

# 「地域の茶の間」とは？



## 地域の中で人と人とを結ぶ交流の場

### 助けあい、支えあい、地域のつながりが生まれる場

「地域の茶の間」は、集会所や空き家などを利用して、子どもから高齢者、障がいのある方、子育て中の親子など、地域に住む誰もが気軽に立ち寄り、自由に時間を過ごせる、自宅のお茶の間のような場のことで、新潟発祥と言われています。

この「地域の茶の間」を通じて、誰もが住み慣れた場所で安心して暮らせるような、助けあい、支えあえる、地域のつながりが生まれます。

## どういところでやるの？

地域の誰もが、自由に、そして気軽に集える場所で、歩いて行ける範囲が基本です。  
※集会所、公民館、コミュニティセンター、空き家・空き店舗など。



## どんなことをやるの？

特にこれをやらなければならないというプログラムを用意する必要はありません。ただ集まってお話を楽しむだけでもよいですし、誰もが参加しやすく、楽しめるプログラムを企画してもよいです。  
※茶話会(おしゃべり)、軽い運動、創作活動、季節行事、健康相談など。

## どうやって参加するの？

開催時間中はいつでも立ち寄れて、いつでも帰ることができます。自分の時間に合せて参加することができます。気になったら、ぜひ覗いてみましょう。



# 「地域の茶の間」の効果は？



## 仲間づくり

前からお友達だった人や初めてお話しする人など、いろいろな人が参加します。地域にいるそんな人たちと出会える仲間づくりの場となります。



## 健康づくり

「茶の間」に行って、お話をしたり、笑ったり、無理なく体を動かしたり。自分の体の状態にあわせて、自分のペースで健康を保つことができます。外に出ることで心身ともにリフレッシュできます。

## 孤立・閉じこもりの防止

身近なところに「茶の間」があり、そこには仲間がいます。いろいろな人とふれあうことによって、笑顔が生まれ孤独感が解消され、閉じこもりの防止につながります。

## 多世代交流の拠点

子どもから高齢者まで、普段なかなかふれあう機会の少ない、世代を超えた人たちが集まります。そこで交流を深めることにより、日常生活の中でもつながりができます。

## 生きがいつくり

参加者みんなにそれぞれ役割があり、自分の特技や趣味、現役時代の職業などが活かせる場となるはずですよ。

## 安心できる地域づくり

地域の様々な人が参加者として、またスタッフやボランティアとして同じ場所に集まることにより、人間関係が深まり、助けあい、支えあいの機運が高まります。そういった人たちがどんどん増えることで、地域で暮らすことに安心感が生まれます。

