

取組の概要

「跡市に住んでいてよかった」と思えるまちづくりを目指し、教室やイベントなど7つの事業を展開。地域の様々な団体が役員として構成されており地域全体の活動になっている。地域のなじみの関係の中での健康づくりを大切に声掛けや交流の場など、人と人とが交流できる場を提供。

グループについて
 人数：510名
 (概ね参加割合5割)
 年齢層：保育園児～80代
 活動年数：22年4か月
 週2回以上

取組の詳細

- 「健康教室」：地域包括ケアシステムも意識し在宅での看取りやフレイル予防、災害と健康等住民の関心が高く時代に即した内容で実施
- 「100歳体操」：週2回開催。新型コロナ対応のため会場を変更するなど工夫されている。週1回は地域のボランティアによるミニ講座を実施。終了時間にあわせて移動販売車が来るよう調整し参加者が買い物を楽しめるよう工夫されている。
- 「ほんわかカフェ（オレンジカフェ）」：介護者同士の交流の場が欲しいという住民の声を受け、運営スタッフが認知症サポーター養成講座を受講し地元の有資格者とともに開設。
- 「男性料理教室」：参加者を増やすためプロの料理人や外国の料理等を取り入れている。
- 「健康ウォーキング」：参加者の年齢も配慮しながらコースなどを選定している。
- 「自然に親しむ会」：従来小学校行事で会ったが、小学校の統合に伴い推進会の事業として継続
- 「花づくり教室」：世代間交流や生きがいづくりの場としても位置づけられている。



<主体性>

地域の各団体から役員として参加しており地域が主導で事業決定・実施が行われている。教室の内容の見直しや小学校の統廃合による実施方法の変更など長年実施している取組も時代に合わせて柔軟に工夫している。

<独自性>

「自然に親しむ会」を原点とした活動で、地域住民の交流を軸に健康づくりを発展させてきた。講師やスタッフも地元ゆかりのある方々が積極的に参加されている。

<地域貢献度>

地域が広く、高齢化・過疎化が進む中で地域住民が必要とする活動ができるよう住民の声に耳を傾け、地域課題を見極めて、時代に即した内容をタイムリーに活動に取り入れている。

<将来性>

前回の会長賞受賞後は、100歳体操やほんわかカフェの新しい取組が広がっている。跡市地区まちづくり協議会の構成団体として位置づけられ、体制的にも整っている。

PR ポイント

健康長寿しまね推進会議会長賞受賞後も、地域の高齢化・過疎化が進む中、「地域のなじみの関係の中で自分らしい暮らしをどう続けていくか」について、アイデアを持ち寄って活動を盛り上げている。地域の人材、人脈を発掘しながら活動の活性化、継続に取り組んでいる。

長年にわたり複数の事業を実施する中で保育園児から高齢者まで地域の半数程度が関わる地域に根付いた活動である。