

てづくり きたじま

「て」と「て」をつないで「えがお」づくり

きたじまの支え合い活動、集めてみました。

—北島町 ささえあい活動事例集—

Hometown. Kitajima





はじめに

『てづくり きたじま』を

手に取った皆様へ

近年、少子高齢化、核家族化に伴って、「地域でのつながり」はどんどん薄くなっています。北島町でも例外ではありません。しかし、その中でも、「て」と「て」をとりあい、地域で支え合いの活動をしている人や団体が実はたくさんあります。

この『てづくり きたじま』は、北島町で地域の皆さんが行っている支え合いの活動を紹介しています。

どの団体の皆様も、「て」と「て」をつないで、それぞれにできることを持ち寄り、支え支えられていく姿が見えます。その先にあるのは「えがお」です。

高齢で一人になった時、子育てしている時などにある、ちょっとした困りごとを地域の中で支え合えたり、活動への参加が生きがいになったりすることで、地域に住む色々な世代の色んな人が元気に笑って過ごせる可能性が広がります。

この冊子が、人と人、人と団体、団体と団体をつなぎ、北島町の「えがお」が増えることを心より願っています。

北島町生活支援コーディネーター連絡会

北島町



はじめに..... 2

北島町支え合い活動の事例

- #1 東高房自治会..... 4
- #2 月いちほっこりSunday..... 6
- #3 みんなのおうち..... 7
- #4 光風台自治会..... 8
- #5 グリーンタウンお掃除クラブ..... 10
- #6 いきいきクラブ..... 12
- #7 南部第2老人クラブくんだら会..... 14
- #8 東高房わっしょい広場..... 16
- #9 ラジオ体操
北島中央公園スポーツ広場..... 18
- #10 北島子ども食堂 あすなろ..... 20
- #11 北島町女性防災の会 まもるんじょ..... 22
- #12 Manaka
フードパントリー&寺子屋..... 24
- #13 ノース愛ランズ
老人福祉センター花壇..... 26
- #14 いきいき100歳体操..... 27

認知症地域支援推進員・ 認知症カフェ

..... 30

北島町有償ボランティア..... 31

民生委員・児童委員..... 32

生活支援コーディネーター..... 34

おわりに..... 35



ごみの仕分けはひとつひとつ手作業で行う。

#1

東高房自治会

冬の陽が降りそそぐ12月の日曜日、早朝から20名以上の住民が集まった。2003年から継承されているゴミ出しボランティア活動は、高齢者や小さいお子さんがいる家庭など、粗大ゴミの廃棄が困難な方にとって生活の大きな支えとなっている。地域のつながりが希薄になりつつある北島町で、自治会の継続、地域コミュニティの力を高めていくにはどうしたら良いのかを模索し続けている天羽修さん(73)から話をうかがった。

活動の発端は自治会活動の運営経費の捻出。そのための一手が古紙や段ボール等の資源ゴミを換金することだった。始めた頃の回収率は想像以上に少なかったが、試行錯誤の末、粗大ゴミを無料回収すればそれと一緒に資源ゴミが集まるのではないかとアイデアに辿りついた。

さらにみんなの声に耳を傾け、自治会に入会していればいつでも粗大ゴミを出すことができる倉庫を開放。持ち運びが困難な方のためには軽トラが個別回収するようにした。地道な活動の継続が生活の安心に繋がると同時に、できる方が困っている方に手を差し伸べる風景が自然に受け継がれていった。活動に参加している久米利國さん(68)は、「地域活動を通して、近所の方と顔が見える形でつながっていくことの大切さを実感しています。」と伝えてくれた。



今回お話しいただいたのは…

東高房自治会 **天羽 修**さん
あもう おさむ
ゴミ出しボランティア活動の立役者



15年間、カラオケを愉しみにしている
お世話役の大道さん（右）



みんなで声をだしあうと
気持ちも元気になってくる

ゴミ出しボランティア活動の他にも、様々な活動に取り組んできた。餅つきや花見、境内でのバーベキューも盛況だった。カラオケと卓球クラブは今も継続。毎朝のラジオ体操に6年間通い続けている一人暮らしの稲垣雅夫さん(87)は、「子供は県外ですぐに頼れんけど、自治会のおかげで声をかけてくれる方がいてとても助かる。出かける場所があると毎日にメリハリができますね。」と快活に話す。

3年前から夏休みのラジオ体操には子供も参加するようにになり世代間交流に繋



「無理のないペースで
ずっと続けていきたい！」

いろいろな立場の人が世代を超えて交流できる
いろいろな種類の居場所をつくらなあかん。

がった。神輿担ぎや獅子舞の舞子役には若い世代に声をかける。回覧板をまわすことが困難な方には個別に印刷して配布することで負担を解消する。震災時の漏電による火災防止グッズを手作りして全戸無料配布。振り込め詐欺を心配する方のためには、専用の録音装置をレンタルして取付けた。

「会費を集めて終わりじゃない。自治会があつて良かったと、ひとりでも多くの方に喜んでもらえるような地域の見守り隊にならなあかん。ほれが役割やな。卓球やカラオケが好きなんもおれば苦手な人もおる。住民は十人十色、いろいろな立場の人が世代を超えて交流できるようないろいろな種類の居場所をつくらなあかん。」と、天羽さんは提唱する。

人付き合いを面倒に思う気持ちもわかるけれど地域のつながりがなくなっていけば、無援社会となり孤立に拍車がかかる。つながらりを見直すための重要なヒントが東高房地区にある。

三世代が交わられる居場所も増やしていきたいと語る、明るい未来を想う天羽さんのまなざしは温かい。



#2

月いちほっこりSunday



和やかな雰囲気の中で自然と笑みがこぼれる



雑貨作りのワークショップ

町内で学生服のリユース専門店「さくらや徳島北店」を営む川邊めぐみさん（48）。接客時に子育ての話題が多く、のぼり、懸命に向かいあう課程で様々な葛藤や悩みを抱えているお母さん方の気持ちに共感することがたくさんあった。そんなお母さん方が気軽に集まって悩みを聴きあったり、情報交換できるような楽しくアットホームなしゃべり場を持ちたいという思いを発端に、店内のスペースを有効活用して一昨年の7月より月に一度開催している。

気軽におしゃべりをする日もあれば、講師を招き雑貨作りの講習会も随時開いており、参加した方からは「いろんな地域の方々と交流できるので楽しい」などの嬉しい声が届いている。

今の時代、インターネットを使えば大量の情報が得られるし、たくさんの人ともつながれる。しかし一緒に空間で、会話を交わすことでしか得ることのできない『つながりや安心感』が育まれる居場所が地域にあるということ、北島町の宝ではないだろうか。

月いちほっこり Sunday 代表 ^{かわへ}川邊めぐみさん

【日時】 毎月1回、主に第3日曜日 13:00~15:00 に開催

【場所】 学生服リユース shop さくらや徳島北店(北島町鯛浜字かや 118-4)

【参加費】 無料(雑貨作りの場合は材料費が必要) 【問合せ】 088-698-9451





芋餅づくりを教わる子どもたち

#3

みんなのおうち

園長先生を退職された小出恵子さん(68)が自宅で知人の子供を預かり自宅で工作教室を開いていた。地域の子供たちの健やかな発育と笑顔を守りたいというその想いに共感した5人のメンバーが集結したのが「みんなのおうち」を始めたきっかけだった。

北島町住民活動助成金を活用し、毎月一回、三世代にまたがる20名近い地域住民が集い、工作を楽しんだり季節のおやつを囲みながら団らんを共にする。若いママさん達の子育ての苦労話を先輩の近所のおばあちゃんが聴き、子供たちの弾けるような笑顔にその場にいる大人たち全員が癒される。世代を超えた集まりのなかに自然に生まれる『温かい関わりあい』が、昔は当たり前のようにあった近所同士のつながりを思いださせる。

ボランティアスタッフは今までの活動を振り返り、声を揃えたように言う。「こんな場所があったらいいなあと思っていたことが形になっている。みんなの笑顔に元気をもらい励まされているのは私たちの方。」スタッフと参加者の垣根がない居場所で、『ささえあいはお互いさま』だということに改めて気づかされる。小さな子供にもお母さんにも高齢者にもそれぞれの役割があつて、世代を超えて関わりあうことで、その役割が自然と活かされ、生かされ合うということを実感する。



住民グループ 『きらきらハッピー』

- 【日時】 毎月1回、金曜日 10:00~12:00 に開催
- 【場所】 NPO 法人 YOU & ゆう事務所 (北島町江尻字柳池 12-1)
- 【問合せ】 088-678-5638 担当：岡田
- 【参加費】 大人 300円、親子 500円 (材料費・お茶菓子・保険代を含む)



自主防災活動での神戸市日帰りバスツアー。充実した時間がこの表情からうかがえる。

#4

光風台自治会

2020年2月、神戸市の『人と防災未来センター』へ向かう貸し切りバスに光風台自主防の23名が乗り込んだ。自主防災活動の一環として企画されたツアーに世代ごちゃまぜの老若男女が多数参加した。なかには近所の方々と交流する機会にしたいと、参加した夫婦もいた。たくさんの方々と交流が希薄になつてきていと悲観されている今、ここ光風台での自治会活動にこれだけ多くの人が集まってくるのはなぜだろうか。

参加した矢部音羽さん(11)が、復興された神戸の街や防災センターの見学を通して抱いた率直な気持ちを作文のなかで次のように書いている。

「私は地域の人が協力して復興したのだと思いました。地震が起きていてもいなくても、地域のひととの協力は大切だと思いました。」
 未来の地域を担っていく子ども達のためにどのような地域づくりが必要なのかを真剣に考えていかなければいけない大人が、子どもの真つすぐな言葉に心を動かされハツとさせられる。

松茂町との境目に位置し百軒あまりの光風台。鮮やかなグリーンの外壁がお洒落で目をひく、改築されて間もない老人憩いの家に笑い声があふれている。新春餅つき大会や自主防災会の炊き出し体験、夏休みのラジオ体操や毎週開催のいきいき百歳体操、2年程前から始めている光風台カフェも大盛況で30名を超える多世代の方々が大集合するという。



今回お話をいただいたのは…
 光風台自治会長
 きよた としひろ
 清田 敏弘さん



光風台カフェ：モーニングの準備



光風台カフェ：カレーの日



毎週(水)(木)開かれるいきいき 100 歳体操

色をかえ形をかえ、近所の交流を深めるための催物を提案し続ける自治会長の清田さん。5年程前に役員を受け継いだ当初は苦労も多かったです。今となっては懐かしい思い出になったと語っている。みんなと一緒にカレーを食べたり、モーニング珈琲などを楽しんだりする「食」を囲む光風台カフェは回を重ねるごとに自然と参加者が増えていく。「こんなに美味しいカレーを食べたん生まれて初めて



自主防災会：炊き出し体験会

じゃ。家やったらいつつもひとりで食べるけん。やつぱりみんなで食べるんが最高じゃ。」特別な味わいが忘れがたい至福の時間をもたらす。準備の協力にも回覧板で募るだけで、十名を超える近所の方々が包丁やまな板を抱えて自主的に参加してくれるようになった。そのうちのひとり、赤岡尚美さんも、「心地よい距離感で近所の方とふれあえる貴重な機会。お金に換算できない本当の安心感をもらっています。」と振り返る。



光風台カフェ：モーニングの日
今度は酒を囲もう！と盛り上がる

昔は当たり前のようであった『おせっかい』が大事だという。その字の通り、『お節介』を受けた人が集まってさらにお節介の輪が広がる。希薄になつていくのは人間性ではなく人間関係なら、まだ温め治すチャンスが多いにあるのかもしれない。そして光風台はその先駆的な実践地域として、私たちに希望の光を届けてくれているように思う。

『こんな美味しいカレー生まれて初めてじゃ。』



2021年5月15日 この日も川の中からたくさんのゴミが拾い集められた

#5

グリーンタウン お掃除クラブ

川掃除のボランティア活動が開始されたのは2002年5月。奇数月ごとの開催を継続し、2021年5月現在、112回の活動を積み重ねてきており、延べ人数は1763名にのぼる。グリーンタウン内のゴミ集積場への掲示や徳島新聞での掲載によってボランティアの活動者を募ってきた。毎回15名程度が集まり、女性が大多数を占めている。

「実は土手をランニングしていた時に、河原にゴミが落ちていたのが目に入って気になっていました。集積場での活動案内を見て、何か力になれるかもしれないし、一人ではなかなかできないけど、みんなと一緒にやれるならと思って参加してみました」と話して下さったのは、2回目の参加となる村上理一さん。

長い棒の先に網や熊手のような物をくくりつけ、ボランティアの手でひとつずつ回収されたこれまでの川の中のゴミの総量は50リットルのゴミ袋で可燃物は485袋、不燃物は2107袋、家電類などの不法投棄数は280個にもなる。川の水位が低いときには川の中に入って作業をすることもあり、川岸に群生する芦や、野バラへの対処に苦労することも多いという。

また、川掃除のボランティア活動以外にも、チューリップ公園の球根の植え付けや手入れ、グリーンタウン内にある中央公園の見まわりや美化活動なども行っている。



今回お話いただいたのは・・・

グリーンタウンお掃除クラブ

たき としお
滝 寿男さん (78歳)



回収されたゴミは1つずつ分別する

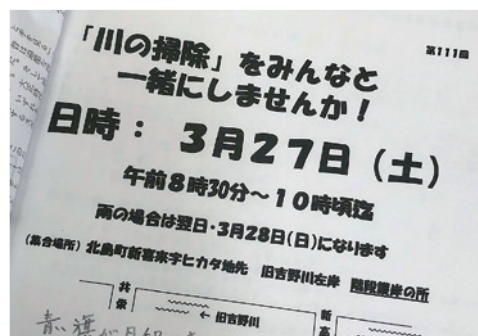


工夫をかさねたお手製の道具を使用

自分はそのような人たちの『おかげ』で生きているんだなあ：

滝さんが川の掃除を始め
たきっかけは、サラリーマ
ン時代に仕事で訪れた早明
浦ダムにあった。自分たち
が毎日あたり前のように綺
麗な水を飲めるのは、上流
に暮らす集落の人たちによ
る川の環境を保持するため
の努力があり、その恩恵を
受けている事実を知った。
それは、「自分はそういう
人たちのおかげで生きてい
るんだ」という一端を感じ
る大きな出来事となった。
上流に暮らす集落の方に
恩返しをしたいという思い
から、『吉野川源水を育む
会』のメンバーとして寄付
活動に励んでいた頃もあっ
た。
「人間の文明が発達すると
様々な見かけの利便性は増
えるが、その副作用が必ず
在るという事実にくよくよ
染みてね…。だからいろい
ろな勉強をしたんです」と
静かに心情を語った。

もうひとつの活動のきっ
かけは、人間関係の魅力。
それは一般的な会社内での
利害関係による関係性では
ない地域の『お付き合い』
を大切にしていきたいとい
う思いがあった。
勤めていた頃は多忙でこ
近所関係は挨拶程度であつ
たが、退職後に地域の希薄
化を感じるようになった。
滝さんは、「これから干渉
し過ぎない適度な関わりを
もっていく方が、自分たち
の地域での暮らしが豊かに
なる」と考える。
参加し始めて10年以上
になる山添美知子さんも思
いを寄せる。「最近足腰
が痛くなってきたけど、み
んなが一緒だったら続けら
れる。掃除をした後にみん
なで食べた花見弁当はほん
まに美味しかった。いい思
い出やなあ」。
グリーンタウンお掃除ク
ラブの活動から、たくさん
の『おかげさま』のカタチ
が見えてくる。





#6

いきいきクラブ

10年前から健康なからだづくりに取り組んでいるいきいきクラブでは、現在「みんなで延ばそう健康寿命」をテーマに「いきいき百歳体操（徳島版）」を使って週2回（火・土）、筋力の向上と仲間づくりに励んでいる。

体操を始めたきっかけは吉田会長が町の奉仕活動の一環で、一人暮らしの高齢者宅にももちを届けに行った際に「私寂しい」と訴えたひとりの女性との出会いにある。ご主人に先立たれ車の運転ができないことから思うように外出ができず、ひとりで孤独感や不安を抱いて生活をしていた。さらに2年後の宅配の時には足を骨折し、歩行器を使っていた。

高齢者の孤立や孤独、単身世帯の増加の背景には家族構造の変化があり、少子高齢化する社会にあって家族のあり方や地域コミュニティのつながりの希薄化など、みんなで解決する問題が私たちの生活の中にあると吉田さんは考えている。

また、生活をする中で不安や心配を解消するため、熱中症や寝たきりにならないためになど、身近な問題をテーマにした出前講座の開催。パソコンやカラオケなどの同好会も開いた。さらに、「百歳体操に加え「くっぽちゃんの健口体操」と「認知機能改善体操」も取り入れ、フレイル予防の学習からは人とのつながりの重要性に着目し、輪投げをして楽しむ場も設けた。

これらのたゆまぬ地道な取り組みが評価され、公益社団法人日本生命財団より2021年4月「生き生きシニア活動顕彰」を受ける。



今回お話をいただいたのは…
いきいきクラブ
よしだ よういち
会長 吉田 陽一さん

『みんなて延ばそう 健康寿命』



「北村西老人憩の家」と「家庭」をオンラインで結び一緒に体操をおこなっている

新型コロナウイルスが猛威を振るい、すべての活動が自粛される中、参加者から身体の異変や機能の衰えの訴えを受け、いきいきクラブでは憩の家と家庭をオンラインで結ぶ先駆的な体操の方法を打ち出した。「コロナ禍でも皆さんと顔をあわせて話ができる」と大好評で、仲間とのつながりの大切さをより実感するようになった。

美化活動では、たくさんの方が自主的に参加。憩の家の掃除や座布団干しに精をだした。様々な交流を重ねた結果、お互いを気遣い合うことが自然に増えていったという。

参加者からも「庭でつまづくことが少なくなった」「憩の家でみんなに会えるのが楽しみになっている」などの嬉しい言葉が届いている。



体操が終わった後の話に花が咲く



みんなで楽しむ輪投げの時間



晴天に恵まれた座布団干し



いきいきクラブをサポートする3名
(左から) 祖地さん、吉田会長、小西さん

クラブの活動をサポートする吉田会長、祖地さん、小西さんの3人に、会員の多くの方が感謝の気持ちを抱いている。

吉田会長は「健康なからだづくりの大切さは解っていても一人では長続きしない。みんなで集まって体操をすると楽しいし、人とのつながりもできる。人生100年時代！『みんなて延ばそう健康寿命』を合言葉にこれからも一層がんばります」と力強い言葉で締めくくった。



体操はみんなで一緒にするから頑張れる。楽しさも倍増で一石二鳥！！

#7

南部第2老人クラブ くんだら会

毎月第4月曜日に開催している『くんだら会』と

毎月2回、土曜日に開催している『くんだらサロン』。

体操や歌、昔の遊びなどの季節行事を楽しんだ後にお茶菓子や軽食と一緒に囲むときもある。

今日のテーマは『昔の食べもの』。そら豆を炒って白米に混ぜ込んだ『ちやごめ』、芋茎の酢のもの『ずきがし』、人参や大根、干し椎茸などを和えたまろやかな酸味が特徴の『ならえ』をみんなで味わう。体操で身体を動かしたあと、懐かしい昔の光景を思い出しながら過ごす、仲間との和やかな時間。



「みんなと一緒に食を楽しむことは大切」だと話して下さったのは南部第2老人クラブ会長の田代八重美さん。平成十四年に前任の会長から引き継いで以来、全国老人クラブ連合会の勉強会に何度も足を運び、学び吸収した居場所づくりのノウハウを余すことなく会の運営に活かしてきた。

趣味も価値観も多様。得手不得手もあるから、いつも同じ行事を一齐にするだけでは参加してくれている方が退屈する。どんな催し物が喜ばれるのか、常に思いを巡らせているという。

そんな田代さんを慕い、長年、会の運営に寄り添ってきた新見睦美さんは「会のメンバーとの関わりが長くなると気心も知れ、馴染みがでてくる。ここに来る楽しみが増していくんです」と話す。



南部第2老人クラブ

たしろ やえみ
会長 田代 八重美さん

2021年4月（公財）日本生命財団より

【いきいきシニア活動顕彰】を授与



上手にできると満面の笑みがこぼれる



新しく習得したあやとりを見事に披露！！

楽しみにしている『居場所』がある



先月から始めた『あやとり』も大好評。みんな最初は忘れていて四苦八苦していたが、不思議なくらいに勝手に手が動くように思い出ししていく。

「楽しみにしている場所があると、数日前から風邪をひかんように意識して気持ちの前向きになる」。この心構えがとても重要であると考えた田代さん。

会の運営のお手伝いをするために早くから会場に足を運んでいる森利昭さんは「近所の大切な居場所をつくるために奉仕している田代さんを応援したいと思うし、僕も頑張らなければと感じて良いメリハリになっている」と語ってくれた。

とりとめのない、何でもないような事柄でも気軽に話しあえるような場所を願って『くんだら会』と名付けた。田代さんは、長い年月をかけて存続してきた老人会に思いを馳せ、継承していくことの大切さと同時に、これからも今のメンバーに寄り添った楽しみ方を探求し続けていきたいと心から願っている。

今、地域コミュニティの再生が強く求められている。先駆的なアイデアが注目されがちだが、ひとりの存在を大切に想い敬う『くんだら会』にこそ見習うべき本質があるように思う。



会員による紙芝居
迫力のある本格的な語りにみんなが聞き入る



参加者で記念撮影

8

東高房

わっしょい広場

『人とふれあうことが』

『こんなに楽しいと思わなかった』

わっしょい広場が設立されたのは、2020年7月。毎月1回、月の最終月曜日に開催されている。場所は、東高房老人憩の家。八坂神社の境内には季節の花が色とりどり植えられている。1才〜就学前の親子や祖父母を対象としており、3世代のふれあい憩いの場を提供している。活動内容は、季節や行事に合わせた簡単なおもちゃ作りや遊び、子育ての情報交換を行っている。

今回、お話しを伺ったのは、会長の多田美佐子さん、天羽修さん、久米利國さん。

久米さんの「みんなが気軽に集える100円カフェのような場所があったらええなあ」という声と、天羽さんの「世代を超えて集まれるような居場所を作らなアカンなあ」という思いが、今のわっしょい広場の形になった。その思いがリレーのバトンのように少しずつ友人から友人へと伝わっていき、現在ではスタッフが8名となっている。

老人憩の家を提供してくれている管理者の久米さん、わっしょい広場のスタッフや住民の方など…。たくさんの方との出会いによって支えられていると話してくれた。

また、大きな支えの一つとして、一般財団法人チャイルドライフサポートとくしまの「子どもの笑顔はぐくみプログラム」の助成制度について話してくださった。子どもの笑顔はぐくみプログラムで活動資金の補助を受けていることも大きな助けになっていると言っ。

こうした様々な出会いによって、わっしょい広場は誕生し、支えられ続けている。

東高房わっしょい広場

参加費
無料

[日 時] 毎月1回 最終月曜日
10:00~12:00

[場 所] 東高房老人憩の家

[問合せ] TEL 080-8634-2931

参加希望の方はご連絡ください！



紙飛行機大会の会場設営にもちょっとした工夫が



今回お話いただいたのは…

左から
くめ 久米さん、ただ ただ 多田さん、あもう 天羽さん



紙飛行機作りの様子



親子で楽しむ紙飛行機大会

会長の多田さんは、「最初は私に出来るかしら?」と不安な気持ちだったと話してくれた。町外から転居してきたばかりで、他の町民の方とのふれあいもなく、出掛ける所と言えば買い物くらいだった。当初は不安な気持ちからスタートした多田さんだったが、今では「わっしょい広場に思いのほかハマっている。人と繋がるのがこんなに楽しいと思わなかった!」と湧刺とした笑顔を見せてくれた。

主に写真を撮影したり、活動記録の作成等を担当している久米さんは「お母さんが集まり、子どもをの気にせず話しができたり、ゆったりと過ごせる場になればいいなと思っている。例えば、子育ての相談や子どもが着なくなった服の交換等、そういった情報交換が気軽にできる場にした。」「優しい表情で話す。」

「子どもの頃、地域で福引きがあり、母親から福引きの券をもらってクジを引きに行った。クジを引いたら、3等のビール瓶1本が当たった。とても嬉しかった。」と語る天羽さん。

なぜお菓子やジュース等ではなくビール瓶が嬉しかったのか?

コロナ禍で人間関係の希薄化が危惧されている中、わっしょい広場では人と人との繋がりを大切にし、それが力の源となっている。たくさんの人たちの想いで紡がれたバトンを大切にしていきたいと思う。



年齢は取材当時のものです
取材 子育て支援施設 Koti 海面



優勝者にはトロフィーの贈呈

「それは子どもは親の喜ぶ顔が見たいから。親の喜ぶ姿を見ることが、子どもにとって一番嬉しいことだ。」と天羽さんは話してくれた。

その想いをヒントに、わっしょい広場ではゲームの景品が、野菜や調味料、インスタントラーメン等、親子で楽しめるものに工夫されている。その景品をもらい、親子のニコニコとした表情を見ることに、さらにやりがいを感じていると言う。

多田さん、天羽さん、久米さんから教わったことは「人と人との繋がりの大切さ。」

ボランティアをしているというより、ボランティアを『させて』頂いているという気持ちで取り組んでいると天羽さん。一人の力では達成できないことも、数人が集まれば大きな力になる。そんな思いが世代を超えてリレーのように伝わってほしいと話す。

これからは「一歩を踏み出せずにいるお母さん達にもぜひ集まってきてもらいたい」と力強いメッセージを頂いた。



#9 ラジオ体操

北島中央公園スポーツ広場
(通称 中央公園グラウンド)

毎朝6時30分から「新しい朝が来た♪希望の朝だ♪」のラジオ体操の歌と共に、中村、鯛浜、江尻、北村など町内各地域から参加者が集まり、ラジオ体操がスタートする。友人と誘い合って会話を楽しみながら歩いて来る人や、車や自転車を使って来る人などがある。グラウンド北側フェンス、東側フェンスに沿って、西側の公園内では好きな場所で、それぞれにラジオを準備してラジオ体操を行っている。

中央公園周辺でラジオ体操が始まったのは30年以上前のこと。現在、参加されている方の中に当初からの参加者はおられず、どのように始まったのかは確認が出来なかったが、今回はグラウンド北側でラジオの準備をしている『宮川さん、土橋さん、祖地さん』の3名にお話を聞くことができた。

いつの間にかラジオを出したり片付けたりする役として、自然と手伝いをするようになった。3人の他にも手伝いをしていてくれる方はいる。グラウンド東側や公園はまた別の方がそれぞれラジオを持ってきている。

宮川さんは25年前に五十肩になり、友人に誘われて参加するようになった。ラジオ体操に参加してから、肩の痛みがなくなったため続けてみようと思ひ、今に至る。現在では「毎日のリズムが整う」「1日の良いスタートになっているから。」と続けている理由を語ってくれた。

土橋さんも友人に誘われて一緒に歩いて通うことになり、18年も続いている。現在は自転車であらわれて「歩くのは足が痛くてなかなかたけど、ラジオ体操は無理なく出来るから。」と健康のために続けていると話された。



ラジオ体操

(北島中央公園スポーツ広場)

[日 時] 毎日、6:30から (元日休み)

[場 所] 北島中央公園スポーツ広場
悪天候の場合は休み

いつでも自由に参加してください！



今回お話しいただいたのは…

そち 祖地さん、みやがわ 宮川さん、つちはし 土橋さん

「祖地さんは奥様や近所の方々に参加されていて自然と自分も参加するようになり10年以上となる。最近では長年使用しているラジオの修理も請け負った。宮川さんと土橋さんから「縁の下の力持ちよ。」「本当に助かっている。」と祖地さんへの感謝の言葉も聞かれた。

「皆がいるから続く。」

毎日続けるのは根性よ。」

参加年数は30年から数日と違いはあるが、「おはよう!!」と挨拶をして、ラジオ体操が始まるまでの時間は『公園、グラウンドの周囲をウォーキング』『友人とベンチでお話』とそれぞれに朝の時間を過ごす。毎日のスタートがこの場所にある。

「少しの雨だったら屋根のある所ですてるよ。」「来たらみんなに会える。」「体調不良でしばらく来てなかったけど、また4月から再開した。」「用事がある時は休むけど、自由に参加できるから良い。」

「顔馴染みの人ができて、色々な話をする事で新しい情報を知ることが出来る。意見交換の場にもなっている。」と皆さんそれぞれに元気な声を聞くことができた。

「コロナ禍で参加者は減少しているが、それでも毎朝、20名以上の方が参加している。コロナ禍前は40名位の参加者がいた。夏休みにはお孫さんを連れて参加される方や、帰省されている家族と一緒に参加される方もいた。子ども達にはラジオ体操のカードにかわいいシールを貼ってあげていた。子ども達が喜ぶ顔を見るのが楽しかった。」

「コロナが収まり、参加者ももっと増えて以前のようになり子ども達が参加するようになったら嬉しいな。」とこれからの希望を宮川さんは語る。

体操だけでなく、集まる人たちが互いに励まし合い、楽しい時間を共有していることが、長く続いている理由の一つなのだろう。

誰もが馴染みのある『ラジオ体操』。いつでもオープンな場所であり、自由に参加できる場所として、今までも、これからも、人と人が自然と繋がり続いていく場所であって欲しいと感じた。



年齢は取材当時のものです
取材 社会福祉協議会 佐藤





#10

北島子ども食堂 あすなる (北島町江尻 防災施設)

令和4年5月21日、北島町江尻の防災施設2階集会場で「北島子ども食堂あすなる」が開設された。

運営メンバーの永井英彰さんが「北島町に恩返しをしたい」という思いから地元の有志を集い、「北島子ども食堂あすなる」が誕生した。思いが人から人へと伝わり、ボランティアは今も増え続けている。

本日10月15日は、ハロウィンイベント、じゃんけん大会が行われた。また、はじめての試みで、徳島大学の学生ボランティアによる英会話教室も開催された。

『住民同士の繋がりと
拠点になってほしい』

「子ども食堂を核とした集まりを増やすことが目標。子どもだけではなく、お年寄りにも来てもらえるようになりたい」と永井さん。高齢者にも生きがい生まれ、寝たきりの予防にも繋がればいいと考えている。

子ども食堂といえば、貧困に苦しむ子どもを対象としたイメージがあるが、北島子ども食堂あすなるに足を踏み入れるとそのイメージを覆す。子どもから高齢者、地域で暮らしている外国人の方達等、年齢・性別・国籍等の垣根を越えた様々な人達があすなるに集まってくる。



地域の方や企業等からの寄付された食材を使って調理する。



レシピはボランティアさんのアイデア。その時にある食材で考えている。



白熱しているじゃんけん大会



子ども達のハロウィンイベントの仮装



来場者にはお土産も準備している



本日のメニュー



運営メンバーの長岡優子さんは「最初は食の貧困の差をなくしたいという気持ちから始まった」と話す。子ども食堂を運営していくうちに、学習機会の乏しさや世代間交流の希薄さに気付いた。おじいちゃんおばあちゃん世代と交流したり、英会話を勉強したりする機会を作ること、様々な方面から子ども達を豊かにしたいという。

北島子ども食堂あすなろの大きな特徴といえば、様々なイベントの企画だ。

『世代を超えた学びの体験』

参加しているボランティアの方達にも話しを伺った。「とにかく楽しい!」「この年齢になってボランティアができると思わなかった」「みんなで団結できて色んな話が出る」と口を揃えて話す。チームワークよく作業をこなす真剣な眼差しやほける笑顔が印象的だ。

運営メンバーの長岡優子さんは「最初は食の貧困の差をなくしたいという気持ちから始まった」と話す。子ども食堂を運営して

来た人を少しでも楽しませようと色々な工夫がなされている。

じゃんけん大会等の子ども遊びを企画した天羽修さんは「子どもにご飯を提供するだけではなく楽しんでほしいと思った。特にじゃんけん大会は全力投球で臨んでいる。大人が真剣になると子どもも真剣になる。勝ち負けだけにこだわるのではなく、負けたら悔しいという気持ちも学んでほしい」と話してくれた。

北島子ども食堂あすなろには、様々な地区の子ども食堂と連携するという展望がある。便利な世の中になっていく一方、忘れていた人と人との繋がりの大切さを改めて感じた。北島子ども食堂あすなろを通して、新たな繋がりが見えてくる。

年齢は取材当時のものです 取材 子育て支援施設 Koti 海面



アスワドさんの English School



#11

北島町女性防災の会 まもるんじよ

北島町女性防災の会『まもるんじよ』を設立して、2023年5月で7年を迎える。子育てサークルに参加していた時に北島町からの防災をテーマにした出前講座を聞いたことがきっかけだった。自分たちの家族をどうやって守っていったら良いのかという、同じ想いを抱いたママ友と一緒に防災リュックをつくるなど、身近な防災に関する活動からスタートさせた。

幼稚園や小学校、みどり子育てステーションやペアネットさくら等の北島町の子育て支援の場へ出前講座に出向いたり、夏休みには消防署見学、段ボールトイレの作成、防災散歩などを企画したりした。防災散歩では近所を歩きながら、強い

揺れで塀や自動販売機が倒れてくることを親子で一緒に想定してみたり、津波到達地点や緊急避難先などの看板を実際に目にしてみることで、防災への関心を持ってもらう機会をつくった。そして、参加した子どもたちが日常のなかで防災のことを自ら意識するようになる様子が垣間見えた時に、この活動のやりがいを感じるという。



北島町女性防災の会
ながおか ゆうこ
会長 長岡 優子さん

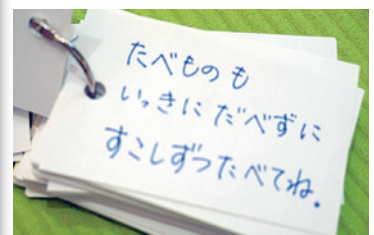
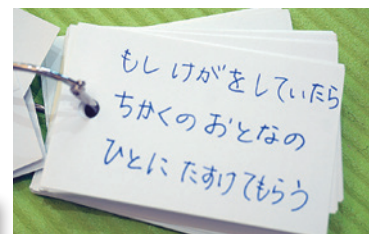
『ひとり一人に丁寧に向きあい 寄り添っていききたい』

設立からこれまで一緒に活動を共にしてきた副会長の大田真奈美さんが課題に掲げているのが、防災に関心がない方への啓発をどのようにするかということ。いつ起こるか分からない大震災を地域の方々にも少しでも『我がごと』として捉えてもらい、減災につなげること。そしてこの課題と併せて、災害時には地域力が要になってくることも強く訴えており、現代に添った新たなコミュニケーションのあり方にも関心を寄せている。

また活動を継続させていく過程で、メンバー全員の防災に対する意識も変化していった。最初は女性目線に重きを置き、女性が困ることや不安に思うことを解決できる仕組みにこだわっていたが、女性と男性で区別することを前提とせず、立場が弱い方や配慮が必要な方、助けを必要としている方に丁寧に向き合い、寄り添っていききたいと思うようにもなった。熱心に活動を続けていくことで認識も変化し、多様性に富んでいく。



いつも子どもにどのように興味を持ってもらうかという視点を大切にしている。



子どもへのメッセージカード。親と一緒に避難できなかった時のために避難リュックに入れている。

災害発生時に避難所が開設される時、その場を運営するのは住民となる。そして、そのなかでも町内の各自自主防災組織や防災士の会、女性防災の会など、日頃から防災に関する見識を深めているメンバーが中心となって運営していくことになる。

長岡さんはその時のためにも、団体同士の交流を通して、顔見知りの関係を構築しておくことが大切だと考える。

女性の思慮深さや温かい視点が活かされながら、たゆまない活動が継続されていくことで、地域の縦軸と横軸を紡ぐ架け橋のような存在になっていくのだと思う。

年齢は取材当時のものです

取材

NPO法人YOU&ゆう

岡田





#12

Manaka フードパントリー & 寺子屋

月1回、グリーンタウンの真ん中で、子どもも大人も笑顔になる場所がある。

朝は寺子屋として子どもの学習支援をしながら、ひとり親世帯等に配る物品の仕分けや昼ご飯づくり。皆で昼ご飯を食べた後は、プログラミング教室や芋掘り体験等の行事を行いつつフードパントリーを開き、準備した物品を配布。利用しているお母さん達にとっては相談、情報共有の場所にもなっている。

この活動をしているのは、一般社団法人Manakaという団体である。今回は、Manaka代表理事の門出賀寿誉さんにお話を伺った。

Manaka設立のきっかけは知的障害のある親戚の子が通っていた作業所の現状だった。作業をしてもしなくても賃金は小遣い程度。門出さんは、能力のある子が低賃金であることに疑問を感じたと言う。また、シングルマザー、特に発達障がいやグレーゾーンの子を持つ母親から、子どもの将来が心配で「死んでも死にきれない」との声を聞き、「この子達の能力が発揮できる居場所を作りたい」と考えた。

さらに、親戚の子の発達の遅れが早期発見できなかったことやシングルマザーが孤立し誰にも相談できない状況を見聞きし、子育てについての相談場所や居場所を作りたいと思った。

門出さんが子どもの時に、地域の人らに昼ご飯や勉強のお世話になった経験も、現在の子ども食堂や学習支援の活動に活かしている。

Manaka フードパントリー & 寺子屋

【場所】北島町グリーンタウン防災施設

【日時】月1回、第4日曜日(変更あり)

フードパントリー 10時～ 準備開始、
12時～ お昼ご飯、
13時～ 18時 配布(登録制)

寺子屋 10時～ 18時(利用時間予約制)
午後はプログラミング体験教室やボードゲーム大会などのイベント開催





寺子屋開校中！

一方で、フードパントリー以外の活動は誰でも来られる空間にしたいと思っている。居心地の良い開けた空間では、誰が支援を受ける人なのかボランティアなのかわからない。初めはフードパントリー登録者として夕方に物品を貰いに来た人も、「ご飯食べにおいで」と誘われ昼にも顔を出すようになり、いつの間にか自分がその場でできることを自発的にしている。子ども達も勉強を教えてもらうだけではない。配布する物品の仕分けのお手伝いをすると、お菓子をもらったり褒めてもらったり…。そうすることで次も自然とお手伝いしてくれる。上の子は下の子の面倒を見て、下の子は皆の癒やしになっている。誰もが役割を持ち、支えられている。

「皆が笑顔になれる活動を

広げていきたい」

現在、フードパントリーは登録制。これは、子育てに悩むお母さんたちがお互い名前がわかる信頼関係のある状態で、誰にも言えなかった悩み相談ができるようにするため。誰かもわからない相手に悩みを打ち明けることは難しい。この方法のおかげで「門出さんのことを信頼できるから来させて貰っている」と言ってくれるお母さんもいた。門出さんの口コミから始まった活動だが、今はSNSや県の子ども食堂一覧により登録者が増えた。



プログラミング教室



今回お話いただいたのは…
一般社団法人 Manaka
代表理事
もんでかずよ
門出賀寿誉さん



ホームページ



公式ライン

【問い合わせ】
代表理事 門出賀寿誉
080-6399-3578

年齢は取材当時のものです 取材 地域包括支援センター 長野

運用方法にも工夫がある。参加者らに資源リサイクル品の回収を呼びかけ、それを回収している別のボランティア団体に引き取ってもらう。代わりに、使えそうな物はリサイクルに回る前に Manaka に寄付され、ダンボールはフードパントリーの物品を入れる箱となり、自転車や算数セット等はそれらを買えない親子の元へ渡る。その団体も回収品の量が増え、実績となる。「よくウィンウィンな関係と言うけど、私は、皆がハッピーハッピーな関係だと思っている。」と門出さんは話す。助成金の他、個人や団体の寄付、情報交換等あり、色んな繋がりの中で人も物も循環させ、Manaka は成り立っている。

Manaka が大切にしていることは「人のために動いてみる」と、とにかくやってみることを、人を笑顔にすること。

また今は「スタートライン」だと言う。ゆくゆくは、フードパントリーで少しでも助かり就職ができた子がボランティアとして帰ってきたり、寺子屋で勉強している子が成長した時に寺子屋の先生になったりして、良い人の循環ができることも願っている。

そして出発点である「この子達の能力が発揮できる居場所を作りたい」という想いはふれず、将来は子ども食堂からカフェ事業、農福連携事業へと展開し、障がい者雇用につなげ、誰もが安心して暮らせる社会をつくるのが Manaka の目標である。



まかない～皆でご飯



#13

ノース愛ランズ 老人福祉センター花壇

1992年4月、地域のニーズに適應する地域福祉の向上を目的に、北島町ボランティア連絡協議会が社会福祉協議会を事務局として設立された。福祉施設の環境美化を目的として立ち上がったのが、前身のボランティアグループ「わかば会」。町内の福祉施設に菊の配布や老人福祉センターの植木剪定等の環境整備を行っていた。

現在は「わかば会」から「ノース愛ランズ」とグループ名を改名し、老人福祉センターを中心に環境美化活動を行っている。その中心として活動されている吉田千恵子さんに話を伺った。吉田さんは「わかば会」発足当初から活動を始め約30年、町内環境美化活動を行い、前身の「わかば会」代表者より「老人福祉センターをいつも花いっぱいにしていくれよ。」との意志を受け継ぎ、花壇の世話を現にも継続している。

春はチューリップ、フリージア。夏はユリ、アジサイ。秋・冬は菊と四季様々な花が老人福祉センターでは見られる。「珍しい花、可愛い花を見つけると植えたくなる。」と吉田さんは語る。

「子どもの頃から花が好きで、幼少期より図書館で花の本を借りていた。」「花を見ているだけで心が癒される。」とも話される。現在は「ノース愛ランズ」会員の植田ヨシミさんが「私に出来ることは手伝うよ。」と2人で、花植え、水やり、草抜き等、花壇の世話をを行う。

自転車で花や土を運ぶこと、暑い夏には早朝から水やりをしなければならぬこと等、大変なことはあるが「老人福祉センターに来た人が喜んでくれるのが嬉しい！」と笑顔で吉田さんは語り、自分たちの体調に合わせて無理のないように出来ることを続けていきたいと活動する。四季折々に見られる花が来所する方々の楽しみに、笑顔に繋がっている。



よしだちえこ
吉田千恵子さん

年齢は取材当時のものです

取材 社会福祉協議会 佐藤

北村西



「みんなで延ばそう 健康寿命」と掲げ開始した体操は生活の生きがいになっている。オンラインで会場と家庭を結んで体操ができるのは、現在のところ町内で唯一！

開催：毎週(火)と(土) 10:00～
場所：北村西老人憩の家（北村西蛭子90）



鯛浜西



体操のあとにお食事会や茶話会、催し物を行う日もあり希望者は自由に参加できる。楽しい企画がもりだくさんのグループに、遠くから参加している方々も多数いる。

開催：第4(月)10:00～/(土)9:30～ ※月2回不定期
場所：鯛浜西老人憩の家（鯛浜字西ノ須51-55）

北島南



会場が広く駐車場もたくさんあるので、他地区の方が参加しやすいのもメリット。体操のあとの踊りの時間にも笑いの花が咲いている。

開催：毎週(月)13:00～
場所：北島南老人憩の家（鯛浜川久保171）



鯛浜出口



和気あいあいとした
霏雨気のなかでの体操の時間。
体操終了後の楽しい茶話会も魅力のひとつ。
違う地区からの参加者も大歓迎！！

開催：毎週(金)13:30～
場所：鯛浜出口老人憩の家（鯛浜字かや133-9）

栄通り



体操に通い続けたことで、肩こりが解消されたり町の体力測定で去年より良い結果がでたなどの嬉しい声聞かれる。交流も兼ねた貴重な集まりになっている。

開催：毎週(水)13:00～

場所：栄通り老人憩の家（中村字明神下2）



光風台



参加希望者がたくさんいるため、2回にわけて開催。ご近所同士での交流の機会にもなっており、お互いの健康を気遣う温かい言葉がたくさん聞かれる。

開催：毎週(水)(木)10:00～

場所：光風台老人憩の家（中村字岸ノ上189）

今切団地



体操に通うことで生活にメリハリができ、近所の方と会って話をするすることで、心も身体も元気に！！新しい参加者も随時募集中！お気軽にご連絡ください。

開催：毎週(金)9:00～

場所：光風台老人憩の家（中村字岸ノ上189）



太郎八須団地



明るく楽しい自治会づくりをめざし憩の家を有効活用して親睦の輪を広げている。体操の日も会話が弾み和やかな雰囲気になっている。

開催：毎週(土)16:00～

場所：太郎八須東老人憩の家
（太郎八須字外開2番地158）

東高房



「『百歳体操』の幟に迎えられ、健康・交流の場として楽しく参加している」「楽に歩けるようになった」等の声が聞こえる。ペットボトルの手作り錘やスタンプカード、お楽しみイベント等続けやすい工夫も魅力。世代を問わず大歓迎!

開催：毎週(火)(金)10:00～

場所：東高房老人憩の家(高房字中道 10-1)



中村北



口コミで広がり多い日には20人以上集まる。体操とイベントを組み合わせ、楽しく続けられる方法を考えている。「人とのつながりができてよかった!」「足がつることがなくなった!!」等嬉しい声が聞こえる。

開催：毎週(木)13:30～

場所：中村北老人憩の家(中村字田処 6-1)

北島北



子どもから高齢者までどなたでも大歓迎! 普段運動していない人や遠くまで通えない人、人と話す機会が少ない人を歩いて出てこられる居場所に引っ張り出したい!という思いで開催している。

開催：毎週(土)10:00～

場所：北島北老人憩の家(北村字吉町四反地 35-163)



どんな体操?

1. グループで、映像(DVD)を見ながらゆっくりと行います。
2. 体操時間は約30～45分。週1～2回継続することで筋肉がついてきます。筋力がついてきたらおもりを使います。
3. 準備運動、筋力づくり運動、整理運動で構成されており、バランス運動や柔軟体操も含まれています。

☆インターネットで「徳島 いきいき百歳体操」と検索すると映像を見ることができます。

気になる方はチェックしてみてくださいね。

令和5年1月現在



自分達の地域でも始めたい!と思われる方は下記までお問い合わせください。立ち上げのお手伝いをします!他にもどんどん教室が増えていきます。お問い合わせください

地域包括支援センター
Tel 088-698-8951

認知症地域支援推進員って??

認知症の人やその家族等をサポートし、認知症の方にやさしい町づくりを目指す人です。

どんなことをしているの??

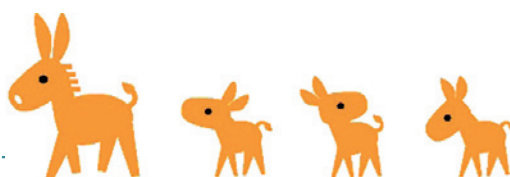
- ・ 認知症やその家族の相談支援
- ・ 認知症についての啓発活動
- ・ 医療、介護サービス、認知症カフェや家族会などの社会資源の整備や必要な方へ繋ぐための支援

どこにいるの??

- ・ グループホームえんじゅ (088-697-0757)
- ・ 特別養護老人ホームライデン (088-624-7701)
- ・ グループホーム癒音 (088-697-3788)
- ・ 特別養護老人ホーム吉野川荘 (088-698-3249)
- ・ 介護老人保健施設敬愛の家 (088-698-7778)



＼認知症支援のマスコットロバ隊長です♪／



認知症カフェって??

認知症の方やその家族、地域住民、介護や医療の専門職など誰でも、気軽集える場所です。交流を楽しんだり、心配ごとを相談したり、どの様に過ごすのも自由です。

認知症カフェ、オレンジカフェ等様々な名称で運営されています。

※県内認知症カフェ一覧は県のホームページで見ることが出来ます！



認知症カフェの二例を紹介します！

認知症の方やご家族、もの忘れが気になる方、活動に興味がある方、認知症地域支援推進員等が集まり「オレンジカフェ」を開催中。

少しずつ仲間が集まり、交流を深める中で「本人や家族が悩みを言える場にしたい」「本人が活躍できる場にしたいたい」「助けられるだけじゃなく地域で何かしたい」「地域での認知症の理解を深めたい」「もっと地域で交流を深めたい」などたくさんさんの声が上がリ、少しずつ新たな活動へとつながっています。

毎月第3火曜日10時～11時 北島町役場6階視聴覚室で開催しています。



徳島大学人と地域共創センターによる「認知症に関する絵本の読み聞かせイベント」に参加しました

＼次回の内容は皆で話し合って決めています♪／



きたじまるしえでみんな考えて作ったポスターを展示し、メッセージを添えたオレンジの風船を配りました！

オレンジカフェに関するお問い合わせ先

北島町地域包括支援センター Tel 088-698-8951

北島町有償ボランティア

『学ぶことが多くて勉強になるし
話をするのが本当に楽しい!』



活動者
井川 由佳さん



自分に何かできることはないかと
思っていた時にボランティア養成講座
の案内が目にとまり、受講すること
になったのが平成31年1月のこと。

受講後しばらくして依頼の連絡が入
り活動することになった。「初めての
訪問は緊張したけど、人と話すことや
接することが好きなので、利用者さん
とすぐに話ができるようになった。」
と井川さんは話す。

週に2回、2人のボランティアさん
が生活支援に入らせていただいている
利用者さんは、掃除をしてもらって助
かっているが、それ以上に年齢や考え
方の違う2人からいろいろな話を聞く
機会となり、新しい発見があると話し
て下さった。

これからもお互いが健康で変わりな
い生活が続くと良いと笑顔で話され
ていた井川さん、利用者さんが印象的で、
良い関係性が築かれていると感じた。

ライフスタイルに寄り添う活動

安岡由美子さんがちょうど仕事復帰を考えはじめていた頃、町内で開
催される生活支援の養成支援のチラシを目にした。講座修了後すぐ活動
をスタートさせてから今までの5年間で、町内のたくさんのご自宅を訪
問してきた。部屋の掃除全般を手伝ってもらいたい方、お風呂掃除、調理、
買物代行などの負担が大きい部分だけのサポートを望まれる方、通院支
援や外出介助などを必要とする方など、支え方も多種多様。

この活動を通して、人と誠実に関わりあうなかで大切にしていること
は、それぞれが望んでいる生活スタイルにできるかぎり寄り添うこと。
安岡さんご自身の価値観や生活の理想を無意識のうちに押し付けること
のないよう、いつも客観的な立ち位置を意識して活動しているという。
そして、体力が続く限りこの活動を続けていきたいと話して下さいました。



活動者 安岡由美子さん

生活様式などの変
化から家族以外の力
を必要としている方
が増えている北島町
でも、安心した地域で
の暮らしを守っていく
為には、このようなさ
さえあいの形が大き
な役割を果たすかも
しれない。

民生委員さん児童委員さんって??

厚生労働大臣から委嘱されたボランティアさんで、地域に住むすべての方の身近な相談役として、行政や専門機関と連携して活動しています。

それぞれの地域で担当が決まっています令和5年1月現在、38名の方が就任。

任期は3年ですが再任されている方もたくさんいます。

どんな活動しているの??

地域の見守りや相談・支援など様々な分野で活動しています。

また定期的に委員の方が集まり、地域の問題などの話し合いや勉強会を行っています。

- ・ 毎月の定例会議への参加
- ・ あいさつ運動／おはよう運動(毎月20日／5日)
- ・ サンセットパトロール・通学路の点検
- ・ 小中学校への訪問や懇談会
- ・ 子育て支援(じどうかんまつりへの参加など)
- ・ 一人暮らしの高齢者宅の訪問や見守り
- ・ 募金活動
- ・ 高齢者独居世帯への年末訪問
- ・ 福祉施設等を訪問して傾聴
- ・ 福祉に関する勉強会
- ・ 地域の方々の相談相手など



児童館で読み聞かせ活動



←募金活動(共同募金)
北島町婦人会と



民生委員・児童委員

主任児童委員さん ご紹介します!



うぐい なるみ しょうとうち えこ
鶯 直美さん、春藤知恵子さん

民生委員は児童福祉法による児童委員も兼ねており、北島町では児童福祉に関する事項を専門的に担当する主任児童委員に二名委嘱されている。3期目の春藤知恵子さんと2期目の鶯直美さんにお話を伺った。主任児童委員は、徳島県や東部地区主任児童委員連絡会、板野郡5町連絡会で研修や意見交換を行い、さまざまな福祉施設等を訪問。そこで児童虐待や少年非行、里親制度などについて学んでいる。毎月の定例会議への出席に加え、自治体などが主催する各種運営委員会の会議にも参加し、主任児童委員の立場から意見を述べている。町社協が行っている『ふれあい総合相談センター 児童教育相談』の相談員としても活躍している。「コロナ禍で活動が一部制限されているが、研修はとても勉強になっている。環境の変化に合わせて活動していきたい」と話して下さった。

活動エピソードを聞いてみました



民生委員さんの主な活動のひとつに『あいさつ運動』『おはよう運動』がある。民生委員・児童委員5期目となる、森利昭さんにお話を伺った。

登校時間に合わせ、決まった場所（見通しの悪い場所や交通量の多い交差点等）で民生委員の上着、腕章を身に付けて立哨し、「おはようございます」と声かけを行っている（活動予定日が土日祝の場合は前日等に変更）。

「大人の声かけがある、見守りがある、安心できると子どもたちが感じることが大切だと思っている」と森さん。活動を続けることで、登校時に挨拶を返してくれることや、下校時など道ですれ違った時にも子どもたちから挨拶をしてくれることに活動のよろこびを感じている。

いじめ、貧困など様々な問題がある現在、子ども側から相談や話をするのは難しい。大人の方から声をかけ、子どもたちの顔色、服装、声の様子などを見て、何かに気が付けたらと思いつながり日々活動を続けている。



民生委員・児童委員5期
もりとしあき
森利昭さん

あいさつ運動



『一人暮らしの高齢者宅訪問』も民生委員さんの主な活動のひとつ。必要に応じて定期的に訪問し、心配ごとや困りごとがないかなどを聞いてまわる。なかには思い出話や趣味にまつわる話をして下さる方もいる。

民生委員・児童委員5期目となる齋藤さんは、訪問を楽しみに待って下さっている方がいることを嬉しく感じている。留守で何度も尋ねる場合もあるが、顔見知りの関係や信頼関係を築いていくために大切な時間になっていると話して下さった。

年末には洗剤などの贈り物をご自宅にお届けする機会がある。齋藤さんはその贈り物に添える手紙をご自身で作成している。

一人暮らし高齢者宅訪問



民生委員・児童委員5期
さいとうまさる
齋藤勝さん

文字だけではなくイラストも載せることで手紙全体が明るくなるように配慮する。このやり取りがちよっとした『心のつながり』になっていると感じているという。地域での安心した暮らしを、そっと支えてくれる民生委員・児童委員さんの存在が温かい。



取材 NPO法人YOU&ゆう 岡田
社会福祉協議会 佐藤・石田

生活支援コーディネーターとは…

“地域の支え合い推進員”とも呼ばれ、ひとりひとりの元気な暮らしや支え合いの地域づくりを住民や関係機関と一緒に推進する「つなく専門職」です。

誰もが住み慣れた地域で生きがいをもって生活を継続していただくために住民同士の助け合い活動を通じて誰もが社会参加できるように支援します。

マッチング Matching

〈生活支援の仕組みづくり〉

- 有償ボランティア
- 地域支え合い活動…など

『生活支援サービスについて』

地域の皆様と一緒に考えて取り組みます。』

〈居場所づくり〉

- サロン・老人クラブ
- いきいき百歳体操
- 子ども食堂
- 育児サークル…など

『交流ができる場づくりのお手伝いをします。』

〈社会資源の把握〉

- 介護予防の取り組み
- 住民が活躍できる場
- 生活支援サービス
- 集いの場…など

『地域資源の把握や情報の収集をします。』

〈ネットワークづくり〉

- 住みたい町きたじまの会
- 地域の活動団体同士の交流会
- ボランティア交流会…など

『関係者間の情報共有・連携のためのネットワーク構築』



地域でささえあい活動をしている方、ぜひご連絡ください！

お問い合わせ先

NPO 法人 YOU & ゆう

TEL 088-678-5638

社会福祉法人 北島町社会福祉協議会

TEL 088-698-8910

おわりに

北島町に既にある、たくさんの優しい支え合いの活動。

一部の人だけが知っているのはもったいない。

「多くの人に知ってもらいたい」、「活動や参加の場を求めている人や何か支援を必要とする人と、今ある支え合いの活動とをつなぐ橋渡しができればいいな」という思いから、この冊子は生まれました。

また、今、支え合いの活動をしている人が、この冊子を見て、今行っている活動の素晴らしさを改めて感じたり、さらなる活動のヒントを他の支え合い活動団体から得たりしていただけたら幸いです。支え合いの活動がますます活発にいきいきとすることを願っています。

最後に、この冊子を作成するにあたりご協力いただいた皆様、また、この冊子を手にとって読んでいただいた皆様に、心より感謝申し上げます。

2023年3月発行

編集

NPO 法人 YOU&ゆう

〒771-0205 北島町江尻字柳池 12-1 TEL：088-678-5638

社会福祉法人北島町社会福祉協議会

〒771-0207 北島町新喜来字南古田 88-1 TEL：088-698-8910

発行

北島町地域包括支援センター

〒771-0203 北島町中村字上地 23-1 TEL：088-698-8951



てづくり
きたじま

—北島町 ささえあい活動事例集—