

あなたのそばに シアエール

地域の人や趣味の仲間と、学び合える、支え合える、感謝し合える関係が「し合える」＝「シアエール」。自分の長所を発揮できる居場所があり、困ったときに「助けて」と言える。生きがいを感じながら自分らしく地域で安心して暮らすためのシアエールです。緩やかなつながりをつくってみませんか。

☎ 地域共生推進課 ☎ (082) 493-5621

アズマ家と一緒に知ろう！

東広島市に移住して10年の「アズマ家」。子どもの小学校入学を機に、地域の支え合いを実感。地域のためにできることを考え始めています。



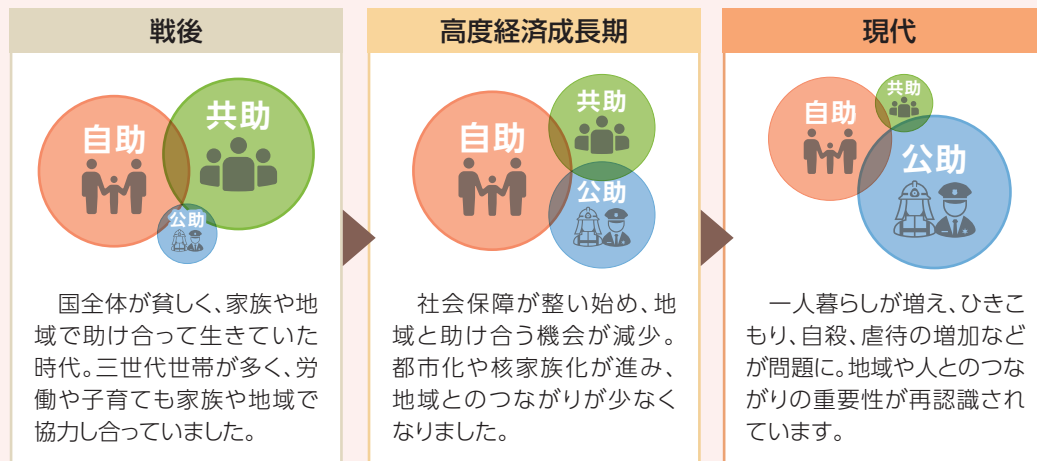
「まんがでわかる！ 地域共生社会」▲



シアエールって何？
どうして必要なの？

人と社会が緩やかにつながる
「し合える関係」をつくることよ
自助・共助・公助のバランスが
変わったから必要なの

- 自助** 本人や家族でできることはする。周りに助けを求めることも大切。
- 共助** 相互に支え合うこと。社協やNPO、ボランティア活動も含む。
- 公助** 国や自治体などが提供する公的な福祉サービスのこと。



市民アンケート調査では

支え合い・助け合いが必要だと思っている人 **76.2%**
手助けができると思っている人 **71.5%**

=

東広島市民は
つながりを
求める人が多い！

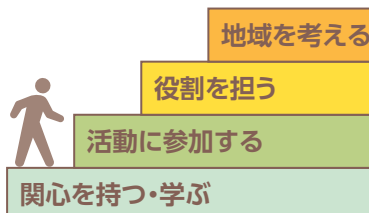
目指す姿は

気軽に「助けて」と言い合えることができる社会。誰もが学び合い、支え合い、感謝し合える関係を築き、幸せを実感できるまちに！



自助・共助・公助のバランスが大事！

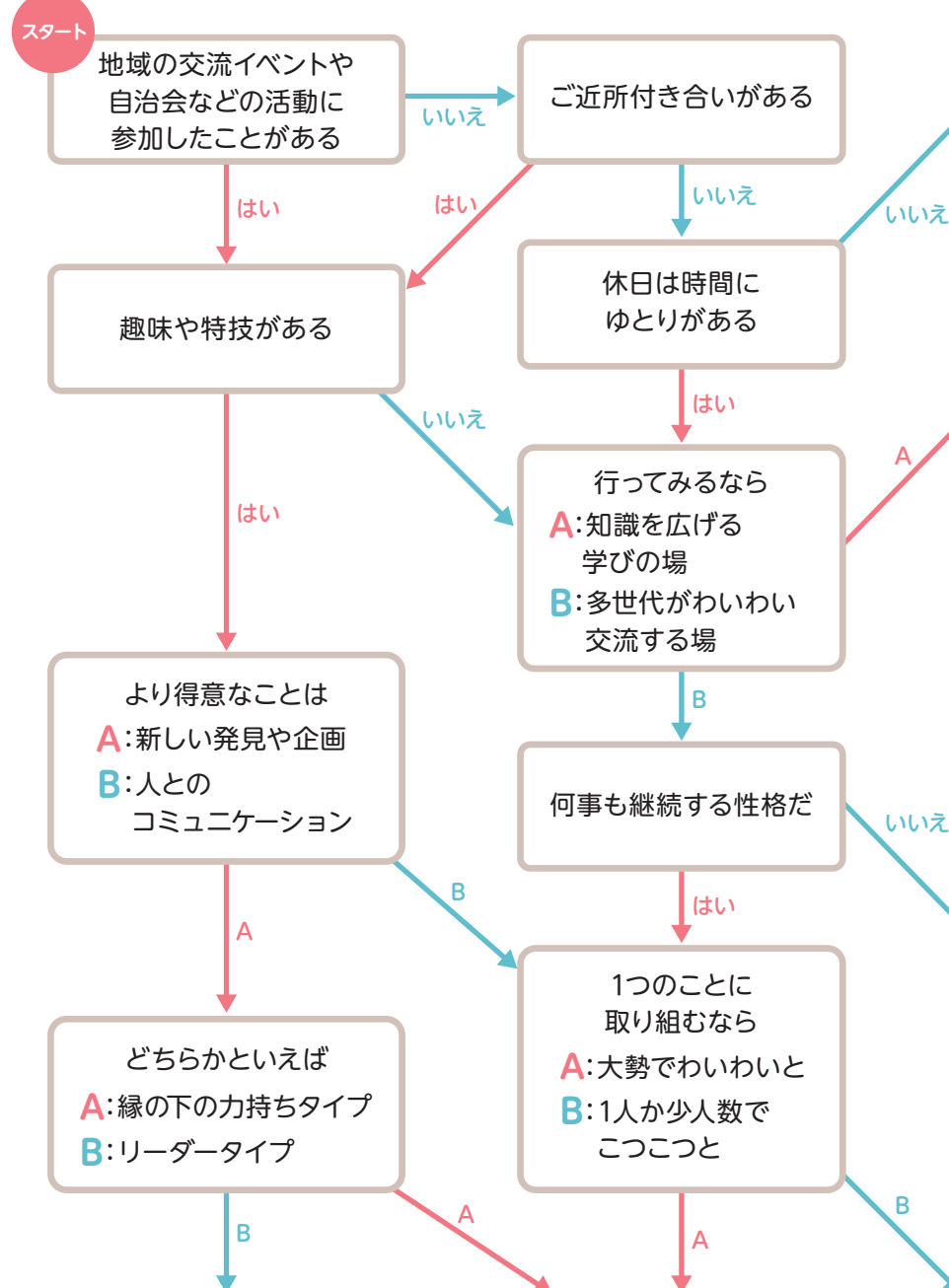
つながりづくりのステップ



さまざまなステップがあるのよ
できることから無理なくね

あなたにぴったりの
シアエールは3ページ

あなたにぴったりのシアエール



やってみたいことを相談してみよう

企画力と行動力があるあなた。何か活動をしたいけど、何から始めたらいいのかわからない。そんなあなたは、市に相談してみよう。

●地域共生推進課

さまざまな機関と連携し、活動の具体化をサポート。



●市民協働センター

市民活動に関する相談対応や、団体の立ち上げなどを支援。



活動団体でみんなと共有しよう

地域の人と互いに支え合うことを求めているあなた。地域で活動している団体の一員として「シアエール」に取り組んでみませんか。

●地域活動団体で活動してみよう

さまざまな活動団体▶



活動の様子は4・5ページ

身近なつながりをつくろう

地域活動をする時間がなかなかとれないあなた。身近でできるシアエールをやってみませんか。

- 近所の人にあいさつや声かけをする
- 地域活動を知りクラウドファンディングなどで応援

学びながらつながろう

新しいことを学ぶのが好きなあなた。地域で行われている講座やイベントに参加することで、新しい気づきがあったり仲間ができたりするかも。

●講座に参加しよう

市ホームページ
講座・イベント▶



地域イベントに参加して気軽に交流しよう

ゆるく地域とつながって、気軽に交流してみたい！ そんなあなたは、地域で行われている活動に参加してみましょう。

●地域イベントに参加しよう

●子ども食堂・地域食堂

誰でも気軽に立ち寄り、食事ができる交流の場・居場所。

子ども食堂
地域食堂マップ▶



地域を見守るボランティアにチャレンジ

身近な人をさりげなく気遣ったりそっと寄り添ったりできるあなた。地域の人と関わり支援するボランティアに挑戦してみましょう。

●コミュニティソーシャルワーカー(CSW)に相談しよう

生活支援や地域づくりについて相談できる専門職を日常生活圏域ごとに1人配置しています。



●福祉に関する相談は市社会福祉協議会へ

☎ (082) 430-8867

▲シアエールな人たち



戸野地域センターで平日午前中開催(行事がある日を除く)。参加費は100円

ふれあいカフェ戸野

コーヒーを飲みながら世間話 誰もが気軽に顔を出せる場

住民が地域の気になることなどを話し合う地域懇談会から始まったサロン。「誰もが気軽に集まれる場をつくろう」と年齢制限を設けていません。子育て世代の参加や、あいさつ程度の付き合いだったという人との交流が生まれることも。ちょっと手助けしてほしいことの相談もでき、地域のつながりが深まっています。

問 戸野地域センター ☎(082)438-0445



年が離れた人とも話
ができるのがいいと
ころ。どんな人と出会
えるのが楽しみに
なっています。
寿会 会長 松浦さん



じっくりお話ができて
楽しいです。こんな
ことができるよ、こんな
ことをしてほしいと言
える場です。
戸野地域生活部
部長 高橋さん



自由に過ごせる
夏休みの集会所開放



留学生の誕生日会

クッキー作り教室



西条小学校の体育館を借りて
行ったクリスマス会

いっしょに遊ぼう西条キッズ

できることをできるときに みんなの居場所づくり

「つながりが持てる場所があるといいな」という千葉さんの声から生まれた活動。子どもも高齢者も、地域の外国人もみんなで集まって自由に過ごしています。夏休みに西条中央3丁目の集会所を居場所として開放し、そのほか協力者の特技を生かしたビーズやクッキー作り教室などのイベントを実施。クリスマス会には、ボランティアを含め100人以上の参加者が集まりました。

問 いっしょに遊ぼう
西条キッズ
Instagram



日常生活の中で気になっ
た時に声をかけていま
す。定期的な活動ではな
く、できることを見つけ
たときに無理のない範囲
で活動しています。

代表 千葉さん



子どもたちと触れ合うこと
ができ、友人とも出会いま
した。東広島で一緒に暮らして
いる実感が持っています。

リンさん

西条キッズで知り合
いができ、出先で声を
かけてもらえるのがう
れしいです。

タニアさん

東広島熟年マイスター教育講座

65歳から学んで実践 学び続けることの楽しさを再発見!

65歳以上を対象にした連続講座。地域共生、健康、ITスキルの3コースがあり、各分野の専門家や経験者による講義と、見学などを行います。

地域共生専攻コースでは、地域でつながりづくりをしたいと思っている人が、すでに活動している人と交流。同じ志を持つ仲間と出会い、活動を始めるためのヒントをつかんでいます。

問 市教育文化振興事業団
☎(082)424-3811

地域食堂での活動を通じて、つな
がることの大切さを学びました。
活動の幅を広げるために何がで
きるのかを探っていきたいです。

地域共生専攻コース受講生
北林さん



地域共生専攻コース受講の様子



地域食堂でのフィールドワークで
活動団体と一緒に料理をする受講生



地域食堂で交流する地元の人たち

みんな笑顔で楽しそう!
生き生きしているね



も っ と 教 え て

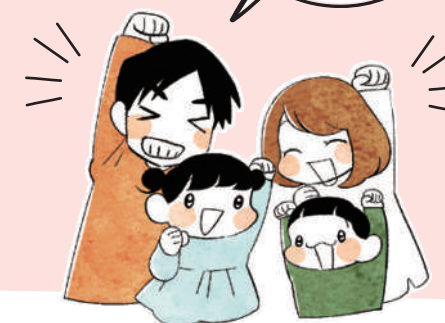
東広島熟年マイスター教育講座学長
元広島国際大学教授
久次さん

必要とされる喜び、成長できる楽しさを実感

人は集団の中で生きていて、必ず誰かの世話になっています。人との関わりを通して自分の存在を確認し、必要とされることで自らの可能性に気づき、誰かの役に立てていることが喜びとなります。例えば、一人暮らし

の高齢者と、共働き家庭で一人で過ごしている子どもが一緒に過ごせばお互いに楽しく、人の役に立てている実感も持てますよね。地域共生社会には、何かしたい人、してほしい人をつなぐ役割の存在も重要です。

シアエールを
知りたい!
やってみたい!



ラジオで詳しく
紹介します!

FM東広島(89.7MHz)「深掘り!ひがしひろしま」
2月の毎週木曜日 17:00~17:25

スマートフォンでも聞けます

