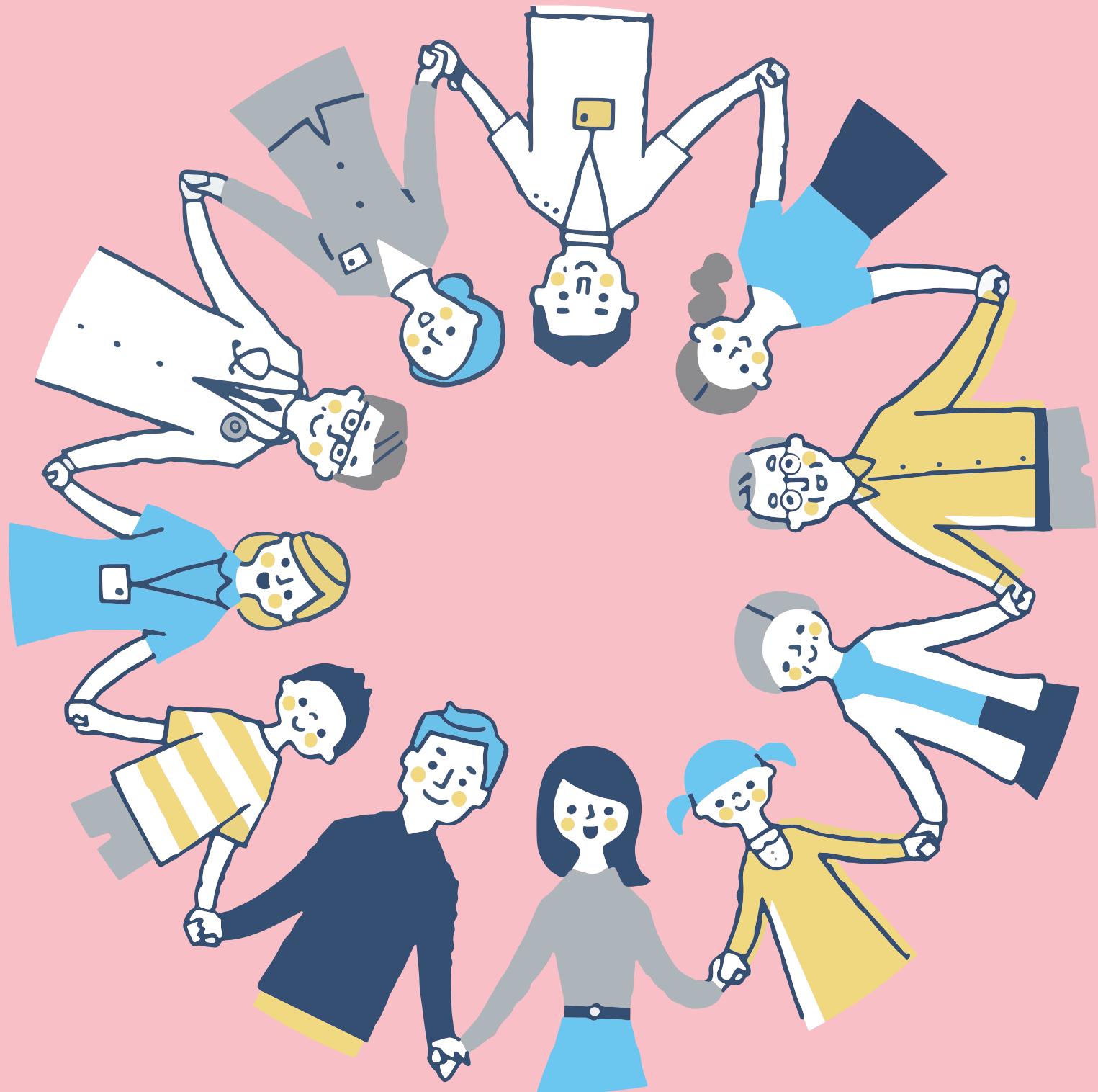


つながり

2023年度
2024.1月



常陸大宮市生活支援体制整備事業とは

高齢化が進む中、元気な高齢者はもちろん、支援や介護が必要になっても自分らしく暮らし続けられる地域をつくっていくことが求められています。高齢者が住み慣れた地域で暮らせるよう、住民主体での助け合い・支えあう地域づくりに取り組む「生活支援体制整備事業」が全国で展開されています。

この事業は、地域ごとの話し合いや情報交換の場づくり、様々な仕組みづくり等を行うことによって、生活課題解決や生きがいづくりに向けた住民同士のきめ細かい助け合い活動等を実現するためのものです。

市では平成28年度から生活支援体制整備事業に取り組んでいます。市全体のことを話し合う第1層協議体と、生活圏域のことを話し合う第2層協議体7圏域を設置しています。



第2層協議体名称	圏 域	開催場所	開催頻度
大宮地区 いどばた会議	大宮第1区～第12区	カフェテリアエルマウ	毎月1回
ワラクラ支援会	上大賀、久慈岡、岩崎、鷹巣、小祝、辰ノ口、塩原、小倉、富岡、下岩瀬、上岩瀬、根本、泉、宇留野台、宇留野坪	おおみや コミュニティセンター	2か月に1回
大宮C茶話会	東野、八田、若林、下村田、上村田、石沢、小場、小野、三美、西塩子、北塩子、大宮照田	おおみや コミュニティセンター	2か月に1回
山方茶話会	山方地域	北部地域包括支援センター	2か月に1回
みわ茶話会	美和地域	美和地域センター	2か月に1回
緒川地域支援会議	緒川地域	緒川地域センター	2か月に1回
あ・い・よ、御前山	御前山地域	御前山地域センター	2か月に1回

第1層協議体について

出席者は、第2層協議体代表者の他に行政、専門機関、社会福祉協議会等の職員で、第2層協議体の各々の取り組みや協議された内容を情報交換し、生活課題解決や支え合う仕組みづくりを協議しています。



令和5年2月第1回



平成31年3月第4回



平成30年4月第1回

第2層協議体について

出席者は、各地域の住民、地域包括支援センターや在宅介護支援センター等の福祉関係専門職員、行政及び社会福祉協議会職員です。

地域に生活する子供から高齢者まで、あらゆる世代の幸せな暮らしや地域を元気にできるような「支え合いの地域づくり」について話し合いを行っています。

参加者からは「自由に発言できる楽しい場で、毎回参加している」という感想をいただいています。



大宮地区いどばた会議 毎月の話し合い



ワクワク支援会 地域資源マップ作成にあたり社協支部長さん、区長さん、民生委員・児童委員さん、地域のボランティアさんに協力していただく



大宮C茶話会 事例を共有し、地域の自慢できる(良いところ)ことに注目



広報紙発行について

話し合いを進めていく中で、この事業を住民の皆さんに知ってもらうことが大切ということで、7圏域の第2層協議体ごとに広報紙を作成いたしました。

第2層協議体、それぞれがさまざまな話し合いや、そこから活動を進めています。そのことを伝える広報紙を作成するにあたり、1圏域2ページのスペースが限られた中で打ち合わせや取材、編集に関わっていただいた各協議体の構成員の皆さんのお思いをお届けできたらと思います。



山方茶話会 広報紙編集会議での役割分担



みわ茶話会 広報紙発行で得られる効果などについて話し合う



緒川地域支援会議 多職種参加で話し合い



あ・い・よ、御前山 8年間を振り返る内容の広報紙の打ち合わせ

これからの生活支援体制整備事業について

新しい社会資源を開発する前に、今あるものを改めて見つめなおすことが大切であると、参加者からのご意見をいただいています。

社会資源開発は、今あるものに新しい意味づけをしたり、すでにあるもの同士を結び付けたりすることで、新しい資源になります。

地域づくりは、地域住民の皆様が地域の課題や素晴らしいところを知り、学び合うことが大切です。約8年間の活動は、正解がないからこそ試行錯誤しながら取り組んできました。これからも『互いに認め合い、いつまでもすみ続けたいまちづくり』を目指して事業を展開していきます。

目 次

7圏域の第2層協議体ごとに、
これまで話し合ったことや活動をまとめています。

**山方茶話会
P11-12**



**みわ茶話会
P13-14**



**大宮地区いどばた会議
P5-6**



**緒川地域支援会議
P15-16**



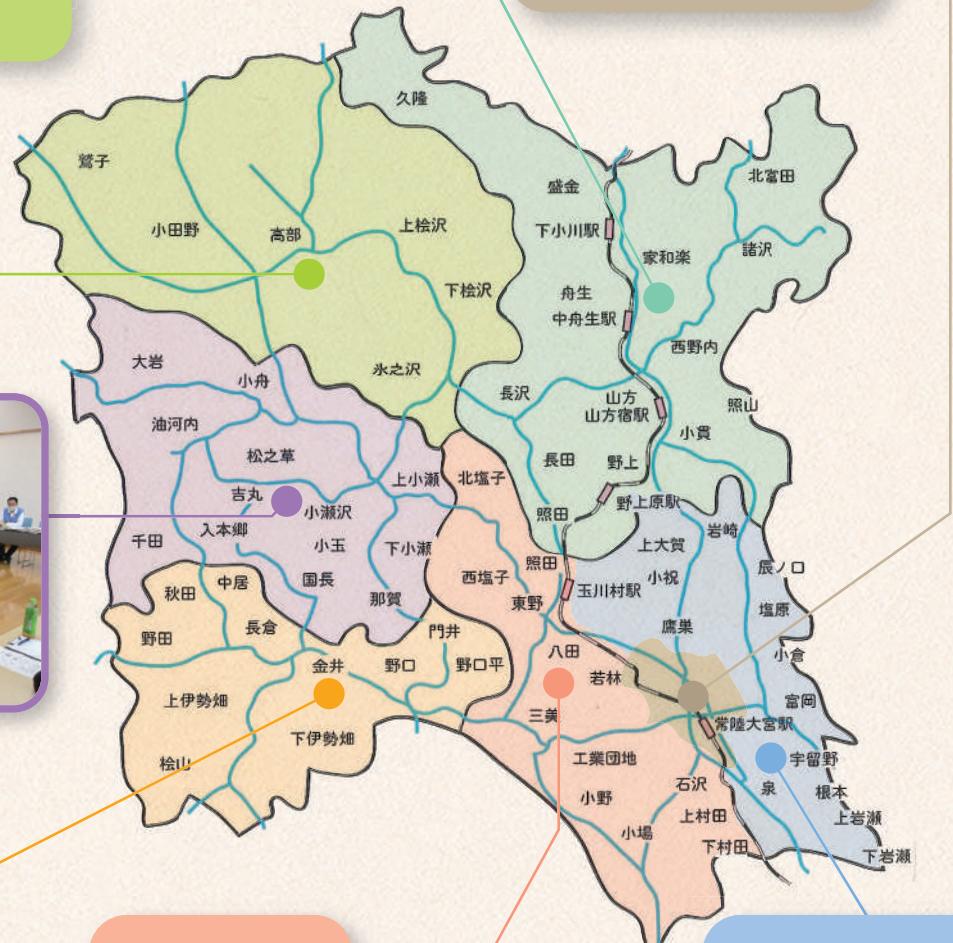
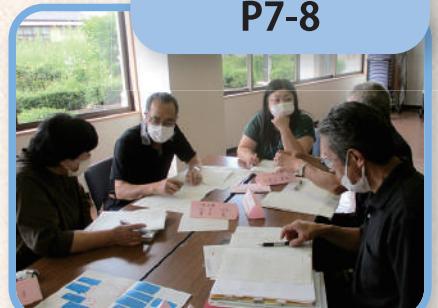
**あ・い・よ、御前山
P17-18**



**大宮C茶話会
P9-10**



**ワラクラ支援会
P7-8**



大宮地区いどばた会議

圏域：大宮第1区～第12区

大宮地区いどばた会議に至る7年のあゆみ

大宮A地域茶話会

2017年2月旧大宮町の大宮地域茶話会から第1～12区が大宮A茶話会となる。『かがやき』で開催。参加者数が少なかったので、区長会と民生委員・児童委員協議会定例会で呼びかけ参加者数が13名(うち区長8名副区長1名)に増加し、参加者が少ないという問題を話し合い改善。

多種多様な問題提起や情報提供（区の役員、班長、子供会、PTA役員のなり手がいないことなど）。

2ヶ月に1回、『かがやき』で開催。

2018年には参加者数が5名に減少。行政や社会福祉協会の事業内容を理解していないと困りごとの解決に利用したりお知らせたりすることができないとの問題提起に対して、福祉サービスの一覧があるとわかりやすいや茶話会に関しては、テーマが決まっていた方が参加しやすいとの提案。

市民支えあい会議

2018年11月名称変更

2ヶ月に1回、『かがやき』で開催。参加者数は約5名。

女性会や子供会の解散、班に加入しない移住者が多い。シルバーリハビリ体操を実施しているのでサロンと結び付けられないか。高齢者クラブはゲートボール後にお茶のみをしておりサロンの効果がある。子供から高齢者までの様々な問題提起。

地域支えあい会議

2019年9月名称変更

9月、11月、12月の3回、『かがやき』で開催。

広報紙作成に関して連絡先や配布先の検討。当組織の名称の変更や、困りごと相談について話し合い。

大宮地区いどばた会議

2020年1月名称変更



カフェテリアエルマウでの会議

月に1回（第2火曜日）、カフェテリアエルマウで開催。

広報紙の配布・掲示をすることや議事録を作成することを協議。『コロナ禍での生活について』『コロナ禍で虐待増加』『高齢者は地域包括支援センターへの相談だが、子供はどこに相談するのか』『子育て世代への情報発信』まちなかカフェに参加（バザー）。困りごと対応に関する話だけではなく、茶話会の周知に市のお知らせ版を活用してはどうか、テーマを決めて人を集めて困りごとを聞いてはどうか、など多くの提案。

いどばた会議が 長く続くわけ

参加者がそれぞれの立場で意見を言えるだけではなく、『いどばた会議』の名称からも分かるように、小さな疑問や小さな意見でも話せる会議の雰囲気があります。その雰囲気づくりに役立っているのが、バザーへの参加、フラワーアレンジメントの開催などです。

＼大盛況だったバザー／



丁寧に教えていただき
素敵にできました！

師走の声を聞くころにアレンジメント作りを開催し、檜座先生（ひたまる先生）にお願いしていどばた会議の皆さんと一緒に制作しました。個性が出て面白いです。（大曾根）

過去に3回『楽市』開催時に家庭にある不用品を持ち寄ってバザーを開きました。少人数なので売り上げも少額ですが会の活動資金となり、何よりもいどばた会議をしながら楽しい時間が過がるので無理のない範囲で続けられたらいいと思います。（駒田）



サロンのご紹介～抽ヶ台サロン～

「元気だった？おつかれさま！」

皆で声をかけあいながらの集合です。

昨年度から抽ヶ台公民館で、健康体操など、月に一度サロンを行っています。ときには、「介護保険の勉強会」やひたまる先生をお呼びして「クリスマス用壁掛け作り」「終活についてエンディングノートを使って勉強」なども実施しました。今年度より、毎週火曜日、区長さんを中心にビデオを観てのストレッチ、認知症予防体操などとシルバー・リハビリ体操を交互に行い、楽しい時間を過ごしています。

まだまだ、コロナ禍でマスクをしての活動ですが、地域の方々が顔を合わせてのおしゃべりがとても楽しい様子でした。

住み慣れた地域で、いつまでも元気に暮らしていくように、皆で頑張っているサロンでした。



ビデオを見ながらの体操



椅子につかり無理なく運動



抽ヶ台サロンに参加して

9月19日(火)にお邪魔させていただきました。

会場の公民館は感染症対策と熱中症の対策が施され、なごやかな雰囲気の中で参加者の皆さんとご挨拶をしました。

その後、ストレッチ体操をビデオを見ながら体験。一動作30秒キープに長いと思いきや、あれよあれよという間に次に進み、50分が経過。何だか短く感じました。

休憩を挟み認知症予防体操に移りました。脳を活性化させながら手や足を交互に動かす。「あれ間違った。」と言いながら楽しかったです。

参加者の方々は「毎週していると体調が良いです。」との声が。これからもサロンがつづき、他の地域にも広がって欲しいと率直に思いました。

次の日、筋肉痛になったのは言うまでもありません。(横山)

メンバー募集

ここにきて
最近のこと
話してみよう

大宮地区いどばた会議に参加してみませんか？

たくさんのプロが参加しています

(地域住民のプロ・公的機関のプロ・医療介護福祉のプロ)

大宮地区いどばた会議とは？

- ①大宮第1区～第12区のあらゆることについて話をしています
- ②地域みんなで支え合うことができる地域づくりを目指しています
- ③みんなでしゃべるだけ、しゃべっています
- ④地域の色々なことを知ることができます

ストレス発散。モヤモヤ解消できます！お気軽にご参加ください

どなたでも参加できます（参加費無料）

毎月だいたい第2火曜日、14時から開催

会場：カフェテリア エルマウ（住所：常陸大宮市上町353）

ワラクラ支援会

圏域：上大賀・久慈岡・岩崎・鷹巣・小祝・辰ノ口・塩原・小倉
富岡・下岩瀬・上岩瀬・根本・泉・宇留野台・宇留野坪

「ワラクラ支援会」は笑って楽しく暮らせるようにとの思いを込めて名付けられました。

平成28年度の事業開始以来、2か月に一度の協議体メンバーによる話し合いを重ねてきましたが、令和2年3月以降新型コロナ感染予防のため休止を経て、令和4年6月に再開しました。本年度6月の話し合いで、地域のこと（資源）を知ることから始めようと「地域資源マップ」づくりをすすめました。今回の広報紙で皆さんにお知らせすることによって、『参加したい・利用したい』ということにつながればと思います。

また、マップには載っていないけど他にこんな資源もあるという新しい情報もお待ちし



ていますので、地域をよくする話し合いに参加したい方や興味を持たれた方は、「ワラクラ支援会」にご参加ください。



話し合い、
グループワークの様子

泉区 泉コミュニティセンター「清掃（月1回実施）」「グラウンドゴルフ（年3回）」「こんにゃく作り」「そば作り体験」、ヤマダ電機駐車場「3世代交流（ニュースポーツ、昔遊び）」、警察署前「花盛の会（花壇づくり6月11月）」ドルフィン「災害時の避難場所」

下岩瀬区 下岩瀬新農村集落センター「岩瀬長寿会（高齢者クラブ、ゲートボール、体力測定）」「若鮎会（区内2か所の花壇の管理、区民の集い、敬老会の接待、サロン手伝い）」「下岩瀬ソフトボールクラブ（定期開催、運動会接待、区民の集い協力、上野地区球技大会参加）」「清掃（隔月）」「区民の集い」「環境保全会（農道などの草刈り碎石しき）」「下岩瀬自主防災組織（区での訓練、避難介助）」「下岩瀬営農組合（組合員による地域の田畠の作付け請負により荒れ地を少なく）」「サロン鏡ヶ池（毎月開催、回覧でのお知らせにより健康体操、バンド、手品、お話など）」

大賀支部 敬老会事業、スポーツ大会、運動会

小祝区

小祝集落センター「そば打ち（小祝庄）」「小祝そば会」「小祝悠友会（高齢者クラブ、ゲートボール等）」「自彌術教室」「バードカービング教室」、大賀保育所「グラウンドゴルフ区大会」、大賀小学校「防災訓練」
※新たに区としてAED設置（予定）「班長会議」「なないろ子ども会（花壇作り、花見）」

上大賀区

上大賀集会所「地域資源保全（交流会～そばの感謝祭）」「夏祭り」「資源ごみ回収」「親睦歩く会」「上大賀長生会（高齢者クラブ、グラウンドゴルフ、ゲートボール、花いっぱい運動花壇の整備）」「消火訓練、AED講習会（1年ごと）」「上大賀子ども会」「研修旅行」

鷹巣区

鷹巣ふれあいコミュニティーセンター「鷹巣友好会（高齢者クラブ、スポーツ大会、茶話会、グラウンドゴルフ、ゲートボール）」「鷹巣子ども会」「鷹巣区「資源ごみ収集」「班長会議」「区長民生委員との話し合い」大坂平新農村集落センター「サロン大坂平」



「サロン大坂平」では月に1回サロンを開催しています。
「体操」と「スクエアステップ」と「茶話会」



上岩瀬区

「上岩瀬長寿会（高齢者クラブ）」「環境保全活動（農道を中心に草刈りを実施）」「ソフトボールクラブ」「自主防災組織」「なかよし会（上岩瀬第5班、サロン）」



「サロン鏡ヶ池」
左／門松づくり
右／健康体操の様子

岩崎区

岩崎ふるさとコミュニティセンター「サロング岩崎(茶話会、健康運動教室)」「岩崎そばの会(そば打ち、そば研究)」、「スポーツ岩崎」「みんなであそぼう(歩く会)、花いっぱい運動、はんちょうど便り発行、班長会議、資源ごみ回収」「岩崎資源保全向上活動組織(資源・環境保全 コスモス種蒔)」「岩崎子ども会(花いっぱい運動、コスモス種蒔、工作教室)」「岩崎長生睦会(高齢者クラブ、花いっぱい運動)」、「かわプラザ、旧岩崎農村公園」「グラウンドゴルフ(有志)」、「春日神社」「岩崎親交会(お祭り)」「クリスマス飾り作り」

久慈岡区

久慈岡集会所「ゲートボール、グラウンドゴルフ」「久慈岡たけのこ会(サロン)」「地域資源保全会」「菊芋研究会」「ワーホイ(1月)」「ホタル保存会」「蕎麦研究会」「新民謡研究会」、**大賀小学校**「出前授業」、「竹林(竹研究会、整備、収穫、竹林散策と新蕎麦をいただく会)」

世喜支部

ふれあい館(旧世喜小)

「世喜体協」「世喜区長会」「運動会ソフトボール大会」「グラウンドゴルフ大会」「ニュースポーツ大会」「ゴルフ大会」「敬老会」、**南部コミュニティセンター**「竹細工」

**辰ノ口区**

辰ノ口集会所「ミニサロン辰ノ口・塩原(シルバーリハビリ体操)」「辰ノ口長寿会(高齢者クラブ)」「区の懇親会」、**辰の口親水公園**「さくらまつり(塩原、小倉、富岡、岩崎、市共催)」「あじさいまつり」

塩原区

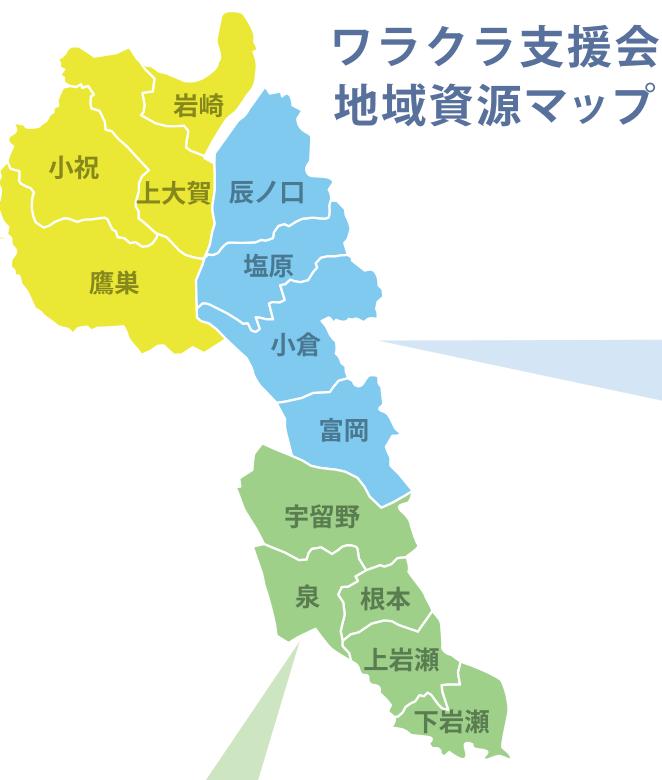
塩原農村集落センター「区自主防災会(防災訓練)」「班長会議」「ミニサロン辰ノ口・塩原(シルバーリハビリ体操)」「消防団(辰ノ口塩原合同消防訓練)」「塩原農地水保全管理組織(草刈り、堀払い、道路整備、花壇整理、放棄地耕作)」「里いも収穫祭(地域交流)」「共有地管理組合(竹山及び農地共有地管理)」、**塩原稻荷神社**「和台雷神講」「神社草刈り」

小倉区

「小倉保全会(区民とそばを食する会、草刈、道路整地、河川の泥払い、ホタルの観賞会、花壇整備)」「小倉長寿会(高齢者クラブ、ゲートボール、輪投げ、ペタンク、廃品回収)」「小倉親和会(ソフトボール、野球、バーベキュー、ボーリング等)」「小倉太鼓の会(祇園太鼓、イベント、介護施設慰問)」「小倉自主防災委員会(防災全般、訓練、炊き出し試食会)」「女性防火クラブ(焼き出し訓練、お花の注文、防災訓練)」「消防団」「アイアイクラブ(食事会、話し会、旅行)」

富岡区

富岡集会所ほか「富岡白寿会(カラオケ、将棋、卓球、ゲートボール、グラウンドゴルフ、神社清掃他、食事会)」「富岡区(神社しめ縄作り、芝焼き、新年会、班長民生委員会議1回/月)」**区内対象地、花壇、畑**「富岡里づくりの会(地域環境整備①除草②花壇整備③収穫祭芋ほり)」

**上野支部**

敬老会事業、球技大会、ニュースポーツフェスタ(ストライクボード、ユニカール、ポッチャ、ラダーゲッター、ソフトボール、ヘルスバー)

根本区

上野地区センター「上野第2長寿会(高齢者クラブ根本・泉、ゲートボール)」「花壇の管理(苗の植え付け、草取り)」「根本環境保全組合(農道の草刈り、碎石敷き等)」「根本区自主防災会(防災講演会)」「区の行事(防災訓練、防災講演会、健康づくり教室『テーマ～如何にすれば健康寿命で過ごせるか』)」

宇留野台区

宇留野台ふれあい交流センター「上野第3長寿会(高齢者クラブ、ゲートボール、輪投げ、旅行会)」「清掃(毎月)」「ソフトボール宇留野台(上野地区球技大会、市内ソフトボール大会)」「健康づくり教室」「環境保全会(道普請、野焼き)」「自主防災会」

宇留野塙区

塙公民館「塙交流会(津軽三味線鑑賞、お菓子つかみ取り他)」「寄せ植え教室」「しめ縄教室」、**南部コミュニティセンター**「清流会(ソフトボール会、球技大会)」

大宮C茶話会

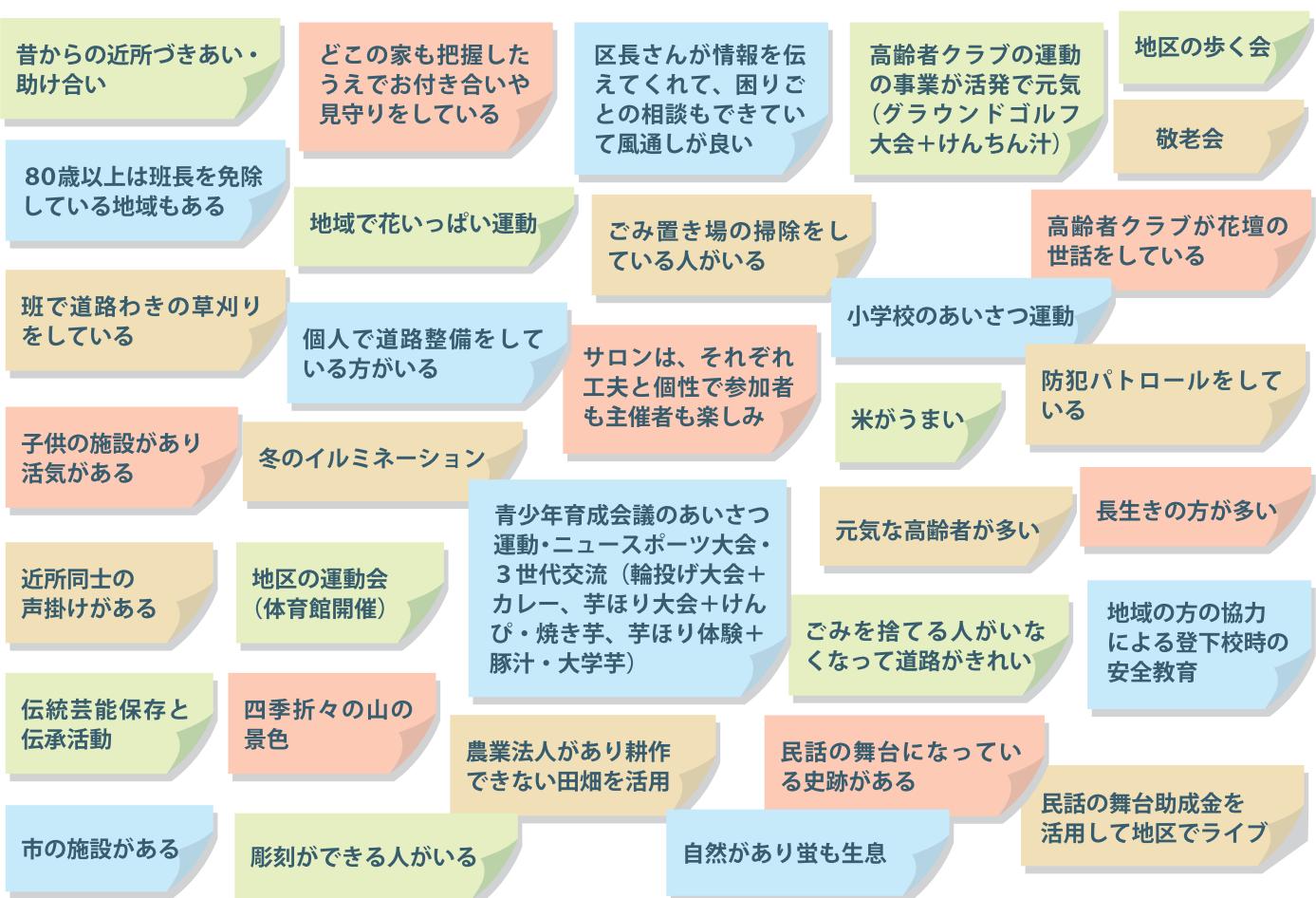
圏域：東野、八田、若林、下村田、上村田、石沢、小場、小野
三美、西塩子、北塩子、大宮照田

お住まいの皆さんのが住み慣れた地域で暮らし続けられるよう、地域の区長、民生委員・児童委員、ボランティア、地域のサロン関係者等を中心に地域の課題について話し合いを行っています。

平成28年度の事業スタート以来2か月に一度の話し合いを行ってきましたが、新型コロナ感染予防のため令和2年3月から令和3年8月までは休止していました。今年度6月の開催には以前からの出席者に加えて区長さん、民生委員・児童委員さんにもご参加いただき、「玉川支部」「村石支部」「大場支部」「塩田支部」の4班でグループワークを行いました。

地域ごとに「自慢できること」「困っていること」を話し合い、付箋に書いて模造紙に貼り付けました。自分の住んでいない地域の情報を見ることで新たな気づきもあり、地域がよくなることを願う参加者が自分たちの住んでいる地域のことを考えるきっかけとなりました。

／グループワークで出された「自慢できること」には次のようなものがありました。／



こんなに『自慢できること』がある素敵な地域だと気づかされます。

地域のサロンをご紹介します!

①会場 ②実施曜日・頻度等 ③対象者 ④内容、PR ポイント等

若林引田サロン

- ①若林引田公民館
- ②毎月・第3木曜日
- ③若林引田地域の住民
- ④毎回行う健康体操は大人気!お茶のみは情報交換等で盛り上がります。レクリエーション、講話、地域探検、工業団地見学等も行い楽しい交流の集いです。また、地域道路のごみ拾いも実施し、住みよいきれいな地域を目指しています。



サロン若林

- ①若林農村集落センター（若林公民館）
- ②毎月第1・3木曜日（祝日の場合変更あり）
- ③若林地区および近隣住民どなたでも参加できます。
- ④本年9月7日からシルバーリハビリ体操を開始したサロンです。水分補給を促し休憩を入れながら無理をせず関節の柔軟性を高めたり筋肉のストレッチ強化をしています。「いつでも、どこでも、ひとりでも、1日1ミリ1グラム」シルバーリハビリ体操のスローガンです。11月9日(木)は御前山ダムハイキング。13名で行つきました。



サロンむらいし

- ①大宮南部コミュニティセンター
- ②毎月第3水曜日
- ③村石地区独居高齢者
- ④原則月1回の開催ですが感染症対策、猛暑対策を踏まえお休みの日もあります。ボランティアスタッフは18名。「常陸大宮市まちづくり講座」の利用、南部地域包括支援センターのお話、軽い体操などを通して独居の方が孤立しないよう手助けをしています。10月には美術館、歴史館と1日外出して楽しい時間を過ごしました。



サロンおば

- ①小場公民館
- ②毎月・第3木曜日
- ③小場区高齢者
- ④・おしゃべり、いこいの場
 - ・シルバーリハビリ体操による健康維持
 - ・食事の提供（参加者とスタッフの会食）
 - ・食後のお楽しみ（情報提供、講演、ビデオ、蓄音機等）
- 「楽しかった、来てよかったです」の言葉を糧にスタッフ一同頑張っています。



ハッピー・ハッピーサロン

- ①小場公民館
- ②毎月第1火曜日
- ③小場区住民
- ④地域の皆さんと体操や茶話会をしながら元気に楽しく体力作り、仲間づくりを行っています。



小野ふれあいサロンの会

- ①大場地区センター
- ②毎月第4木曜日
- ③小野区民
- ④高齢者からお子さんまで誰もが楽しく集える場を提供しながらその時々のタイムリーなテーマの講座やイベント等も盛り込んでいます。



小野健笑会

- ①大場地区センター
- ②毎月第2・4水曜日
- ③小野区高齢者
- ④シルリハ体操や脳トレなどを楽しく元気に笑い声響かせ行っています。





山方茶話会

圏域：山方地域

住民同士が支え・助け合いながら、これからも、この山方地域で安心して暮らしていくよう、素敵な地域づくりについて考えたり、話し合ったりする場です。

平成28年度からスタートした茶話会ですが、今でも定期的に集まり『何をしなければならないのか？』ではなく、『何ができるのか？』を大切にしながら、みんなで熱い話し合いをしています。

どなたでも自由に参加できます。ぜひ、お気軽にご参加ください。



2か月に一度北部地域包括支援センターを会場に話し合いをしています



現在、茶話会として『山方を知ろう！』という取り組みを行っています。

これは、誰もが安心して暮らすことのできる地域づくりを考える中で『各地区の課題や特異性をよく知る必要があるのでは？』という考え方から本会の活動目標として前年度から進めています。

一人暮らしや高齢者世帯などを訪問し、直に顔を合わせてお話を伺うことで、信頼関係も構築され、実情の把握やメンバー間の課題の共有などにも大いにプラスとなっています。

また、現地に行って初めて分かることも沢山あり、この貴重な体験と情報をこれからの地域づくりに活かしていきたいと考えています。

これまで訪問した地区については、以下のとおりです。

諸沢地区(令和4年5月)、舟生地区(令和5年6月)、盛金地区(令和5年9月)、久隆地区(令和6年3月予定)

次年度についても、ほかの地区の訪問を継続して行っていく予定です。



諸沢の名所・休場展望台



素晴らしい展望台からのながめ



訪問宅は、お隣までが遠い

Aさん



北部包括支援センターを出発



ひとり暮らし Aさんは笑顔でお話

【良い点】

不便さはあるが、生きいき生活を楽しんでいる。
買い物は乗合タクシーや移動販売を利用している。
家族が週末に来てくれる所以生活が成り立っている。

【困りごと】

高齢で運転ができなくなってしまった。
独居であり家族や地域の支援で生活が成り立っているが、今後の生活に不安がある。
電球の交換などが一人では困難である。
移動販売日の記憶が曖昧で利用がうまくいっていない。
足腰が弱り集まりにも出られない、話し相手がない。

【今後の課題】

地域の集まるる場所、移動方法などを考える必要がある。
市内で利用できそうな行政福祉などのサービス一覧表があれば便利。

Bさん

【良い点】

長男と同居しているので、買い物や通院などには不自由しない。
北部地域包括支援センターの方が優しく接してくれる。
郵便配達の方に飼い犬がなついている。

【困りごと】

隣の家が引っ越してしまい、ポツンと一軒家になり寂しい。
回覧文書を廻すのが大変で、長男が自家用車で届けている。
行商の事業者が来ない。

【今後の課題】

市の情報提供の工夫。



Bさんは日中はひとりだが、犬や植物の世話を元気に過ごされている

Cさん



ひとり暮らしのCさん、生活の様子など和やかに話してくれました



訪問先近くで待ち合わせてお宅訪問

【良い点】

移動販売が2週間に1回、魚屋が週に1回家まで来てくれており、食材が購入できる。食材購入だけでなく、定期的な見守りにもなっている。
バイクで移動が難しい、長距離は乗合タクシーを利用。普段から買い物に行く曜日を決めておいて、同じ地域の住民と顔を合わせることで住民同士の見守りにもなっている。病院も乗合タクシーを利用して一人で受診している。

【困りごと】

この地域では90歳前後の独居が多く、班長等の役の担い手が減少している。
隣家やゴミ捨て場までの距離が遠く、回覧板やゴミ捨てが大変である。
冬場の路面の凍結や積雪、倒木の心配もあるが、雪かき等の支援者がいない。

【今後の課題】

近隣が遠い方への市の情報提供方法の検討。
地域支援隊の充実。


みわ茶話会

圏域：美和地域

～みわ茶話会のあゆみ～

第1回	2016年 6月15日	平成28年度 話題：地域にある活動2か所、単位高齢者クラブ解散1クラブ、地元の行事、おすそ分けの文化、多世代交流事業、鹿島神宮イベント、趣味でつながる活動 提案：サロン活動（ねんりんクラブ廃止のあと）新しく事業を起こすより既存の資源の見直し、廃校活用、年間で出た活動の実践者に話を聞きたい、高齢者の活動のアイディア
第2回	10月27日	
第3回	12月1日	
第4回	2017年 2月2日	
第5回	3月23日	
第6回	5月18日	平成29年度 話題：サロン活動の情報2か所、防災井戸、移動販売の情報集め、非耕作地や市道の除草を有志で行う2か所、そばの会、教室を開催した様子 特養の防災訓練参加 桧沢城復元構想 提案：高齢者クラブ復活アイディア募集しては、猪の被害を逆手にカフェで話をする等はどうか
第7回	7月20日	
第8回	9月28日	
第9回	11月15日	
第10回	2018年 1月10日	
第11回	3月7日	
第12回	5月14日	平成30年度 話題：地域センターの掃除の後のお茶のみ、サロン活動、移動販売情報収集、さんやさんの様子、料理講習会2か所 提案：ふれあい給食の課題とやりがい、「みわ茶話会」で話し合った内容をどう地域づくりに活かすか 傾聴ボランティアへの期待、地域の実情把握のため区長の参加を呼びかけ
第13回	7月9日	
第14回	9月10日	
第15回	11月12日	
第16回	2019年 1月21日	
第17回	3月18日	
第18回	5月20日	令和元年度 マップ作りの提案、乗合タクシーの活用、シルバーリハビリ体操の情報、谷熊地区の集会所での活動、話し合いのメンバーの増強についての話題
第19回	7月22日	
第20回	9月30日	
第21回	11月25日	
第22回	2020年 1月21日	
新型コロナ感染防止のため休止		
第23回	2021年 7月12日	令和3年7月12日 市で始まったゴミ出し支援テスト運用、高齢化率が高い美和地域なので見守りができれば、コロナ禍の行事について中止や実施方法の情報の話題
新型コロナ感染防止のため休止		
第24回	2023年 2月20日	令和5年2月20日 高齢者クラブがない地域の集まる場所、区での連絡情報共有のため班長会議、体育祭の代わりにニュースポーツの実施
第25回	5月19日	
第26回	7月21日	
第27回	9月22日	
第28回	11月10日	

※地域のことを話し合う「みわ茶話会」では参加者を募集しています。

令和5年度の記録

5月19日

新年度となり今までの会議参加者に加え区長さん、民生委員・児童委員さんに参加を呼びかけ事業の説明を行い、意見をもらう。「地域住民の互助による助け合い活動をすすめ、地域で高齢者をはじめとした住民の生活を支える体制づくりをする。協議体では助け合い活動の創出や充実に向けて自分たちがどのような地域で暮らしたいかを話し合う。」



7月21日

前回の話し合いから、地域の困りごとの「買い物、通院が大変」に対応できる「予約制乗合タクシー」「ファミリーサポート事業」「福祉タクシー利用料金助成事業」「移動販売よってく」の事業についての説明を実施。新たな参加者へは過去の会議記録を提供する。



説明を聞いて、知らなかつたことや活用の仕方、周知の方法などに話が発展

9月22日

グループワークで地域の良い点と課題を付箋に書いてグループ内で話し合う。課題解決のアイディア出しを行い、全員で共有、さらに追加のアイディアが出た。地域の良い点も参加者で再発見した。



座り方を前回までの会議形式でなくグループにしたため距離が近く和やかに活発に話が進みました

11月10日

再開したみわ茶話会の方向については、話題を共有して情報交換していく。今回の広報紙発行はみわ茶話会を知つてもらうという意味では効果的で1年に一度でもよいから地域の広報をすることは大切、いろいろな立場の方に参加してもらえるように呼び掛ける役割もある。



コーヒーの差し入れに話がすすみ、これぞ茶話会！ごちそうさまでした

緒川地域支援会議

圏域：織川地域

第2層協議体の話し合いは2か月に1回開催し、令和5年12月には第40回の会議を開催しました。「緒川地域支援会議」は、生活支援体制整備事業に緒川地域全体で取り組んでいくという共通認識で、区長、民生委員、高齢者クラブ、ボランティア団体、介護施設、警察、消防、在宅介護支援センター、地域包括支援センターなど多くの団体から会議に参加していただいております。その結果、所属団体以外の貴重な意見や情報を聞く事ができ、所属団体の活動の参考になり得ることが大きい有意義な時間となっています。

緒川地域内では、啓発活動や健康教室をきっかけとしてサロンが誕生しています。今後も、健康教室の開催や啓発活動などを通じてサロンやつどいの場など、高齢者の外出や、話ができたり体を動かしたりする機会が増えるような取り組みの話し合いを進めていきたいと思います。さらに、地域内の困りごとを整理し、活動のアイディアに発展できるような話し合いを進めていきます。



話し合いの様子



12/14大宮警察署小瀬駐在所の高齢者単身世帯の訪問やナンバーディスプレイ活用の防犯の話からそれぞれ意見が出ました。

check! おがわサロン

毎月第2火曜日の午前中に、緒川高齢者コミュニティセンター「やすらぎ荘」で開催しています。シルバーリハビリ体操をはじめ、いろいろな講座を企画しています。常陸大宮市まちづくり講座、介護予防、警察の防犯、消防の防火、フラワーアレンジメント、ハーモニカ聴講、食改の料理教室などがあります。「陶芸工房」で陶芸作品を作り、文化祭への出品は皆さん楽しみに参加されています。外出行事もあり、今年は大子に行ってきました。



フラワーアレンジメント



陶芸教室

check! にぎやかサロン(大岩)

参加対象者：大岩地区住民

開催場所：大岩集落センター 年8回開催予定

介護予防としてシルバーリハビリ体操や健康講座、お食事会、カラオケ大会、グラウンドゴルフなどにぎやかに地域で集まる場を作り活動しています。



お食事会



シルバーリハビリ体操



グラウンドゴルフ大会



消防訓練

check! 吉丸サロン

参加対象者：吉丸地区住民

開催場所：吉丸コミュニティセンター 年6回開催予定

介護予防としてシルバーリハビリ体操や健康講座を中心に地域の集いの場を作り、地域で元気に暮らせるように様々な活動をしています。



おおみや栄養ケア・ステーションによる講話



シルバーリハビリ体操



健康教室

check! ピンピン☆きらり ぴんぴん☆きらり kids

参加者：緒川地域住民 15名程度

開催場所：医療法人博仁会フロイデ総合在宅サポートセンター緒川

連絡先：54-3751

子供から高齢者まで楽しく参加できる運動力フェスをサポートセンター緒川を会場に開催しています。

お食事会などもあります。参加してみたい方はお気軽に問い合わせください。



フロイデ YouTube,Ch 体操



親子参加型体操教室



レッドコード体操

● あ・い・よ、御前山

圏域：御前山地域

あづまっぺ

いがっぺ

よがっぺ

あ・い・よ、御前山の歩み

「あ・い・よ、御前山」は『御前山をもっと良くしよう！』という気持ちを持って集まった地域在住・在勤のメンバーと関係機関が話し合いを行っています。

『出会い』『ふれ合い』『話し合い』みんなで作ろう地域の結い（三合い御前山）のスローガンのもと、地域の様々な情報や課題について2か月に一度開催し、2016年9月に設立から8年目を迎えた『あ・い・よ、御前山』の歩みをご紹介します！

2016.9.13

「あ・い・よ、御前山」設立



最初はよく分からなかったけれど、「御前山を良くしたい！」という気持ちで集まつた

地域の情報交換



地域探索

(相川・光戸・秋田) 三王山で記念写真



一人暮らしの高齢者のお話を聞きに行く。御前山に住んでいても普段は走らない道。迷子になりながら、探検



2016

9/13 10/24 12/5

2017

1/23 3/6 4/16 5/22 6/13
7/24 9/25 10/30 12/4

2018

2/5 3/26 5/28 7/2 9/3
11/5

2019

1/21 3/4 4/13 5/13 7/22
9/2 11/18 12/15
12/14

鮭を食べようの会 (野口3区)



公民館で料理を作り、地域の皆さんとの交流会を開催

鮭を食べようの会 (檜山)



2017年は鮭がとれず…
焼きそばと豚汁に変更

廃線になる市民バス乗車体験 利用している人にインタビュー

御前山ダム湖周辺を 歩く会参加

メンバー募集
一緒に活動しませんか？



那珂川でとれた鮭をつかった
ちゃんちゃん焼き



途中で、記念植樹

公募で決定した 「あ・い・よ、御前山」キャラクター

あゆたろう



マスコットキャラクターが決定しました！鮎をモチーフに、尻尾には「那珂川大橋」、お腹には「柚子」柄のござんやまの文字、青い模様は那珂川を表しています。

地域カフェの打ち合わせ イノシシ被害について話し合い



上伊勢垣現地視察
(大杉様・連山和尚の墓)



御前山の魅力を再確認できた

台風19号の被害を受け ガルテンチャリティーフェスティバル参加



活動紹介・温かい飲み物を配付

2020

3/2

7/27

9/28

11/9

11/9

1/18

3/15

5/24

7/12

11/15

1/17

3/14

5/16

7/21

9/15

11/17

2021

2021

1/18

3/15

5/24

7/12

11/15

2022

1/17

3/14

5/16

7/21

9/15

11/17

2023

1/19

3/20

5/15

7/27

9/27

10/31

12/12

地域の情報交換と 広報紙の打ち合わせ



あいよで出された話題をその場だけの情報にしないため、広報紙を作成して地域に伝える

4年前に植樹した 桜の木を見に行く



小さな苗が大きくなっていた

広報紙「あづまっぺ・いがっぺ・よがっぺ」発行



2021年4月発行
あいよ御前山紹介御前山
ダム歩こう会の紹介



2022年2月発行
地域の見守りのポイント
御前山のティカアウトメニューのあるお店



2023月3月発行
サロンの立ち上げ
御前山ダムのカヌー



自然のままを映す湖
そよ風はジャケツイバラにステキな風を
湖面鏡に風の芸術
花言葉は【賢者】絶滅危惧種に指定される希少な花だそうで、種子を煎じて下痢止めなどに用いられるそうです。来年、ジャケツイバラ見つけて見ませんか？

私のお気に入り御前山

「あ・い・よ、御前山」メンバーが
自分にとってお気に入りの御前山を紹介

「大杉さま」

生家の近くに大木がある。昔から大杉さまと呼ばれていた。それは大きな杉で、幹の太さは大人3~4人でも回らないほどである。県道へ出る近道として、木に囲まれた細い山道に大杉さまがある。枝を覆いうっそうとして、昼間でも暗く感じた。太い根を張りふんばっている姿は、力強さや根性を感じ見事だった。何十年ぶりかで大杉さまをたずねた。太い枝が折れてしまっていたが、その姿は昔と変わらなかった。平成6年3月に「志殿の杉」として市文化財に指定された。樹齢約500年、これからも元気な姿でこの地域を守って欲しいと感じた。



「蛇結茨」

三年位前に二俣橋の付近で初めて見つけ、登り藤のような黄色いきれいな花は何だろうと調べてみました。日当たりの良い山野や河原に生えるマメ科の落葉つる性植物で鋭いトゲがあり、初夏に花が咲き、別名(河原藤)とも呼ばれています。名前の由来は、枝がもつれ合う様が蛇どうしが絡み合っているように見える事から名付けられました。花言葉は【賢者】絶滅危惧種に指定される希少な花だそうで、種子を煎じて下痢止めなどに用いられるそうです。来年、ジャケツイバラ見つけて見ませんか？



編集・発行 社会福祉法人常陸大宮市社会福祉協議会
〒319-2254 常陸大宮市北町 388-2 総合保健福祉センター「かがやき」内
TEL.0295-53-1125 FAX :0295-53-1275
E-mail : welfare@hitachiomiya-shakyo.or.jp
URL : <https://www.hitachiomiya-shakyo.jp/>

【山方支所】〒319-3111 常陸大宮市山方 660（山方地域センター内）
TEL.0295-57-6826 FAX.0295-54-4717

【美和支所】〒319-2692 常陸大宮市高部 5281-1（美和地域センター内）
TEL.0295-58-3311 FAX.0295-58-2099

【緒川支所】〒319-2592 常陸大宮市上小瀬 1259（緒川地域センター内）
TEL.0295-56-2857 FAX.0295-56-5115

【御前山支所】〒311-4503 常陸大宮市野口 3195（御前山地域センター内）
TEL.0295-55-2733 FAX.0295-54-2081