09 医療･保健

北海道洞爺湖町　白澤　祐子

医療・保健

～　「笑顔」と「元気」、「自立支援」を応援します　～

基本情報



【年　齢】
63歳
【出身地】
北海道室蘭市
【転出元】
北海道札幌市
【前　職】
ツアーコンダクター等
【活動時期】
R6.4～R9.3.31

協力隊に応募したきっかけ

地域活動である札幌市の消防団員歴が20年という節目を迎えたことと、コロナ禍で価値観や人生観が変わり、かねてより海がある町に移住したいという想いが強くなりました。
生まれが室蘭市ということもあり、幼い頃から洞爺湖周辺には親しみがあり、近年は仕事で訪れることも多く、大好きな場所のひとつでした。
洞爺湖町への移住を決めたタイミングで、協力隊の募集記事を見つけ、応募してみました。

今後の抱負・任期後の目標

健康寿命の延伸、また、認知症予防や介護予防のため、介護美容/ビューティタッチセラピスト資格を取得しましたので、多くの皆さまに笑顔と元気、自立支援の応援をしたいと思っています。
そして、私のようにGG世代や定年退職後から新しいことに挑戦したい、自分らしく生きたいという想いを共有できる仲間たちと、コリビングハウスを作るのが次の目標です。

活動内容

●介護予防・地域ささえあい事業

令和8年1月からスタートした町の新規事業「地域ささえあい拠点「ひまわり」の開設準備を進めてきました。
開設後は、アドバイザーのひとりとして、「ひまわり」に常駐し、介護予防部門を担当しています。



●認知症地域支援推進員

オレンジカフェ（認知症カフェ）の開催や、認知症サポーター講座に関すること、また、認知症サポーターの皆様と地域で認知症を支えるネットワークづくりなどに携わっています。



●講師・講演

社会福祉協議会様や老人会様はじめ、地域の皆様に「癒しのハンドマッサージ」「スッキリ小顔マッサージ」「アロマポット作り」など、参加者とともに楽しみながらADL(日常動作）の維持・向上を目的としたレッスンを実施しています。



連絡先

【メディア等の取材連絡先】
（メールアドレス（個人））toyausu.shirosawa@gmail.com
（電話番号（個人））　090-1640-5741

【活動の様子を発信しているSNS】

@KAIGOBIYOU_AT_TOYAKO

長野県原村　伊良原　裕子

～　地域福祉の推進　～

医療・保健

基本情報



【年　齢】
45歳
【出身地】
京都府　京都市
【転出元】
兵庫県　神戸市
【前　職】
社会福祉法人職員
【活動時期】
R5.4～

協力隊に応募したきっかけ

・登山が好きで八ヶ岳によく来ており原村の景色が大好きだった。八ヶ岳西麓への移住を考えて家を探していたところ協力隊（福祉分野）の募集と出会った。

・病院や社会福祉協議会で相談業務に携わっていたが、福祉制度だけでは幸せになれないと感じていた。村という小さな集落で、制度だけではない福祉＝地域福祉に携わってみたいと思った。

今後の抱負・任期後の目標

・庁内/外、専門職/住民など、枠組みを超えて“ご近助”の意識で支え合う福祉の仕組みづくりにチームで取り組む（重層的支援体制整備事業）
・原村・八ヶ岳には自然・人という資源がある。その良さを活かして、福祉だけに留まらず地域づくりの視点ももって活動する人材になる
・（任期後）原村が20年後も暮らしやすい村であるために自分自身も長い目線で仕事と暮らしを整える

活動内容

●「重層的支援体制整備事業」に関すること

・制度の狭間や複合・複雑化した支援ニーズをもつケースに、制度や分野を越えて支援を行うための取り組み。「かさなる会議（ケース会議）」の開催、地域に参加の場を増やす参加支援などを通して、福祉関係だけでなく地域の様々な方が、気づき、つながる体制をめざしている。



●ひきこもり･不登校の親御さん、当事者の支援活動
（一般社団法人ハートフルビレッジ）

・地域の方とスタートさせた活動。行政と地域が一緒に支援に取り組める状態をめざしている。
・親御さんが自分の気持ちを話し、手放すことができる安心安全な場所「お話会」の開催
・当事者が家族以外の信頼できる人・場所を持つことを目的としたミントコーディアルの製造販売など





●地域づくりに関すること

・楽しめることを大切に活動している。
・地域回想法（福祉×美術館）民具を通して、昔のくらしの話を聞き、多世代交流につなげる
・コミュニティコーピング　ゲームを通して社会的処方を体験、地域づくりについてみんなで話す機会をつくる



連絡先

【メディア等の取材連絡先】
（メールアドレス（個人or職場））fukushi@vill.hara.lg.jp(職場)
yuppqq@gmail.com(個人)
（電話番号（個人or職場））0266-79-7092　（職場）
090-3265-6875（個人）
【活動の様子を発信しているSNS・ブログなど】
一般社団法人ハートフルビレッジ　Instagram @heart_full_village