



支える側でもなく
支えてもらう側でもなく
お互いに支えあう。
みんなの「居場所」だから。



ボランティア 募集！

お互いに支え合いながら、良い関係づくりを行う
仲間を募集しています。

みんなで楽しみながら活動したいと思う方は
下記までお問い合わせください。

【問い合わせ】

支えあう地域づくりなないろの会 ☎080-1815-3289

ちょぼらの会 ☎86-0112



運営者に 聞く

「誰かがやらなければ」
その思いがつながった

「支えあう地域づくりな
いの会」が発足したのは、
2017年。

当時、白鷹町で開催された
山形県の担い手養成講座のト
ライアルを受講した複数のメ
ンバーが、「誰かがやらなけ
ればならない」という思いで
一致団結。そのタイミングで、
町が住民主体の通所サービ
スを必要としていたこともあり、
発足に至りました。地域の中
で元気に過ごすためには何を
したらいいのか。試行錯誤を
繰り返しながら、さまざまな
活動にチャレンジしています。

大変さの中にも
楽しさ・喜びがある

活動の中で、一番大変なの
が準備。どんなことをしたら
参加者は喜んでくれるか、限
られた時間の中で行うことが
できるか、調整に日々頭を悩
ませています。大変なことと
言われれば、数えきれないほ
どあります（笑）。それでも、
参加してくれた方が、「今日
も楽しかった」「毎週楽し
みにしているよ」と話してくれ
た時の喜びは大きいです。大
変さの中にも喜びがあるのが、
私たちの原動力になっている
と思います。そもそも、楽し
いばかりで、大変さも何もな
ければ、きつとこの活動は続
かないのではないかなと思
います（笑）。

会員のみんなで協力し合
いながら、メニューや材料
集めに奮闘する日々。大変
なはずの準備活動も、参加
者の喜ぶ顔を想像するとい
つの間にか楽しんでいる自
分たちがいるのです。

できることだけやる
できないことはやらない

私たちが日々の活動の中で
大事にしているルールは、「で
きることだけをやる」という
こと。

会員の皆さんは、この活動
以外にも、さまざまなボラン
ティアに携わっています。み
んな時間を見つけては、無理
なく活動に参加するスタイル
なんです。できないことを無
理してやっでは、体力も気力
も持たない（笑）。できるこ
とを、楽しくやるからこの活
動が続けられるのです。

会員同士で、お互いの負担
にも気を配りながら取り組ん
でいます。

これからも多くの人に
喜ばれる居場所を―

新型コロナウイルス感染症
が流行して以降、友人を自宅
に招いてお茶飲みをすること
が減ったという方が非常に多
いようです。誰かと話したり、
外に出かけることは、介護予
防や認知症予防において重要
なことです。日々不安を抱え
ながら過ごす高齢者の方に、
その不安を解消し、楽しい生
活を送っていただけのように、
居場所づくりはこれからも続
けていきたいと私たちは考え
ています。そして、参加者も、
会員の皆さんも、みんなが楽
しく喜びを分かち合える場所
にしていきたいです。

参加者の

声

友人に誘われて参加し
ました。はじめは不安も
ありましたが、新しい友
人が増えたことが嬉しく
て、今は週2回参加して
います。毎週、仲間と会
えるのが楽しみです。

（90代 女性）

手芸やモルック、もし
て茶話会など、みんな
で和気あいあいとし合
える時間はとても幸せ
です。参加者には90歳
を超えた方もおり、元
気な先輩の姿を見ると、
まだまだやれる！と思
えるんです。

（70代 女性）



支えあう地域づくり ないの会
代表 佐竹 正子さん