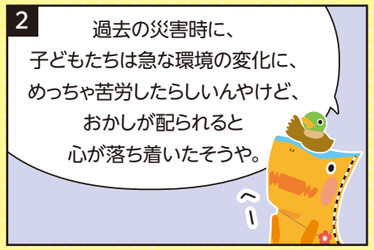
区ボランティアセンター通信

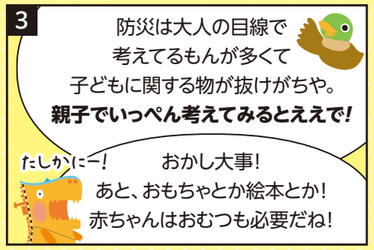
親子防災のすすめ

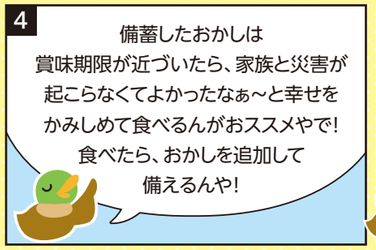
地震や台風、水害など、いつ発生するかわからない自然災害。防災、減災のためには「日頃の備え」が重要です。下京区ボランティアセンターでは、災害に備えて平常時から関係機関や地域の各種団体などと連携し、様々な事業を行っています。
今回は、下京区にある「つどいの広場 わくわく」と共催した親子防災講座「おかしで備蓄を考えよう!」という取組について紹介します!

おかしで備蓄を考えよう!









おかしで備蓄を考えように参加されたみなさんの声

家でもローリングストックをしたりしています。今日は楽しみにしてきました!

最近、水害のニュースが多く、備蓄について考える良い機会になりました!

持ち手にラムネを入れるのがいいですね~!

今回初めて実施した取組でしたが、子育て中の皆さんの防災への関心、悩み、避難や備蓄に関する疑問などをお聞きすることができました。いつ起こるかわからない自然災害。小さなお子さんをはじめ、高齢の方、障害がある方など、避難にあたって支援が必要な方も地域には住んでおられます。
「もしも」の備えを「今から」。みんなで一緒に考えていきましょう!

発　行：社会福祉法人
京都市下京区社会福祉協議会
下京区ボランティアセンター
下京区地域福祉推進委員会
下京区地域支え合い活動創出コーディネーター

住 所：〒600-8166
京都市下京区花屋町通室町西入乾町292
京都市下京総合福祉センター 3階
TEL：(075)361-1881　FAX：(075)361-1663
メール：fukusi09@mediawars.ne.jp
ホームページ：http://mediawars.ne.jp/fukusi09/

1階は下京老人デイサービスセンター、2階は下京老人福祉センターです!

社会福祉法人 京都市下京区社会福祉協議会 広報誌

下京区 しもぎょうく しゃきょうだより 社協だより

第41号
2022年10月発行

人生100年時代
多様な社会参加の
実現に向けて

地域で子どもを育てる
人、ひと、ヒト

ちょっとしたボランティアで
生きがいづくり

福祉施設と一緒に紡ぐ
地域活動

親子防災のすすめ

支え合い通信

おはなし聞かせてください！

退職後の生きがいさがし！

人生100年時代

多様な社会参加の実現に向けて

退職後、団塊の世代の方々が地域社会に戻りはじめています。今後は、何をきっかけに定年後の新たなやりがいや生きがいを探すかがテーマになります。
現役中は自宅と職場を往復する毎日の中、あまり考えたことがない地域のことにも、定年後は目が向いたりするでしょう。現役時代の知識、経験、技術を活かし、地域への貢献を通じてのやりがい、生きがいを求めている方もおられます。しかしながら、長い時間を勤め先で過ごす仕事一筋の生活で、地域との接点がなかった場合、地域活動に踏み出すきっかけはどのように見つければよいのでしょうか。
こうした退職後の方々がスムーズに地域活動へ参加するヒントを探ってみることを目的に、退職後に地域活動をされている阪口さん、平岡さんにお話をお伺いしました。

Q 地域との出会いのきっかけは？

阪口さん 現役時代は仕事が忙しかったり、3年ごとぐらいに転勤があったりして、地域との繋がりをほとんど持つことができませんでした。それに私は京都の出身ではありませんので。そのような中で、いざ定年退職となって「何をしようか」というより、「どのようにすればいいか」がわからなかったですね。どこに行って誰と繋がって相談すればいいのか、わからない状態です。身体はまだまだ元気だし、現役時代の経験を生かしながら地域へ貢献することができれば良いなという希望は常に持っていましたが、そのきっかけが無かったですね。そこで色々アンテナを張っていたところに、下京区地域支え合い活動創出事業で開催された「ボランティア入門講座 下京男塾」のチラシを見つけて参加したことが、地域活動へのきっかけです。

平岡さん 現役時代は自宅と会社の往復が中心で日中は自宅に居ないので、地域活動への参加はなかったですね。加えて近所付き合いもほとんど無く挨拶をする程度です。現役中は地域のことなんて、考える暇もなかったですね。しかし、定年退職後はすぐに地域役員等から声が掛かり、地域活動へ参加するようになりました。

Q どんな地域活動をしていますか？

阪口さん 退職後数年がたち、いよいよ地域活動へというタイミングでコロナ禍となり活動がほとんどできなかったです。現在はコロナ禍でも気軽に屋外で活動ができる花壇作りをしています。花壇作りは、単純にお花等を育てるだけでなく、花壇をツールとして「人との繋がり」を自然な形でゆるやかに創っていく活動です。そのほかに、手話の勉強や短歌を学んだりしています。

平岡さん 地域で、花のお世話等を通じて、人との繋がりを生み出すことに興味があり、下京男塾にも参加しながら楽しく活動しています。京都みどりクラブの方にガーデニングの基本を教えてもらいながら、プランター作りを障害者施設の方と一緒に作業したり、地域の子どもたちと花壇を作ったり、最近では、誰もが活躍し参加ができる緑のある居場所作りをみんなと一緒に協力しながら創っています。

Q 地域活動に参加してみて新たな魅力や発見は？

阪口さん 花壇作りの最大の魅力は、様々な方たち（高齢者、障害者、子ども等）が一緒に作業を行うことによって自然な形で緩やかに交流できることだと思います。私は現役時代に農業と福祉の連携や、農村地域の活性化などの業務に携わっていましたが、その経験を生かせる場が身近な地域にあるんだということを改めて発見しました。

平岡さん 定年退職するまでは地域活動に参加できていなかったですが、定年退職後には様々な活動へ参加するようになりました。定年退職された方は色々な経験や特技を既にお持ちなので、それを活かせる場が地域にはたくさんあると感じますし、皆さんの色々な経験や特技から自分も学んでいく楽しさや魅力が地域にたくさんあると思います。

Q こんなこと、あんなこと、今どんなことをしたい？

阪口さん 最近では手話を勉強しているので、聴覚障害の方が気軽に参加できるような緑のある居場所を創っていき、誰もが活躍できるコミュニケーションのある地域づくりを考えていきたいです。どんなに小さいことでも、自分ができることで地域へ何かしら貢献することができれば、これ以上の幸せはないと思っていますが、頑張りすぎたり無理したりしすぎると

しんどくなり、活動を継続できなくなるのであまり無理せず自分のペースで緩やかに地域活動を行いたいと思います。

平岡さん 誰もが自分らしく活躍できる居場所をみんなといっしょに協力しながら創り、色々な形で地域へ貢献したいと思います。人と人とが繋がることで個人や地域が豊かになることを期待しながら活動したいです。

Q 退職された方や現役で働いている方へのメッセージを

阪口さん 現役の時から職場以外の繋がりを意識し地域に目を向けて少しでも地域に興味を持ち、地域活動へのアンテナを張ることが必要なのかもしれません。現役の時からいかに地域へ目を向けられるか、これには企業側の協力も必要だと思います。色々な魅力や可能性が地域には転がっています。自分を生かせる何かが地域にありますから。

平岡さん 定年退職後すぐは、ゆっくり休みたい気持ちはすごく理解できます。人付き合いは多少面倒くさいものですよね。その面倒くささを少しだけ受け入れることで、新たな人との繋がりが生まれます。面倒くささを少し乗り越える勇気が必要なのかもしれないですね。地域は皆さんの力を必要としているはずです。

地域とつながり直して充実した生活を楽しむには？
ちょっとした空き時間にほんの少し地域に関心を持ち、得意なことを活かせる地域活動に参加してみませんか？

下京区社協キャラクター
しもりゅうくん

地域で子どもを育てる
人、ひと、ヒト

下京区では、子どもの成長を支える様々な取組が広がっています。
今回はそういった活動に携わる西七条保育園、修徳児童館、七条第三児童館の方々にお話を伺いました。

西七条保育園の久保園長に 子どもの居場所活動 西七創遊館を取材しました!

西七創遊館
久保園長

みんなで手巻き寿司作り!

Q どのような取組ですか?

毎月1回程度、近隣の小学校低学年の子どもたちを対象に、平日夕方に実施している居場所活動です。子どもたちのリクエストも聞きながら、物づくりや調理を一緒に行っています。

Q 始められたきっかけは?

小学生になると、放課後一人で過ごす子どもが多いことを課題に感じていました。安心して過ごせる居場所や、地域にいろんな人がいることを知れる機会づくりが必要だと思いました。

Q 工夫、大切にしていることは?

子ども同士が「難しかった」「美味しかった」等共有する時間を設けています。居ることに意義があるので、子どもが大事にされていると思えるような関わりを心掛けています。コロナ禍前は地域の方の特技を活かした交流も行っていました。つながりづくりを意識して取組んでいます。

Q 子どもや保護者の方の反応はどうですか?

ありがたいことに、子どもたちからは「こんなご飯食べられて最高!」「創遊館なら行きたい!」との声があります。保護者の方からは「創遊館の日は子どもとの会話が増える」「子どもを知っている先生と話ができていい」との声もあり、実施してきてよかったと感じています。

Q 取組まれるうえで、課題に感じていることは?

会場規模を考えると十数名しか受け入れることができないため、キャンセル待ちが発生しています。会場として、もし広い場所を貸してくださる方がおられましたら、協力いただけるとありがたいです。

下京区では子どもの居場所活動が広がっているよ!

修徳児童館の清水先生に、オンラインを活用した取組 おさんぽ元気ウォークを取材しました!

修徳児童館
清水先生

Q どのような取組ですか?

令和3年10月に実施した、親子で地域を歩いて、面白いものや秋を探し写真を撮るというイベントです。コロナ禍だったので、少人数で実施したのと、LINEのオープンチャット※を活用し、撮った写真をタイムリーに参加者で共有できるようにしました。

※LINEユーザーなら誰でも参加できるグループを作成し、LINEの友だち以外の人とも交流できる機能。グループに参加する人を制限することもできる。

オンラインツールを上手く活用しているところがいいね!

Q 始められたきっかけは?

コロナ禍前に保護者の方より「子どもの体力が低下している」「京都に住んでいるが寺社仏閣に行ったことがない」との声を聞き、「元気ウォーク」という、親子で清水寺まで歩くイベントを実施しました。コロナ禍で従来通りの活動ができない中、子どもたちの経験が奪われていることを感じ、オンラインを活用した新たなイベントのあり方を模索したのが「おさんぽ元気ウォーク」のきっかけです。

Q 子どもや保護者の方の反応はどうでしたか?

子どもたちは最初緊張している様子でしたが、慣れてくると自らやりたいことを発信してくれました。普段気にして見ないものを地域で発見し、最後は「暑かったけど楽しかった! またやりたい」との声もありました。保護者の方同士の交流も見られ「家で過ごす子どもの様子とは違った姿を見られました」との声をいただきました。

七条第三児童館の川畑館長に 子どものいる保護者の方向け 図書事業を取材しました!

七条第三児童館
川畑館長

Q どのような取組ですか?

近隣の地域から下京図書館が遠いこともあり、親子で本が読めるようにと始まった事業です。子どもと一緒に読める本はもちろん、遊ばせている間、保護者の方が読めるような本を揃えています。

この取組には赤い羽根共同募金が活用されているで!

下京区社協キャラクター
かもがわさん

Q 工夫、大切にしていることは?

子どもを遊ばせるスペースもあるので、子育てを頑張っている保護者の方が一息つける居場所になればと思います。児童館職員がいるので、何かあれば相談してもらえるようにしています。

Q 保護者の方の反応はどうですか?

「子育て中に一息つける場所なのでありがたいです」「子どもは成長と共に読む本が変わるので、利用できて助かっています」との声をいただきます。声を聞く中で、居場所の大切さを実感しています。

学区社協特集 開智学区の取組

ちょっとしたボランティアで 生きがいづくり

ちょっとした困りごと お手伝いします!

担い手の皆さん

ちょっとしたボランティア、略して「ちょいボラ」をご存じでしょうか?
開智学区では、学区社会福祉協議会と民生児童委員会の連携のもと、住民同士が支え合う仕組み「開智ちょいボラステーション」がスタートしました。
今回は担い手の方々へお話を伺いました。

Q 「開智ちょいボラステーション」とはどのような取組ですか?

開智学区の住民同士が、日々の生活の「ちょっとした困りごと」に対して支え合う仕組みです。活動内容は縫い物、庭仕事、買い物代行、電球交換等、空き時間にできそうなことを行っています。

粗大ごみを外へ運ぶお手伝い

縫い物のお手伝いをしてお渡ししました!

Q 始められたきっかけは?

普段学区社協や民生委員として地域活動に取組む中で、「ひとりでは難しいからちょっと手伝ってほしい」という声と、「空いている時間で何か手伝いたい」という声を聞くことがありました。そんな時、他都市の事例で、ちょいボラの活動を耳にし、開智学区でも取組めないかと考えたのがきっかけです。

Q ちょいボラを利用された方の反応はどうですか?

「自分ひとりでは難しかったので、お手伝いしてもらえて助かりました」との声をいただいています。ボランティアしたい人、してほしい人をマッチングすることで、地域の顔の見える関係づくりにもつながると考えています。継続して取組む中で、より気楽に依頼してもらえるよう活動が広がっていけばいいなと思っています。

電球の取替えもなんのその!

Q 工夫、大切にしていることは?

実施にあたっては、ボランティアしたい人、してほしい人が双方とも安心してもらえるよう、日頃地域と関わっている委員が一緒に行動するように心がけています。
また相談を受けて、ちょいボラでの対応が難しい場合は、関係機関につなぐようにしています。住民同士の支え合いの中で、支えられる側も、支える側に変化するという視点を意識しています。

気軽に声をかけてくださいね♪

このユニフォームが活動の目印やで!

地域交流特集

福祉施設と一緒に紡ぐ 地域活動

地域とのつながりを大切にしたいです

岸本施設長

地域での支え合いは、住民同士にとどまりません。地域と福祉施設が連携した取組も広がっています。菊浜学区と就労継続支援事業所※「きょうどう」が連携して実施した取組について、岸本施設長にお話を伺いました。

※障害のある方、様々な理由で働くには何らかのフォローが必要な方々に、就労機会の提供等支援を行っている。

Q どのような取組をされていますか?

菊浜学区で行われている公園の花壇の植え替え作業を、地域と連携して実施しました。初めての取組でしたが作業内容を地域の方が丁寧に教えてくださり、利用者の方もリラックスした様子でした。地域の方と施設、利用者の方の顔の見える関係づくりにつながったと感じています。

Q 始められたきっかけは?

これまで菊浜学区の地域活動に、社会資源として参加させていただく等、地域とのつながりが少しずつできていました。そして今回、地域の方に「作業を手伝ってくれないか」とお声かけいただいたことが、一緒に取組むきっかけになりました。

Q 取組まれての感想はいかがですか?

こういった機会を通じて、地域と関わりを持てることはありがたいです。一緒に活動していくことでお互いに理解が進み、交流が増えていると感じています。利用者の方にとっても、普段とは異なる経験ができて新鮮だったと思います。自分達が関わってできたものが地域に残るというのは、達成感につながっています。

地域の方と一緒に町の美化活動!

公園の花壇にお花を植えたよ!

地域活動を通じて顔の見える関係づくりができているね!

Q 利用者の方、地域の方の反応はどうでしたか?

参加した利用者の方は、公園の前を通る時に「あの花壇作業したんです」「まだ元気に咲いてますね」と嬉しそうに話してくれます。地域の方からは「若い人が力仕事を手伝ってくれて助かりました」との声もいただきました。今後も地域でできることがあれば、連携していきたいと思います。