

ながよ支えあい通信

令和6年1月発行 NO.8

ボランティアで



地域に恩返し

活動のきっかけ

ご主人の正彦さんは、小さい頃から、父親が自治会など地域の活動をしている姿を見てきたので、いつか自分も地域の活動をするものだという気持ちがありました。親の介護の経験を活かして人助けができないかと考えていた時に支えあいのフォーラムに参加し、地域の支えあい活動を知り、「これだ！」と火がつかしました。

自分の住んでいる地域に目を向けると、高齢者世帯が多く、買い物に困っている方、庭の手入れができない方などがいることに気づきました。特に自治会に入っていない方は、困っていても見過ごされやすいと感じました。自分の住んでいる地域に何が必要かと考えた時、見守りや買い物支援、居場所などが必要だと感じ、ボランティア活動を始めました。

この通信が、自分の問題として支えあいを考えるきっかけになってほしいな。

ゴミ出しや買い物支援をした際、「ありがとう！助かります」という言葉をいただくと、やりがいを感じるよ。小さな助け合いをする人が増えたら、長与町は、より住みやすい町になると思うな。ボランティアを通じて、自分の元気も維持できているよ！



森 正彦氏

生活支援コーディネーターの感想

森さんご夫婦のボランティア活動取材して、地域の現状を改めて考えさせられました。正彦さんには、第2層*の支えあい北部に参加していただいています。これからも地域の課題解決のために何が 필요한のかを一緒に考えていきたいです。

*第2層とは、地域の課題解決を目指した協議を行う場です。



支えあい北部（第2層）の様子



ウラに続く



岳精会（がくせいかい）

場所：長与南交流センター

日時：毎週水曜日 10時～12時

内容：詩吟

趣 味 活 動 で い き い き と

長与南交流センターで詩吟の活動をしている『岳精会』。正しい音を確認しながら、1人ずつ吟じたり、みんなで吟じたりしています。詩吟は、漢詩や短歌、俳句を吟じることで、歴史の勉強になり、また腹式呼吸のトレーニング効果もあるため、誤嚥の予防にもなるというメリットがあります。

大村市民文化祭や県の吟詠コンクール、南コミュニティまつりなどに出場しています。



参加者の声

- 詩吟を楽しむだけでなく、仲間と話したり、笑ったりすることも大事だと思っています。
- 家に閉じこもりがちになるので、この集まりがとても大事な場です。
- この活動に参加するために、車に仲間同士で乗りあって来ています。
- 仲間が病気やケガをした際、心配したり、見守ったりしています。
- 家で大きな声は出せないけれど、ここで思いっきり出せて気持ちがいいです。
- 子どもたちに詩吟の良さに気づいてもらい、一緒に活動ができたと思っています。



生活支援コーディネーターの感想

皆さんの詩吟の音量に驚き感動しました。また、お互いを思いやる気持ちが自然な仲間同士の見守りに繋がっており、この会を通じた支えあいを感じました。これからも詩吟の活動を楽しみながら、支えあいを大事にしてほしいです。



皆様と一緒に支えあい活動を推進します！

生活支援コーディネーター

小林 由起（長与町地域包括支援センター）

山口 沙起（長与町社会福祉協議会）