

令和2年度第7回人権教育学級

日時：令和3年 1月14日(木) 10:00～11:30

場所：別府市役所 5F 大会議室

テーマ：高齢者と人権

「笑顔あふれる地域づくり」

～地域住民の目線に立って～

講師： 総合型地域スポーツクラブ

NPO法人 川添なのはなクラブ

副会長兼クラブマネージャー 岩本 とみ代 さん

講演概要

1 はじめに(自己紹介)

- ・地域の体育協会に20数年間関わっている。
「なのはなクラブ」の立ち上げは、平成17年。
たくさんの方と出会ってすべてに感謝している。
そして、それが、自分の財産となっている。
出会いは大切。今日も縁あって皆さんとこうして出会った。

今は、なのはなクラブとは別に、スクールサポートスタッフとしても働いている。とにかく学校の忙しさはすごい。印刷から消毒まで、先生たちは、すごい仕事をこなしている。今日は、「笑顔あふれる地域づくり」ということでクラブの活動を通して、地域の皆さんが元気になっている様子をお話させていただきたい。



<講師の岩本 とみ代 さん>

2 クラブの概要

- ・川添地区は、大分市の東部に位置し、清流大野川に沿って南北に8kmと細く、東南には九六位山系の山々がありとても自然美豊かな歴史と文化のかおる街。
- ・校区内には約2000世帯が住み、3つの住宅団地を含んだ15の自治会がある。
- ・平成17年の4月に設立準備委員会を立ち上げ、19年3月に全戸会員で設立した。全国でこういうクラブは3600程あるがその中でも全戸会員は数件というめずらしいクラブとなっている。現在は法人格を取得している。
- ・近年、少子高齢化・過疎化が進み、川添小学校の児童は団地ができた当時は約900名を超えていたが、現在は174名と減少している。

平成17年4月 設立準備委員会

平成19年3月 設立（全戸会員）

平成22年11月 法人格取得

会員数 6004名（5762名、校区外242名） 運営委員 26名

監事 2名

なのはなクラブには、いろいろな部がある。

（企画部、イベント部、スクール部、サークル部、文化芸能部）

大会やイベントなどの活動は、イベント部が中心となって企画・運営を行っている。

3 地域をつなぐ取組み

○クラブの目指すものとしては、地域全体が対象なので、地域住民の要望等をできるだけ取り入れるよう努力している。また、地域の歴史と伝統を守るように努力しているが、高齢者から次世代につないでいくということはなかなか難しい。今、頑張っているボランティアは、皆、70代以上で、後継者を探さないといけない。今は、高齢者集団が頑張っている。

- (1) 体協が行っていた「ソフトボール大会」「ミニバレーボール大会」「夢ボール大会」「駅伝大会」等、イベント部を中心に行っている。

昨年は、コロナの感染拡大があったので何もできなかったが、一昨年までは、このような活動をしていた。地域の皆さんから「やっぱり、さみしい」という声が聞かれる。ストレスが溜まっている状態である。

「夢ボール」は、ビーチボールのようなボールを使って足や体でボールを蹴るゲームで、高齢者にはぴったりのスポーツである。

駅伝大会は、ずっと行っていたが、地区によっては、小学生・中学生の選手がいらない。選手集めにとても苦勞をするので、駅伝大会はできないということになった。無理に選手を集めなくてもできる「健康フェスタ」を今年度11月29日に行う予定だったが、急遽、コロナの感染拡大で取りやめになった。川添校区は高齢者が多く、集まることさえ難しい。車を持っていない、移動手段がない、バスも通っていないところもある、私たちが出向いて行って貯筋運動をするようにしている。

また、小学校5年生を対象に教育の一環として稲作体験を田植えから餅つきまで行っている。

いろいろな活動で使っている大分川の河川敷グラウンドは、地域の人みんな（地区のボランティア数百名、スポーツ少年団の子どもや保護者等）で数日間かけて整備をした。今も地域の人が、日常的に草刈りや芝生の手入れなどをボランティアで行ってくれている。

- (2) 地域を活性化するため、地域住民が一体となった行事「夏まつり」「体育祭」を企画している。近年は、小・中学校の児童・生徒にも実行委員に入ってもら

っている。幅広い年齢層で企画運営することにより、より多くのニーズに合った活動が期待できる。

- ・「稲作体験」⇒小学校の5年生を対象に授業の一環として田植えから稲刈り、餅つきまでしている。学校から離れているので、なのはなクラブのバスで送迎して授業を行っている。餅つきも高齢者の方にたくさん手伝ってもらっている。高齢者からは「子どもたちから元気をもらってうれしい」という声をたくさんいただいている。
- ・「子ども太鼓」⇒子どもたちは大変よく頑張っていて、老人ホームからいっばい声をかけてもらっている。
- ・「夏祭り」⇒遠くに行っている人が帰ってきてでも参加できるように8月にしている。5月に実行委員会を立ち上げていろいろと考えていく。実行委員会には校長先生や自治会長・地域の代表の人に参加してもらっている。
- ・A高校吹奏楽部のマーチングの様子。見ることで元気をいただく。
- ・ひよっこ同好会が、ひよっこ踊りを披露している。
- ・「体育祭」⇒最初の頃は、若い人が多かったので、100m走、マラソン、障害物競走など、走る競技が多かったが、高齢化が進んでくると競技ができないということで、何回も見直しを行い、今は、「楽しめる競技」へと変わっている。
- ・夏祭りも体育祭も小・中学校の子どもたちに実行委員に入ってもらい子どもたちの意見を尊重している。
- ・高齢者になるとなかなか競技には参加できないけれど、見ることで元気をもらおうといっばい聞く。スポーツをする人、応援をする人・見る人、それを支える人たちが、三位一体となって取り組んでいるから楽しいひと時が迎えられる。
- ・体育祭には、応援合戦の仮装行列もある。
- ・高齢者は、外に出ることがおっくうになる。声をかけないと、ちらしを配っても「まあ、いいか」ということになる。「行こうえ、行こうえ」「車に乗っていこうえ」と声をかけることが大事。そうして来てみると「来てよかった。会えてよかった。」ということになる。
- ・コロナの時代でも工夫一つでできることはある。
- ・ふれあい市場⇒団地の住民は、安心して野菜を食べたいという。一方、農家の人たちは、「土地を荒らすわけにはいかない。だから、野菜を作るが、たくさん余る。」このような地域の声を反映させて発足したのがこのふれあい市場である。地域住民と農家の人たちは、win・winの関係にある。

(3) スポーツ活動の充実や高齢者や地域の困りごとを解消するため、平成23年10月 toto 助成により、マイクロバスを購入した。

福祉医療機構(WAM事業)より助成を受け、以下のような「川添地区の未来をデザインする」事業に取り組んでいる。

<平均寿命>

男性：81才 女性：87才
十年近く差がある。

<健康寿命（大分県）>

男性：71.54才 女性：75.38才

できるだけ健康寿命を延ばしたいという願いのもと、一人暮らしや老夫婦二人暮らしというところが多いので、その人たちを地域で支えていくというスタンスをとっている。

- ・貯筋運動の普及啓発
- ・高齢者の困りごと解消事業（ニコニコ活動隊⇒庭の剪定、草取り、部屋の掃除等）
- ・ふれあいバスの運行、お買い物難民、通院等解消事業
- ・地域の特産品ニラを使用した加工品（サプリメントやお茶、佃煮等）の開発・生産・販売に携わる高齢者雇用

貯筋運動については、6年が過ぎたが、「つまずきがなくなった。」「長い階段も平気になった。」等の感想がよく聞かれる。また、会員同士のつながりも生まれ、地域の活性化にもつながっている。コロナ禍なので、一か所に集まるのではなく、各地区を訪問して行っている。体操をするということも大事だが、集まって話すことが元気の源になっている。

買い物・ふれあいバス(写真提示)の中は、みんな楽しそう。買い物の荷物を含めて玄関先まで送り届けてくれるのでとても助かるという。いつもバスを利用している人が乗らないと心配になって電話をかけてみる。バスの運行は、地域の見守りにもつながっている。

ニコニコ活動隊は、平成30年は約80件、令和元年になってからは100件以上の申し込みがあった。ただ、ボランティアの皆さんも高齢者なので活動時間を調整しながら行っている。去年は、コロナ感染の影響で自粛している。

<高齢者の目線に立って>

1. 心身の健康生活支援の提供により健康寿命の延伸
2. 日常生活の困りごとを抱えている高齢者の健康生活支援
3. 高齢者の買い物支援と心身をリフレッシュする機会の提供
4. 高齢者会員が元気を回復して地域の活性化を目指す

地域づくり・人づくり

クラブ前進へプラス思考
夢を語ろう（自信と勇気と誇りを）

意見は貴重な財産！！
仲間づくり（最初の一言「手伝って」）
流せ汗を（行動なくして前進なし）



<講師の話を熱心に聞く受講者>

4 これまでの成果

設立して14年、様々な「地域をつなぐ取組み」を通して地域住民が元気になり協調性が高まった。そして、地域住民の「意識改革と人づくり」が進んだことにより、川添地区の地域力が向上してきたように感じる。

5 今後の課題

- 地域住民の様々なニーズに応えるための体制づくり
- 活動を支えるスタッフの発掘と育成強化及び住民の参加促進
- 財政支援がなくなった後の運営費の確保

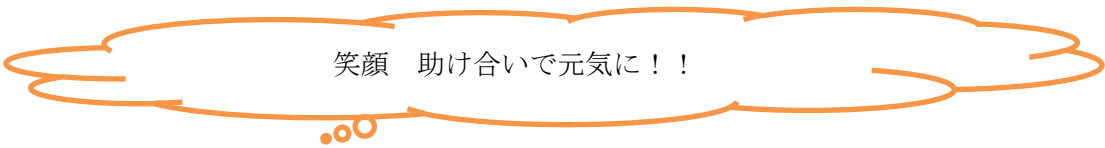


<クラブで行っているリラックス体操をみんなといっしょに>

6 これから

健康寿命の延伸、相互扶助の輪を広げ、みんなの「喜び」「笑顔」を生み出す川添をめざし、スポーツをとおして「夢・健康・生きがい」を実現するまちづくりをめざしていく。

将来の夢・・・自主自立・共存共栄
すべての人々が
夢と希望と生きがいを持って
暮らせる地域づくり
ピンチをチャンスに！！
こんな時期こそ何かが生まれる



笑顔 助け合いで元気に！！

<質疑>

○今日のお話を聞いて、「すごい、そこまでして、とてもサポート的だな。」と感じた。私の場合は、実家が遠くて、親からいろいろ尋ねられても対応ができないというのが現実である。今は、高齢者もスマホを持っている人が多いが、スマホの使い方などについても質問がきているのですか。

<応答>

○実際、高齢者でスマホを持っている人は多くないが、使い方がわからないと聞きに来る人もいる。「遠い親戚より近くの他人」という言葉があるが、私の地区でも子どもが遠くにおいて、一人暮らしや老夫婦二人という人も多いので、近くで見守りができることを心がけている。「なのはなクラブ」だけではできないけれど、公民館や民生委員さん、地域包括支援センターなどに「困っている人がいたら教えてください。」と声をかけ、連携している。

※コロナ感染症拡大予防のため、グループ討議や全体交流は中止です。