

3. やさしい心で支え合い、健やかに暮らせるまちに

笑顔で歩いてみんなで楽しもう！ ～ハツラツ！ウォーキング事業～
地域の健康づくりを応援します！～健康づくり応援団～
チーム地御前で、めざせ健康日本ー！ ～健診受診率向上キャンペーン事業～
知識より意識を高める ～生活・介護支援サポーター養成研修～
地域の医療・福祉・介護のネットワークづくりへ ～ちょっとひと息 医療と福祉の相談室～
杉之浦の中心から国際交流を叫ぶ！ ～宮島に住む人、みんな宮島人～

笑顔で歩いてみんなで楽しもう！ ～ ハツラツ！ウォーキング事業 ～



■事業概要

info

市民の健康づくりと互いの交流を図るため、市と「健康はつかいち 21 推進協議会」が連携して交流ウォーキングを推進しています。地域に合わせた方法やペースで進めていけるよう、各地区で主体的に活動するウォーキングリーダーを育成し、市民の皆さんと一緒に健康づくりを推進していけるような体制をつくりま



■事業の背景やきっかけ

introduction

この交流ウォーキングは、平成 19 年度「健康はつかいち 21 ハツラツ！はつかいち」策定時に提案され、重点プロジェクトとされました。当時ウォーキングが普及していなかった廿日市地域を中心に、ウォーキングリーダーが中心となって推進しています。平成 23 年度からは各市民センターを拠点として地区ごとに交流ウォーキングを企画していますが、独自で定期的を実施する地区もあるなど、広がりを見せています。



岡本 義文さん

ウォーキングリーダー

地域にある史跡や休憩スポットを取り入れてコースを決めています。歩きながら交流も生まれ、参加された方が「楽しかった」と言って、また次も参加してもらえると嬉しいです。現役時代は私たちも地域にお世話になっていました。今は退職して余力もあるので、その力を地域に還元できれば…と思っています。この事業がきっかけで保健センターに行くようになりましたが、市の職員さんはてきぱきと対応してくれ、いつも笑顔がよくて気持ちがよいです。



今村 達雄さん



今枝 真穂さん

福祉保健部 健康推進課

私たちは、企画段階での会議運営や、地域との調整役を担っています。ウォーキングリーダーさんたちはいつも主体的に動いてくださり、地域の皆さんのやる気を引き出してくださいます。これは私たち市の職員ではなかなかできないこと、本当にありがたいです。

ウォーキングは何も使わず、体だけで気軽にできる健康づくり。これを継続していくことが大切だと思います。ウォーキングリーダーさんたちが取り組みやすいよう支援していきたいです。

■インタビューを終えて・・・

review

まちづくりや地域づくりを進めていくためには、リーダー的な役割を担う人が欠かせません。この事業では、育ったリーダーさんたちが、地域で意欲的に活躍されており、それを市の職員が下支えをしています。

2012. 9. 10 取材

地域の健康づくりを応援します！

～ 健康づくり応援団 ～

■事業概要

info

健康でいきいきとした生活が送れるよう、将来的に介護が必要となる高齢者の減少を目指す目的で、介護予防の基本的な知識を持つ地域のリーダーを養成し、そのリーダーが地域に出向いて運動を指導する事業を行っています。リーダーは、「健康づくり応援団」として主に地域のサロン等に出向き、体操やボールを使った運動を指導することで、継続的に地域の健康づくりを応援しています。



■事業の背景やきっかけ

introduction

廿日市市の高齢化率は26.9%(平成27年4月1日現在)で、今後も高齢化が進行することが予測されています。そのため、高齢者がより健康的な生活を送るためには体を動かすことでけがをしにくくすることが大切です。そこで、地域の身近な人が指導者となり継続的に運動を教え、高齢者の人と一緒に気軽に健康づくりをしていこうということで、始めました。

健康づくり応援団

最初は習ったことをそのまま教えていましたが、自分でアレンジし、高齢者のための体操メニューを考えるようになりました。各地のサロンで活動していくうちに民生委員さんの口コミもあり、応援団が地域で知られるようになり、今では自主的にサロンを立ち上げて活動している人もいます。これは場所の提供や、回覧板での周知など、地域の協力があつたからできたことです。応援団になり、「けつまずかなくなった」など参加者からの声を聞いたり、知らなかった人とも親しくなれて嬉しいです。



筒井康之さん



樋川静彦さん



浦川久恵さん

福祉保健部 健康推進課

健康づくり応援団の皆さんは人生の先輩であり、仲間のような存在です。皆さんの活動が増えている状況から、市民や地域からの要望が高いことを実感しています。活動内容も高齢者が集うサロンだけでなく、老人クラブの集まりなどに出向くといった自主活動も増えています。市民のために積極的に活動していただき、本当に感謝しています。私にとって「協働」は、一つの目標に向かって応援団の皆さんと市が協力していくことだと思います。今後は、サロンに出向き、参加者の声を聞きながら、地域に合った健康づくりを進めていきたいです。



土崎奈緒さん

■インタビューを終えて・・・

review

高齢者はつまづくだけでもけがをする可能性があるため、けが予防になる体操はこれからの時代に必要です。高齢者が体操をする習慣が様々な地域へ広まってほしいと思いました。私の考える「協働」は、人と人とのつながりを大切にし、助け合っていくことです。助け合いつながりを持つことで豊かな日々が送れるということを今回のインタビューを通じて考えさせられました。

2015.9.10 インタビュースタッフ実習生取材

チーム地御前で、めざせ健康日本一！

～ 健診受診率向上キャンペーン事業 ～

■事業概要

info

市では、生活習慣病の予防をめざし、特定健康診査の受診を促進する取組を行っています。平成 25 年度は、平良地区、地御前地区、浅原地区で実施しており、その内、地御前地区では、町内会連絡協議会が核となってコミュニティ推進協議会や、長寿連合会など地区内の他団体と連携しながら、啓発活動に取り組んでいます。



■事業の背景やきっかけ

introduction

特定健康診査の受診が義務化された平成 20 年度、市の受診率は広島県下で最下位から 2 番目でした。受診率向上のため、平成 24 年度に啓発の取組を平良地区に委託し、モデル的にスタート。契約書には、事業の目的や双方の役割などが明記してあり、協働で取り組むことを可視化しています。地御前地区は、平成 25 年度に本事業を受託、健康日本一という大きな目標に向け、地域一体となって取り組んでいます。

地御前町内会連絡協議会

市民センターのパソコンクラブで培った技を生かして啓発ポスターやしおりを作成し、自分たちで町内や医療機関に配布しました。この取組を通じてみんなが自分なりに健康に関心を持つようになりました。

これがスタート。5 年、10 年と継続して取り組んでいきたいです。職員のみなさんはきめ細かく動いてくださり、その一生懸命な姿に応援したくなります。市民センターの協力も大きいです。私たちは一緒に取り組む「チーム」です。

福祉保健部 健康推進課 地御前市民センター

地区のつどいなどで、この取組を理解していただけるよう、話をしています。地域のみなさんと接することで、顔の見える関係ができ、発見できたものもあります。地域のパワーを肌で感じ、地御前が大好きになりました。心から健康になってもらいたいという気持ちがわき、保健師としてこのような気持ちを持って、仕事に臨むことが大切だと思いました。

市民センターもつなぎ役としてサポートしており、この取組をきっかけに団体間の連携が強くなったと感じています。

藤咲 俊昭さん

円山 英和さん

一色 義秀さん

門田 万紀恵さん

河村 祥江さん

谷口 聖人さん

■インタビューを終えて・・・

review

委託という形をとりながらも、発注者と受注者という関係を越えて、共に取り組む「仲間」という印象を受けました。このように、互いが寄り添い、お互いを理解、尊重し、対等な関係で取り組んでいくことで、信頼関係が生まれるのだと思いました。

2013. 10. 23 取材

知識より意識を高める ～ 生活・介護支援サポーター養成研修～

■事業概要

info

日常生活での「ちょっとした困りごと」の解決に向けて、少し意図的に地域の暮らしに目配り、気配りをして、お互いにお手伝いし合える人を少しずつ増やしていくことを目的とした「知識より意識を高める」研修です。市がNPO法人ふくし文化塾はつかいちに委託して実施していますが、市役所関係課も協力して企画しています。



■事業の背景やきっかけ

introduction

平成20年度に全国で行われたモデル事業の一つとして取り組み、平成21年度は廿日市地域、平成22年度は佐伯地域、平成23年度は大野地域で開催し、5年目となる平成24年度は宮島地域で開催します。これまでに養成されたサポーターは171人となりました。サポーターのみなさんの意欲が活動につながるよう、継続してフォローアップ研修の実施や、サポータークラブの立ち上げなど、その後の仕組みづくりにも取り組んでいます。



蛸江 紀雄さん

NPO法人ふくし文化塾はつかいち

この研修を通して、地域への関心が一層高まり、何らかの活動をしている人にとっては、普段の活動の意味と価値を再確認する機会となりました。

NPOが持つ柔軟性や事業の質を高めるノウハウと支所や社会福祉協議会が持つ地域情報や社会資源などを組み合わせることで地域に密着した研修となり、成果を上げることができたと思います。

今後も「ちょっとした困りごと」の解決を当たり前のこととしてできる地域力を高めていくお手伝いをしていきたいです。



山本 紀子さん

福祉保健部 地域包括支援センター

地域ごとに実施している事業で、さらにいくつかの関係部署が関わって進める事業なので、各課の強みが生かせるような企画会議のコーディネートを心がけています。こういう仕事のやり方があるということに気がつき、この経験も成果のひとつだと思っています。

NPOのやり方や言葉の一つ一つが刺激になり、いつもアイデアをもらい、リードしていただいています。この事業だけでなく、これからも機会を見つけて一緒に取り組んでいきたいです。

■インタビューを終えて・・・

review

「委託」という形をとりながらも、実施する地域にあわせて、それぞれの得意分野を持ち寄ることにより事業展開ができ、成果につながっています。この場合、かかわるメンバー全員の「気持ちぞろえ」にしっかり時間をかけることが大切だと思いました。

2012.9.14 取材

地域の医療・福祉・介護のネットワークづくりへ ～ ちょっとひと息 医療とふくしの相談室 ～

■事業概要

info

医療や介護が必要となった高齢者が、住み慣れた自宅や地域で暮らし続けることができるように、医師、歯科医師、薬剤師、看護師、社会福祉士、精神保健福祉士、理学療法士、介護支援専門員や民生委員など、専門職と市が連携しながら、地域に身近な市民センターなどで相談室を開設しています。



■事業の背景やきっかけ

introduction

平成 23 年度に広島県から委託を受けてモデル事業として実施し、以降取組みを継続しています。平成 17 年度に設立した廿日市市五師士会※では、高齢者の暮らしを地域で支える体制が必要だと以前から課題意識を持ち、その体制づくりに取り組んでいました。病院に行くほどではないと思うようなことや、自分のことではなく家族のことや隣の家の人の気になること…といった「ちょっとした相談」を気軽にできる場所を地域につくっていかようとしています。



森 マツエさん

廿日市市五師士会

この相談室に来られた市民の方が「話を聞いてもらえてよかった」とすっきりしたお顔で帰られる姿を見ると、とてもうれしいです。この取組がきっかけとなって、今まで交流のなかった職種の方とのつながりもでき、普段の仕事にも生きています。事務局は2人でやっています。本業との両立や事務的なこと、地域とのつながりなど大変ですが、市の職員さんがすぐに一緒に動いてくれ、担当以外の方でも話が通じて、安心です。



安田 美治さん



山岡 和美さん

福祉保健部 地域包括支援センター

専門職の方によるボランティアでの取り組み、本当に頭が下がる思いです。

私たち仕事で関わっている職員は、事務的な部分をスリム化させることや、地域との関係づくりなどしっかり役割を全うしたいです。この相談室がきっかけで、市役所にも相談に来てもらえるようになりました。

地域の暮らしのなかでの困りごとを解決するためのしくみなので、これからは地域の方と一緒に企画していきたいと思っています。

■インタビューを終えて・・・

review

進めながら、考えながらの取組…内容をメンテナンスしながら一歩ずつ前に進む間に、いろいろな立場の人たちが加わり、専門職と市職員、専門職相互、専門職と地域、地域と市職員というように、どんどん新しいつながりが生まれていきます。

2012. 9. 6 取材

※廿日市市五師士会：地域住民が安心して暮らせる地域づくりに貢献することを目的として、廿日市市の保健・医療・福祉に関わる専門職でつくられた組織（医師、歯科医師、薬剤師、看護師等（保健師、助産師、准看護師）、社会福祉士、精神保健福祉士、理学療法士、介護支援専門員）

杉之浦の中心から国際交流を叫ぶ！

～宮島に住む人、みんな宮島人～

■事業概要

info

住民の約 20%がフィリピン人という宮島杉之浦。
“個人でできることは限られているけど、それぞれができることを持ち寄ろう”と廿日市市国際交流協会、地元住民、宮島地域コミュニティ推進協議会、フィリピン人、そして宮島杉之浦市民センターが一緒になって、地元住民とフィリピン人との交流会を開きました。



■事業の背景やきっかけ

introduction

宮島杉之浦で暮らす住民約300人に対して、フィリピン人は約70人ほど。その多くが家族全員で宮島へ移り住み、子ども達を宮島学園に通わせながら、親はカキ打ちで生計を立てる暮らしです。職場と住居を往復するだけで、仕事に明け暮れる日々。地域の人と出会っても挨拶の言葉も分かりません。

一方で、杉之浦住民たちは、こうしたフィリピン人の存在を知りながらもどのように接したらいいのか、ずっと悩んでいました。この現状を気にかけていた市民センター職員と国際交流協会がフィリピン料理交流会の話を、地元住民に持ちかけたことが、この会の発端となりました。

宮島地域コミュニティ推進協議会

協議会のメンバーにも参加を呼びかけました。宮島にとって外国人との交流は、大変重要な問題です。地域住民にも積極的に交流会に参加してもらうことでコミュニティを活性化させ、フィリピンの人たちとの交流継続につなげていきたいです。



地元の人たち

地元の人たちに参加を呼びかけました。フィリピンのみんなが地元慣れ、一緒に幸せに豊かに暮らして欲しいと願っています。私たちも彼らと関わりながら、国際感覚を身につけ、隔たりのない生き方につなげたいと考えます。

(大越 知世さん談)

フィリピン出身者

みんなで料理を担当しました。宮島は自然があつていいところ。いろんな人と会うのが楽しかった。(シンさん談)



宮島杉之浦市民センター

市民センターは広報や、機会と場の提供を担当しました。同じ地区に暮らす住民同士、国籍や言葉の壁を乗り越えて、日々の生活、楽しく過ごしてほしいです。

廿日市市国際交流協会

交流会の企画、進行と通訳を担当しました。

フィリピンの人たちは陽気で家族を大切にする気質。得意な料理で地元の人たちと交流を深めることができ喜んでいる。これからも支援していきたいと思っています。

■インタビューを終えて・・・

review

この交流会のコンセプト「それぞれのできることを持ち寄ろう！」がまさに協働を具現化した言葉。地域の住民が何を求めているかに気づいた市民センター職員の視点に、国際交流協会のアイデアと地元のみなさんの行動力が加わり、みなさんの気持ちが一つになった事業だと感じました。互いに理解し、尊重しあうことは協働の第一歩。今回の交流がもっと発展して、強い絆が生まれることを願っています。

2017. 3. 18 取材