

OTAKARA2021 おたから 2021 御宝 2021 枵か 2021

地域支え合い講座

# お宝事例発表会

日時 | 令和4年1月22日(土)午前10時から

会場 | 多賀城市民会館小ホール(文化センター内)



みんなが主役!

## 輪

～探そう地域の輪  
見つけよう地域の和～

2021 (令和3) 年度



## 発表会開催に向けて

多賀城市長

深谷 晃祐

あけましておめでとうござい  
ます。

昨年引き続き、数多くの地域の  
「お宝」を拝見できることを楽し  
みにしております。

新型コロナウイルス感染症の流  
行により、外出や人と接する機会が  
少なくなっておりましたが、ワクチ  
ン接種も進み、少しずつではありま  
すが、地域でのつながりを持つ機会  
が増えてきました。

健康で長生きしていただくため  
にも、引き続き感染予防を徹底しな  
がら、地域の中で仲間と共に生きが

いを持った生活を送ることは、たい  
へん重要であると感じています。

この発表会をきっかけに、市民の  
皆さんが互いにつながり、地域によ  
る支え合いの「輪」を更に広げてい  
ただけたらと思います。

本市といたしましても、この「輪」  
を大切にしながら「生まれてよかつ  
た、育ってよかった、住んでよかつ  
た」と誰もが感じられる「日本一暮  
らしやすいまちづくり」のために、  
更なる取り組みを推進してまいり  
ます。

深谷 晃祐 ふかや こうすけ  
1980年（昭和55年）生まれ  
仙台市立仙台高等学校を経て、専  
門学校東京ミュージックアソシエ  
テッド・尚美（現・尚美ミュー  
ジックカレッジ専門学校）卒業。東  
北福祉大学社会福祉学科在学中（通  
信）  
令和2年10月就任



## お宝事例発表会に

寄せて

特定非営利活動法人

全国コミュニティライフサポートセンター

理事長 池田 昌弘 氏

謹んで新年のお祝いを申し上げます。

2016年（平成28年）、お宝事  
例報告会としてスタートして以来、  
この発表会は途切れることなく通  
算6回目の開催となりました。

この間、幅広い分野から構成され  
た若い実行委員会の方々が、多賀城  
市民の自然な気にかき合いや支え  
合いに触れ、暮らしの学び、そ  
の経験や委員同士のつながりが仕  
事や活動に生かされています。

今日、各地の自治体が地域共生社  
会の実現に向けた取り組みを進め

る中、このような地域づくりの取り  
組みは、全国に先駆けたものと言え  
ます。

そして、今回も発表会でご紹介  
いただく事例のような、つながりを大  
事にして、身近な人同士が気にか  
け合う暮らし方こそが、長引くコロナ  
禍を乗り越えていく鍵と考えます。  
今年も市内3会場で地域支え合  
い講座が開催されましたが、昨年度  
を上回る市民のみなさまが参加さ  
れました。支え合う地域づくりが、  
着実に進んでいることの現れとい  
えます。

だれもが生きがいと安心を感じ  
て暮らせる地域共生社会の実現に  
向けて、みなさまのさらなるご活躍  
を祈念いたします。

池田昌弘 いけだ まさひろ  
全国社会福祉協議会、栃木県社会  
福祉協議会、東北福祉会「せんだん  
の杜」などを経て、2005年（平  
成17年）7月から現職。厚労省・  
地域共生社会推進検討委員会委員  
など各種委員等。地域づくりの推進  
のため全国を巡っている。





## 田畑が 人をつなぐ



### 受け継がれる稲作 おもい

「先祖伝来の田んぼだからねえ」と話すのは、農政課の佐藤さん。約1千500坪の田んぼを持つ佐藤さんは、家族と協力しながら稲作をしていました。

そんな佐藤さんがいる農政課に平成31年度に配属となったのが多胡さん。二人は運命的な出会いをはたします。

農政課は農家の方と接する機会も多い仕事なので、農作業の経験も必要だろうと思い、佐藤さんは多胡さんに米作りをやってみないかと提案。2人は、一緒に米作りをすることになったのです。

始めた当初は、米作りの手間の多さに苦労した多胡さんですが、稲作の手伝いをして3年目になる今は稲の成長を見るのが楽しみになっているそうです。

最初は右も左も分からないまま始めた稲作。それが今ではライフワークの一つになった多胡さんは「今後、農政課から異動しても手伝いは継続していきたい」と話します。

佐藤さんは稲作を続けるのは先祖伝来の田んぼを受け継いでいくためだと言います。

多胡さんは、その田んぼをきっかけにライフワークを見つけ、日々の楽しみを得ることができました。

緑に触れることを通じて繋がる関係が、素敵だと感じました。

### 幸せを呼ぶ赤い旗

多賀城跡近くにある佐藤さんのお母さんの畑には、近くを散歩している方々が次々と立ち寄り、お話をしていきます。

立ち寄る方々は顔なじみの方から、観光客など様々です。畑にいるときには赤い旗が立てられ、顔なじみの方々はそれを見て畑に立ち寄ります。



立ち寄った方々とは世間話や、

普段散歩されている方のことなど様々なお話をするそうです。お母さんは「畑に来て、立ち寄った人たちとお話することが楽しんでねえ。この畑こそが私が私らしくいられる場所なんだ。」と話していました。

そんなことを嬉しそうに話してお母さんこそ地域のお宝だと思えました。



昔から

人々は協力して、土を耕し種をまき…育てて収穫して…それを食してきました。

古来から引き継がれてきた技法が、今の時代でも、人と人を結びつける！

日本特有の自慢できるお宝です。



## コロナ禍で 生まれた絆



### コロナ禍で生まれた散歩会

桜木南から様々な場所を散歩している佐藤さん達。散歩に行くのは、コロナ前まで集会所で様々な活動を行っていた方々です。

コロナ禍で集会所が使用出来なくなった時、集会所で活動されていた仲間同士で「コロナ禍でも感染対策をしながらできることをしよう」ということで始まった散歩。今では恒例になった月二回の散歩はロコミでメンバーも増え、多い時には約10名で歩いています。歩くルートは事前に決めず、気になった場所を歩き、買い物をして帰ることもあります。

楽しく行っている散歩が、様々な情報共有の時間となり、健康づくりに繋がっています。



みんなであつてくお散歩♪

### 「かわら版」に注目!

黒石崎地区の平塚さんは、地域の情報を「かわら版」として発信しています。

昨年度から続くコロナ禍で地域のつながりが鈍ることに危機感を覚え、自主的に地域の情報を収集、記事にし、町内会の了承を得て「かわら版」を回覧しています。

内容は平塚さんの情報アンテナにひっかかったものや、地域で開催されたイベントの内容など多岐にわたります。今日も「かわら版」のため黒石崎集会所で開催された「愛の会」の取材活動です。



平塚さんの「かわら版」は、地域でも非常に好評で、すごくいい活動だという声があがっています。

コロナ禍に負けず、地域のつながりを結びつける素敵なお宝です。

### 町内会とお店とのつながり

高橋東二区の「町内新聞」は、平成23年から佐藤亨町内会長が発行しています。これまで、地域のイベントや活動を主に掲載してきましたが、コロナが流行ってからは、中止になったイベントの代わりに、地域のお店を重点的に紹介しました。

ある時、紹介された「蔵ハラメン」の店頭には、新聞で紹介されたことへ感謝の言葉が掲載...



「自分の地域にあるお店を守りたい!」と考える町内会と、その思いに応えて、コロナ禍でも安心してながら楽しく食べてもらえるよう頭をひねって奮闘するお店との、心温まるつながりです。



## 笑顔と人柄が 地域を見守る



### 茶 お茶のものもと



浮島団地の  
中に、50年  
続いている  
「のもと」お  
茶屋さん  
があります。

元々はお茶だけでしたが、今は  
雑貨や駄菓子等も取り扱って  
います。

昼間は、高齢者が来て、目覚ま  
し時計を差し出し「これに合う電  
池を頂戴。昔からここから買って  
るの」と。午後には、学校が終わ  
った小学生達が、元気におやつを  
買いに来ます。

元々奥さんがしていました。が、  
今は病気のリハビリのために旦那  
さんが店番。お釣りを間違えて  
お客さんに「違つよ」と言われて  
笑つたり…しばらく買物に来な  
い人がいると心配になったり…。  
見守つたり、見守られながら、  
地域に愛されているお店です。



### お茶飲み情報交換会♪



下馬にある  
「靴のキクヤ」  
さん。聞き上手  
な靴職人の弘

さんと、楽しませ上手の相子さん  
が営んでいます。

「近所仲良し3人組、相子さん  
と郷古さんと小野寺さんはお茶  
のみでリフレッシュ。お店に来た  
人も長居してしまうのは、二人の  
人柄と信頼があつてこそ。「コロ  
ナ禍でお茶のみする機会が減つ  
たけど、誰かに話を聞いてもらう  
つてとても大事よ」と相子さん。  
「話してスッキリした!」「聞いて  
もらつてほつとした!」と帰る  
人も多く、「こういう役立ち方も  
あるんだな」と弘さん。店内にあ  
る小さなテーブルは、地域の大切  
な交流の場になっています。



### 大代のこと、なんでも知っ ているクリーニング屋さん



本郷さんは  
お客さんの顔  
を覚えるのが  
大得意。車のナ  
ンバーで誰が  
来たか分かる  
ので、お客さんがお店に入つてく  
る前に商品を準備できます。

本郷さんの体調が悪いときは、  
お客さんが「座つたままでいいよ、  
自分で取るから」と本郷さんを気  
遣つてくれます。近所の戸枝さ  
んは、週一回はおしゃべりをしに  
お店に顔を出してくれますし、夜  
にはお互いの家や店頭で電気が  
ついてるか確認し合います。

型にはまつた接客ではなく、常  
にお客さんのことを考えて仕事  
をするような心がけているとい  
う本郷さん。これからも元氣な挨拶  
でお客さんをお迎えします。





## ケアマネジャーの 仕事の先に 地域が見えた！



「回覧板で心の交流」  
手書きの文字が伝える人の温かさ



コロナ禍による緊急事態宣言の最中に回ってきた回覧板に、「お変わりありませんか?」と

「手書きの文字を見つけ、グスギスしていた気持ちが軽くなった。」そう話すのは西部地域にあるコツコツクリニックでケアマネジャーをしている池田さん。うれしくて自分も手書きで「ありがとう」などと返事を書いたら、ほかのお宅からもメッセージやイラストが添えられるように。

普段から「近所づきあいはあるけど、この地域で改められた地域の人々の優しさや遅しさに気づいたそうです。

この地域力を「ケアマネ業務に活かして行きたい!」と力強く語っていただきました。



### ずっとこの家で

しげ子さんは、認知症のため忘れることが増えてきました。でも、お掃除などの身の回りのことは十分にすることができています。

ですが、家にいる時には、ご近所さんや近くのお店やさんが声をかけてくれます。何十年というお付き合いです。「何かあったらおつきな声出してよー」と言ってくれています。

そんな、しげ子さんとご近所の素敵な関係を、通っているデイサービスでケアマネジャーの東海林さんが見つけてくれました。ご主人との思い出のある家で、小さい頃から遊んでいたこの地域で、昔からのご近所さんが近くにいる、しげ子さんは「幸せだなあ」



「周りのみんなが元気でいてくれたら最高よー」と前向きに日々を過ごされています。

### これまでも、これからも

ケアステーションつくしの樋渡ケアマネジャーが担当していた熊谷さん。

長年に渡り会長を務めていた消費者の会の会員さんが、ご自宅に集まるようになりました。



「昼間寂しくしている人がいたらお誘いするの。人が寄っておしゃべりすると心がほっこりするし、皆さんお洒落してくるから、私も少しは部屋をきれいにしないと、と思うでしょ。そういう刺激が良いのよ。」と笑顔で話します。「お互い遠慮しないように。」と会費制。立っているのが辛い熊谷さんに代わって、勝手知ったるお友達が台所に入ったり、みんな後片付けをしたりと和気あいあいと過ごす、月に一回のお楽しみ会です。

# 多賀城花子の人生100年

1949(昭和24)年 花子誕生

1973(昭和48)年 花子24歳 結婚

1974(昭和49)年 花子25歳 長女出産

1976(昭和51)年 花子27歳 長男出産

1980(昭和55)年 花子31歳

4ページも  
チェック☆

団地に自宅を新築して引っ越す、農繁期には

兄弟とともに実家の農業を手伝う

1987(昭和62)年 花子38歳

子ども会の役員を務める

「私は団塊の世代生まれ。そして子どもたちは第二次ベビーブーム生まれ。それはそれは子どもが多かったわ。子ども会の活動もとっても活発だったわ。子ども会の役員も任されてね、行事を計画したり、地域の草刈りや掃除をしたりして大変だったけど、子どもたちのためにという思いで一生懸命だったわ。そんな様子を子どもたちが覚えていて、さらにその我が子たちのために頑張ってもらえたらいいな。」

1990(平成2)年 花子41歳

近所のスーパードパートを始める

6ページも  
チェック☆

## 私の地域デビュー

7年前、山王地区に引っ越して来た熊谷さん。

地域に一人も知り合いがない中、初めて町内の公園清掃に参加しました。

すると、近所の方が温かく声をかけてくれて、作業をしながらたくさんお喋りをしたそうです。

「世代が違う人達とお喋りするのも楽しい」と感じた熊谷さん。

この思いが、熊谷さんの地域デビューのきっかけになりました。

今では、地域の人と一緒にバトミントンをする仲になったそうです。

実際のお話しを基に物語を作成しました。

こちらが参考にした実際の事例です。



最近、家の前の公園の落ち葉掃除を気が付いた時にもしています。

「地域デビューには、きっかけが必要。私の場合、地域の人の温かい思いが、背中を押してくれた」と熊谷さんは笑顔で話します。





1995(平成7)年 花子 46歳

阪神・淡路大震災を通じてボランティア活動に

関心を持ち始める

「今ではボランティアっていう言葉も活動も身近になったけど、昔はイメージが違ったの。今のように盛んになったのは、阪神・淡路大震災の災害ボランティアがきっかけ。私もこれでボランティアに関心を持つようになって活動をはじめたの。初めは相手のためにと一生懸命になっていたけど、いつも気づくと、私自身気持ち満たされたり元気をもらったりしているのよね。」

2007(平成19)年 花子 58歳

父母の介護にあたる

7ページも  
チェック☆

2020(令和2)年 花子 71歳

新型コロナウイルス感染症で生活が一変

5ページも  
チェック☆

2022(令和4)年 花子 73歳

コロナ禍に負けずに友人と

集まる時間を楽しんでいる

「ちよつど今のこと。この2年コロナ禍で大変だったじゃない？コロナ感染したら…っていう体の心配もあったけど、こもりがちになって動かない・しゃべらないっていう生活にも不安が出たから、感染対策しながら友だちと集まり続けたわ。何をしているかって？誰かにやることを用意してもらっているのではなく、私たちは自分たちの特技を活かして楽しんでいるの。」

楽しくやっています

高崎こども食堂らっこ広場から、美味しそうなおいと一緒に楽しそうな声が聞こえてきます。

この日は「お持ち帰りらっこご飯」の日。和気あいあいとした雰囲気の中、大友さん、岡崎さん、小林さん、庄司さん、藤川さんの手から大根餅など5種類のおかずが次々と作り出されます。



寄付いただいた野菜を見て、献立は当日決定します。活動のポイントは出来る範囲で楽しんでやること。作業中「やんだくなる」ときは、ほかの人に代わってもらうこともルールです。

完成したお弁当は高校生が作った布袋に入れて渡します。お弁当の中にはたくさんのお優しい詰めまっています。



その名も…すずめ会ッ!

多賀城市では毎月ある会合が行われている。その名も…「すずめ会」。

すずめ会は伏見たえ子さんが「地域に入らなきゃボケてしまうからねえ…」ということで数年前に発足した会で、会員数は総勢18名です。

月に1回、公園や集会所に集まり、民謡や健康情報など、会員が得意なものを他の会員に教えています。



音楽に合わせて♪



会の始まりには手ぬぐい体操

この日は踊りが得意な方がみんなに踊りを教えていました。

踊った後は、お楽しみのお団子を頬張り、雑談をする。話し足りない時は近くのファミレスで二次会(ランチ)へ。

次回は松島へ日帰り温泉。今年度の活動を振り返り、来年度の予定をみんなで決めるそうです。

## 2039(令和21)年 花子90歳

### 人生を振り返っているだろうな

「未来の話だけど、この頃には平均寿命もさらに伸びて90歳なんて珍しくもないんでしょうね。元気で長生きして、寝たきりにならずに自分の足で歩いていたいわね。そして90歳でも地域とのつながりを持って暮らしていたい。90歳だからってお世話になるばかりでなく、地域のためになること、若い世代のためになることをやっていきたいものね。」

## 2049(令和31)年 花子100歳

### 人生100年悔いなし!と想っていたいな

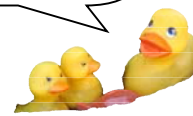
「人生100年って言われる時代になったけど、私も100年悔いなく生き抜きたいわね。そして私が生まれ育って暮らしてきた多賀城に何か恩返しができるいたらなって願っているの。私の周りにも、100年生き抜こうとする先輩方がいるけどね、みんなその気持ちを持っているの。見習いたいわ。」

## 地域も元気 自分も元気

末治郎さんの1日は朝4時から始まります。毎朝、新聞を隅から隅まで読んで、情報をパソコンで打ち込み、地域のなごみデイサービスに届けています。



末治郎さん☆  
いつも庭のお手入れを  
してくれて、ありがとう♪



なごみさんの庭は末次郎さんの手入れでいつも綺麗。なごみさんだけでなく、自宅前の歩道も草刈りなどを続けています。きっかけは震災の時になごみさんの井戸を地域の方が使わせてもらったこと。長い間この地域で暮らし、毎日歩いていることとご近所の様子にも詳しい末次郎さん。地域となごみさんをつなぐパイプのような大切な存在です。お互いに感謝し合いながら、地域を生かし、生かされている毎日を過ごしています。



## 多賀城と歩んで半世紀

櫻井さんは96歳!昭和50年に越してきました。「政庁跡がある所は治安が良く、静かで良い。幸せに暮らせると言うんだ。自分の目に狂いはなかった。」と、多賀城に住んだ理由を語っていました。

鳴瀬の農家に生まれ、海軍所属中は夜間の学校で英語を学び、ひたむきに生きてきた櫻井さん。



川柳を始めたのは平成になってから。何気ない日常に思いを込めて詠むことで、心穏やかに過ごし、感謝の気持ちが湧いてくるそうです。

今は独りですが、こうして元気に暮らしています。



「こんな暮らしができたのも多賀城市のおかげ。」と、市制50年に自分の人生を重ねた感謝の気持ちで多賀城賛歌を作りました。

## 西部地区

コロナ感染を意識しながら暮らして2年目。地域の人々は、なんとなくコロナとの付き合い方が分かってきたように思います。

私たち、生活支援コーディネーターも、感染者が多い時期には、これから夢を膨らませ、感染者が少ない時期には「今なら大丈夫だね」と判断しながら活動してきました。

今年も一年間、地域を歩いて、人とつながる素敵な暮らしを送っている方々に出会いました。

印象深かったのは、地域の人が、コロナをきっかけに新しいつながりを築いていたことです。



隣の家のお孫さんが、ワクチンの予約をスマホで取ってくれたり：近所の人とツアーを組み、皆でワクチン接種に行き、後日副反応の確認をし合ったり：それをきっかけに、日常においても互いに気にかけてあうように暮らしています。コロナさえも、人とつながるきっかけになるのです。

生活支援コーディネーターとして活動するうちに、年々「地域には、いろんな人が暮らしている」ということを実感します。

この発表会は「つながりの大切さを伝えたい」という思いで開催していますが、地域で暮らす、

あらゆる人々につながりが必要です。

心許せる誰かとつながりながら、人は幸せに暮らしていくのだと感じています。



## 中央地区

今年度もコロナ禍が続く一年となりました。それでも、ワクチン接種が進み、地域の皆さんの表情も明るくなってきているように思います。

ワクチン接種は、予約がなかなか取れないことが話題になりましたが、近所のお友達と一緒に会場へ行ったという話も聞きました。地域には、あそこは一人暮らし、あちらは夫婦二人だけだから、と気にかけている方がいます。集まりにはなかなか出て来られない、出て来ない方に、何回でも声をかけてくれる方がいます。そうして見守りをしてくださっています。積極的に人付き合いをしていない方も、声をかけてくれる人がいるということが孤立を防いでいるのだと思います。

### 中央地区協議体

「ちゅうおう盛り上げ隊」が和っかにもそんな頼もしい住民さんが参加されています。

「たが和っか」メンバーの構成は多彩です。いろんな立場の方が、自分たちの生活や仕事をする中で感じたこと、気になっていることを持ち寄り、話をします。お互いが、どんな工夫を、どんな活動を、どんな仕事をしてい

るかなどを話していく中から、自分たちの暮らしのヒントを見ついたり、活動と活動が結び付いたりするといいな、更に地域に広がって

いけるといいな、という思いで毎月集まっています。



## 東部地区

今年で6回目を迎えたお宝発表会。回を重ねるごとに、この取り組みの面白さや大切さを実感する一方で、「もっと多くの人に伝えたい！もっと住民のみなさんにも身近に感じてもらいたい！」という思いが強くなってきました。

そこで、東部地区よりさらに小さな範囲でのお宝発表会を計画し、それを桜木地区で開催してみることになり、12月8日に地域支え合い講座を行いました。初めての試みでしたので、まずは「お宝」とは何か？なぜ「お宝」を探すのか？ということをお話しし、その後グループワークをしながら、実際に「お宝探し」をしました。するとどうでしょう！お宝がどんどん見つかるではないですか！桜木ですてきな地区だな！と実感しましたし、私たちスタッフももっと地域のことを知らなければ！と気持ちを新たにしました。



今後さらに参加者を増やして、地区ごとにお宝探しをしていく予定で、春には桜木地区にお宝発表会を開催したいと計画しています。みなさんもぜひ見に来てください。

近所の人がいい人ばかりで幸せです。

かお見知りじゃなくても互いにアイサツをしたい。

いろいろな「つながり」があるのだと、あらためて感心しました。

気かけあい、つながりを大切にして支えあっていければいいなと思いました。

### 参加者アンケートより

10月に開催した地域支え合い講座に参加された方々からの感想です。

今年もたくさんの方にご参加いただき、「地域のお宝」を発掘することが出来ました。小さなつながりが大きなつながりとなり、大きな輪になれば・・・☆彡

ほんの小さなことが知らず知らずにつながりがつみ重なり宝となるんだと感じました。おもしろいですね。

この輪が広がれば、更に多賀城そして、日本も、もっと住みやすい国になると思う。

## ～2021年 実行委員メンバー紹介～

全国コミュニティライフサポートセンター 橋本 泰典	多賀城市中央地域包括支援センター 大石 幸恵 (生活支援コーディネーター) 千葉 洋子 (生活支援コーディネーター)	多賀城市保健福祉部生活支援課 岡野 杏輔
多賀城市市民活動サポートセンター 西條 香織 鈴木 郁弥	多賀城市東部地域包括支援センター 沼倉 亜紀子(生活支援コーディネーター) 熊谷 知世 (生活支援コーディネーター)	多賀城市保健福祉部健康課 富塚 麻衣
社会福祉法人多賀城市社会福祉協議会 嵯峨 悦子 高橋 崇矩	多賀城市教育委員会事務局生涯学習課 目黒 美歩	多賀城市市民経済部農政課 多胡 樹
多賀城市自立相談支援窓口 (PSC) 中島 ゆき子	多賀城市総務部地域コミュニティ課 江口 豊 村上 瑠奈	多賀城市保健福祉部介護福祉課 志賀 和博 竹鼻 靖子 岩淵 みなみ
多賀城市西部地域包括支援センター 今野 まきこ(生活支援コーディネーター) 宮本 範子 (生活支援コーディネーター)	多賀城市保健福祉部社会福祉課 及川 貴子 藤田 愛香	

主催 | 住民主体の地域づくりを広げる事業実行委員会  
多賀城市保健福祉部介護福祉課

