

# 生活支援コーディネーターが地域づくりのお手伝いをします！

みんなで『支え上手・支えられ上手』になりませんか？  
 “自分が支える地域は、自分を支えてくれる地域”

高齢者が住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けられるよう、地域での支え合いの仕組みづくりが必要です！



## ☆支え合い活動とは？☆

活動に参加、利用してみませんか？

### 居場所づくり

- 集い（交流）の場
- 健康づくり活動
- 趣味活動
- カフェ



### たすけあい活動

- ゴミ出し
- 買い物
- 外出支援



### 見守りネットワーク活動

- 配食＋見守り
- 安否確認
- 声かけ



## ☆生活支援コーディネーターの役割☆

地域にある支え合い活動の把握、活性化

支え合い活動の担い手の養成・活動支援

支え合い活動の取り組みの創出を企画・支援

地域の困りごとで求められる支援の調査



関係者の意見交換等の実施、ネットワークづくり

住民同士の話し合いの場（地域づくり会議）の設置

地域づくりについて学習の場の企画・支援

地域の困りごとのニーズと支え合い活動のマッチング

