

# ちょこっとサポート 便り

「困ったときはお互い様」できることは住民同士でお手伝い



令和7年12月

～知多市の住民互助活動のはなし～

ちょこっとサポートは5年目を迎えました

令和3年10月事業開始から4年が経過し、ご近所同士のゴミ出し支援から遠方でも支援者の得意を生かしたIT支援まで様々な生活支援をつなげてきました。毎月約およそ60件の支援は、知多市の65歳以上人口23,776人（令和7年11月1日現在）のうちの0.5%と小さな割合ですが、「お互いさま」の精神が確実に芽生え、市内に広がりつつあります。

地域に根差した活動の広がり

知多市では、地域を限定した住民互助の取り組みが生まれています。代表例が南柏谷おたすけ会で、平成19年に発足し18年目を迎えました。団塊の世代の大量退職期に「地域で活躍する場」を創出した先駆的な取り組みであり、その姿を参考に他地区にも活動が広がり、支え合いの文化が定着し始めています。

みんなが支え合って安心して暮らせる地域づくり  
こうした流れは国が推進する「地域共生社会」の理念とも重なり、近隣で声を掛け合える関係、困ったときに頼れる人や場所、誰もが役割を持ち参加できる仕組みを目指しています。南柏谷や市内のおたすけ会は、この理念を地域レベルで具体化する実践例です。

## 知多市内の住民互助活動

設立年	団体名	活動エリア
1991	地域助け合いゆいの会(1998～NPO法人ゆいの会)	市全域
1998	地域助け合いの会あゆみ(2004年～NPO法人あゆみ)	市全域
2007	南柏谷おたすけ会	南柏谷小学校区
2014	日長台いきいき隊	日長台
2014	二管ふれあい	二丁目管理組合
2020	NPO法人知多東部まちづくり友の会	南翼が丘
2022	つつじが丘おたすけ隊	つつじが丘小学校区

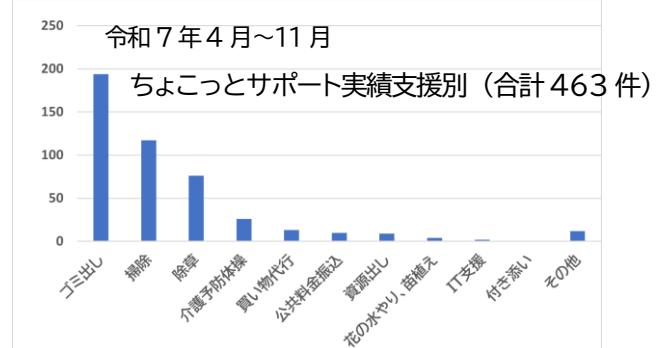
(市民活動センター登録団体より)

## 会員数

(令和7年11月末現在)

ちょいサポくん

支援会員 69人  
依頼会員 145人



## まちの強み(魅力)弱み(課題)を学び未来を考える

さらに知多市では「地域カルテ」を活用し、各コミュニティの強みや課題を学ぶ機会を設けています。出前講座ではつつじが丘お助け隊の活動が紹介され、共通して高齢者の病院送迎など移動支援が中心であることが示されました。



## 移動の困りごとは

市内共通の大きな課題であり、地域バスやおたすけ会など多様な方法で解決が模索されています。特に「移動の不安をどう減らすか」という意識は高まっており、これから地域づくりにおいて重要なテーマとなっています。

（コーディネーター 五十嵐）

※1 知多市の地域カルテとは

国勢調査などの統計情報を地域ごとにまとめ、今後の人口や世帯数の見通しを示すなど、現在と未来のコミュニティを構成する要素を「見える化」したものです。知多市では、令和5年1月に作成されています。10地区の詳細は知多市のホームページから閲覧可能です。

## 第2回ちょこっとサポート交流会

# 人生100年時代、自分らしく生きるためにの終活・ACPのススメ

とき：令和8年2月6日（金）13:30～15:30

ところ：市民活動センター2F会議室

講師：西尾聰子さん（ちょこっとサポート支援会員）

対象：65歳以上どなたでも

参加費：無料

申込み：NPO法人ゆいの会 ☎ 0562-32-5906



### 終活とは？

終活は「人生のまとめ」ではなく、これから安心して過ごすための準備です。財産や葬儀のことだけでなく、心の整理や人とのつながりを大切にすることも終活の一部です。

地域活動を続けながら、笑顔で暮らすための前向きな取り組みです。

### なぜ今始めるの？

- ・突然の病気や事故に備えるため
- ・家族や仲間が迷わず安心して支えられるように
- ・自分の思いを形にしておくことで、より自分らしい人生を歩める。

## 講師、西尾聰子さんの活動をご紹介

西尾さんは、365日活動に奔走しています。

赤ちゃんからお年寄りまで、誰もが安心して暮らせるように——。

そのための「支え合いの活動」を紹介していただきました。



看取り士の講座で発表する西尾さん

### 自己紹介

ちょっと変わった3枚の名刺の持ち主

#### ① ボランティア

・きらりんママ応援隊

　ママを選んで生まれてきたよ（胎内記憶）

・小学校特別支援学級ボランティア

#### ② 南医療生協協同組合理事

#### ③ 保健師、看取り士

生まれる前からのお話。地域で健康寿命を延ばすためのお手伝い。

そして、天寿を全うして安心して「愛されている」と感じて旅立っていかれるよう、寄り添わせていただくまでの活動。

義父母、主人と三人を見送り、「自分が最後どうしたいのか」を普段から意思表示しておくことの大切さを痛感しました。

「無理な延命は本人を苦しめるだけ」——。

一人でも多くの方に、元気なうちに「私の意志書」を書いておくことの大切さをお伝えさせていただいている。（西尾）



発行：認定特定非営利活動法人ゆいの会

知多市新知字西屋敷22番地2

電話番号：(0562)32-5906 FAX：(0562) 32-5984

E-mail: yuinokai-seikatu@sage.ocn.ne.jp



ホームページ URL