

# ひとりひとりの活動が 誰かの「お薬」 になります。

「自分も  
このまちのために  
できることないかな」  
と動き出せることが大切です。

● わがまちの **いいところ** を探しましょう！

● わがまちの **面白い人**、**面白い活動**  
を **集め**ましょう！ **促**しましょう！

● **人と人**が**つながる**、**人と地域**が**つながる** **取り組み**をしていきましょう！

## 市民のみなさんの **声**



**地域って  
すごく可能性があるんだな！**

医療機関スタッフ /  
KANAU カレッジ受講生 尾山さん

私が最初にリンクワーカー研修に参加した時に、いろんな人と繋がって「地域ってすごく可能性があるんだな」という気持ちになりました。



**困っている人の力になる！  
用事がなくてもきてもらう場所に！**

建屋校区 自治協議会 事務局長 藤原さん（右）  
事務員 谷野さん（左）

藤原さん  
困っている人の力になる、そんな取り組み全てが「社会的処方」の一環じゃないかと思っています。

谷野さん  
自治協議会を「用事がないと来たらあかん場所」じゃなく、「用事がなくても来てもらう場所」にせんとだめだと思っています。

**参加することで、  
新たなつながりが増える！**

子育て中のママさんたち



地域活動に参加することで、  
新たなつながりが増えるということに気がきました。

※人と地域をつなげることで、「社会的孤立」を解消する協力型ボードゲーム  
〈コミュニティコーピング〉体験会を実施した際の感想から抜粋しています。

**まずは参加すること！  
人との出会って大事だよ。**

一般社団法人 猫の手くらぶの皆さん

まずは参加すること。そして新たなつながりで元気になる。  
人との出会って大事だよ。一期一会でもいいから、一瞬でもいいから出会うことがすごく大事なかなと思います。



つながり で

誰もが健康 になる

まち

みんながリンクワーカーに



話を聞く

気にかける

声をかける

参加する

自分自身が楽しむ