

第4次南アルプス市地域福祉活動計画
基本理念
「わたしがつくる みんなでつくる 住民自立のまち」


地域福祉活動計画は、社会福祉協議会が地域に住んでいる方、福祉の仕事をしている方、ボランティアの活動をしている方、お年寄りの方や障がいがある方などに呼びかけて、協力し合ってみんなでつくるものです。

南アルプス市にいる私が、自分や家族、友達や隣の人たち、みんなの「ふだんのくらしのしあわせ」が感じられる地域にするために何ができるのかわかるように、この計画はつくられました。

人それぞれ「ふくし=しあわせ」について感じることや考えること、できることも違ってきます。今の自分はまわりの人のこと、地域のこと、ふくしのことをどのように見てどのように感じているのか、次に何ができるのかがイメージできるように、6つのステップに分けて整理をしました。

この中にある6つのステップのどこに今の自分や住んでいる地域があてはまるのか確認してみましょう。そして、次に何ができるのかを考えてみましょう。

各ステップには、いろいろな「ふくし」が隠れているよ。ふだんのくらしの中でそれを見つけてみよう。



ステップ1 ふくしのことを知る、学ぶ段階

ふくしてヘルパーさんがお年寄りを助けることって思っていたけど違うの？ 私のおじいちゃんもおばあちゃんも元気で生活しているし、私には関係のないことかと思っていたけど・・・。

介護のサービスだけがふくしじゃないよ。地域の行事に参加したり、みんなであいさつすることもふくしに関係しているんだよ。まずは、いろいろなふくしのことを知ることが大事だね。

目標：「ふくし」って何？ 具体的に知ろう

私たちにできること

- ・顔みしりになり、関わり合いを増やすために近所の人にあいさつをしよう！
- ・ふくしに関心を持つために、ふくしについて知ろう！学ぼう！

あなたにできそうなことは何ですか？

私ができること

ステップ2 身近なことに興味を持ち、変化に気づく段階

私も家族と一緒に仕事をしている人の顔色が悪かったりしたら、「大丈夫？」って声をかけたりするけど、そんなこともふくしのひとつだよ。誰でもしていることだよ・・・。

それも大事なふくしだよ。具合が悪い時、家族や身近な人がやさしく接してくれたらうれし、助かるよね。そんなふうに身近な人の変化に気づくこともふくしなんだよ。

目標：まわりの変化に気づこう

私たちにできること

- ・自分の周りの人の「あれ？」「どうしたのかな？」という変化に気づくことができるように、学校、職場、近所、友人などそれぞれの関わりの中で様々なことに興味を持とう！

あなたにできそうなことは何ですか？

私ができること

ステップ3 身近な人に伝える段階

なんか大変そうだなって気づくことがあるけれど、ほっといてほしいって思われなかなあ。それを誰かに伝えたら、すごくおせっかいじゃない？

おせっかいの気持ちを持つことが、ふくしでは大事だよ。もともとその人が仲の良い友達だったら、とてもうれしいよね。そんな気持ちが伝われば、その人を心配してくれる人や支えてくれる人も増えていくはずだよ。

目標：「気づき」を身近な人に伝えよう

私たちにできること

- ・身近な人との支えあいが始まるきっかけとなるので、自分の「気づき」を伝えていこう！
- ・日頃から地域、学校、職場の人などとまわりの出来事について話をしよう！
- ・身近な人がする日常の出来事の話に耳を傾け、「気づき」をまわりの人とも共有しよう！

あなたにできそうなことは何ですか？

私ができること

ステップ4 みんな（地域）で話しをする段階

そういえば裏のおばあちゃん、最近一人暮らしになったみたい。ごみ出しや買い物も大変そうだな。でも、何をしたいのかわからないし、私ひとりじゃ不安だし、どうしたらいいのかなあ・・・。

同じようなことで不安に思っている人が他にもいるよね。日頃、あんまり考えないけど、たくさんの人を支えたり、支えられたりしながら生活しているよね。そんなことをみんなで分かち合うことも大事なふくしなんだ。

目標：それぞれが気づいた地域のことをみんなで話そう

私たちにできること

- ・自分が住んでいる地域のことをそれぞれの関わりの中で考えよう！
- ・地域の活動（自治会活動等）に参加し、地域の組織を知ろう！守ろう！
- ・近所や仲間とのつながりを大事にしよう！

あなたにできそうなことは何ですか？

私ができること

ステップ5 何ができるのかを考え、実行する段階

僕も家族や友達とおせっかいをし合ってるんだね。お互い様ってことなんだね。でも、近所の人におせっかいするのって、やっぱり勇気があるし、一人では何もできないかもしれないなあ・・・。

家族や友達にするようなおせっかいも、もともと自分ができることをやっているよね。なにげないことが誰かの役に立っている、それもふくしだよ。そして、いろんな人が協力すれば、それだけいろんな支えあいができるんだ。

目標：自分ができる役割を見つけ実行しよう

私たちにできること

- ・自分ができることから、無理のない範囲で活動しよう！
- ・それぞれの活動をお互いに認め合おう！
- ・人と人とのつながりを深めよう！

あなたにできそうなことは何ですか？

私ができること

ステップ6 支えあいが継続している段階

私が何かできたとしても、ずっとやり続けるのは大変だなあ。農作業や家のこともあるし、あんまりいろいろなことをするのはやめといたほうがいいのかなあ。

無理せずに、自分のできる範囲ですること身近な人や地域とつながり続けることが大事だよ。自分が困った時には周りの人がきっと支えてくれるよ。そうやって支えあえる地域がこれからも続けば、いつまでも安心して暮らすことができるね。それが、ふくしなんだ。

目標：つながりを大切に、支えあいを続けよう

私たちにできること

- ・身近な人や近所、地域のことに興味を持ち続けよう！
- ・地域などの交流の場や地域づくりの場に参加し、つながりを持ち続けよう！
- ・交流や地域づくりを考え、助けあいの仲間を増やそう！

あなたにできそうなことは何ですか？

私ができること

保存版 いつも手元に「気づき」「つながり」を

あたたか色のまちづくり計画

年をとっても、障がいがあっても、外国の方も、子どもも、個性や違いを認め合い、その人らしく誰もが主役で毎日を「しあわせ」に暮らし続けられること、みんな（地域）でつくる

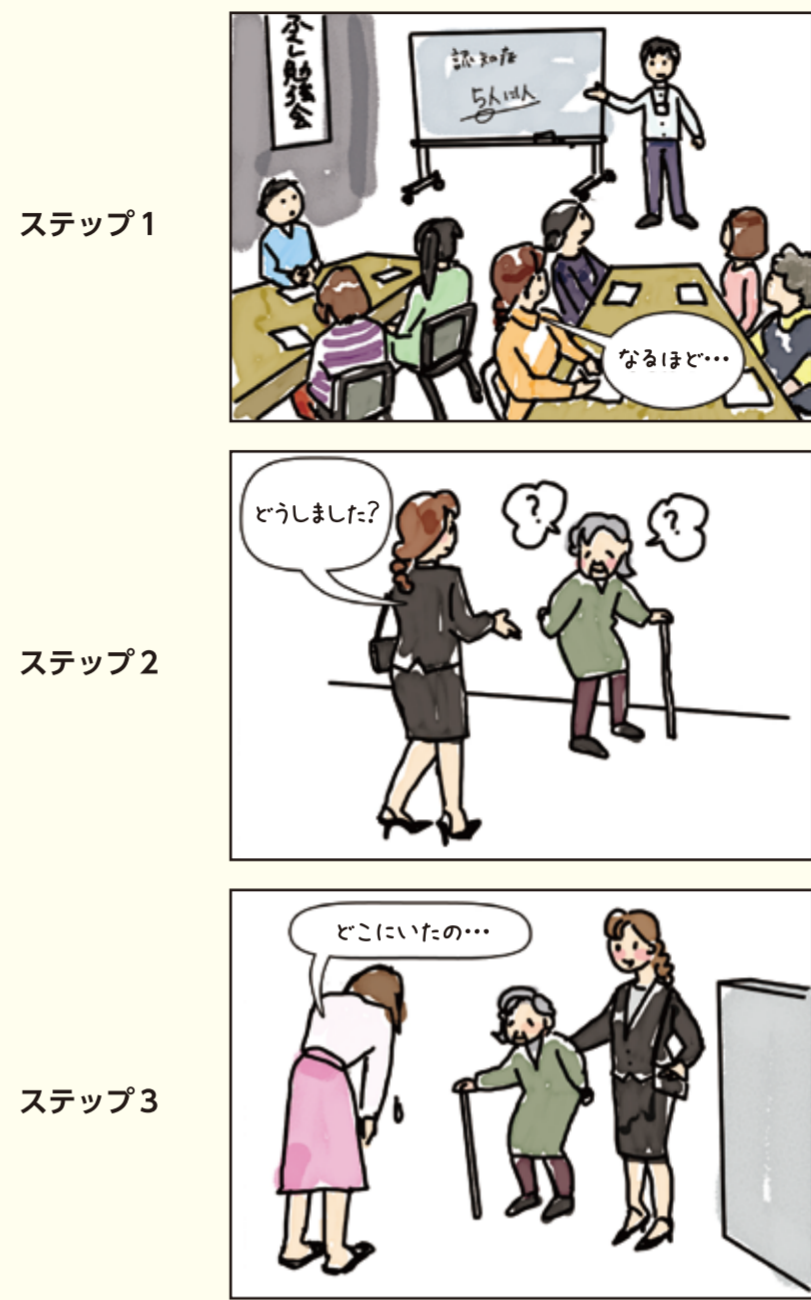
㊦ だんの ㊧ らしの ㊨ あわせ が 「地域福祉」です。

*大きく開いて裏も見てね!!

マンガで見るステップ方式①
『災害は突然！つながりは日ごろから』



マンガで見るステップ方式②
『あれっ！あの人が、この前も歩いてたな』

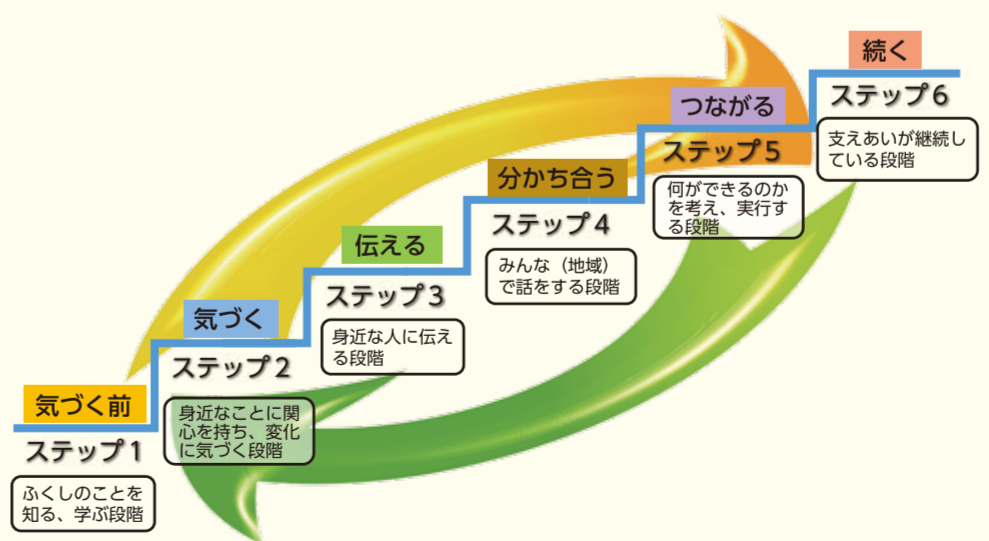


マンガで見るステップ方式③
『ご近所さんって知っていますか？』



ステップ方式について

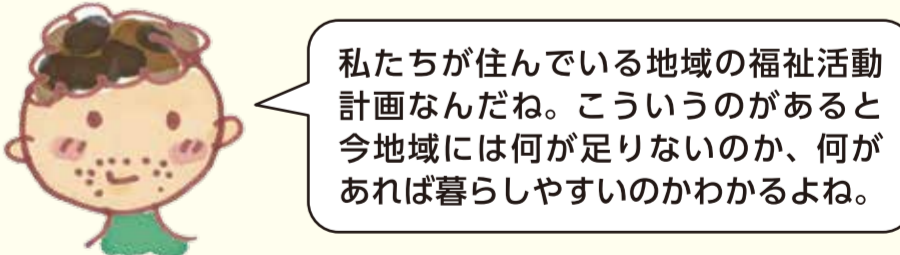
第4次地域福祉活動計画では、ふだんのくらしのしあわせを実現するためには、日ごろから小さな変化に目を向けること、そして人と人がつながることが大切だと考え、共通テーマとして「気づきからつながりへ」を掲げました。ふくしや地域への関心の度合いは、人それぞれですが「ステップ方式」は、個人や地域の現状がどの段階なのかを考えた後、それぞれの立場で取り組める内容を明確にすることができます。



私や私の地域が今どの段階にいるのかこれを見ればわかりやすいね。どこにいるのかわれば、どんな活動をしたらいいのか理解ができるよ。

小地域福祉活動計画とは

日頃、近所や地域の支えあいは、さまざまな形で行われています。このような支えあいを地域に広め、支えあいの心を持つ人やその輪が広がればふくしで地域づくりができると考えます。その一つの取り組みが、地域で支えあいをしている人、気づきからつながりをつくらうとしている人たちが、話し合いや情報の共有、目標や活動などを整理しまとめるものが小地域福祉活動計画です。このような場をつくることで、参加者の新たな「気づき」を促し、「つながり」をつくることにもなります。社協では、このような計画をつくる機会や場づくりに取り組んでいけるように推進、支援していきます。



社会福祉法人 南アルプス市社会福祉協議会（発行元）
〒400-0332 山梨県南アルプス市鏡中條1642-2
TEL: 055-283-8711 FAX: 055-283-4167
メール: info@minami-alpsshakyo.or.jp
社協ホームページ 社協フェイスブック

もっと詳しく知りたい方は、社会福祉協議会に第4次地域福祉活動計画の冊子もあるよ。