

第83回市民ふれあいトーク 【生きがいをもてるまちづくり】

日時 令和2年11月19日 18:30~19:55

場所 倉敷市芸文館202会議室

要約版

《市長》

皆さんこんばんは。今日は夕方のそれぞれお忙しいお時間に市民ふれあいトークにご参加いただきまして、ありがとうございます。今日大変久しぶりにこの市民ふれあいトークをさせていただくことになりました。ご存知のように、新型コロナウイルスが今年の年初から非常に猛威を振るっているということもありまして、皆さんが集まられての熱いトークをするのがなかなか難しいのではないかと感じておりました。これをしてなかったわけですが、夏以降徐々に落ち着きを見せてきたことでもありますし、何より市民の皆さんが、本当にこのコロナ禍の中でどういうふうに活動してくださっているのかということ、私も非常に心配いたしておりました。それに当たってはやはり地域でふれあいサロンをしていただいている皆さん方に、通いの場、地域の中での活動をどういうふうにしていただいているのかということ、ぜひ伺いたいと思っております。そしていつもは人数が結構多いのですが、今日は20人くらいまでという形で参加していただいて、お話をお伺いしながら私が思っていることもお話できればと思っております。

本当に今日ご参加いただきましたサロン・通いの場を運営していただいている皆さんには、地域のために活動していただいておりますことに、心から感謝を申し上げます。今健康長寿社会になっている中で、やはり地域の中でいろんな活動をしていただけて、また、ふれあいをつなげていくということがとても大事なことで思っています。それでこのコロナ禍になりまして、サロンのほうも当然のことながら危ないので、皆さん開催を一旦中止されているということをお伺いしまして、夏以降、6月・7月くらいからぜひ再開してもらいたいなと思っておりました。その時点で人と会うこと自体が非常に危ないんじゃないかと思われるところも伺っていましたので、使っていただいているところもあると思うんですけど、コロナ対策をばっちりしていただけて、しても大丈夫ですよというメッセージを込めまして、新型コロナ対策の日用品を購入していただけてというものをつくりまして、ご活用もいただいて再開していただいたことに本当にありがたく思っております。

あと5分くらいお話をさせていただければと思うんですけど、今の倉敷市の全般的な状況についてでございます。

まず一つには、皆さんに大変お世話になって、今復興が一步一步進んでおります真備の災害のことです。平成30年7月豪雨災害、本当に大きな災害でございまして、多くの方が被災をされたわけですが、そこから復活をするのに、本当に市内の各地区の皆さま方、また全国各地からいろいろな支援もいただきまして、もちろん避難所も市内のいろんな地域に分散しましたし、一時期学校や避難所、仮設住宅に9,000人くらいおられた避難者の方が、今大体1,500人くらいまでになられております。そして、その仮設住宅から出られた方の約9割以上は、真備に戻って皆さんの応援のおかげでお家を再興されたり、災害公営住宅を待たれたりということで、今一步一步進んでいるところだと思っております。

子どもたちも、転校した子はほとんどおりません。最初学校が被災した時には、玉島や

連島の学校を借りまして1か月くらい過ごしたんですが、97%の子どもが転校せずにまた真備に戻ってまして、先日文科省に報告しましたら、これまでの災害でそんなことは一度もないと。地域のつながりが強くて、支援のお陰で皆で戻ろうと頑張ってくれているということで、大変文科省も感激されてということで、復興のほうは一步一步戻っているというところでございます。

また、一方で去年の長野の水害とか宮城県の大きな水害、今年も熊本の水害をはじめとして大きな災害がございました。それから我々のところも南海トラフの地震が近くなっているとされていて、いつ何時災害対策ということが必要になるか分かりませんが、その面にも力を入れていかなくてはいけないということを、非常に強く思っているところでございます。

もう一つ、一番直近のことは、コロナ対策のことでございます。倉敷市が発表している保健所の分でも、一人の方が例えば事業所でかかられたという人がいたら当然調べるんですけど、そのときに同じ事業所の隣の席とか、同じフロアの人もマスクをしている人は大概の方はかかっておりません。でも一方で、例えば旦那さんが仕事のところでかかれて、家に帰って当然ご飯を食べるわけですけど、やはり調べると奥さんはかかれてるというようなこともございまして、今国のほうから、家でも今後はマスクをするようにとだんだん言い出していますし、菅総理も「静かなマスク会食」という単語を今日発表されましたので、だんだんそういうことも必要になるかと思いますが、一方で我々は社会や経済のほうも、しっかり仕事を、例えば観光地、それから会食をできる食事処の産業なども、何とか頑張ってもらわないといけないので、そういうところをきちんとしながら続けていくことが、とても大事だというふうに思っております。そういうところを最近大きく取り組みをしておりますが、中でも私が今日皆さんにお伺いしたいのが、各地区で市民の皆さんがどういうふうにお元気に過ごされているか、その様子をぜひお伺いしたいと思っておりますので、よろしくお伺いしたいと思います。

それでは先ほど司会のほうが言いましたけれども、今日各地区のほうから来てくださっておりますので、12の団体の皆さんに来ていただいているということなので、まず地区ごとに1グループずつお話しいただいて、そしてコーディネーターさんから少し補足していただいて、ぜひもう一巡していただいて、皆さんに活動の状況を教えていただければと思いますので、よろしくお伺いしたいと思います。それでは、倉敷地区のほうからよろしいでしょうか。よろしくお伺いいたします。

《参加者Aさん》

こんばんは。酒津から来ました西酒津のAです。よろしくお伺いします。西酒津では市民活動推進課主催のまちづくり人材養成講座に、私参加しました。そこで習得しましたノウハウをベースに、6年前に月1回、最終土曜日におしゃべり、脳トレ等を行うサロンサカズを立ち上げました。それから4年前に、体を動かしたいということから、週1回百歳体操等を行う酒津ゲンキサロンを立ち上げ現在に至っております。参加者はおしゃべりのほうが20名前後、体操は週1回ですけど、大体25名前後が参加しております。

コロナ予防のため、休むか続けるか主催者の私として対応に非常に苦慮しました。週1回の体操は、4月17日以降フレイル防止のためのテレビ体操を行うよう参加者にお伺いしました。それで、休止することにしました。月1回のおしゃべりは4、5月は休もうと

いうことで決定しました。4月下旬に百歳体操のDVDが欲しいという声がありました。ずっと継続して体操していたので、テレビ体操はなじめないということで、2、3そういう声がありまして、35名会員がいるんですが、各会員のお宅を訪問しまして「DVDいるかなあ。」ということで声を掛けました。25枚コピーしてあげました。良かったなと思います。その中でテレビを買い替えた人、DVDの再生機を購入した人もいました。各家庭の訪問時に「〇〇さんは、△△さんはどうしとるんかなあ。」という問い掛けが2、3ありました。

さあてどうしようかなあと、皆さんの暮らしぶりを知らせる手法を模索しておりました。どうやったらいいのだろうなど。たまたま「つながる回覧」について社協のGさんが紹介してくれました。「あ、これだ。」と思い飛び付きまして、5月20日から実施させていただきました。それでお休みの中、皆さんの暮らしや困りごとに気付けないという心配をしておりましたが、回覧のお陰でサロン会員の皆さんそれぞれの暮らしぶりが共有できました。絆の強さを実感することができました。非常に良かったと思います。本当に回覧することによって、皆さんの暮らしぶりがはっきり分かりました。実は、ほんと社協の冬号にその記事が全部載ってございます。現物も持ってこられているようでございますので、後でご覧いただきたいと思います。

サロンの再開は、厚労省の指針に基づきまして6月12日から始めました。市長さん、ありがとうございます。電子体温計2台、扇風機を2台購入させていただきまして使っております。必ず体温を測って、大事にといいですか、皆さん楽しみながら、女性の方が「あんだどうしたん。今日低いよ、なんぼだったん。34.5度、うそ言いねえ。」などとやっています。それもまた楽しくて、楽しく使いながら交流を深めています。以上です。

《参加者Bさん》

水島で栄にここサロンをやってますBと言います。毎週木曜日に百歳体操、今百歳体操が流行ってますが、第三木曜日がサロン。コロナが始まって市などの公共の催しがほとんどが延期か中止という格好で最初のニュースが流れました。3月13日からサロンも体操も両方とも中止と、最初そういう動きがあったので、社協の人に聞いても、やってもよろしいですと絶対言いません。三密を避け注意してアルコール消毒を置いといてするよという格好で、それと市のウイルス感染対策の費用をもらえるということですので申請しまして、9月15日付けでおります。買った物が、扇風機、体温計、泡のハンドソープ、消毒液、マスク、キッチンペーパー等をフルに使ってます。済んだ後、椅子は背もたれとお尻のところは逐一拭いてしまう。サロンは平成29年4月から、百歳体操は平成30年6月から、サロンは今までで44回、体操のほうは毎週しようりますので93回、今日もサロンの日で午前中サロンで過ごして。そういうところです。

《参加者Cさん》

こんばんは。児島のCと申します。サロン名はガーデンタウン児島スマイルです。このサロンは、一昨年の3月に地域のつながりを持ちたいと思って、社協の〇〇さんと相談して隣の〇〇さんとか他の会員さん3人を基に集めて、なかなか人数は増えないんですけど、今ちょうど10名はずっと参加してくれています。今後はもっともっと増やして、町内を歩くとある程度の年齢の方がたくさん見えるんですけども、なぜか入れないのか入りた

くないのか、そんなところでまだまだ人数は、候補者はいっぱいいるようなんですけども、そういう方たちも含めてガーデンタウンの中240世帯あるんですけども、もっともっと増やして、地域のつながりを作っていきたいというのが私の願いごとなんです。

私この3月で自治会長を終わりますので、その後もそういうことを同じ思いをしてくれる会長さんを選びたいというようなことも考えているんですけども、サロンはまだやらせていただくとは思っています。町内をひっくるめて、皆が町内の行事にも出てくれるし、サロンにも関心を持ってくれるしというような、とっても温かいガーデンタウン児島を作りたいと思ってやっています。コロナ対策の市長さんからいただくお金、いただいてちゃんと私たちも3密避けて手洗いちゃんとして、テーブルもちゃんと拭いてやっています。以上です。

《参加者Dさん》

玉島のDです。よろしくお願ひします。名前は寺小屋サロンと名付けました。老いても学ぼうという私の考えを皆さんに押し付けておまして、とりあえず寺小屋サロンということになっております。サロンサロンと言われてはいますが、何にも考えていなかったんですが、ご近所の方で、老人会に入っていたのに、山を越えていかなければ公会堂に行かれない方がいらっしやいまして、足が悪いからということでもいつも道路に椅子を持ってきて、そこへ座っていて道路を通る方がいればそこで話をするという方を見掛けたものですから、これは絶対にサロンをしないといけないなと感じたわけなんです。サロンをするにしても会場、公会堂が遠いですから困ったな、お家でするにしてもうちはきれいじゃないしと思って悩んでいましたら、富田デイサービスを立ち上げた方が、うちに部屋が有るからうちでしようと言ってくださいます、そこで始めております。コロナ対策で今では境をちゃんと作ってくれまして、もちろんマスクをして消毒液もコロナ対策用品で買わせていただきました。3万円までだったんですが、今ここでお尋ねするんですが2万円ほどしか使っていないとあと残りの1万円は使えるんでしょうか？

皆さんにいろいろ聞くと割と、倉敷の方なんかも高尚なことをやられているんですが、うちは女性ばかりで13人ほどなんですけれども、昔は井戸端会議なんか結構あって話していたんですが、今ご近所の方と話す機会が無いけど1か月に1回だけ、ここはいいところだなということで皆さん喜んで来てくださっています。

もっぱら手芸が主なんですけれど、上手な方がいらしてその方が教えてくださったり、よそからお願いして来ていただいて教えていただいたり、社協の方にも来ていただいているようなゲームなんかをしていただきました。デイサービスが近くにありますので、「しゃんこら体操」というテープもいただきました。座ったままでできるものですからそのテープを回しながらしゃんこら体操をすることもあります。ピアノが置いてありまして、大声で歌って、家の中ですから気兼ねなく田舎ですから家も密接していませんので大声で歌って、とても皆さんに喜んでいただいております。

ここでまたコロナが第三波で多くなりましたので、その部屋が使えなくなったんです。デイサービスともくっ付いていますので困るということで、今会場探しをしているんですけど、これをしなかったらお金を返さないといけない。お金の事ばかり言うんですけど、今度する材料も買っておまして、厳しい状態で。公会堂は遠いんですけど話をしてみようかなという現状で、今苦慮しているところなんです。いい方法を見つけて1か月に1回

でも皆さんと顔を合わせて、皆さん喜んで来てくださいますので、手芸をしたりお話をしたり、時には外から来ていただいたりとか、楽しくやっています。以上です。

《参加者 E さん》

船穂の E と申します。よろしくお願ひします。私たちは柳井原・堅盤谷サロンをやっていますが、これは合併の前から平成 13 年頃からもう 20 年になります。私は途中からなんですけど最初の立ち上げは今ここにいらっしゃる〇〇さんたちがやってくださったそうです。私がやってるところは登録者は 20 数名いるんですが、実際の参加者は多い時で 15 ～ 6 名、少ない時は 10 名ぐらいしか参加していただけないです。

今回コロナ対策で 4 月と 5 月は休んだんですが、そのたびに電話で連絡しましたら「え、また休むの。いつになったらするの。」と言われまして、6 月からは頑張って再開しております。市のほうからのコロナ対策の物品も買わせていただきまして、扇風機や消毒液を買って、机を消毒しながらやっています。

普段は食事を作ったりとか、おやつを作ったりとか、部屋の中で簡単な運動会をしたりとか、もちろん高齢者ばかりなんで無理のない程度でやっております。でも今年は運動会もできないかな、食事作りもちょっと無理かな、おやつ作りも無理かなということで簡単に簡単にということで静かに活動しております。おやつも私たちがいつも買って用意しているんですが、今回はみんなで食べることはできないので、袋詰めにして持ち帰ってもらってお茶もペットボトルで対応しております。来月は初めて私たちが使っているコミュニティーハウスにいすが入ったので、百歳体操を初めてする予定にしております。少しでもたくさんの方に来ていただけたらなあと思っているんですが、今、市長さんもご存じのように柳井原は新しいお家がどんどん建ってきているんです。もちろん若い人が多いんですけど、中にはちょっと高齢の方もいらっしゃるって、そういった方にも参加してほしいなあと思っているんですが、やはり昔からいらっしゃる方が固まっているせいか、新しい方がちょっと躊躇するようになっていて、その方たちをどのように引っ張り出して、来ていただけるのが今私が悩んでいるところです。それから高齢者の皆でマスク作りをしましたので、写真にもあったんですが、皆さんに喜んでいただいております。以上です。

《参加者 F さん》

真備の F と申します。私の住んでいるところは真備町服部、真備町内でも一番こじんまりした小さな地区なんです。そこで服部にここサロンをやっております。いきさつというのが西日本豪雨の被災を受けて、皆集まるということが無いので、とっかかりが被災地の倉庫を借りて、そこの人が倉庫を提供してくださって、そこで集まりだしたのがきっかけで、その時は、絆サロンでやっていたのですが、そうしているうちに真備町公民館の服部分館が修理が終わり使えるようになりましたので、それを機にそちらのほうに会場を移して服部にここサロンとして再スタートしました。会員は 25 名、そのうち男性は私を入れて 5 名、もうこれ以上なかなか増えません。毎回参加されるのが 20 から 22 ～ 3 名、月に 2 回、第 2 ・ 第 4 の月曜日、10 時から食事をして 2 時まで、皆さんのところはどうかかわからないですが、うちのサロンは食事を作るんです。10 時に来てもらって食事の準備をして、午後は女性陣が多いんで手芸、今までしたのはヘアキャップ、におい袋、買い物袋、そういったものをこしらえて楽しくやっておりますが、男性はなかなかその中

に入りにくいんですけど、下手間みたいなことをして頑張っております。

3万円の補助はうちは目いっぱい使っています。これからも使えるような、マスク・消毒・手洗いができるようにしっかり買って確保しております。今、一番問題なのはコロナが流行ってくると、するほうの側からすると、してもええんかな、中止にしたほうがええんかな、毎回それで頭を痛めています。止めてしまったら、今まで集まっていた人も寂しくなっていて行き場が無くなって話が無くなって、認知症のほうへ走ってしまう。今回もコロナで5・6・7月、休んだんです。そうすると「いつするんでえ。」「早よしてもらわんと話す相手がおらん。」という声がたくさん聞こえたので、再開してそれから月2回どうにかやっております。以上です。

《市長》

皆さん発表ありがとうございました。まず一巡目でございます。今日コーディネーターさんがそれぞれ来られておりますので、今のそれぞれのご担当地区のこととか、補足とか、またこれからお話しいただくところのことも含めて、ちょっとずつお話しいただければありがたいのですが、コーディネーターさんの順番はコーディネーターさんで。ではお願いします。

《参加者Gさん》

失礼いたします。倉敷市の社会福祉協議会で生活支援コーディネーターを担当しております、Gと申します。どうぞよろしく申し上げます。コーディネーターそれぞれ担当地区を持ってありますが、今、市全体の取りまとめをさせてもらっております。

今一巡目発表してもらったそれぞれの皆さんも、まさに生きがいをもって日々地域の中で活躍をされていらっしゃると思います。今日のテーマの生きがいがあるまちの中には、住み慣れた地域がキーワードだと思っております、自分の家があって、自分の居場所があって、なじみの関係性がある、それを自然体に体現されているのが通いの場かなと思っております。住民の方々が自然体で、地域の中でこれが必要なというのを、ワイワイガヤガヤ、チャーチャーしゃべりながら、しっかりそれを形にされているのがすごい地域の宝物かなと思っております。ですので先ほどAさんが話をされた、「地域の中でのコロナで集まらない」でも、昔ながらの回覧板を使って暮らしぶりを書いて、それを皆で回していこうという新しい発想が生まれますし、栄にここサロンさんは百歳体操をするだけではなくて、三世代交流につながっていらっしゃいますし、他にもガーデンタウン児島マイルさんは地域のつながりもすごい大事だよねということで、場を作ることで地域のつながりを紡いでいらっしゃいます。また寺小屋サロンさんも、指先を動かすなど、地域の拠点で皆と一緒に学びの活動をされていらっしゃるというのが、そこから会話も生まれてきますのですばらしいかなと思っております。またもう20年の歴史があります柳井原・堅盤谷サロンさんも、僕が大学を卒業して社協に入ったころからずっと活躍されていらっしゃいます。いつまでも元気な役割を持つというのもすごい大事かなと思っておりますし、またお住いの地域が災害で一変した真備地区でも既存のつながりや関係性が必ず地域に残っていらっしゃいますので、その場を継ぐことによってまた新しい生きがいとか地域を取り戻す活動も生まれますので、そういったことを住民の方が自然体でつくっていらっしゃるんです。僕たち生活支援コーディネーターでそういったすばらしい宝物を発信することも

そうですし、住民の方と一緒にしながら枝葉をどんどん広げていけたらと考えております。ここからはコーディネーターから軽く今の地域の活動などを紹介させていただければと思います。

《参加者 H さん》

失礼いたします。倉敷地区担当のHと申します。この7月からコーディネーター1名増員ということで異動してまいりました。7月からコーディネーターにならせていただいたのですが、そのタイミングでコロナでお休みされてるサロンさんが多くて、本来コーディネーターが外に出てサロンにお邪魔させていただくのが仕事なんですが、なった早々何していいのかなという形で悩ましかったのですが、今こうして地域のほうに出させていただけで大変幸せに思っております。またこれからもいろいろ回らせていただきたいと思っております。よろしく申し上げます。

《参加者 I さん》

水島地区の担当をしておりますIと申します。榮にここサロンのBさんに今活動の様子をお話ししていただいたんですが、僕は水島のコーディネーターとして日ごろ榮さんのほうに行かせていただいているんですが、週1回の百歳体操の中で体力づくりだとか、介護予防に向けた取り組みをされてるだけじゃなくて、月1回のサロンの中では市の出前講座を活用しながら勉強会をされたりだとか、園児と一緒に世代間交流したりだとか、手芸をされたり、趣味活動なんかも積極的にされてるという、本当に幅広くいろんな活動をされてるなあと日ごろ感じております。あとBさんは民生委員をされてるということもあって、地域の中で気になる方をこのサロン活動のほうに声掛けをされるとか、場を通じて自然な見守り活動なんかもされてるなあと感じております。次のサロンはれのちはれさんも、こちらのほうも皆さんすごいいい雰囲気です。週1回集まられてますので、その活動については代表のNさんがお話しされるんじゃないかと思うんですが、雰囲気がいいなということで僕もよくお邪魔させていただいております。その中でコロナ禍でどういうふうに取り組んだらいいかというご相談なんかもあったりしたので、そういったときにすぐに一緒に相談して考えられるコーディネーターではこれからもありたいなと思っておりますので、今後ともよろしく申し上げます。

《参加者 J さん》

同じく社会福祉協議会で生活支援コーディネーターとして児島エリアを担当させていただいております、Jと申します。児島では先ほど発表してくださったガーデンタウンさんですね。ガーデンタウンの代表のCさんとの出会いは別のサロンだったんです。別のサロンに僕が行かせていただいて、Cさんが来られている時に、「うちの地域にサロンがない。だから立ち上げたいと思っている。」という相談から始まって立ち上がったのがガーデンタウン児島スマイルさんです。現在10名ほどの方が参加なさっていて、コロナで緊急事態宣言が出された時には電話が掛かってきて、「どうしようか迷っとる。」というような相談を受けたんですけど、結局そういう困難を乗り越えられて逆にいろんな方々が来てくださったのかなあと思ってます。例えば地域の言語聴覚士の若い方が来てくださって、誤嚥性肺炎の話をしてくださったとか、大学生の方も遊びに来てくださったのかなあと思っています。

そういった困難を乗り越えることで、酒津のAさんじゃないですけど、乗り越えるところに生ずるその力によって、また新しいつながりができてきているのかなあと感じているところです。ガーデンタウンの皆さんまた遊びに行かせてください。よろしくお願いします。ありがとうございました。

《参加者Kさん》

玉島地区担当の生活支援コーディネーターのKです。玉島地区では、今日寺小屋サロンさんにお話ししていただいたんですが、お家でされてるサロンということですのでいいアットホームな雰囲気、隣にお庭とかがあって季節の花が咲いてとか、季節を感じながらいろんなお話ができるということで、お話も弾んで雰囲気もいいので今日来ていただいてお話をさせていただきました。デイサービスの隣にあるということで、富田地区のデイサービスオリジナルの体操をされてるというのもこの地区ならではのこともありますし、また皆さん参加されてる方は同じ地区の方たちなので、結構同じ苗字の方も多いいということもあり、皆さん下の名前と呼ばれるんですよ。あだ名で呼んだりとかそういう一体感が良くて、今コロナの関係で会場のことも悩まれていることもあると思いますが、お金のことも病気のこともあったりとかで悩まれていると思うのですが、それ以上にメンバーの方が再開する方法であったりとか、未来につながる方法とかも待ち望まれていると思います。また一緒にコーディネーターとして考えていきたいと思っておりますので、これからもよろしくお願いします。またそれ以外の玉島の活動などもたくさんあります。この後新緑の会さんもいろいろあると思っておりますのでよろしくお願いします。

《参加者Lさん》

失礼します。船穂地区と真備地区を担当しておりますLと申します。船穂の地区は柳井原・堅盤谷サロンのお話だったんですけども、実は船穂地区は20弱くらい通いの場があります。その中で柳井原・堅盤谷サロンをしてくださっているのが、あすなる会というボランティアグループさん、生活支援をいろいろしてくださっているのですが、この柳井原・堅盤谷サロンさんだけでなく、およそ半分くらいのサロンさんをそれぞれの住まれている地区でしてくださっています。いろんな代表者の方が集まって、あすなる会で交流もされていてというような形で、グループさんでありサロンさんだったので、ぜひ紹介して皆さんに知っていただけたらなあと思って来ていただきました。マスク作りのお話もされていたかと思うのですが、住民さんたちから使ってといただいた反物とかを上手に再利用されて、自分たちで作って自分たちだけで使うのではなくて、船穂町の施設デイサービスや船穂町のいろんなところの高齢者の方にお配りしたり、医療訪問とかで訪問活動もしてくださっているのです、そういったところにも持っていったりしてくださる。そういったつながりもしてくださるグループさんでありサロンさんです。

あと真備のほうなんですけど、発災当時私は真備の事務所4年目でして、これからいろいろ真備もどんどん変わっていくぞとか、つながりをもっともっとやっついこうという時に災害に遭いまして、思い入れが人一倍あって、10月くらいから真備の生活支援コーディネーターということで持たせていただいております。Fさんがお話ししてくださった服部にここにサロンさんなんですけれども、前身は絆サロンといわれ、仮設の倉庫を利用して集われていたんですけども、すごいなあと思うのは、住民さんたちが自らの手で集って

いろいろやりましょうというのは、もちろんそうなんですけれども、なかなか難しい大変だなというときには上手に外部の支援を頼む。できないことはお手伝いしていただくというのをうまく取り入れられて集われている。ボランティアさんも上手に、何が何でも地域の人だけじゃないとだめというふうなことではないところがすごいなと思っています。そしてこの後また、遠田ほっこり会のお話もしていただくのですが、遠田の地区というのが箭田という地区と服部という地区の2つに分かれていまして、同じ遠田なのになぜ2つに分かれるんだろうという、そういったところからのスタートもあり、いいお話が聞けるんじゃないかと思っています。またいろいろ皆さんと一緒に頑張っていきたいと思っています。どうぞよろしくをお願いします。

《市長》

はい、ありがとうございました。今日7時半までと言われているんですが、そういうわけにはいかないですね。大丈夫ですかね。少し延びても大丈夫ですか皆さん。それではもう一巡、倉敷地区の中庄の報告ですね。お願いします。

《参加者 M さん》

中庄の天神ふれあい広場の会のMでございます。よろしくをお願いします。これまで報告のあったサロンとは違うんですけれども、2016年の高齢者の福祉助成事業から開始しまして、2019年からサロンに移行しまして5年目の若い地域です。高齢者が気軽に参加できるという集まりの会を模索していたんですけれども、なかなか場所と道具と問題があるので、まずはラジオ体操とグラウンドゴルフ、だれでも気軽にできますので、それができる場所と、道具は助成事業のほうで購入させていただきました。これは非常に助かりまして、場所と道具があれば人が集まるということで、コロナありましたけれども、5月連休明けに体操、グラウンドゴルフを復活しまして、30人前後が、体操は毎朝、グラウンドゴルフは週2回20人～30人くらいですけど、85歳までのメンバーが集まって楽しんでおります。コロナ対策で先ほどから言っていますけれども、検温器、消毒を手配させていただきました。出席リストを作って安否確認も含めて毎日個人で記入してもらっています。その時に体温を測って皆でワイワイ、先ほどもありましたけれども、そういう会話もできるようになっております。

一方で三世代が集まりやすいようにする伝統的な行事を継続してやりたいなということで、春は花見から、夏休みには三世代のラジオ体操、今年は10月に社協の人も来ていただいて30人くらい集まってお月見会、それからこれからは餅つき、夜回り、とんど焼きと控えております。いろんな環境もありますので、餅つきはなかなか対策できないみたいなので止めようかと思っておりますけれども、1月にはとんど焼きをやりたいなと。リタイヤした元気のいいスタッフが、65歳から70歳くらいのスタッフが10人前後で、自分も楽しみながらいろいろ裏方やってくれてるので、いろんな行事ができるんですが、2025年くらいが問題で後継者がなかなかいないということで、どうやってそれを継続していかないとというのが一つ悩みではあります。コロナ対策の補助金はうまいことよう使いませんで、18,000円でした。月見会の例で言いますと、調理場所を分散したり容器を使い捨てにしたり、屋内・屋外に分けて席を広くとって、男性の人は酒を飲みますけれども、アルコールは早めに切り上げそれなりにうまくいきました。コアになる体操とグラウ

ンドゴルフはありますので、本当に皆が集まって楽しくできるという基盤ができたと思っております。以上です。

《市長》

一巡目に聞かなかったんですけれども、男女比はだいたいどんな感じですか。

《参加者 M さん》

ほぼ半々です。体操なんかは女子がちょっと多いくらいですかね。グラウンドゴルフは男子が多いですね。

《市長》

なるほどですね。Aさん、酒津はどうですか。

《参加者 A さん》

酒津は30名くらいの内、4名ないし5名が男子です。高齢者で女性で90歳、88歳。平均年齢78歳です。

《市長》

はい。分かりました。ありがとうございます。次は、サロンはれのちはれさんですかね。はい。お願いします。

《参加者 N さん》

皆さんこんばんは。サロンはれのちはれのNと申します。開所2年と7か月目になります。皆さん言われてましたけど、コロナの助成金をいただいてありがとうございます。私達も1万5千円ほど使わせていただいて、今とても後悔をしています。消耗品だったので、ペーパーとかもだんだんだんだん足りなくなって、体温計を買うのを忘れちゃって、とりあえず扇風機だけは買わせていただいて今フル活動しております。ありがとうございます。

私たちはいきいき百歳体操を5、6名から始めて今現在12名の参加をいただいています。小さな町内会ですので、12名でもありがたいかなと思いながらやっています。今年のコロナ禍での活動は3回ほどお休みをしたんですけれど、社協さんよりマスクの布の提供をいただき、ご提案をいただいて、このマスクを5、60枚作って、(市長：すごい。)近くの施設の方にも贈呈させていただきました。それからお休みをしているサロンの会員さんにもお届けをさせていただきました。とても喜ばれて、またその方たちは復帰して参加していただいております。

それから、近くの山とか野や畑にある季節のお花をサロンに毎週必ず持って行って、皆さんに見て和んでいただいて、また季節の話をしていただくことを心掛けています。

百歳体操が40分くらいかかってその後に、私たちの行事なんですけど、かかと落としをしたり、お口の嚙下困難にならないようにあいうべ体操をしたりしてやっていますけど、私は指導者ではないので、きちんとした指導をされる方が本当はちょっとのぞいてほしいかなと。本当はこうやったらいいんだよというのを指導していただけたら嬉しいなと思っ

ています。

行事としては、今年は七夕飾りをし、パイプ椅子に座って百歳体操をするので、編み物で円座を作りました。編める方はご自分で編んで、編めない方にはほうぼうから長編みはこうだ、細編みはこうだと言いながら今、全員そろって、お尻の下に敷いています。お盆にはおはぎ作りをしました。コロナの中だったんですけど、徹底してマスクをして手袋をはめてだったんですけどおはぎを作って皆でおいしくいただきました。直近では秋のリースを。百均でリースを買って、ドングリを拾ってきたり、綿を植えて綿の実をくっつけたりして、とてもこれは好評で、皆さん喜んでお家に持って帰られました。男性の方も70代ですけど、奥さんにプレゼントすると言って持って帰られました。

それから毎月お誕生日の方にバースデイソングを。とりあえずお誕生日会をして、この用紙はコピーでパソコンから出したんですけど、印刷のケーキですけども、ここに皆さんでコメントを書いてあげて、私も11月生まれなので、最近もらって、みなさんびっしりと書いてくださっていて涙が出ました。本当にありがたいなと思って。これは続けていきたいなと思っています。それから年度末の3月には、出席表を付けているので皆勤賞と精勤賞を作ってあげています。頑張って、慣れないパソコンを悪戦苦闘しながらやっています。それから脳トレもしました。脳トレとか手遊びとかいろいろして、1週間に1度会って、「また来週ね」と言って笑いながら帰っていただいたらいいなと思っています。

《参加者0さん》

こんばんは。中地区げんき会の〇と申します。皆さんいろいろ工夫されていますね。私は人に頼る出発で、健康プラザさんの運動グループをつくろうというのに、3か月間来てくれるというのに応募しようと思って回覧板で回して、運動したい人が15人以上20人くらい希望があって、それで3か月間来てもらったんです。音楽療法とか栄養のこととかいろいろ勉強して、その間に体操、筋トレとか整理体操とかもずっと織り込んでいただいて、それで3か月ずっときて、ああいいなあ、まだ続けたいなあと思う時に、「皆さんで後、継続してやってくださいね。」と。「え。私たちずっとしてくれるんじゃないの。もう来れないんですか。」と聞いたら、また半年後に募集しますという感じで、その後、応募しても全然当たらない。継続してくださいということでCDをもらったんですね。整理体操、筋肉体操、筋トレ、それとラジオ体操と。私続けられるかなあと思ってたら、先生が来てくださらなくても、結構皆さん参加してくださるんですね。それで場所もいいし、来たら、久しぶりとか声を掛けながら運動を。広いし、24、5人集まるんです。それを楽しみに来てくれて、ただ体操と運動だけじゃ面白くないなあということで、プラザさんに教えてもらった脳トレとかいろんなものを取り入れてしたんです。ネタが無くなるなあと思って、支援センターにお願いしたら来てくれるんじゃないということで、支援センターにお願いしたら社会福祉協議会のJさんとかいろいろ来てくださって。

元年の4月から始めて3か月間来ていただいて、その後ずっと自分たちでやって、お誕生日などもやって、その間に支援センターさんも時々のでいてくださるということで、専門的な人が教えてくださるというので、やっぱり違いますよね。3月、2月かなお誕生日会でお茶でも飲んだらいいなということで、そしてその後が言いたいんですけど、オンラインで体操を、・長くなって肝心なことが言えなかった。(市長：オンラインで。休みの間はオンラインで見ながら?) コロナでできたりできなかつたりなので、オンラインで指

導師の先生とやりました。

《参加者Pさん》

こんばんは。玉島から来ました新緑の会のPと申します。よろしく申し上げます。私たちの会はもともと支援センターさんのほうから「してくれしてくれ」と言われて、でも私民生委員をしていて、これ以上いろんなことできんわと思ってましたら、支援センターさんのほうで介護者教室というのをなさっていて、そこの中に、うちの母もですが、町内からもたくさんの方が10名あまりの方が参加させていただいていまして、その方々からじわりじわりと「しようしようや」というところから始まりました。ところが私たちの町内、実はパイプ椅子すらなかったんですよ。長机も、正座した状態での長机しかなくて、到底できる状況ではなかったんですけど、椅子をどうするかということで。私たちの町内の公会堂にないならコミュニティーで借りようと思ひまして、借りに行きました。もちろんコミュニティーの会長さんが気持ちよく貸してくださったんですが、「は。毎週する。そんなもん貸せるもんか。」と言ひ始めまして、うちの町内会長は他の町内会長から責められ「なんかいるもんがあるんじゃないやろ。買うてやろうか。」から始まりました。4月5月から始めたことから新緑の会と名付けました。

椅子も買ってもらひ、そのうちよその町内から長机を借りてくるという、そういうことを始めましたら、ついに長机も買っていただきました。しまいには扇風機が壊れてるとか、エアコンがどうかの話になり、市のほうから助成いただきまして購入していただきました。後はトイレが和式なんで、そこを何とか変えていただけたら高齢者の方が来やすいのになど現在思っております。

私たちの新緑の会なんですけど、年齢が一番上が94歳。一番下が56歳。かなり幅が広いんです。私たちのところの特徴と言ひますのが、まずどこから始まったかというのが、今お話ししましたように、支援センターさんからお話だったんですけども、町内ではくくれないんですね。いろんな方が集まっている支援センターの介護者教室からだったので。「頼むけえ〇〇さん入れてあげてくれん。町内の人じゃないといけんかなあ。」から始まりまして、始めるに当たって、〇〇町内会のほうに百歳体操を見にいかせていただきました。そしたらいろんな町内の方がいらっしたんです。これはいいなあと思ひまして、町内会に掛け合って、今現在来てくださってる方が、乙島小学区の方だけでなく、柏島小学区、玉島小学区、乙島東小学区、上成小学区、5学区の中からもいろんな方が出入りしております。それはもうくくらないということで、1円もお金はいただかない方式でやっております。いろんな手芸とかもするんですけど、1円もいただきませんというのが私たちのところの特徴だと思ひます。以上です。ありがとうございました。

《参加者Qさん》

皆さんお世話になります。先ほどは柳井原と堅盤谷のサロンの話をEさんのほうからしていただきましたが、私たちはボランティアグループあすなろ会というのをしております。これは昭和の終わりに船穂町の時に発足しまして、愛育委員に民生委員、それから各種団体の長たちが集まって、一人暮らしを見守る、一人暮らしの人が増えだしたからその人たちが元気かどうかとか、そういう活動をしてたんです。30年以上にわたります。最初の頃の会長さんをされていた方も、今も元気に参加してくれています。

それからあすなる会ではサロンの役員もしているのです、そこで、交流会、よその会ではこんなのをしたんですよと、じゃあうちもこれをしようかな、というのをやっています。今回コロナがあった時に、布をいただいてまして、会員の方から。それを皆さんとマスク作りに使いまして、それから後、布と両方を配りました。地域にちょうど靴下を製造しているところがありましたので、その靴下のわっか。ゴムが無い時でしたので、それを皆さんに袋に入れて、マスクも入れて、こういうふうな、Eさんがしているようなマスクと普通のアベノマスク的なのを作りまして配りました。それから後、今度は、一人暮らしの見守りをしていましたので、社協のほうから反(たん)をいただいたんで、それに全部白で作りました、ちょっと味気ないのでそこにマーカーでチューリップとかそれからいろんな型紙を作ってくださいの方がいて、それを作り、そしてあすなる会にこういう目的で使ってくださいね、気を付けてくださいねというメッセージを入れて、サロンの人にも使ってもらい、一人暮らしの人にも友愛訪問の時にお渡しする、そういう活動をしました。

《参加者 R さん》

失礼します。うちは遠田地区という、昔講中(こうじゅう)というかそのようなことがどこでもあったと思いますが、お葬式の時とか一緒にやったりするのを遠田でやったことがあるんですけど、行政のほうは箭田地区と服部地区で半分に分かれています。なので、まちづくりとかの活動はバラバラなんで、子どもが小さい時に一緒に並んで行ったとかそういう方々での付き合いはしてたのですが、もう子どもが大きくなっちゃったんで同じ地区なのにもう30年とか会ってないとかで、そういうのはいけないと思ったので立ち上げました。だから、遠田の地区は17軒なので10人くらい集まってくれるかなと思って始めました。結局13くらいは集まってくださいんですけど、発足してから1年もたたないうちにあの水害に遭いましたので、集会所で立ち上げたのですが集会所も浸かってしまいましたので、仕方がないので休んでたんですけど、ちょっと復帰しないといけないねということで、浸かってないお家と浸かったお家があって、ちょっと距離が出たねという感じで、また始めようとして我が家の浸かったところを直したところで皆に集まってもらって始めました。

そうしてしばらくしたら、今度はコロナですね。コロナだと80何歳の方もおられるのにいけないよなということで、また休みました。それで浸かっていた集会所が10月に修理していただけたので、お披露目も兼ねて始めたのが10月で、11月に2回目をこの間しました。10人ちょっと来てくださいます。昔〇〇ちゃんと言っていたままで、今も呼んでいます。近くの地区なので苗字もよく似ています。下の名前で呼んでいて、年だけ取っていてもしゃべっているのは〇〇ちゃんとか、そんな感じでやっています。コロナがあるから1時間くらい集まろうかということで、今回はしました。1時間くらいで何をしようかと今考えているところですが、最初おしゃべりでいいねということで集まりました。でも1時間もあるとおしゃべりが途切れるんですね。その中に男の人も来てくれたら、お父さんも連れてきたらと言うんですがなかなかで、うちの主人だけ連れて行っています。女の人ばかりでも少しは慣れてきて、いいみたいです。だからちょっとでも増えたらいいなと思っています。

近所でも今は全然話をしないというのをすごく実感しています。コロナでほとんどの人に会いませんでした。だから、近くの人とも仲良くしないといけないな、私らは夫婦だけ

なので、これから先近所の人と仲良くしないといけないと思っています。ありがとうございました。

《市長》

皆さんに日常の活動のほうを教えてくださいました。ありがとうございました。全体を通じて私が思いましたのは、このコロナのことがあって、参加者の中からいつ再開すると言われるので、やっぱり皆さん本当に待ち望んでいらっしゃるんだということがよく分かりました。

それから、それぞれ例えばおしゃべりだったり、手芸だったり、体操だったり、それから料理・食事、お菓子を作ったりとか、運動、グラウンドゴルフだったりとか、また、酒津さんのほう、回覧板という古くて新しくすばらしい手法を生み出された。実はこの回覧板の話は、私は厚生労働省のほうからも聞きまして、倉敷市でコロナ対策のいい取り組みをやっているところがあるということで、回覧板を回して自分で書き込んで、これを二周回したんですね、一周だけじゃなくて。書いたらまた「〇〇さん体調はどうですか。」とかもう一周回ってきて、それで返事が返ってきてというようにされて、非常に古典的な一番基本のものなんですけど、でも非常に効果があったということで、国も注目されていると聞きまして。コロナの時に運動不足になってもいけないし、やはりお話ししないと認知機能が下がってもいけないし、そういうところが皆さん日ごろから頑張ってくださいっていて、ありがたいなというふうに思いました。それから、男性が多く参加されているところも。今日の参加者を見ても女性がほぼ中心でいらっしゃるんじゃないかと思ったんですけど、ぜひ男性もだんだんと参加を。奥さんが引っ張って行ってくださるとか、もしくは男性はシャイな方が多いので、男性のグループがもうちょっと増えたりとかいうことになったりすればいいんじゃないかなというふうに思いました。それぞれのサロンが自分の特技を活かして取り組んでくださっていることは本当にすばらしいと思いました。

今倉敷市全体で300くらいですかね、5、6年前と比べてずいぶん増えて、いろんな活動をしてくださっているということで、皆さんの活動は倉敷市の元気につながっているととても思っています。

それでですね、皆さんから今日ご要望いただきましたコロナの給付金のことですが、ちょっと皆さんに聞いてみたいんですが、一応3万円なんですけど1回目ではどのくらいですかね？（挙手）、ではまだ使っていない人？（挙手）なるほど、分かりました。今、百何十か所、既に使っていただいていると伺っています。結構来られる方も多いので、ぜひ、3万円と決めたのでそこまでは使ってもらいたいなと思っているんです。それで、全然相談してないんですけど、次回の時はまとめて、本当は立て替えてくださってるのですぐにっていうことなんでしょうけど。これは年度内だったかな？（担当部局より「12月末までの申請です。」との声あり）、では12月末までに、1回目をしていただいているところは分かっていますので、3万円までの差額分のところで、先ほど言われていた方もありましたが、これからまた使えそうなところもあるかもしれないので、その物がある程度先に買っていただいて。それで大丈夫でしょう、何とか。2回までにしましょう。（参加者拍手）

（「2回目の時はコロナ対策以外でもいいんですか？」の声）コロナ対策で、今回はコロナ対策ということで、例えば加湿器とかを、加湿器は今回一応OKとしています。（「加湿器は高いんですね。」の声）高いんですね、なるほど分かりました。額のほうは変えられな

いと思うんですが、2回までということにしたいと思います。できれば、まだされていない方はまとめてお願いできればありがたいんですけど、せっかくなんで3万円まで使っていただけるように、皆さんから今日一番ご要望が多かったので、職員も頑張ってもらってね、12月末までに申請？（担当部局より「そこも含めて検討します。」の声）はい、分かりました。

それで、時間も過ぎたのでそろそろ終わろうと思いますが、参加者の皆さん、そしてコーディネーターの皆さんが地域での活動のためにご尽力賜っておりますことに感謝申し上げます。倉敷市は厚生労働省さんのほうから、元気な活動をしてくださっている方がとても多いというふうにお話をいただいております、全国から注目されております。ですので、この調子で皆さんがお元気に活動していただいて、そうしたら倉敷市のこれからの財政も、例えば皆さんが病気にかかれない、もしくは介護のほうにも、もちろん必要な方は使われるんですけど、介護の方も少なければ、市のほうもうまくいろんな活動ができていくんじゃないかと思っておりますので、社会のために皆さんの活動をありがたく思っています。コロナのこともありますので、これからも本当に会食とかを、本当は忘年会とかもしたいと思ってると思うんですけど、食べる時は黙って食べて、お話しする時はまたマスクをつけてしゃべる、というのだったらいいと国のほうも言っていましたので、その方式で、相手と唾や飛沫が飛ばないように様子を見ながらしていただければありがたいなと思っております。

時間も過ぎまして遅くなってしまいましたが、皆さんの活動を今日お話しいただきありがとうございました。市のいろんな施策のほうも頑張っていきますのでどうぞよろしくお願いたします。本当にありがとうございました。

《終》