

いいじゃん サロン通信

令和4年3月発行

発行 社会福祉法人みよし市社会福祉協議会



みよし市では通いの場のことを「いいじゃんサロン」とよんでいます



コロナの混乱が始まって、2年が経過しようとしています。
新しい生活様式での生活を余儀なくされ、マスクをして外出することが当たり前の世の中になってきました。
地域での活動もコロナ禍により制限されたこと、反対にコロナ禍だからできたこと
様々なことがありました。
今回のいいじゃんサロン通信はこんな内容でお届けします。

今回のトピック

- 1 身近なところでボランティアしたいと思ったら ～ボランティアセンターの紹介～
- 2 ボランティア募集情報
- 3 いいじゃんサロンの紹介～コロナ禍でのいいじゃんサロンの取組～
- 4 いいじゃんサロンの悩みごと
- 5 いいじゃんサロンはなぜ必要??
- 6 編集後記

01 身近なところでボランティアしたいと思ったら ～ボランティアセンターの紹介～

みよし市ボランティアセンター
・住所
みよし市三好町陣取山39番地5
みよし市立福祉センター内
・電話番号
0561-34-1588

「ボランティアしたいと思うけど、どうやって始めればいいんだろうか…」 「どんなボランティアを募集しているんだろう…」 「どこに行けば相談できるのかな…」 とボランティアを始めるときにはいろんな悩みが付きものです。

そんなときに相談できるのが、「ボランティアセンター」です。

Q1 なにしてるところ??

ボランティアセンターでは主に次のような仕事をしています。

- マッチング（ボランティアをしてほしい人とボランティアをしたい人をつなぐ）
- 講座の開催
- ボランティア保険の取扱い

もし、ボランティアにご興味があれば、お気軽にご相談ください。



ボランティアセンターのある
みよし市立福祉センター

Q2 どんな活動がある??

ボランティアの内容は様々です。個人での活動では、生活ごみを集積場まで運ぶ有償ボランティア活動、高齢の人を通院先まで送迎する運転ボランティアなどがあります。

団体の活動では、託児ボランティアや読み聞かせボランティア、楽器の演奏やコーラスなど様々で、どの活動にも共通することは、自分の趣味や特技、興味のある活動に無理のない範囲でできる活動ということです。

ボランティアセンターに登録していただくと、ボランティアをしてほしいという依頼があった際にご連絡をして活動へとつなげていきます。

ボランティア募集

出勤前やお出かけ前の
ちょっとしたボランティア活動
ボランティア連絡協議会主催

となりの みよしさん

生活ごみを自宅から集積場まで運ぶボランティア活動を通じた地域の助け合い活動

活動内容	ボランティアをしてほしい人の生活ごみをその人の自宅近くの集積場に運ぶ活動
活動日時	ボランティアをしてほしい人とその人の担当ケアマネジャーと打合せの上、決まります。無理のない範囲で活動できます
その他	活動1回ごとに利用者からチケットをもらい、チケット1枚あたり100円で換金することができます

ご興味のある方はお気軽にお問合せください

みよし市ボランティアセンター
470-0224 みよし市三好町陣取山39番地5
みよし市立福祉センター内
電話：0561-34-1588
FAX：0561-34-5860

生活ごみを集積場まで運ぶ有償ボランティア活動「となりのみよしさん」チラシ

Q3 ボランティアが始まるまでの流れは??

ボランティア
してほしい人



⑤活動の打合せ

⑥ボランティア活動

④活動者の決定・報告

①ボランティア登録

②ボランティア依頼



ボランティア
センター

ボランティア
したい人



③活動紹介

- ①ボランティアをしたい人は、ボランティアセンターでボランティア登録をします。
- ②ボランティアをしてほしい人からボランティア依頼がボランティアセンターにあります。
- ③ボランティア依頼があったら、ボランティアセンターが登録してあるボランティアに活動の紹介を行います。活動の紹介があって、活動できそうであれば、活動できる旨をボランティアセンターに伝えます。
- ④ボランティアをしてほしい人に依頼したボランティア活動ができる人のことをお伝えします。
- ⑤活動の前にボランティアをしてほしい人と事前の打ち合わせをします。
- ⑥ボランティア活動が始まります。

まずは、ボランティア登録から始まります。

ボランティア登録はボランティアセンター窓口で受け付けています。

※インターネットを利用して、ボランティア登録ができます→



02 ボランティア募集情報

通院や買い物などの 運転でボランティア活動

足を不自由にしていて高齢の人や障がいのある人が通院や買い物をするとき社会福祉協議会の貸出車両を使って運転するボランティア活動です。



利用する人と会話をしながら楽しく活動しています。
車両も自分の車両ではないので安心です。

生活ごみを集積場まで運ぶ 有償ボランティア活動「となりのみよしさん」

歩行などに不自由のある高齢の人の生活ごみを利用者の自宅から集積場まで運ぶ有償ボランティアの活動です。1回あたり100円のチケットを受け取ります。



ごみ出しボランティアを通して、利用者を見守る人が1人ずつ増えていくといいなと思いつつ毎回楽しく活動しています。
みなさんいかがですか。

詳しくはボランティアセンターまで

みなさんもボランティア登録をして、地域活動に参加してみませんか??

03 いいじゃんサロンのご紹介

～コロナ禍でのいいじゃんサロンの取組～

コロナ禍で新たな生活様式を取り入れることになったのは、いいじゃんサロンも同じでした。今回はコロナ禍でも継続して活動をしている団体をご紹介します。

県営三好丘旭住宅の取組

ここはみよし市の北部にある県営三好丘旭住宅です。月に2回、県営三好丘旭住宅に住む人たちが1階にある集会所へ集まってきます。

集会所では、体操教室が行われています。

自分の身体の状態とペースに合わせて、みなさん身体を動かしていました。

体操教室が終わるころ、集会所を出たところにあるちょっとしたスペースには「とくしまる（移動スーパー）」が来ており、体操を終えた参加者が、買い物をして帰っていきます。

参加者のみなさんは、体操教室の合間や買い物をしながら世間話をして、「また今度ね」と言って帰宅していました。



県営三好丘旭住宅



体操教室の様子

Q1 どんな経緯でこの活動が始まった？

かつては、県営三好丘旭住宅の住民同士の関わりはほとんどなく、集まれる機会があるといいなと思っていました。

同じ気持ちをもつ、住民同士で1階にある集会所を利用して、雨の日も濡れずに来れる体操教室を開催してみようということになり始めてみることになりました。今では参加者の人たちとアイデアを出し合い、食事会やカラオケ、移動スーパーとの協働も生まれました。

Q2 とくしまる(移動スーパー)の効果は？

買い物に来た他地域の人が口コミで体操教室に参加してくれることになったり、参加者同士の交流も増えました。スーパーが遠いので助かるという感想も聞きました。

Q3 これからどんなふうにしていきたい？

声をかけても参加してもらえない心配な人もいます。体操には来れないとしても、その人が作った趣味の作品を会場に展示したり、工夫をしながら住民のみなさんが地域参加できるようにしていきたいです。



とくしまるの様子



平池集会所

気(木)らしく楽しく…組み合わせると

ここはみよし市の中部にある平池行政区です。

この地域は市内で高齢化率が1番高い地域です。その地域の課題への取組として地域のみなさんが創意工夫した活動が継続されています。

この活動には年2,000円で月2回のコグニサイズ、毎週の麻雀があり、それぞれ参加者のみなさんは集まるとおしゃべりタイム。

それとは別にらくらく講座を開催し、その内容にも工夫を凝らしています。

日本福祉大学のハートフルセミナーの活用や愛知県健康づくり協会の講師、市内外の講師やボランティアと連携した内容も取り入れています。

現在は社会福祉協議会の地域福祉活動助成金を利用していますが、助成期間の終了も見越して運営をしています。

Q1 どんな経緯でこの活動が始まった?

「コグニサイズの教室に行きたいけど、遠くて行けない」「身近な地域でできるといいな」の声から始まりました。今ではコグニサイズ以外にも麻雀や別のらくらく講座などメニューも増えています。

Q2 麻雀のメニューが追加されたのはなぜ??

地域の男性にも地域参加してほしいと追加しました。今では、麻雀が好きな男女が集まり、楽しく時間を過ごしています。

麻雀は脳トレにもいいということもあります。

Q3 参加者のみなさんの様子は??

多くの方が参加してくれています。なかには家族の介護があるなか参加してくれる人がいて、「参加することで介護の気晴らしになる」という話もありました。また、コグニサイズも継続することで、参加している人の反応や体の動きも向上したり、保てていたりします。

Q4 これからどんなふうにしていきたい??

年齢の制限もありませんので、より多世代の人に参加してほしいと思っています。

この地域には子育て中の世代の人もいますので、若いうちから参加してもらい地域とのつながりをもってほしいと思っています。



体操教室の様子



麻雀の様子

04 いいじゃんサロンの悩みごと

コロナ禍でいいじゃんサロンを開催しようか迷う…

いいじゃんサロンでも感染してしまう人がいたらどうしよう…でも、楽しみにしてくれている人もいますし…。

運営者としては悩むところです。市内では多くのいいじゃんサロンがこの苦難を乗り越えて活動が継続されています。

ここで、もう一度感染対策の方法をおさらいしてみましょう。

感染対策の徹底 (全国社会福祉協議会資料より抜粋)

① 活動実施前の準備

- 入口等に手指消毒液を配置します。
- ドアノブやテーブル、椅子の背もたれ等、重点的に消毒する箇所を消毒します。
- 手洗い場にハンドソープやペーパータオルを配置します。
- トイレは感染リスクが比較的高い場所であり、以下に留意します。
 - ・ 不特定多数が接触する場所は、消毒を行います。
 - ・ トイレの蓋を閉めて汚物を流すよう表示します。
 - ・ 共用のタオルやハンドドライヤーは使用せず、ペーパータオルを設置します。
 - ・ 便器内の清掃が必要な場合は、特別な清掃は必要なく通常通りで構いません。
- 人と人との間隔が2m（最低1m）となるように座席を配置します。
- マイク設備がある場合、大きな声を出さなくて済むようにマイク・スピーカーの準備をします。
- 受付で密集しないように、2メートル間隔に印をつけます。
- 当日の参加者を把握するため、名簿を用意します。
- 受付付近に、次のような参加ルールを掲示します。

新型コロナウイルス感染拡大防止のためのお願い

- ① 体温計で体温を測ってから来所してください
- ② 咳エチケット・マスク着用をお願いします
- ③ 入室の際は手の消毒をお願いします
- ④ お茶の提供はお休みしますので、飲み物は各自でご持参ください
- ⑤ 密集しないように入室制限を行う場合があります

- なお、準備等に漏れがないように、活動前の準備や活動中の取組、活動終了後の取組をチェックリスト化し、ヌケ、オチ、ムラを防ぎます。
- 熱中症に注意するため、個々にペットボトル等で飲料水等を用意し、食べ物はなるべく加熱したものを使用します。

② 活動中の取組

- 受付では、参加者の体調確認を行います。37.5℃以上の発熱（または平熱比1℃超過）、息苦しさ、強いだるさ、咳・咽頭痛等の症状等がないか確認します。
- 参加者に対し、咳エチケットやマスクの着用、手洗い（手指消毒）等の徹底を促します。
- 発症者が出たときのため、参加者名簿を作成します。

- 活動中は、1時間に2回以上の換気（2方向の窓を1回、数分程度、全開にする等）を行います。風が少ない日には、ドアを開けて外側に向けて扇風機を置くと換気がしやすくなります。
- 重点的に消毒する箇所を活動中も適宜消毒します。
- 会話をする際は、正面に立つことをできるだけ避けたり、十分な身体的距離を保つこと、マスクを着用すること等を徹底します。
- 熱中症防止のため利用者・担い手双方の水分補給に留意します。マスクをしているとどの渴きが分かりにくいので、適宜声を掛け、給水を促します。

③ 活動終了後

- 会場を清掃し、消毒します。
- 備品等を消毒します。
- 清掃時やごみの廃棄作業時はマスクや手袋の着用を徹底します。
- 作業後は手洗いを徹底します。
- 帰宅後の手洗いを利用者とともに担い手に徹底を促します。

運営するための運営費はどうしよう

いいじゃんサロンだけではなく、なにかを始めたり、継続したりするには、どうしてもお金が付きものです。

ここでは、運営にかかる費用の助成金について掲載します。

みよし市ががんばる地域応援補助金

地域課題を解決するために市民活動団体や行政区、地区コミュニティ推進協議会が連携、協力し、主体的及び自発的なまちづくりに取り組む新規の公益活動の初期段階を支援することを目的とする制度です。

問合せ窓口

みよし市市民協働部協働推進課（0561-32-8025）



社会福祉協議会「地域福祉活動助成金」

市民の地域福祉課題を解決するために主体的、自主的に取り組む地域福祉活動を応援する助成金です。

問合せ窓口

社会福祉法人みよし市社会福祉協議会（0561-34-1588）



民間団体・企業が行う助成事業

民間の財団や企業の社会貢献として、多くの団体・企業が地域福祉活動の助成金制度を設けて実施しています。

愛知県ボランティアセンターのホームページを見ると、最新の情報が掲載されています。

ホームページURL

<http://aichivc.jp/subsidy.html>



※これらの助成金を活用しながらも、助成期間が終了したあとも活動を継続するため、どのように資金繰りをしていくのか考えていく必要があります。

06 いいじゃんサロンはなぜ必要なの??

人生の最期まで他人の力に頼らずに自分らしく生きることが人間の尊厳につながると考えられています。寝たきりや認知症になれば手厚い介護は必要不可欠になりますが、食事やトイレなどはできるかぎり独力で済ませたいと思うのは当然です。適度な運動や生活習慣の見直しを比較的若いうちから実践していくことで、重度の要介護にならないためです。



介護にかかる費用を抑制することが挙げられます。ご存知のとおり介護保険の財源の約半分は、40歳以上の国民が納める介護保険料で成り立っています。しかし、このまま少子高齢化が進めば、納める側の保険者は減る一方で被保険者の数は増え続け、介護保険の仕組み自体が破たんしてしまうことが予想されています。

いいじゃんサロンでは、体操や趣味の活動、茶話会など様々な活動が実施されており、その活動に参加したい意思をもつ人が参加しています。

同じ意思をもつ人があつまり、仲間を増やすことで社会的なつながりをつくり、お互いの見守り機能を果たしたり、あるいは誰かの役に立つ活動を行うことで、社会的な役割を果たすこととなります。

仲間がいる、誰かの役にたっているという自分の役割は生活に張り合いを与え、日常生活をいきいきと送ることにつながります。



編集後記

新型コロナウイルスの感染拡大が始まり、もう2年が経過しようとしています。

会って当たり前、出かけて当たり前だった生活が一変して、「会いたい人に会えない」「買い物にも行きづらい」という生活が当たり前だと感じるようになってきました。

ボランティア活動もいいじゃんサロンの運営も難しい判断を迫られることが多かったのではないのでしょうか。

今回のいいじゃん通信の編集にあたって過去に生活支援サポーター養成講座を受講した人にどのような情報が知りたいかアンケート調査を行ったところ、多くの方が「ボランティア活動」「いいじゃんサロンの情報」とお答えになりました。また、同時にニーズがあった場合に「活動したい」とお答えいただいた人が全体の66%と高い水準でした。

活動の希望をお持ちの人が活躍していただくためにも、ボランティアセンターの機能を活用しながら市内の地域活動が活発になるようご協力をいただけると幸いです。