

# わごころ通信

発行日：令和3年10月1日  
 発行元：尾鷲市社会福祉協議会  
 尾鷲市栄町 5-5 TEL.22-3246  
 HP：<http://www.owasewel.com>  
 E-mail：info@owasewel.com

新型コロナウイルス感染症の感染拡大が収まらず、地域における支え合い活動(ボランティア活動)もいろいろな影響を受けており、活動内容の変更や活動自体の休止を余儀なくされています。一方で様々な自粛による閉じこもりや孤立、活動機会の減少に伴う身体機能の低下など、様々な課題が出てきています。今回のわごころ通信では、そうした中での新たなつながりの場づくりや、地域の大きな課題でもある買い物支援の模索状況についてご紹介したいと思います。

## 百寿雀 サロンの取り組み

新型コロナウイルス感染拡大の影響で、地区福祉委員会をはじめとする地域のボランティアを中心に行われていた「ふれあいサロン」や各種催しなど、高齢者の“**通いの場**”がこれまで通り開催しにくくなっています。このまま閉じこもってしまう方が増え、人とのつながりが薄くなってしまてはいけないと思い、尾鷲市社会福祉協議会ではマスクや換気、消毒などの感染対策が比較的取りやすく、閉じこもりや認知症予防にも役立つ『百寿雀』というゲームを紹介し、体験会とともに器具の貸し出しを行い、つながりの場の再構築を働きかけています。

### 百寿雀の特徴

- ◇ ルールが簡単で麻雀を知らなくてもすぐ覚えられます！
- ◇ 2人1組で相談しながら参加できます！
- ◇ 顔と体を使って介護予防・認知症予防にも役立ちます！

### ひやくじゅじゃん

## 百寿雀とは？

介護予防・閉じこもり防止を目的に北海道釧路町のボランティアグループが考案した麻雀ゲーム。麻雀よりもルールが簡単で、健康寿命を延ばすキーワード「運動」「食事」「会話」の3種類の牌を使ってアガりを競います。



9 cm × 4 cm × 6 cm の大きな牌を使用

1.8m × 1.8m のマットの上で

2人1組で相談しながら

## 随時体験会を実施中！

## 新たなつながりの場づくりを模索中



やってみないと分からないと思いますので、地域の集会所やコミュニティセンターなどで、随時体験会を実施していきます。ぜひやってみてほしい！私たちの町でも！という方はぜひお問合せください。なお、新型コロナウイルス感染症の拡大状況によって、開催を中止することがあります。

※ 高齢者に限らず、お子さんでも楽しめます。

時間：90～120分程度

人数：4～8人/1セット  
(2セット用意可能)

場所：コミュセンや集会所など

## 買い物支援を模索中

買い物に困っている方の支援は、地域で生活を続けていくために解決していかなければいけない地域としての課題です。地域の助け合いを考える『わごころ会議』でも、「どんなやり方だったら助け合いができるか」を協議したり、実際に相談支援を行っているケアマネジャーさんたちと地域の買い物支援のニーズや「ど



ケアマネジャーとの意見交換

### わごころ会議での協議



んな支援が必要か」話し合ったりしています。やはり、「買ってきてほしい」よりも「連れて行ってほしい」という声が多い反面、車が必要な支援となるため、「助け合いとはいえ自家用車を使用することに抵抗がある」など、ボランティアの安全面に対する不安や道路運送法の規定などを考えると中々ボランティアでは手を出しにくい支援でもあります。他の市町村での取り組みを視察したり、勉強したりしながら、この地域にあった支援方法について模索しています。



## やってみないと分からない！

## 地域のボランティア×社協



とはいえ、話し合っているだけでは分からないため、「昼間空いている社協のデイスサービス送迎車を活用して、地域のボランティアと協働した買い物支援ができないか」と、地域に商店がない地域を対象にボランティア協力を募り、地域の買い物支援ニーズの把握と併せて実験的に買い物支援をやってみました。



社協の公用車を活用



乗り降りの見守り  
(ボランティア)



買い物中の見守り  
(ボランティア)



荷物を持って自宅まで  
(ボランティア)

## 地域の声(ニーズ)と支え合いのバランスが大事



実験的な実施を通して地域のニーズとともにいろいろなことが分かり、同時に今ある支え合いを壊さない工夫と地域住民の理解が必要ということも再確認できました。車両についても思った以上に乗れないことや、買い物先での乗降場所の問題など、様々な課題があることも分かり、本格実施



実施地域での振り返り

や他の地域での実施も含め、再度見直しを行っているところです。

### 体験者の声から

ふれあいバスに乗っても買い物には行けない。  
コロナの影響で家族が帰省できないので困っている。  
普段移動販売で買えないものが買えて助かった。

### 実験に協力していただいた方から

これから必要な支援になると思う。  
今ある支援の存続のためにも地域住民の理解が大切。  
利用対象者をどうするかが難しい。

引き続き、試行錯誤しながら地域の支え合いのしくみづくりを行っていきます。

・・・わごころ通信に関するお問合せは・・・

担当：尾鷲市社会福祉協議会 地域福祉課 総務・福祉係 Tel.22-3246 まで