



支え合い活動ガイドブック

「支え合う地域」 を目指して

みんなで支え合う地域をつくるために、
「わたし」にできることを
見つけよう。



はじめに

皆さんはこれから年齢を重ねていくなかで、どのように暮らしていきたいとお考えですか。住み慣れた地域で親しい人に囲まれて過ごしたい、いつまでも楽しみを持ち続けたい、介護が必要になってもできるだけ自宅で暮らしたいなど、理想の暮らしがそれぞれにあると思います。

一方で、地域に目を向けると、加齢に伴い、買い物や掃除、洗濯などの日常生活の中でちょっとした困りごとを抱えている人は少なくありません。75歳以上の約3割が要支援・要介護の認定を受けている今日、こうした状況は他人ごとではなく、私たちの将来の姿かもしれません。自分らしく暮らし続けるためには、どうすればよいのでしょうか。

今後高齢化がますます進行し、医療・介護サービスへのさらなる需要増加が見込まれる状況においては、これまでのように行政サービスだけに頼ることはできません。地域の課題を「自分ごと」として考え、私たち市民がそれぞれできることを持ち寄って、ときに支え、ときに支えられる「お互いさま」の関係を築き、地域の力で解決していく必要があります。

「豊橋市支え合いのある地域づくり懇談会」では、こうした問題意識を持ち、支え合いのある地域づくりについて議論を重ねてまいりました。この“支え合い活動ガイドブック「支え合う地域」を目指して”は、その成果として、地域における支え合いの必要性や支え合い活動を始めるためのポイント、活動事例などをまとめたものです。この冊子を参考に、仲間を誘って、あなたのできることから支え合いある地域づくりを始めてみませんか。

平成29年1月
豊橋市支え合いのある地域づくり懇談会
座長 村川 博美



もくじ

高齢者を取り巻く状況	1～ 2
支え合いをつくる3つの「お互いさま」	3～ 6
支え合い活動の2つのタイプ	7～ 9
支え合い活動のポイント	10～16
支え合うと何が起きる?	17～18
支え合いにつながる地域活動	19
支え合いづくりのホップ、ステップ、ジャンプ!	20
まずは、ここから始めてみよう!	21
支え合いづくりに関する相談	22
豊橋市支え合いのある地域づくり懇談会委員一覧	23
地域の皆さまへメッセージ	24

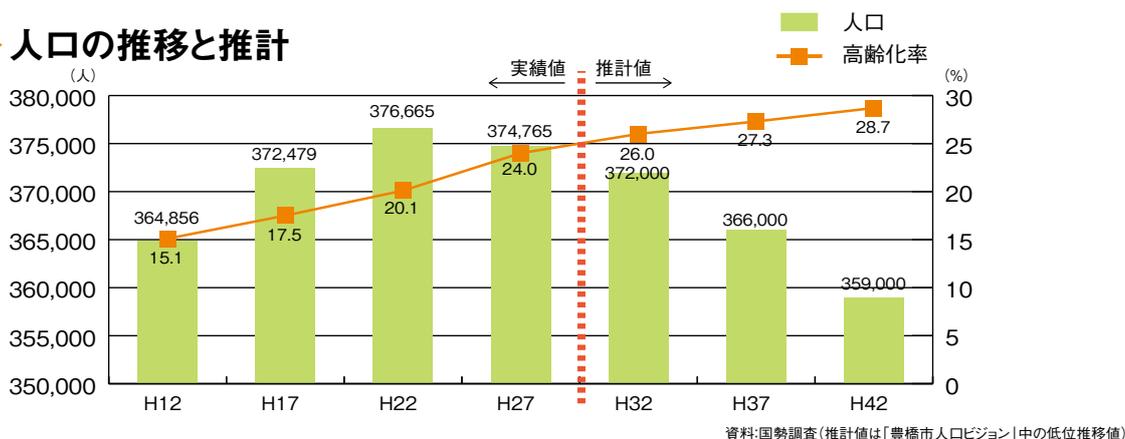
高齢者を取り巻く状況

豊橋市の人口、高齢者世帯等の状況

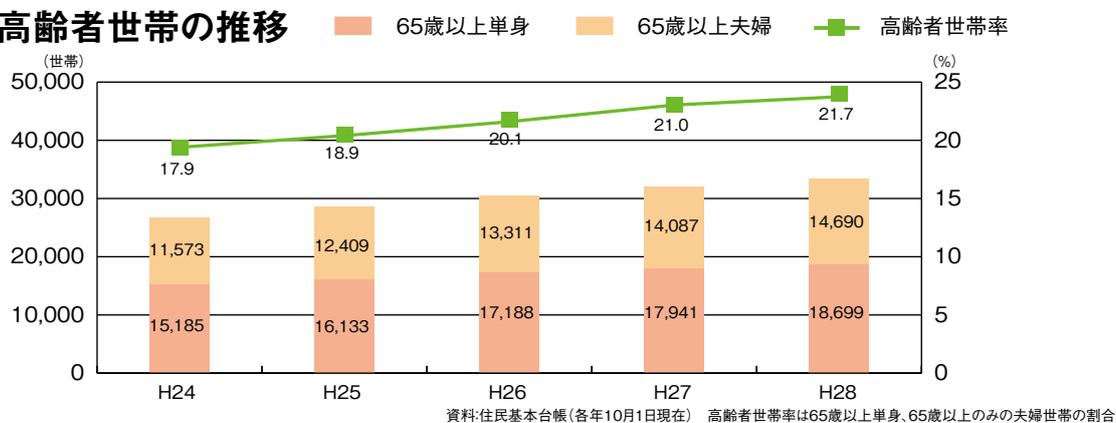
豊橋市の人口はこれまでゆるやかな増加傾向が続いてきたものの、現在は減少傾向にあります。高齢化率は平成42年には約29%まで増加すると推計されています。

高齢者世帯数は増加傾向にあり、平成28年では全世帯の21%を超えています。また、要介護・要支援認定者数も増加しており、今後もこの傾向は続くものと推測されます。

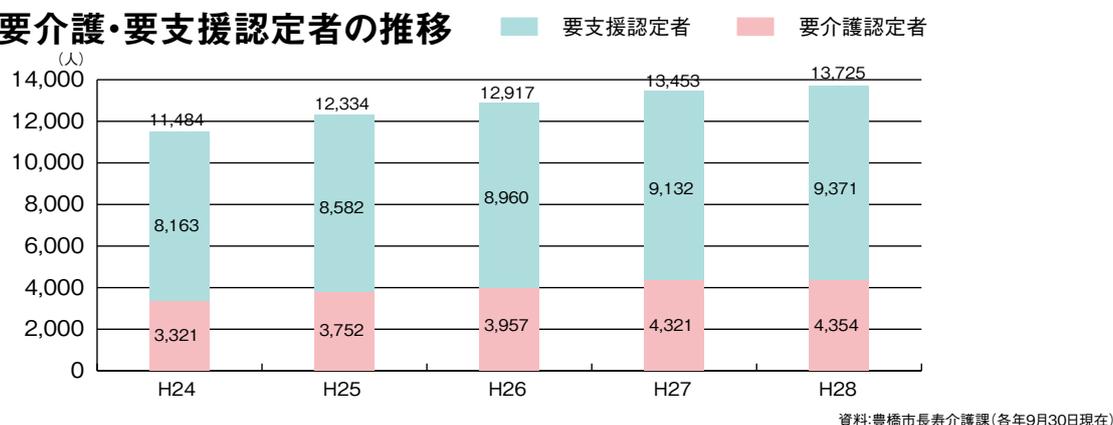
▶ 人口の推移と推計



▶ 高齢者世帯の推移



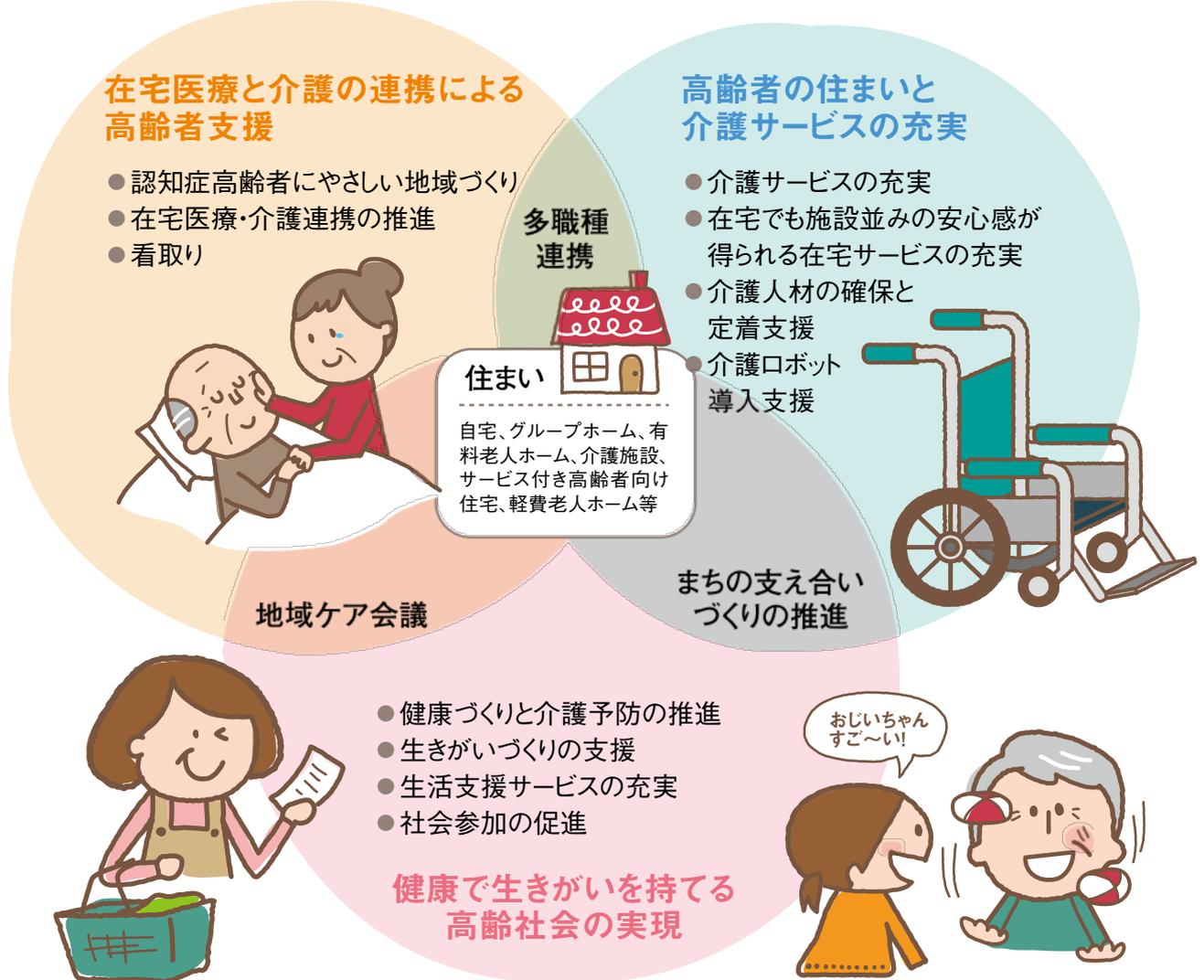
▶ 要介護・要支援認定者の推移



地域包括ケアシステムと支え合い活動

一人暮らし高齢者や高齢者夫婦のみ世帯、要介護者等の増加により、介護が必要な高齢者の在宅生活は一層困難になることが予想されます。そこで、目指すべき地域の姿として国が示しているのが「地域包括ケアシステム」です。

▶ 地域包括ケアシステムのイメージ



地域包括ケアシステムとは、住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けることができるよう、「医療・介護・介護予防・生活支援・住まい」が一体的に確保される体制のことで、団塊の世代が75歳以上となる2025年に向けて豊橋市をはじめ各自治体はその構築に取り組んでいます。

支え合いのある地域をつくり、お互いさまの関係により介護予防や生活支援を充実していくことは、地域包括ケアシステムの構築につながる非常に重要な取組みといえるのです。



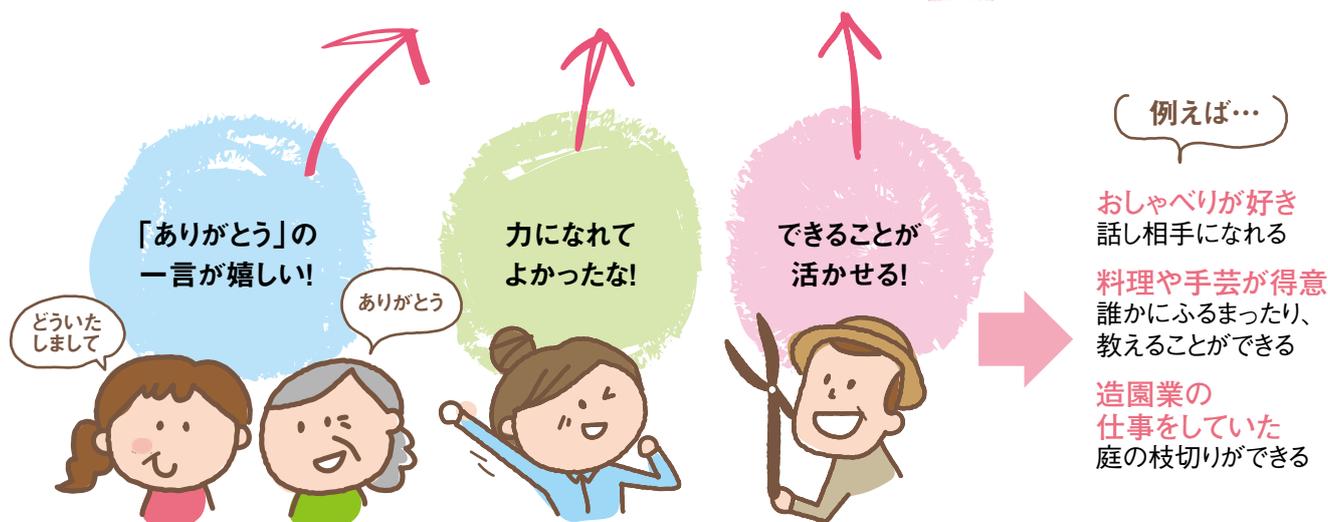
支え合いをつくる 3つの「お互いさま」

地域で支え合いの関係を築いていく上で、私たちが大切にしたい3つの「お互いさま」があります。

1 私のできることが、私の元気の源に! だから、お互いさま。

自分の住んでいる地域の中で「誰かに必要とされている」、「誰かの役に立っている」という実感を持つことは、暮らしの中の充実感や生きがいにつながるのではないのでしょうか。

毎日の充実感、満足感!



支えられる側も、支える側に

“足や腰が悪くても、誰かのそばにいてあげられる”など大きなことではなくても、誰かの役に立てることがあります。



2 おせっかいが「ありがとう」に変わる! だから、お互いさま。

「放っておいて」と言われるかも…。でも、一歩踏み出す勇気で支え合いが生まれます。

- 例 長い階段を目の前に立ち止まっている、シルバーカーを押すおばあさん。
「お持ちしましょうか」と声をかけ一緒に階段を降ります。
「ありがとうね」、「どういたしまして」
ここにも一つ、支え合いが生まれました。



“目の前に困っている人がいたとき、手を差し伸べる”
そこには、支えてくれたことに「ありがとう」「お互いさまだよ」と声をかけあえる、
人と人をつなぐ温かい心があります。



3 「将来きっと、自分もお世話になる」 だから、お互いさま。

「今、困っている人の困りごと」は、「将来の自分の困りごと」であり、“自分ごと”です。今は他人ごとであっても、年を重ねる中で誰かのお世話になるときがあるのではないのでしょうか。私が望む暮らしをするために、今、困っている人を支えるのは「お互いさま」です。



皆さんの周りには、望む暮らしができていますか？また、皆さん自身の将来の暮らしはいかがでしょうか。

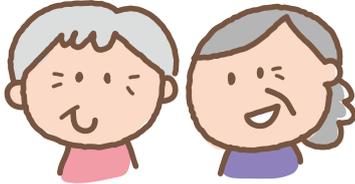
私たちの望む暮らしの裏には、「足が悪くて出かけられなくなったら…」 「やりたいことができなくなったら…」 など不安や心配ごとが潜んでいます。生活のしづらさを抱えながらも自分らしく暮らしていくためには、誰かの「支え」が必要です。

年を重ねたときに望む暮らし

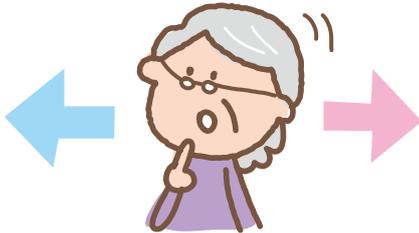
行く場所が近くにほしい
足が悪くなくても不安なく出かけたい



困ったときに、相談できる相手がほしい
近所に友だちがいてほしい
新しく人と出会いたい



生き方は自分で決めたい、選びたい
自分でできることは、自分でやりたい



誰かの役に立ちたい



認知症であっても、
生きる希望を持ちながら暮らしたい



できなくなることは増えても、
「得意なこと」、「できること」を活かしたい



寝たきりや体が不自由になっても、
誰かそばにいてほしい



定年後の時間を有意義に使いたい



楽しみを持ち続けたい



自分の家に住み続けたい



支え合い活動の2つのタイプ

支え合い活動には大きく分けて2つのタイプがあります。

1 訪問タイプ

生活の中で困りごとを抱えている人のお宅へ伺い、お手伝いをする活動です。地域住民が庭の草取り、買い物、話し相手、見守りなどの活動をしています。

支え合い活動のやり方は地域によってさまざまで、自由に考えることができます!



玄関先からゴミステーションまでごみを運びます



みんなで支え合うのが三本木の地域です



三本木町自治会 三本木お互いさまの会



足が悪くて外に出られない高齢者の買い物支援

きっかけは、発起人の清水さんが地域で障害児を支える親の姿を見て、手を差し伸べたいと思ったことです。

三本木町の住民が高齢者や体の不自由な人を対象にできることを持ち寄ってお手伝いをしています。

活動地域 高師校区 三本木町
設立 平成21年
会員数 104人

顔の見える地域って
安心して暮らせるね!



牛川北町お助け隊



暮らしの中で困っている高齢者を助けるために老人クラブの中で結成されたボランティアチームです。抜群のチームワークを発揮して高齢者一人では難しい作業をあっという間に手伝います！

草取りなら任せて！

地域に困っている人がいれば、男性も女性も、みんなで駆けつけます！



活動地域 牛川校区 牛川北町
 設立 平成21年
 会員数 15人

大清水ささえあいの会

世間話をしながら
草取り♪



ときにはお手伝いに参加したり、お手伝いをしてもらうことも！



きっかけは、大清水町の高齢化の状況やまちの課題に気づき、地域づくりをしようとして自治会、民生委員、老人クラブで話をしたことです。大清水町に住む75歳以上の高齢者を対象に草取りや病院の付き添い、電球交換などのお手伝いをしています。

活動地域 大清水校区 大清水町
 設立 平成28年
 会員数 61人

2
通いの場
タイプ

コミュニティカフェやサロンなどと呼ばれる「まちの居場所」づくり活動。
誰でも気軽に集い、おしゃべりしながら過ごすことができます。

高師校区
ひなたほっこカフェ



おやつとコーヒー、
仲間とおしゃべりを
楽しめます



あたたかい
地域のみなさんが
迎えてくれます



賀茂校区
城前気軽に集う会



自然環境に
興味を持つ参加者が
鮎料理を楽しむ会をリード!



次回は
何やるかね?
みんなで考えます

支え合い活動の訪問タイプと通いの場タイプは連携していくことができます。



閉じこもっている人を通いの場へ誘ってみよう

ずっと続く、人とのつながり

できないことがある人を地域で支え合おう



支え合い活動のポイント

支え合い活動には、おさえておきたいポイントがあります。

POINT

1

支え合い活動を楽しむ!

支え合い活動は「生きがいくくり」です。誰でも自由に考えることができるからこそ、さまざまなアイデアが生まれてきます。同じ思いを持った人を集めて、わいわい、がやがや楽しみながら考えてみましょう。

0円リユース

小松町みんなの居場所



たくさん採れた野菜、手作り品、使わない日用品などを持ち寄り、欲しいものがあれば持ち帰ることができます。



地域のお店からパンを安く提供してもらう

小松町みんなの居場所



安く提供してもらったパンは、居場所の参加者のおやつに♪

参加者の作品を販売

二川茶屋



二川の旧街道沿いの一角にオープン。会員50名が手づくりする作品を販売しながら、休憩場所としても親しまれています。



いっしょにバーベキュー

ふれあいサロンきらり



参加者で新城の八名へお出かけしました。バーベキューをしながらおしゃべりを楽しみ、思い出づくりをしました。

一緒にお弁当を買いに行く

山吹サロン・K



お昼ごはんを買いに、歩いて近所のスーパーへでかけます。自分で食べたいものを選べるって嬉しい!



定期的な資源回収活動

三本木お互いさまの会



年間を通して地域の資源回収を行っています。会を運営していくための資金集めとして、大きな役割を担っています。



まず、やってみよう!

自分の地域にどんな活動が必要なのか、はじめてから難しく考えなくても大丈夫。誰かの「〇〇に困っている」「〇〇があつたらいいな」という声をもとに気軽に始めてみましょう。活動は、協力者だけでなく、参加者の声も聴きながら、つくっていくことが大切です。

〇〇があつたらいいな



一人ひとりのできることを持ち寄って

ボランティアや参加者に区別なく、1人ひとりのできることが支え合い活動の中で活かされます。また、何かを任せてもらえることは、その人の生きがいにもつながります。

小さな心づかいが
大切です

高齢者は できることがたくさんある!

今まで培った経験を活かして支え合い活動に取り組んでみましょう。あなたもボランティアとして活躍できます!



自分にできることで、 さくらの会を支える

●相原さん(80歳)／さくらの会(野依校区)

現役時代、理事を務めた経験がある相原さんは、さくらの会の初期メンバーとしてさまざまな企画を提案しています。「互いに顔を合せて話すことが大事。会に参加できない方には、お宅を訪ねてお喋りすることで、孤立を防ぎ自然と支え合う環境をつくることができますよ」

相原さんはいつも
的確なアドバイスをくれ、
さくらの会には欠かせない
存在です!



歴史の語り部として、 賀茂地域の昔と今を伝える

●山本さん(90歳)／城前気軽に集う会(賀茂校区)

教育に40年携わってきた経験から、退職後は東三河の郷土や戦争体験の本を作り、今でも“先生”と慕われている山本さん。「受け継がれた歴史や、自分や周りの人の戦争体験を次世代に伝承し、真実に基づきながら社会や地域を明るくするのが私の役目です」

みんなが
山本先生を
頼りにしています。



手作り品で仲間を笑顔に

●石田さん(83歳)／茶路レインボー(老津校区)

茶路レインボーには石田さんの作った手づくり品が飾ってあります。石田さんはこの場所ができた時から通っており、お地蔵さん人形などを作っては仲間にプレゼントしています。「感想を聞かせてもらえるのが毎回楽しみ。趣味を活かして嬉しいです」

みんなの喜ぶ顔が
制作の
励みになります。



地域の人々と一緒に

支え合い活動には、ニーズの把握や活動拠点の確保など活動者の多くがぶつかる課題があります。しかし、こうした課題も自治会や老人クラブ、民生委員、介護事業者、社会福祉協議会、地域包括支援センター、市などと連携することで解決の糸口が見つかるかもしれません。それぞれのできることを持ち寄って、地域一体となって支え合う地域づくりを進めていきましょう!



支え合い活動の課題

ニーズ把握
活動拠点の確保
協力者集め
活動の企画
地域への周知 など

地域のつながりの事例

自治会 × 民生委員 × 地域住民

金田住宅ふれあいサロン (石巻校区)

毎月第1・3日曜日の午後、金田住宅集会所でサロンを開いています。サロンのおかげで大勢の参加者から金田住宅内の情報が寄せられて、困っている人を見逃すことが少なくなりました。



「金田住宅を住みやすくしよう」という同じ思いの仲間に支えられ、民生委員としてよりきめ細かな見守り活動ができるようになりました。

集会所を提供して、金田住宅の住民一人ひとりに声かけをしています。

民生委員／(前列左から)徳永さん、片岡さん(後列中央)川端さん
自治会／(前列右から2番目)木下さん

地域住民 × 地域包括支援センター

山吹サロン・K (八町校区)



山吹サロン・K／鈴木さん

「お年寄りが気兼ねなく過ごせる場所になれば」と、月2回、ご近所さんを自宅に招いている鈴木さん。友人や家族がお手伝いに来てくれることや、参加者が野菜を持ってきてくれたり、地域包括支援センターの長屋さんが顔を出してくれることで、今では地域のみなさんの顔が見える場になりました。

自宅に空いたスペースがあったので、ご近所さんが気軽に集まれる場所をつくろうと思いました。親を介護したときに使っていた手すりなどがあるので、役に立っていますよ。



地域包括支援センター／長屋さん

参加者の方とお話することで、地域の方を知るきっかけになっています。運営者の鈴木さんの相談にのるなど、影ながらサポートしています。

自治会 × 民生委員 × 老人クラブ × 地域住民

岩田校区支え合い活動 **のん・ほい**

豊橋市でも高齢者が多い岩田校区。高齢化が進んでいく今後を見据えて、自治会、民生委員、老人クラブ、地域住民が協力し合い、地域の困りごとを住民同士で助け合っています。

住みよいまち「岩田」になるように、のん・ほいの活動を応援しています



住みよ暮らし委員／大野さん

民生委員に活動を周知しています



民生委員／東海さん

老人クラブの中で困っている人がいれば活動を紹介します



老人クラブ／廣地さん

得意分野を活かして困りごとのお手伝いをしています

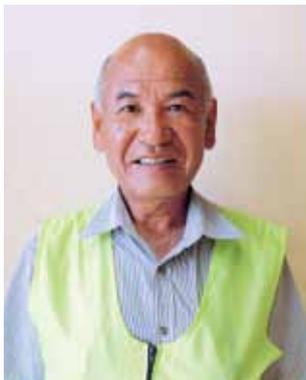


協力会員／平野さん

自治会 × 介護事業者

ぬくといカフェ (前芝校区)

毎月第4金曜日に前芝集会所で開かれる「ぬくといカフェ」。これからの前芝の地域をどうしていくかを話し合う中で、地域の高齢者の認知症予防につながる居場所が生まれました。



自治会／北河さん



グループホーム喜寿苑／荻野さん

日頃から地域の情報交換をはじめ、集会所の提供、地域や施設の行事のサポートをお互いにしています。

ぬくといカフェでは、専門職が体操を教えたり、相談にのっています。居場所づくりをきっかけに、自治会とお互いに協力し合うことができます。

人と社会がつながる支え合い活動は、地域の中で大切な社会資源に!

POINT
4

どの世代も、どんな立場の人

困っているのは高齢者だけではありません。

子育て中のお母さん、障害のある方、介護をする家族…。

子どもが高齢者のお手伝いをしたり、高齢者が子育て世代や勤労世代が何に困っているのかを知り、支えることで、若い世代にも支え合いが大切であるという意識が芽生え、のちの担い手につながります。

また、さまざまな世代とともに地域づくりに取り組むことで、まちへの愛着が育まれます。

相手の状態、性格、
過ごしてきた背景を
理解して対応をする

年齢や性別、障害の有無、
体の状態、性格や生きてき
た背景は人それぞれです。そ
の人の気持ちに寄り添って
対応しましょう。



子どもたちの遊び場を守り続ける

橋良スポーツ広場維持管理 ボランティアの会

かつては高架下に雑草が生い茂り、不法投棄やホームレスの滞在などが問題となっていました。地域の高齢者が社会への恩返しの気持ちでコツコツと草取りをし、地域の広場となった今では、子どもたちがのびのびと遊べるように高齢者ボランティアで遊び場の管理や子どもたちの見守りをしています。



大丈夫?
痛くない?



大丈夫だよ!
ありがとう!



足が悪くても、お手製のベンチで子どもたちを見守ります



礼儀や
整理整頓など
大切なことも
教えます



地域の将来を考えよう



地域の困りごとが見えてきたら

支え合い活動が進んでいくと地域に足りないものが見えてきます。

「将来、私の暮らす地域はどうなっていくのか」

「私はどんな暮らしがしたいのか」

支え合い活動者や自治会、民生委員、老人クラブ、住民などが集まって、地域の将来を考える機会をつくってみませんか。

懇談会の様子

大清水ささえあいの会

今、私たちの地域って
どんな困りごとがあるの？

あなたが
望む暮らしは？



支え合うと何が起きる？

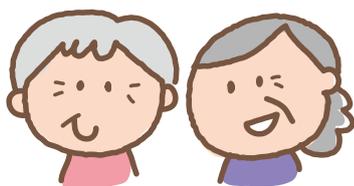
Case 1

足腰の調子がすぐれない一人暮らしのAさん

以前までは、よく友人と遠くの喫茶店まで自転車で行き、友人の話の聞き役となっていた。足腰が悪くなり、遠くまで出かけられなくなってしまい、話し相手もいなくて寂しい。

〈 支えがあると 〉

Aさんの近所で居場所づくりが始まり、顔を合わせるうちに近所の友人ができた。



〈 本人の気持ち 〉

おしゃべりの時間が楽しい。歩いて行ける居場所があり、一人ではないと感じられ、安心できる。



〈 支え手の気持ち 〉

居場所を立ち上げ、自分も地域に住む人を知るきっかけになった。



Case 2

認知症のBさん

地域の趣味活動に参加していたが、認知症になり、道に迷ってしまうため外出するのが怖い。認知症であることは、誰にも言いたくない。

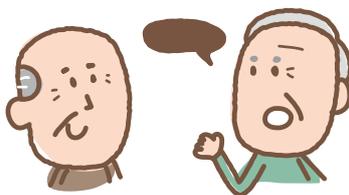
〈 支えがあると 〉

Bさんの気持ちを理解してくれる友人と一緒に趣味活動に参加できた。認知症になる前と同じように付き合ってくれ、できないことをカバーしてくれる。



〈 本人の気持ち 〉

今までどおり趣味活動に参加できることが嬉しい。友人は頼れる存在であり、認知症であることも打ち明けられた。



〈 支え手の気持ち 〉

今までどおりのBさんのいきいきとした姿を見ることができ嬉しい。できないことは頼ってほしい。



Case 3

会話の苦手なCさん

現役時代は仕事一筋。退職後、自宅で一人で過ごすことが多く、なかなか人とつながりを持っていない。

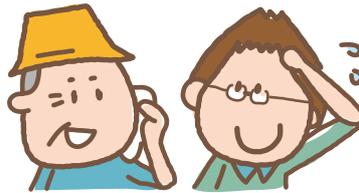
< 支えがあると >

近所の人
地域の道路
清掃活動に
誘ってくれた。



< 本人の気持ち >

人と話すのは得意でなかったが、汗を流す作業にやりがいを感じ、続けたいと思った。近所の人とも仲良くなり、外に出る楽しみができた。



< 支え手の気持ち >

自分も地域に知り合いが少ないので、一緒に活動する仲間が増えて嬉しい。



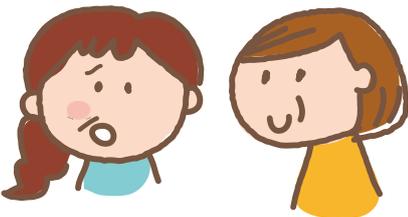
Case 4

家族の介護に悩むDさん

父親を自宅で介護している。父親は足腰が悪く、外に出ることができないため不満が溜まり、Dさんも父親につきっきりでストレスが溜まっている。他人に迷惑をかけたくないと思っている。

< 支えがあると >

近所の知人が父親の外出に寄り添ってくれ、またDさんの話も聞いてくれた。



< 本人の気持ち >

父親も気晴らしができ心が安定し、Dさんもほけ口ができたことで、父親に対して優しくなれた。



< 支え手の気持ち >

自分の介護経験から、介護する人の気持ちがわかる。空いた時間で少しでも力になりたいと思った。



支え合いにつながる地域活動

地域における様々な活動に取り組むことで支え合いのある地域づくりにつながっていきます。

530運動

(松山校区／大国町寿会)



毎年5月に地域の道路や神社境内、社務所を中心に、地元企業と協力して清掃を行っています。

前芝川灯ろうまつり

(前芝校区／みなと塾)



海と川に親しみながら暮らしてきた前芝の地域では、自治会や青年団、消防団、保育園、小学校、地域住民が協力し、自作の灯ろうをつくり、親交を深めます。



嵩山大念仏(嵩山校区)



豊橋市内で唯一現存する嵩山の大きな念仏。嵩山校区の人々の真摯な努力で子どもたちに伝統を受け継いでいます。

松葉わくわくサマーホリデー

(松葉校区)



21回目を迎えた松葉校区の一大行事。昔ながらの遊びやグラウンドゴルフ、五平餅の出店など、三世代が楽しみながら交流できる場をつくっています。

交通立ち当番(松葉校区)



自治会を中心に老人クラブなど各会が集まり、松葉小学校の校門周辺で子どもたちの登下校を見守ります。「おはようございます!」と元気いっぱいのが声が飛び交います。

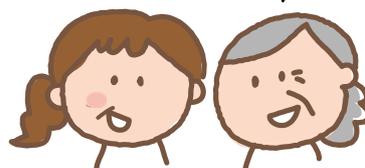
POINT

煩わしさの中にある大切なことを考える

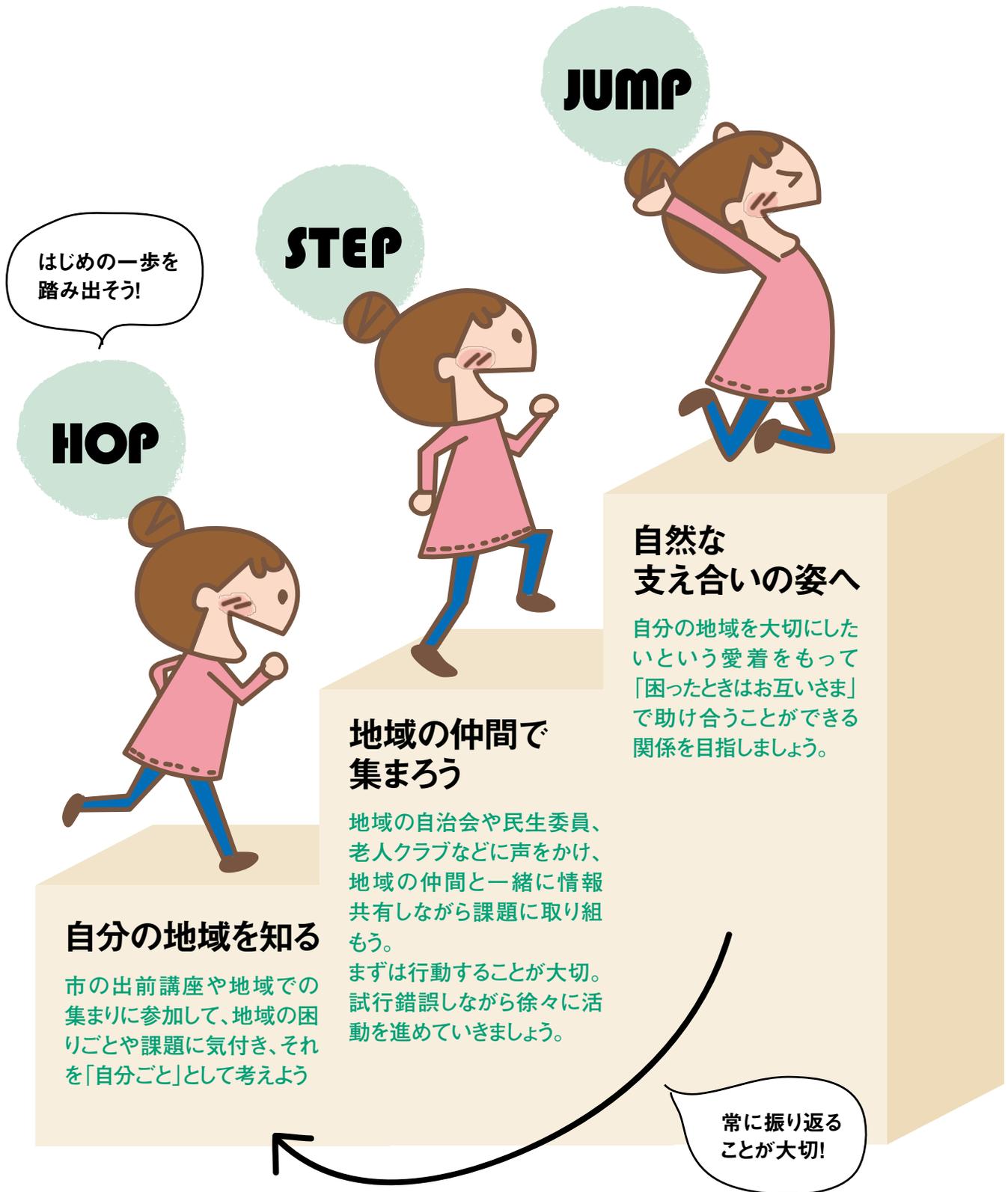
人付き合いには、煩わしさもあることでしょう。そんな中でも、日頃からのあいさつや行事への参加など、自分の住む地域とかわりを持つことで、「地域を大切に思う気持ち」が生まれ、支え合いの種が育っていきます。

こんにちは!

こんにちは



支え合いづくりの ホップ、ステップ、ジャンプ!



はじめての一步を
踏み出そう!

HOP

自分の地域を知る

市の出前講座や地域での集まりに参加して、地域の困りごとや課題に気付き、それを「自分ごと」として考えよう

STEP

地域の仲間で 集まろう

地域の自治会や民生委員、老人クラブなどに声をかけ、地域の仲間と一緒に情報共有しながら課題に取り組もう。

まずは行動することが大切。試行錯誤しながら徐々に活動を進めていきましょう。

JUMP

自然な 支え合いの姿へ

自分の地域を大切にしたいという愛着をもって「困ったときはお互いさま」で助け合うことができる関係を目指しましょう。

常に振り返る
ことが大切!

まずは、ここから始めてみよう!

● 支え合い活動を知ろう!

アクテイ(年3回)



長寿介護課や
公共施設
にて配付



「まちの居場所」の
つくりかた

長寿介護課や
公共施設
にて配付

● 活動者に会ってみよう!



まちの支え合いづくりフェア



まちの居場所交流会



活動の見学



活動の見学

支え合いづくりに関する相談

困ったら
ここ!

「地域の支え合いについて考えていきたい」、「支え合い活動を始めてみたいけれど、どうしたらいいのかわからない!」という人へ市やお近くの地域包括支援センターへご相談ください。

● 豊橋市長寿介護課 ☎51-2330

● 豊橋市地域包括支援センター

圏域	センター名	担当校区	電話番号
東部	豊橋市東部地域包括支援センター	つつしが丘、飯村、岩西	64-6666
	さわらび地域包括支援センター	賀茂、西郷、玉川、嵩山、石巻、下条、牛川	54-3521
	赤岩荘地域包括支援センター	鷹丘、多米	66-1262
	地域包括支援センターケアコープ豊橋	岩田、豊	65-8567
	地域包括支援センター尽誠苑	二川、二川南、谷川	65-2751
中央	豊橋市中央地域包括支援センター	東田、旭	54-7170
	地域包括支援センターみのり	大村、下地、津田、前芝	51-1339
	地域包括支援センターコープ豊橋中央	松山、新川、向山	53-1519
	明陽苑地域包括支援センター (H29年3月末廃止予定→4月以降新センター設立)	花田、羽根井	33-3146
	地域包括支援センターベルヴェールハイツ	吉田方	33-8110
	地域包括支援センターふくろう	松葉、八町	56-0018
地域包括支援センター真寿苑	牟呂、汐田	39-3989	
南部	豊橋市南部地域包括支援センター	磯辺、大崎、植田、大清水	25-7100
	地域包括支援センター作楽荘	福岡、中野	48-7888
	弥生王寿園地域包括支援センター	栄、高師	38-0508
	福祉村地域包括支援センター	芦原、天伯、野依	45-5130
	彩幸地域包括支援センター	杉山、老津、小沢、細谷、高根、豊南、富士見	23-6014
	幸王寿園地域包括支援センター	幸	38-0300

豊橋市支え合いのある地域づくり懇談会

委員一覧

委員名	団体名等
西村 正広(アドバイザー)	愛知大学 地域政策学部
小林 てる子	豊橋市自治連合会
中山 信廣	豊橋市自治連合会
金田 好正	豊橋市老人クラブ連合会
廣地 裕	豊橋市老人クラブ連合会
掛布 喜代子	豊橋市民生委員児童委員協議会
柘植 紀子	豊橋市民生委員児童委員協議会
松井 晴男	社会福祉法人 豊橋市社会福祉協議会
小澤 節子	公益社団法人 豊橋市シルバー人材センター
神谷 典江	特定非営利活動法人 穂の国まちづくりネットワーク
伊藤 久子	豊橋市南部地域包括支援センター
岩室 近子	地域包括支援センターケアコープ豊橋
松下 美津枝	さわらび地域包括支援センター
橋本 享美	豊橋市東部地域包括支援センター
大井 ますみ	社会福祉法人 寿宝会 高齢者福祉施設 真寿苑
廣瀬 真梨	花水木ケアプランセンター
村川 博美(座長)	三本木町自治会 三本木お互いさまの会
稲垣 等恵	三本木町自治会 三本木お互いさまの会、ひなたぼっこ
藤田 依子	岩田校区 支え合い活動「のん・ほい」
大野 純宏	岩田校区 支え合い活動「のん・ほい」
高原 真市	牛川北町友和会
高部 ゆかり	豊橋高齢者福祉をすすめる会
小池 真宏	NPO法人 オアシスG・J・B
片岡 京子	金田住宅ふれあいサロン
長縄 和子	小松町みんなの居場所
定盛 良子	認知症の人と家族の会

※敬称略

会議開催経緯

年月日	会議数	主な内容
平成27年7月 3日	第1回	支え合いのある地域のあり方について
平成27年7月29日	第2回	地域にある困りごとについて
平成27年8月 4日	第3回	新しい総合事業について 各団体ができることについて
平成27年8月31日	第4回	各団体ができることについて
平成27年9月11日	第5回	居場所の考え方について 生活支援コーディネーター研修について
平成27年9月30日	第6回	地域一体の体制づくりについて
平成27年3月24日	第7回	報告書について
平成28年7月25日	第8回	報告書について 今後の推進体制について

地域の皆さまへメッセージ

あなたの地域は今、どんな人が住み、
どんな困りごとを抱えていますか？

いろいろ考えて進まないより、行動しながら解決していく。
まずは、始めることが大切です。

「自分のまちは、いいまちでありたい。」

「自分のまちを好きになりたい。」

「自分のまちを大切にしたい。」

まちづくりの主役は私たちです。

私たちの手で暮らしを豊かにしていきましょう！





支え合い活動ガイドブック
「支え合う地域」を目指して

平成29年1月

発行 ● 豊橋市支え合いのある地域づくり懇談会

編集 ● 豊橋市 福祉部 長寿介護課

〒440-8501 豊橋市今橋町1番地

TEL.0532-51-2330