

ワークショップ I

「意見交換会 ～地域の健康づくり・介護予防がうまくいくコツって! ?～」

司会：琉球大学法文学部人間科学科 准教授 白井こころ

コーディネーター：琉球大学ゆい健康プロジェクト 神谷 義人

ワークショップ I では、ゆい健康プロジェクトにご参加頂いている地域のリーダーや関係者を招いて、地域交流会を行いました。沖縄県内はもちろん、県外（愛知県、兵庫県）で活躍されている地域リーダーのみなさんに、地域の活動状況についてご発表していただきました。予定していた時間が足りなくなる程、熱心な発表ばかりでした。また、発表の後には、グループワークを交えた意見交換を行いました。地域の活動について非常に関心の高い方が多く、終始活発な意見交換が行われ、和気あいあいとした地域交流会となりました。



北谷町宮城区自治会
砂川憲平 自治会長

北谷町宮城区自治会

- ・ 北谷町の海側に位置する地区
 - ・ 週に5日ランドゴルフを実施
 - ・ 月に2回、午前中に花植え、肥培管理を実施
 - ・ 平成27年4月から、「するていあしばな健康プロジェクト（宮城区主催）」がスタート
⇒北谷町福祉課、健康保険相談センター、スポーツプラザチャトレ、北谷町社会福祉協議会、琉球大学ゆい健康プロジェクト等と連携し、月4回の活動を実施
- ★その効果が若干出たように感じている！



北谷町宮城区自治会

自治会長 砂川憲平



北谷町宮城謝苅区自治会
徳里徹 自治会長

北谷町謝苅区自治会

- ・ 北谷町の山側に位置するのどかな地区
- ・ 月2回、ボランティアの会を実施。ふれあいピクニックとして、県内各地に出かけている
- ・ 男の料理講座を実施（今回は調理場からあふれるほどの参加者が！）
- ・ 青年会エイサーも盛ん（なんと約60名！）で、旧盆は盛り上がる
- ・ 自治会だよりは毎月発行
⇒お悔やみ広告を新規開設
- ・ 掲示板を増やし、内容を充実させている
- ・ 公民館からの物品貸出しサービスを実施（自治会加入者のみ）



北谷町 謝苅区自治会
自治会長 徳里徹



北谷町栄口区自治会
島袋艶子 自治会長

北谷町栄口区自治会

- ・ エイサーが盛ん（青年会、子ども）
- ・ 栄口区の14班対抗、区民運動会を実施。健康づくりとコミュニケーションがねらい
- ・ あしびなープラン「えぐち商店」実施（貯金クラブ、グラウンドゴルフの日）
⇒ 区内にお店がない為。買い物弱者をサポートしながら健康づくり
- ・ ゆい健康プロジェクトのモデル地域としての取り組み
<健康づくり講演会（南城市 新城辰夫氏）>
⇒講演を聞いて、役員の上候補者がでた！

<栄養調査結果報告会>

⇒これからが正念場だと感じている。
地域力で解決していかねば！



北谷町栄口区自治会



南城市津波古自治会
高江洲順達 自治会長



南城市津波古自治会

- 「自治会単位で健康づくりをしなければいけない！」ということから、健康づくり推進員連絡協議会を発足。事務局長も兼任。
- 津波古区は南城市内でも世帯数の多い地区
- 津波古区の方針と目標：人と人とを繋ぐ
→一人の孤立者もださない自治会づくり
→誰もが安心して快適に暮らせる自治会づくり
- 津波古自治会3つの課題：婦人会の復活、旧住民と新住民の融合、美観・景観を高める
→課題解決のために数多くのイベント開催、サークルを結成する
＜イベントの一例＞
 - ラジオ体操（平日毎朝6時半～、土日、祝祭日は休み）：休みをつくるのがポイント。2014年4月で一周年
 - 第2回津波古まつり（2日間）：区民が主役の手作りまつり。まつりのポスター、横断幕、ランタンは子どもたちの手作り
他にも、史跡巡りウォーキング大会、元旦健康マラソン大会、区内清掃（年3回）など。
- ＜新規サークル＞
 - つはこ花咲かす会⇒区内で花植え活動を行う。津波古区を花でいっぱい！
 - ままカフェ⇒子育て世代の居場所づくりと、区民交流による地域づくりをめざす。いずれは婦人会に・・・。



愛知県武豊町
櫻場敬信さん、小山秀明さん

愛知県武豊町

＜憩いのサロン＞

- 身近な場所で地域の高齢者を中心とした仲間づくり、健康づくりと介護予防の推進
- みんなの笑顔があふれるサロン（楽しい）、ひとりひとりの思いを大切に作るサロン（気軽に）、人と人がつながる出会いのサロン（おしゃべり）



＜中山ふれあいサロン＞

- 地域（中山）のお茶の間になる
⇒気楽・気軽に参加、楽しみながら健康づくり・仲間づくり・自分自身で介護予防
- 地域、保育園児、自然とのふれあいの場
- 運営ボランティアが28名（男性12名、女性16名）



※H27.2月現在

神戸市北区道場町

- 北区道場町は、水と空気がおいしい、田園風景広がるのどかな地区
- 3年前に和（なごみ）、健（すこやか）という婦人会母体のミニディサロンを立ち上げた



神戸市北区健康づくりリーダー
喜多順さん、小谷口洋子さん



普段行っている体操を
みんなで体験！



唄に合わせて
グー、チョキ、パー♪

なかなかむずかしい・・・

リーダーの発表を整理すると・・・

	取り組みがうまくいっている コツや工夫	課題
ヒト・組織	<ul style="list-style-type: none"> ・ リーダー（熱意、共感）⇒ボランティア ・ ボランティア（ミニデイボランティア、サロン運営ボラ、花植えボラ） ・ 地域の団体（防犯メンバー、婦人会） ・ ままカフェ ・ エイサー（青年、子ども） ・ 民生委員 ・ お年寄りの顔がみえる <p>⇒思いの強い人材が多いところが盛り上がる</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ ボランティアの高齢化、引き継ぎ⇒後継者の育成と引き際のタイミング ・ 利用者と参加者が同年代になっている ・ 自治会加入率のアップ ・ 婦人がない⇒復活させたい！ ・ 地域の絆を取り戻す！ <p>⇒人材育成、組織化、世代交代</p>
モノ、場所 情報	<ul style="list-style-type: none"> ・ 自治会だより、ホームページ ・ 公民館の行事、お悔やみ広告欄 ・ 掲示板増設 ・ イベントの写真、区民の写真を多く掲載 ・ 横断幕、車の後ろに貼るポスター ・ 野菜寄贈（料理教室） ・ サロン会場を公民館単元に設置 ・ 周辺環境整備 <p>⇒疾病・介護予防の第一歩として公民館を活用！家でこもるよりも集まろう！ 情報は自治会運営の要</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 公民館の広さ ・ 会場の費用 <p>⇒人が集まる場をどのように確保するか？</p>
コト・イベント	<ul style="list-style-type: none"> ・ イベント ラジオ体操、グランドゴルフ、男の料理教室、講演会、区民まつり、運動会、新年会 ・ 介護予防事業（サロン、ミニデイ） 健康体操、カラオケ、演奏会、お茶、ピクニック、誕生会 ・ えぐち商店 貯金クラブの日に設定 ・ ボランティア交流会、推進員の研修 <p>⇒地域デビューのきっかけづくり 支える側の健康づくり</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 男性参加者が少ない⇒「お誘い隊」、奥さんから声をかけてもらう（男の料理教室） <p>⇒人集めの方法は？</p>
その他	<ul style="list-style-type: none"> ・ ネットワーク 行政、社協、大学、業者 ・ 保育園児 ・ 物品貸出しサービス（自治会加入者のみ） ・ 参加費（100円） ・ 地域を<u>みんな</u>で盛り上げる！ <p>⇒地域デビューのきっかけづくり 支える側の健康づくり</p>	 