

生協として、まちづくり活動として、できることをすすめています 東京のまちづくり活動トピックス

まちづくり活動では、定期的に生協間での情報共有や課題について学びあう機会として、「定例会」を開催しています。今回は、それぞれの「定例会」で話し合われたことから、次の取り組みにつながった事例を紹介します。

東京保健生協

困っている人のお役に立ちたい！思いをカタチに 大泉生協病院前で「あったかフードバンク大泉」をスタート！

コロナ禍において、様々な事情で食料をはじめとした生活物資の確保が困難な状況にある方に、「医療福祉生協として何か支援ができないか」という地域組合員・職員の思いに応じて、支援活動「あったかフードバンク大泉」を開催することが決まりました。

開催に向けて、「練馬区まちづくり」でも情報共有と協力要請を行い、まちづくり活動の参加生協から、食料などの支援物資の提供、広報協力など、様々な形で協力していただきました。また、東京保健生協の組合員をはじめ、地元の農家さんやお店、地域の方々からも物資やカンパなど、あたたかな支援を受け、3月から大泉生協病院前でスタートしました。これまでに平日・土曜日の夕方まで3回実施して、若い方や親子連れなども含め、延べ150名の方々に支援物資をお渡しすることができました。



開催日前日の
組合員室の様子



◆協力団体・店舗など◆

- パルステム東京
- 生活クラブ生協
- 東都生協(無料塾関係より)
- デンマークベーカリー
- ベルナールハラ(パン屋)
- 五十嵐農園
- Angel(イタリアンレストラン)
- 東京土建石神井分会(テント協力)

次回予定

7月21日(水)16時～
※カンパや支援物資のご提供は、7月19日、20日に大泉生協病院前の「組合員ルームあおぞら虹のカフェ」へお願いします。

利用された方からは、「1日にカップラーメンを1つしか食べていない」「家族で困っている。今後、区役所に相談に行こうと思っている」「これで当分助かる」という声がありました。「あったかフードバンク大泉」では、支援物資の提供の他にも、医療(?)ソーシャルワーカーによる「なんでも相談会」も同時開催しています。

品川区まちづくり

新型コロナで深刻化する「フレイル」について学びました



笹本佳恵さん

新型コロナによる自粛生活が続ぎ、加齢による筋力や心身の活力が低下し、健康と要介護の中間となる「フレイル」が大きな問題となっています。まずは、まちづくり活動メンバーが学び、広めることが必要と考え、5月の定例会でミニ学習会を開催しました。講師には、「大森中診療所健診センター」保健師で、城南保健生協組合員の笹本佳恵さんをお迎えして、「フレイル」とはどのようなものか、どう予防するか、フレイルリスク度やオーラルフレイルのセルフチェック、嚥下機能と口腔衛生のための「パタカラ体操」などのお話を伺いました。

フレイル予防の3つの柱

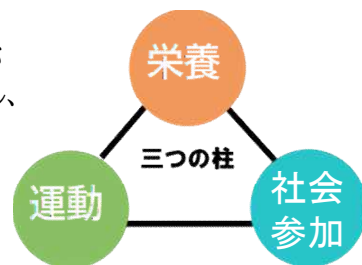
「**運動**」: 習慣的な運動。散歩だけでなく、少しの筋トレをプラスすること。

「**栄養**」: 多様な食品を食べる。とくにたんぱく質を食べること。

「**社会参加**」: 活動に参加するなど積極的に外出し、自宅に閉じこもらないこと。

さらに、もう一つの問題点として、感染を恐れて通院や健康診断を避ける人が増えていることを挙げられ、新型コロナへの不安と病気の治療は、冷静に区別し、診察を受けてほしいとのお話がありました。参加者からは、「高齢の両親がいるので参考になりました」「フレイルという言葉は知っていましたが、理解が不足していました。お話がわかりやすく、活動での集まりで話してみたいです」など、今後に生かせる学習会となりました。

フレイル対策は
三つの柱をそろえること



荒川区まちづくり 学習会がきっかけとなって地元で活動する団体の支援につながりました！

今年2月に「荒川区まちづくり」で開催したミニ学習会をきっかけに、東都生協が「あらかわ子ども応援ネットワーク」の支援協力を始めることになったと定例会で報告があり、その内容について担当の組織運営部・伊藤マネージャーからお話を伺いました。支援の内容は、「あらかわ子ども応援ネットワーク」を東都生協の「未来につなぐ募金」臨時支援の対象団体に加え、年間10万円分の食材を支援すること、そしてこの支援が今回限りとならないよう、次年度より助成団体としての登録を勧めたということでした。学習会での団体代表から語られた「生協に対する期待」のお話をきっかけに、東都生協としてすぐに応え、支援につないだことは、これからのまちづくり活動でも参考にしたい事例として、メンバー間で共有することができました。