

Amorri! 支えあう笑顔の安茂里

ボランティア通信

安茂里地区住民自治協議会 TEL・FAX 266-0527

園沖助け愛
ネットワーク

雪かき 買い物の送迎 ゴミ出しも

「できる人ができることを」地域みんなで

時ならぬ大雪に見舞われた1月、市内全域が片付けに難渋、“雪との闘い”に明け暮れた中、園沖区では降雪直後の日曜日、「雪かき隊」がスコップや雪かきを手に参加、道路わきにうずたかく積まれた雪を運び出し、車道と通学路はもちろん、人が通る道はすべて春を思わせる乾いた道に変えた。



出動した雪かき隊。「町愛助」前に集合（1月22日）

この日の出動は24人と軽トラ5台。たっぷり3時間の作業だった。

雪かき隊は住民で作る「園沖助け愛ネットワーク」（愛称園ねっと）の活動の一つ。送迎隊、ゴミ出し隊、草刈り隊、なんでも隊、防災隊とあわせ6グループがある。120戸、約320人、高齢化率49%。こぢんまりした区の住民自ら産み出したボランティア組織だ。

近くには店がないので、1.5kmほど離れたショッピングセンターへの買い物定期便は「重い物を持って急な坂を上らずに済む。店でいろいろ選べるし外出も楽しい」と好評だ。

送迎の車の運転、草刈りなどの活動の謝礼には「園」（えん＝円）と名付けたチケットを主に使い、一律500園と定めている。「頼む人がお礼など余分な気遣いをしなくて済むように」との考えだ。

60、70代主力、力仕事は勢年団

メンバーは60代後半から70代前半の42人。その活動に30、40代で結成した「勢年団」が「力仕事は任せろ」と加わる。「できる人が、できる事を、できる時に、が私たちの基本」と園ねっとと会長を平成26年の立ち上げから務める吉澤憲一さん（69）。隣近所の人の困りごとを、みんなで支える。

活動のきっかけは、団地造成から40年余、入居者の

高齢化が進み、「困りごとが増えていないか」と気づいた25年度の自治会長らが取り組んだ「困りごとアンケート」だ。その中に雪かき、買い物・通院の便などの要望があり、困りごとのお手伝いができる人を募った。20人余が呼びかけに応じ、草の根の活動がスタートした。

住民は中条、小川、信州新町出身者が多く「西山では隣近所の助け合いは日常のこと。西山人の心が通じ合っているんだよね」とメンバーは笑う。

楽しむことも大切な活動

区の中心部には空き家の駐車場を借りた「町愛助（まちあいじょ）」がある。誰でも気軽に立ち寄り、よもやま話ができるよう、手作りの椅子を置いた町の縁側。なんでも隊が運営する。果樹園を開墾して畑に変えた「やさいクラブ」メンバーが旬の野菜を直売したり、茶道の先生だった80代後半の女性が「野点でもてなしたい」と席を設けてくれるようになった。



指導役が付いてのスポーツ麻雀の集い

2月初めには「スポーツ麻雀」の集いが始まった。初回の参加は18人。荒井規夫さん（75）が手引書を用意、「手先を使うし、頭の回転を良くする。健康にいいんです」と初心者には丁寧に指導した。「なかなか勝てないが、面白い」88歳という竹内昭治さん。若い時の腕自慢を思い出す人もいた。

子育て応援、防災強化

神城地震で園沖でも被害が出たことから、防災隊が結成された。勢年団メンバーは定例会を持ち救急救命講習などからスタート。「防災を充実し、共稼ぎ世帯の子供をご近所が見守るなどの子育てで支援もしていきたい」。立ち上げ時の区長で中心メンバーの松本裕文さん（70）は、さらなる取り組みに意欲を見せる。

安茂里全域に広がってほしい、支えあい活動だ。

多彩な分野の方が登録 学習支援や芸能伝承 「さらに参加を」

得意なこと、経験などで地域を元気づける「安茂里応援 一芸ボランティア」に多くの方が登録してくれた。

登録は、音楽演奏や舞踊、絵手紙といった芸術芸能の指導、英語、ロシア語、算数などの学習支援、生ごみの堆肥化、海外体験談など広範にわたっている（別表）。

ボランティア活動の場としてお茶のみサロン、ふれあい会食など地域の集い、福祉施設での活動とともに、小中学校が取り組んでいるコミュニティースクールの応援ができそう。また、安茂里甚句を伝承したり、かつては家庭で行っていた手作りみそといった郷土の伝統の指導者もいる。

一芸ボランティア



ぜひ伝承していきたい安茂里甚句

地域の健康づくりリーダー

特段の技術、知識がなくてもできる活動の要望も多い。学校農園での野菜や花づくりの指導、子どもプラザでの本の読み聞かせといった子育て支援。施設のお年寄りの話し相手といった、特別な技能、経験がなくてもできる活動だ。

とりわけ福祉の分野では、介護保険法の改正に伴い、支援が必要になる前の予防活動を地域で取り組むよう求められている。その対象とされ、比較的軽い要支援1・2の人は安茂里地区で約350人。専門の事業所・施設に任せるだけでなく、歩いて行ける範囲の生活圏での健康づくりの取り組みだ。

新年度からの実施が検討されており、そのまとめ役、リーダー役を地域のボランティア活動として期待される。

1次登録の主な一芸

技 能	表具の技術
	手造り味噌・醤油の仕込み
	生ごみの堆肥化とその利用
	デジタルカメラの操作と撮り方
学習支援	排水つまり支援（有料作業）
	英語の学習、サークルの支援・指導 中学生の英語指導 ロシア語指導・ロシアの文化の紹介等 小中学生への学習支援
芸術・芸能	尺八を中心とした楽器演奏
	水墨画・絵手紙
	絵てがみ（自分史を作ろう）
	歌と楽器のグループ演奏
	イラスト・似顔絵指導
	粘土細工・工作
	科学の専門的講義
	民謡舞踊（安茂里甚句など）
	昔話、創作作品の語り聞かせ
	音楽演奏（楽団・カルテットなど）
体験講座	外国に目を（海外勤務の経験から）
	オリンピック金メダリストの紹介
	がん患者・家族の心の支援
	レクリエーション・軽スポーツ等の指導

ちょっとだけの時間でも

「ちょボラ」一ちょっとだけのボランティアという言葉がある。「短い時間でも、少しでも手伝ってもらえる方がいれはうれしい」というのが福祉関係者こぞって挙げる願いだ。月に1度、午前中だけの活動をしている女性ボランティアもあり、貴重な存在だ。

地域の福祉活動は、自治会役員などのボランティアで支えられている。安茂里地区では福祉バザー、アモーレフェスタはじめ、お茶のみサロンなど実績を積み重ねてきた。ボランティア活動の基盤はある。

橋渡し役を強化充実へ

4月から市立安茂里公民館が住民自治協議会が指定管理者となるのを機に「一芸」を活かした講座を開設できないか、検討していく方針。また、29年度の「長野市地域やる気支援」事業として活動費の助成を受けられる見通しで、事務局体制を強化、ボランティアを求める側と登録者の橋渡し役を務めていく。

事務局は「もっとたくさんの方に協力してもらい、充実させていきたい」と登録を呼びかけている。

ボランティア活動の時間が取れる方、関心がある方、ぜひ事務局・安茂里地区住民自治協議会（電話266-0527）へご連絡ください。

支援要望がある団体などと登録者の都合などを調整し紹介していきます。

こんな「お手伝い」を 学校、福祉関係者は要望

安茂里地区の児童が通う小学校は4校、こどもプラザなど多くの福祉施設があり、少子高齢化が進む中で地域の人の支援、見守りなどがますます大切になっている。「もっと充実したい」と望むそんな関係者に「こんな協力をしていただければ」の要望を聞いた。

紹介するのは要望の一部。ボランティア活動の場、役割を知り、行動につなげてほしい。

子どもたちのための活動

- ・算数など小学生の学習と準備の手助け
- ・「花・歌・詩と絵のある学校」を目標にしている。絵手紙や花づくりを教えてください
- ・ダンス、焼き物、茶道と昔ながらの遊び（お手玉、メンコ、コマなど）を伝えてほしい
- ・子育て支援センターでの絵本読み聞かせ、童謡
- ・構内の枝葉や草取りなど環境整備
- ・通学路で登下校時の見守り
- ・「お楽しみ会」での一芸
- ・将棋、オセロなど自由時間の遊び相手
- ・地域の文化（お祭りや郷土芸能の伝承、古い建物など）について教えてください

高齢者とともに

- ・音楽やダンス、朗読、絵手紙、手芸、折り紙などを一緒に楽しんで下さる方
- ・介護予防講座のサポート。簡単な体操のための準備など。5月から全10回の予定
- ・独り暮らしの方や入所者とのおしゃべり相手
- ・地域の集い（お茶のみサロン、敬老会など）でのマジックショーや落語といったアトラクション
- ・オレンジカフェ（毎月第3木曜日午前）でお茶やお菓子を出し、話し相手に



「ミシン裁縫」の追究の様子

家庭・地域と共にある 活力ある学校づくり ～松ヶ丘小学校～

「家庭・地域と共にある活力ある学校づくり」を松ヶ丘小学校は学校運営の要ととらえています。「松ヶ丘小学校応援隊」を中心に、平成28年度の活動の一端をお伝えします。

今年より〈ミシン裁縫ボランティア〉の活動が応援隊に加わりました。5年生の追究では、5名の支援の方から文字通り「手取り足取り」針の動かし方を教えていただきました。子どもたちは「先生、教えて～」と充実の追究がなされていました。裁縫に熱中するのは女子児童だけではありません。スキルを身につけた「裁縫男子」が教室中に誕生しました。

地域連携を通じて「縁の下の力持ち」という言葉が懐かしく思い返されます。子どもたちの学習環境を陰で支える活動がいくつもある。そして、そのことを子どもたち自身は知らないでいる。周囲の大人たちの縁の下にある支えなんて、気づかないけれど、子どもたちは精一杯、今を過ごそうとしている。そんな関わり方に深い感銘を受けます。

(校長・中山久貴)

介護のいろいろ 街中相談 安茂里の事業所連携「あかね会」

安茂里地区で介護保険法に基づく介護・支援サービスを受けている人は1,100人を超す（昨年12月現在）。地区内で介護



買い物のついで立ち寄れる介護なんでも相談会事業を行っている民間15事業所が連携して作った「あかね会」は2か月に1度、アメリカンドラッグ伊勢宮店と西友伊勢宮店で交互に「介護なんでも相談会」を開いて

いる。

自立支援、訪問介護、認知症高齢者の共同住宅などで従事するケアマネージャー、介護福祉士、看護師ら3～4人が対応する。血压測定もしてくれ「買い物のついでに立ち寄って」という窓口だ。

「介護というと敷居が高いと感じるかも。家族の心配事、ヘルパーさんのお願いはどうしたらいいかなど、気軽に声をかけてもらいたい」とまとめ役の保科信司さん（燦倶楽部犀北）。

高齢になっても支援を受けなくて生活できるよう予防サービスがますます重要になっており、あかね会はその取り組みにも力を入れる。アモーレフェスタでは展示や相談のコーナーを開設。また、2月には住民に参加を呼びかけて、健康維持につながる「口腔ケア」について、研修会を安茂里公民館で開催した。介護・健康づくりなど身近なこととして知ってもらい「住み慣れた地域で暮らし続けられるよう、お手伝いしたい」としている。

病院への移送、家事サービス 地域住民が担う有償助け合い

日常の「困りごと」を住民がちょっと手助けする「地域助け合い事業」を安茂里地区住民自治協議会が長野市や市社会福祉協議会の協力で運営している。

事業は、高齢だったり、障害があって公共交通機関では病院などに行きにくい方を送迎する福祉移送と掃除などの家事援助の二つ。

車イスでも乗れる移送専用車の運転は「協力員」と呼ぶ安茂里地区の住民が担当する。年間の利用は3,000件近くあり、通院、リハビリ施設への大切な移動手段となっている。

家事サービスは、主に女性の協力員が担う。こちらの利用は多くないが、買い物を手伝ったり、時には話し相手にもなる。

利用できるのは、あらかじめ登録を申し込み認定された人が対象で、1週間前の利用予約が必要。1回（1時間以内）当たり移送は600円、家事援助は500円の有償サービス。現金は扱わず事前購入の「利用券」を使って気遣いしないで済むようにしている。運営費用には、安茂里地区で毎年秋に行っている福祉バザーの収益もあてている。

通院に利用する70代の女性は「家まで迎えに来てくれるし、病院まで乗り換えなしですから本当に助かる」と感謝する。渋滞などで、30分ぐらい迎えを待つときもあるが、「お互いさまだから」と譲り合っただけの利用だ。

専用車での福祉輸送は登録した6人の男性協力員が担当している。運転に自信のある60代が中心で費用弁償の額は多くないが、「頼りにされ、役に立っていると感じる」という。その一人小山清光さん（68）は「ほとんど病院への送迎の仕事で、絶対に続けてほしいという方ばかり。時間通りにいかないこともあっても、気持ちよく待ってくれる。お互いに信頼しあって運営できている。この事業はもっと必要になる」と話す。

事務局には事業コーディネーターが常駐し、利用者が平等に利用できるよう配慮しているが「申し込みが

福祉移送の専用車。昨年新型に更新した



集中して申し訳ないけど、希望に添えないことがあるんです」とコーディネーターの石田美那さん。もう一つ、家事援助の協力員を確保することを課題に挙げ「少しのやる気で手伝ってもらえれば」という。「その1時間の手伝いを待っている人がいるんです」と応募を呼びかける。

地域の互助・共助の気持ち、「お互いさま」の気持ちに支えられる事業だ。

協力者を募っています

安茂里たすけあい事業に力を貸していただける協力員を募集中です。1時間以内の活動で500円の費用弁償のある有償ボランティアと賛助会員です。

- ・福祉移送 医療機関などへ中型車を運転して原則、市内の送迎をする。社会福祉協議会が費用負担する講習を受けて従事する。
- ・家事援助 掃除や洗濯など、日常生活の手助けなど。特別な技能も資格も必要ありません。雪かきなど男性向け仕事も。
- ・賛助会員 福祉車両のガソリン代、保険料など資金面で活動を支援してくれる方。1口1,000円。

助け合い事業、協力者の応募については、かぎやきひろば安茂里内の事務局（電話・224-2100）へ問い合わせ、お申し込みください。



福花中学、長野工業高校生徒のイルミネーション飾り付け

安茂里を元気に楽しく… ヤングパワー活動



スポーツの祭典開会式で福花小ポプラマーチングバンドが激励



音楽グループが集まって「ふれあいコンサート」



アモーレフェスタでは長野工業高校のクラブが活躍