



ささえあいシート

この冊子を作成したわけ

今回のコロナウイルス感染症拡大の影響により自粛生活が長く続きました。緊急事態宣言も解除されましたが、再開にむけて不安を感じる声を多く聞きました。そこで北区社会福祉協議会では、活動再開に向けた「ささえあいシート」を作成しました。地域ささえあい活動を「集まらないのであれば辞める」ではなく、出来ないなかでも工夫をし、活動を再開に向けた話し合いの材料となれば幸いです。

この冊子の活用方法

①記録する

今回、誰もが経験したことがないこの事態にどのような工夫ができたのか、はたまたどのような工夫をしておけばよかったのかなどを**振り返り、記録してみてください**。一人ひとりで振り返るのもよし、団体全員で振り返るのもよしです！

②計画する

これまで通りの活動ができていなく、もどかしい想いをしている団体も多いと思います。すぐに全く同じ活動に戻すことは難しいかもしれないけれど、**少しずつ工夫しながら再開していくための計画立てとして活用してください**。

③みんなで共有する

これからの活動にあたって不安に感じているのは、1人ではないと思います。自粛期間の振り返りや、再開に向けてどのような活動をしたかなど、**お互いに共有できるといいなと思っています**。そのような場を考えておりますので、ぜひこのシートを作成したら保管しておいてくださいね！

～考え方が難しい！ 始め方に悩んでいるという人へ～

いつでも北区社会福祉協議会まで連絡・相談してください◎