



みんな家族
地域の絆で支えあう
とさしみず

土佐清水市第3期地域福祉計画

 実践事例集 

平成30年4月

地域福祉計画とは？

土佐清水市第3期地域福祉計画が平成29年3月に策定されました。この計画は『みんな家族 地域の絆で支えあう とさしみず』を基本理念とし、それぞれの地域において誰もが安心して、しあわせを感じて暮らせるよう、地域住民や行政・関係機関が互いに協力して地域社会の福祉課題の解決に取り組むものです。

基本理念

みんな家族 地域の絆で支えあう とさしみず

重点目標	活動目標	地域での取り組み
地域でつながる まちづくり	100歳めざそう 健康づくり	介護予防、認知症予防の取り組みをしよう みんなで歩こう 一日5,000歩 楽しく食べよう三度の食事
	未来につなごう 伝統行事	地域の歴史や伝統を伝え発信しよう(祭りや伝統行事) 地域の行事に参加しよう
	見つけて使おう 地域資源	空き家や休耕地を活用しよう 海・山等の産物を活かそう
	深めよう世代間交流	子どもや若者が高齢者と集える機会をつくろう 集いの場をつくり継続させよう 男性が集う場所をつくろう
安心して暮らせる まちづくり	すすめよう生活 (買い物・移動)の協力	お店や通販と一緒に買い物しよう 移動手段の活用方法をみんなで工夫しよう 通学・通園バスの乗降を手伝おう
	すすめよう体の元気と心の 元気	診察の立ち会いや受診の協力をしよう 普段から何でも相談できる場をつくろう
	すすめよう災害への 備え	災害時要配慮者を支援するネットワークをつくろう 防災意識を高めよう みんなが避難訓練に参加しよう 防災マップをつくり地域で情報を共有しよう
暮らしを支える まちづくり	見守り・声かけ 支え合うまちづくり	高齢者への見守り・声かけをしよう 登下校時の子どもの見守り・声かけをしよう 隣近所への声かけから始めよう 生活上気になる人を見つけたら専門機関へつなごう 子育て世帯への見守りをしよう
	広げよう ボランティア活動	ゴミ出し困難者への協力をしよう 福祉協力員等を増やそう 地域でボランティアグループをつくろう ボランティアの周知をしよう
福祉の心を 育てる まちづくり	育てよう福祉を 支える人材	地域でリーダーの育成をしよう 認知症への理解を深めよう
	充実させよう 福祉教育	子どもが地域で学べる機会を増やそう 子ども民生委員の活動を広めよう 体験学習を通して様々な人への理解を深めよう
住みたいくなる まちづくり	活かそう 地域の魅力	地域の資源を活かした職業体験をしよう インターネットなどで地域の情報を発信しよう 地域のつながりを活かしたUターン者の受け入れ体制をつくろう
	みんなで作ろう 地域の未来	地域の中で集まり、話し合いができる場をつくろう 若い人たちも相談しやすい地域の場をつくろう 地域の後継者を育てよう

はじめに

「みんな家族 地域の絆で支えあう とさしみず」この理念を目指して、第3期地域福祉計画の取り組みがスタートしました。

この計画の主役は地域に住むみなさんです。地域のために何かしたい...そう思っているけれども、行動を起こすのは、簡単ではないかもしれません。ここでは、市内ではじまっているいくつかの地域福祉の取り組みを紹介します。今後、地域の取り組みや活動の中で少しでもこの冊子がヒントとなって、地域福祉活動の後押しとなるよう願っています。

住民座談会

平成29年度には、第3期地域福祉計画の住民座談会を市内10箇所で行いました。そこで、地区ごとにどのような地域をめざし、どのように取り組むか...具体的な行動計画を立てました。

1. 地区の目標をたてよう！

自分たちが住む地域をどのようなまちにしたいのか？そのためには、何をすればいいのか？「誰がする？」「誰を対象にする？」「どこで？」「いつからする？」実践するために細かく具体的な計画を立てました。

地区の目標

地区での
取り組み

誰が

誰を対象に

どこで

何をするか
(どのように)

いつから



2. 意見を共有しよう！

地区ごとに立てた目標を前で発表して、意見を共有しました。ほかの地区の取り組みや目標に耳を傾けることで、新たな気づきが生まれたのではないのでしょうか。



地区の目標
を発表！



他の地区の取
り組みに耳を
傾けます。

実践 地域でつながる 事例 まちづくり



住み慣れた地域でみんなが楽しく過ごしたい。その思いから、地域の集いの場では、様々な活動がはじまっています。

布 サロンでモーニングをはじめました！

布若葉サロンでは、普段サロンに来ない人でも、モーニングなら来てくれるのではないかと、座談会をきっかけにサロン喫茶をはじめました。この日は、地域のみなさんに、モーニングとおもちをふるまいました。



この日は、来場者に配るおもちもつきました。

元町 新しくできた集いの場

元町では、空き家を利用して新たな集いの場を作りました。有志のみなさんが空き家を探るところからはじめ、「元町みなとサロン」がはじまりました。

新たな集いの場では、赤ちゃんからお年寄りまで、三世代が一緒ににぎやかな時間を過ごしました。



元町みなとサロン



越 区長場をもっと活用しよう！

越地区では、コミュニティの場づくりとして、区長場をもっと活用しようと、高齢者や子どもなどを対象に様々な催しをしています。

いきいきサロンや運動教室のほか、将棋教室もはじめることになりました！



市野瀬 宝物を大切にする

お年寄りは地域の宝。市野瀬地区では、そんな思いから、お年寄りが楽しく集える場所を増やす取り組みを行っています。

サロンで昔ながらの藁草履を作ったり、集会所を開放して、輪投げの練習をしたり、お年寄りが生きがいをもって地域で暮らせるよう、新しくなった集会所で多様な取り組みを行っています。



100歳めざそう 健康づくり

地域を元気にするには、みんなが元気であることが大切です。多くの地区で、住民のみなさんが主体となって健康づくりの活動が行われています。

下川口浦

ラジオ体操で毎朝 つながる

下川口浦地区では、毎日顔を合わせる場所をつくろうと、毎朝ラジオ体操をすることになりました。

昨年8月からはじまり、毎朝地区のみなさんが顔を合わせ、体を動かしています。

今日も下川口浦の朝はラジオ体操からはじまります。



加久見

健康でなごやかな 地域づくり

加久見地区では「ピンピンころり」をめざす健康体操をなんと、週3回行っています。朝から45分体操をして、そのあとはみんなでお茶の時間。地域でうれしいことがあったときは、もぶりを作ってみんなで一緒に食べて和やかな時間を過ごしています。



未来につなごう 伝統行事

お祭りなどの地域の伝統行事は、地域のつながりには欠かせない、かけがえのない宝物。そんな地域の宝を未来につないでいく活動が行われています。

鍵掛

「お地蔵さん」を 未来につなぐ

鍵掛では地区の伝統行事として、地名の由来といわれる「お地蔵さん」の祭りを年3回行っています。「子宝を授かる」、「無病息災」などのご利益があるといわれ、地区外からの参拝者もいます。子どもたちは幼少時からこの祭りに参加することで、年長者から地区の伝統を受け継いでいます。



貝ノ川

ヘイチャンを継続して地域 の絆を深めよう！！

ヘイチャンは貝ノ川地区のお祭りで古くから行われてきた伝統的な踊りです。人手不足で途絶えていましたが、2年前に地域の有志の力で復活させ、女性や子どもたちも踊り手に加わり、地区をあげて取り組んでいます。昨年の秋祭りも、ヘイチャンの舞が祭りに華を添えました。



見つけて使おう 地域資源

地域にいまあるものを利用して、地域をもっと魅力的に、
もっと元気にする活動が市内各地で行われています。



貝ノ川浦

自慢の花壇で、みんな
😊えがおいっぱい



貝ノ川浦地区ではみんなが笑顔いっぱいになるよう地区の清掃と美化活動に取り組んでいます。地区の有志で、区長場前の花壇に花を植えています。

お近くを通る際には、自慢の花壇をぜひご覧ください。



上野 花で上野を盛り上げよう！

上野地区ではコスモスや菜花を植えて通行人やお遍路さんを楽しませようと、稲刈り後の9月、田んぼにコスモスの種をまきました。

10月にはきれいな花を咲かせ、沿道を通る方々の目を楽しませてくれました。



深めよう 世代間交流

地域で世代を超えて集まる場を持つことから、地域福祉にかかせない顔の見える関係がはじまります。

斧積 斧積は一つ 皆家族 斧積家

斧積地区では、“歩き初めまつり” “さくらまつり” “七夕まつり” “元気村まつり” “スポレクまつり” といった地区独自の「斧積五大祭り」を行っており、地区が一丸となって楽しんでいます。

写真は“歩き初めまつり”の様子。元旦から地域のみなさんで初詣に行った後、広場で温かいぜんざいをいただきました。



三崎浦 地区民の交流で 元気な浦に！😊

三崎浦地区では地元のニコニコ😊公園をもっと活用して、地域の交流を深めようと、「元気な浦にする実行委員会」が中心となり、昨年の秋に「ニコニコ😊まつり」を開催しました。子どもから大人まで幅広い年代の約100名が参加し、会場のニコニコ😊公園には文字通りみんなの笑顔や歓声があふれました。



実践事例

安心して暮らせるまちづくり



住み慣れた地域で安心して暮らすためには、地域のちょっとした助け合いが必要です。

幸町

備えて安心のまちづくり



幸町では、避難訓練を毎年行っています。昨年は、旧公民館の駐車場で炊き出しの訓練も行いました。

災害時要配慮者もきちんと把握し、支援する体制を整えており、ひとり暮らし高齢者のお宅を定期的に見守りしています。

東谷

配食サービスで地域をつなぐ



「普段からつながりのある地域」をめざし、昨年より東谷地区では高齢者を対象にした配食サービスをはじめました。

地域の有志が月に2回手作りのお惣菜を作って、地域の高齢者のもとへお届けし、地域のつながりをより一層強いものにしていきます。

実践事例

暮らしを支えるまちづくり



地域にあるちょっとした困りごとを地域が力を合わせて解決する。そんな活動がはじまっています。

松尾

みんなが暮らしやすい松尾

松尾では、年々高齢化が進み、一人暮らし高齢者など見守りを必要とする方が増えています。そんな中、日頃から地域で活動しているみなさんが集まり、知恵を出し合い高齢者の方たちの安心につながるよう、困りごとを解決するためのアンケート調査や話し合いを重ねてきました。

話し合いの中で、松尾地区で取り組みを継続しようとするみなさんの気持ちが一つになり、昨年12月、「女城（めじろ）の会」を発足させました。一人では難しい困りごとの解決も、地域の支え合いの力で解決できるよう取り組みます。



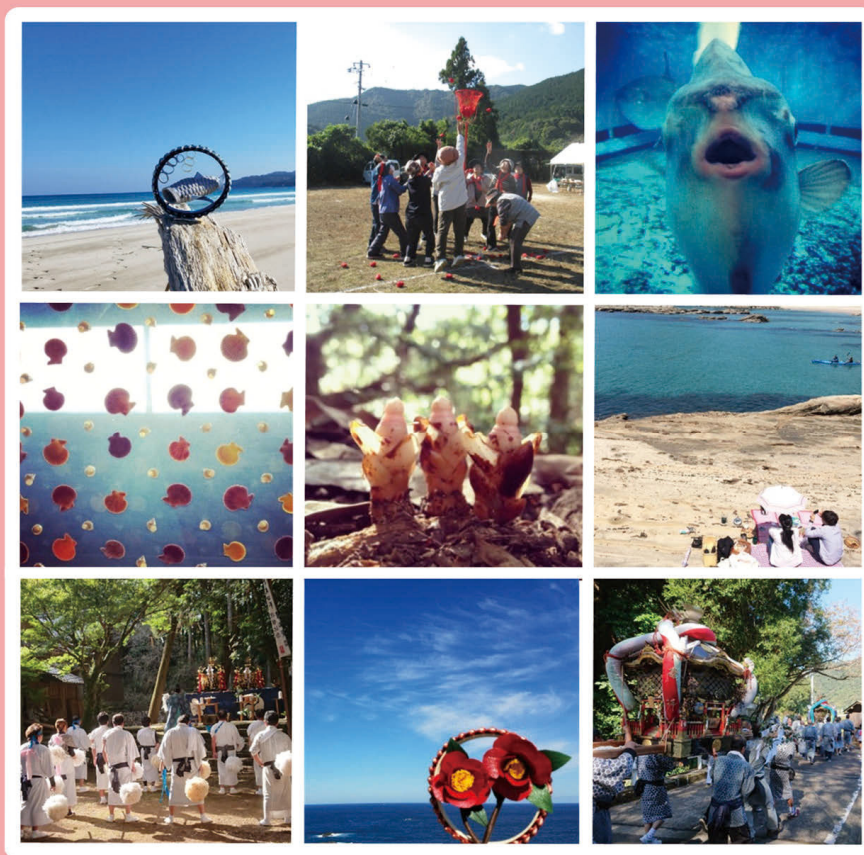
「坂の多い松尾地区では雨の日にゴミを出すのは大変」そのような声に気を配り、地区の有志でゴミステーションを作り、前日のゴミ捨てができるようになりました。

おわりに

土佐清水市第3期地域福祉計画の実践はまだスタートしたばかりです。ご紹介した事例のほかにも、それぞれの地区で自分たちのペースでしあわせなまちづくりへの活動がはじまっています。

最初は小さな活動からはじまり、人を呼び、人がつながり、みんなで助け合い、大きな活動になって地域全体へ広がっています。この冊子が今後の活動の参考になれば幸いです。

「みんな家族 地域の絆で支えあう とさしみず」を目指して、みんなで取り組んでいきましょう。



土佐清水市健康推進課
〒787-0392
土佐清水市天神町11-2
TEL:0880-82-1120
FAX:0880-82-5599

土佐清水市社会福祉協議会
〒787-0323
土佐清水市寿町11-9
TEL:0880-82-3500
FAX:0880-82-4047