

我がまちの支え合い活動 玉島地区

上成



このマップを活用して多世代で一緒に歩くことができ、ウォークラリーなどの新たに楽しめるアイデアも生まれています。

マップには見どころの写真も掲載し、地域に詳しい方からお聞きした情報も盛り込みます。

わがまちの様子

総人口	7,157人
高齢化率	25.3%
高齢者支援センター	玉島東
地域のトピック	地区社協の設立が昭和52年と、倉敷が一番歴史があります。住民運動会など、スポーツが盛んで、夜間の安全パトロールや土手の漏水対応など、地域の安全にも気を配っています。

これまで上成地区社協では「地域の子供たちは地域で育てる」という気持ちから、住民運動会などの世代間交流に力を入れて活動してきました。しかし、コロナ禍で大規模な交流事業の実施が難しい状況となり、代わりに取り組める内容を検討しました。

地域に目を向けると、密を避けてウォーキングをする人が増えていることから、多世代が活用できるお散歩マップの作成にチャレンジ。住民だから知っている景色がきれいなスポットや、花をきれいに育てている所、歴史がわかる石碑などの情報を盛り込み、楽しみが増えることで、家族で歩くきっかけにもなるような、新たな交流を目指します。

上成てくてくお散歩マップ



獲れたジャコは素揚げだけでなく、パスタにしたりスープにしたりと、新しい調理方法が考えられています。

コロナ禍以前の大会では、多く獲れたチームを表彰し、参加者全員にその場で食べられるジャコの素揚げが振舞われました。

乙島

わがまちの様子

総人口	6,291人
高齢化率	32.62%
高齢者支援センター	玉島東
地域のトピック	外出に困る住民に向けて、乙島らんらんというボランティアによる福祉無償運送が行われています。坂や細い道が多いという地域課題を、住民力でカバーしています。

高梁川の河口で獲れる穴ジャコのことを乙島では「乙島ジャコ」と呼び、地区社協主催で獲れた数を競う大会を毎年開催し、大人から子どもまで多くの住民が参加しています。穴に潜んでいるジャコを獲るにはコツがあり、経験がないと難しいのですが、大会では乙島が誇るジャコ獲り名人が獲り方を教え、事前に獲っていたジャコを素揚げにしてくれて、参加者に振舞ってくれます。

コロナ禍で大会が開催できない間も、名人は「やってみよう」という子どもたちに獲り方を教えるなど、楽しみを伝えることから自然な交流が生まれています。若い世代からは、ジャコの新しい調理のアイデアも出るようになり、楽しみをつなぐことから、地域のつながりが広がっています。

乙島ジャコ獲り大会

乙島東

乙島東小学校に設置された外付け階段。



実際に防災訓練で使用して、住民への周知を行いました。訓練では4階で保存食や防災グッズの展示を行い、防災の意識を高めています。

子どもたちも受け付けや検温など、できる事をお手伝い。活動を知った地域の方から野菜の提供もあり、色んな所で活躍が広がっています。



「あおぞら」という名前は、以前この地区にあった子ども会の名前。また自然に子どもが集える場所にしたいと思い込めてつけられました。

わがまちの様子

総人口	3,916人
高齢化率	27.58%
高齢者支援センター	玉島東
地域のトピック	高い避難場所がないという課題がありました。避難にいとまのない時の緊急避難用に、小学校の4階に通じる外付け階段が設置されました。市と協議を重ね、道路から階段に渡る通路も整備されました。

子ども食堂あおぞら

里親や保護司の活動も行っている乙島東地区の「天理教もたえのさと分教会」では、コロナ禍でつながることが難しい状況でも何かできることはないかと考え、令和3年5月から子ども食堂「あおぞら」を始めました。地域にお知らせすると、栄養満点の持ち帰り弁当は仕事帰りのママさんや近所の一人暮らしの高齢者など、様々な世代に喜ばれています。そこからできたつながりから、「パソコンの操作がわからなくて悩んでいた」など、暮らしの細かい困りごとも見えるようになり、ちよっとしたサポートにも広がっています。



井戸端食堂の様子。栄養学科の学生が参加したときは、学校で学んだ力を発揮してくれました。



健康教室の様子。会場にはテーブルや椅子以外にプロジェクターなどの機器もあるので、映像を映すことも可能です。



お店の外観は雰囲気が残っているのので、訪れる人からは「懐かしい」との声も。

玉島

わがまちの様子

総人口	8,764人
高齢化率	30.34%
高齢者支援センター	玉島中部
地域のトピック	孤立しがちな高齢者の見守りに力を入れており、小地域ケア会議でも通いの場の検討や、コロナ禍の柔軟な見守り方などを話し合っています。

TAMAYA TAMASHIMA

公会堂や集会所の活用以外にも、この学区ならではの人が集う場所が生まれています。昭和の雰囲気が残るレトロな街並みの清心町商店街にある元婦人服店「旧玉屋」では、様々な人に場所を開放してワークショップや高齢者の体操教室などが行われており、地域の集いや交流の後押しをしています。また、こちらで行っている井戸端食堂では、近所の高齢者や子育て世代など、世代や住んでいる地域も違う参加者が、「食」をきっかけに交流する機会になっており、自宅や職場、学校とも違う居場所を求めて訪れる人もいます。集まる場所が少ないという地域課題の解消を、地域に愛された「元店舗」を活用しながら取り組んでいます。



名前もみんなで決めた「いきいき元気柏島」。柏島地区では、通いの場から地域のつながりが続いています。



代表の太田さん（写真左）は愛育委員の活動もされていて他地区とのつながりもあり、そこで得たアイデアもサロンで活かしています。

柏島

いきいき元気柏島

柏島では、通いの場をテーマに、住民の力でこれまで把握できていなかった通いの場を発見したり、新たに立ち上がったりと、通いの場の数が急速に増えました。また柏島には、10年以上前から活動しているサロンもあります。「いきいき元気柏島」は平成18年頃から続いていて、季節を感じられる行事や、他の団体から得たアイデアを上手に活用しながら、予定もみんなで話し合って決めていきます。この場が個人と地域を結んでいるので、参加することで自然と情報が入り、困りごとがあっても、気軽に相談できる安心感が生まれます。

わがまちの様子

総人口	5,964人
高齢化率	37.29%
高齢者支援センター	玉島中部
地域のトピック	小地域ケア会議では、住民に伝えたい大切な情報を毎年「柏島ささえあいだより」にまとめ、民生委員や福祉協力員が連携し、全世帯に配布しています。



コロナ禍以前は、歌いながら体操を行っていました。歌のリズムに合わせてゆっくりと負荷をかけることで、体操の効果も上がります。



山で集めた花や木の実を使い、公会堂に飾っているリースも手作り。近くの幼稚園などにも贈りました。

玉島南

わがまちの様子

総人口	7,944人
高齢化率	34.93%
高齢者支援センター	玉島南
地域のトピック	海に近い黒崎村南町内会では、危機意識を持ち独自の防災マップを作成しており、この取り組みは他地区のマップづくりでも参考にされています。

玉島南高齢者支援センターの圏域では、高知県から広まった百歳体操に「うみ」や「みかんの花咲く丘」など、玉島南の地域を連想する童謡をつけ、ゆっくりと負荷がかかる独自の工夫をしています。「いきいき元気体操」が広がっています。令和2年11月から黒崎地区で立ち上がったサロン「フレッシュちゃんこら」でも、この体操を通じてメンバーが集まる機会になっています。バーが集まる機会になつていきます。パンの日以外でも趣味活動に誘い合っていて、山で採れた素材などを活用したガーランドやリース作りも行っていきます。それぞれの趣味活動が活き、お互いが自然と気にかける合う場にもなっています。

フレッシュちゃんこら

沙美

ビーチクリーンアップin沙美



近隣のお店や福祉施設の職員、他の地区からのボランティアも駆けつけてくれました。



家族での参加も多く、交流と清掃を兼ね合わせた活動となっています。



日本の渚百選に選ばれた沙美海岸は、住民にとって地区を象徴する大切な場所です。しかし、コロナ禍で海開きがされていない期間も砂浜を訪れる人は多く、放置されるゴミが問題になっていました。認知症や地域資源など、沙美の地域課題を検討してきた小地域ケア会議、通称「さみっと」でもこの問題を話し合いました。そして、沙美地区協が主となり、住民や学校、福祉施設などの力も加わり、綺麗な砂浜を守るための清掃活動「ビーチクリーンアップin沙美」を実施することになりました。

多くの人がゴミ拾いに関わることで、普段から砂浜清掃をしている方の存在を知ることもでき、地域を大事にする意識も磨かれました。

わがまちの様子

総人口	1,047人
高齢化率	47.18%
高齢者支援センター	玉島南
地域のトピック	認知症の方を地域で見守るために、小・中学校での認知症サポーター養成講座の開催や、声かけ模擬訓練を実施するなど、地域にやさしい意識が育まれています。



食材の買い物だけでなく、衣料品やATMなどもある大型スーパーなので、生活に必要なものを自分で選ぶことができます。車の乗降場所なども、協力的な店長さんが相談に乗ってくれました。

地域に向けてできることを取り組む「地域お助けキッズ」オリジナルバッジが贈呈されました。学校を卒業しても、地域を想う気持ちは続いていきます。



南浦

地域お助けキッズ 買物移動支援

わがまちの様子

総人口	794人
高齢化率	53.53%
高齢者支援センター	玉島南
地域のトピック	地域の見どころを紹介するお散歩マップに、防災の情報を追加する取り組みを行っています。マップを基に歩き、資源の把握にもつなげています。

南浦小学校は、小規模校のため子どもの数は少ないですが、普段から地域とのつながりは強い地区です。日頃から学校を支えてくれている地域に向けて、子どもたちには「地域お助けキッズ」として住民の集うイベント時に一緒に健康体操をしたり、高齢者に年賀状で元気を届けたりと活動しています。また、買い物ができる商店が少ないという地域の問題もありましたが、小地域ケア会議で話し合い、地元の小地域ケア協議会と話し合い、隣の大型スーパーに買物移動支援の車を走らすことができたようになり、課題はあっても普段からのつながりが南浦の暮らしを支えています。



長尾の有志による手作りの小物入れや人形などの作品は、お土産やくじ引きなどにして参加者を元気づけました。



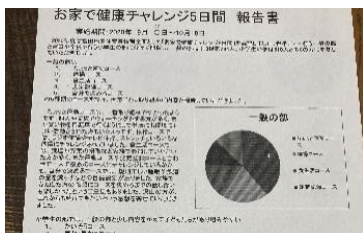
生活の場所がバラバラになった被災者が再開できる場であり、同じ地元でも関わることがなかった被災者がつながる場でもありました。

長尾

わがまちの様子

総人口	12,556人
高齢化率	19.74%
高齢者支援センター	玉島北
地域のトピック	小地域ケア会議では、見守りや防災の検討を行っていて、自主防災組織の情報共有なども行っています。また、地区社協でも防災講演会を開催し、住民への意識啓発も行っています。

ほっと笑待会
平成30年7月豪雨災害の直後、長尾地区には災害ボランティアセンターの本部が置かれました。その後は多くの被災者が長尾地区のみなし仮設住宅を利用していただくこともあり、様々な場面で住民による支援活動がありました。そのなかの一つに、玉島地区の心ほっとサポーターの有志や長尾地区の有志が協力し、住み慣れた真備から離れ、これからの生活への不安を抱えた被災者が交流して、玉島の住民ともつながる機会となる「ほっと笑待会」がありました。被災者を笑顔で招待して、気持ちの復興に寄り添い、時に被災者にも活躍してもらいながら、ほっとできる時間が生み出されました。



この取り組みには小学校の先生も参加し、地区全体でチャレンジを盛り上げています。アンケート結果も共有して、あとのフォローもきちんと行います。



アンケートを確認する富田地区社協の西尾会長。



5種類のコースを用意して、自分が取り組みたいものを選ぶ工夫がります。

富田

わがまちの様子

総人口	7,281人
高齢化率	31.52%
高齢者支援センター	玉島北
地域のトピック	地域の高齢者を招き、太鼓や演芸などのステージで元気を届ける「高齢者のつどい」を実施しています。災害後は被災者も招き、共に元気を分け合いました。

お家で健康チャレンジ5日間
コロナ禍で地域の活動が難しいなか、富田地区社協ではこれまでの活動をただ中止するのではなく、新たな取り組みを考えました。「お家で健康チャレンジ5日間」は、家族で誘い合って参加し、高齢者はウォーキングや家でできる体操、小学生はバランスのよい食事や歯磨きなど、それぞれでコースを決め、生活習慣や健康づくりなどの目標にチャレンジしました。アンケートでは「これからも続けたい」など前向きな声も。コロナの影響で集って行う交流ができなくなったり、企画がきっかけで会話が増えたり、生活を見つめ直すきっかけになったりと、個人の元気が地域の元気に繋がっています。

穂井田



食を通じて世代間交流ができるのも、料理教室の魅力です。



教室で行ったうどん作りのレシピは小地域ケア会議通信を通じて地域にも紹介しています。



わがまちの様子

総人口	1,440人
高齢化率	41.32%
高齢者支援センター	玉島北
地域のトピック	憩いの家では、夏休みに小学生を招いた茶道教室で、本格的なお茶の体験が行われていました。貴重な機会を大事にするため、今後は小学校の課外学習でも取り組む予定です。

男性料理教室

穂井田地区で続いている男性料理教室では、ちらし寿司やピザ、うどんなど、様々な料理にチャレンジしています。普段は料理に関わることが少ない男性が、魚のさばき方やレシピを覚えられるだけでなく、学童保育の子どもたちを招待した会食会にもつながっています。

野菜を作っている人が多いので、食材を持ち寄ってくれるのもこの地区ならでは。男性の活躍の場であり、仲間が増える場にもなっています。大切にしているのは「食」をきっかけとしたつながりづくり。仲間をつなぎ、世代をつなぎ、何より自分たちが楽しむために、穂井田の男性たちは、これからも新たな料理にチャレンジしていきます。



ささえあいのぽいんと その3

直接的支援から担い手の人材育成まで幅広く活躍「生活支援サービス団体連絡会」

倉敷市では、日々の生活のちょっとした困りごとに寄り添いながら支援を行う「生活支援サービス」が数多く生まれています。支援の内容も家事のお手伝いから外出支援や子育て支援など幅広く、それぞれの特徴を共有しネットワークを構築しながら支え合いを強化していくことを目的に「生活支援サービス団体連絡会」が開催されています。

地域の担い手の養成を目的とした「生活・介護支援サポーター養成講座」でも、様々な団体の活動紹介や実習の受入など、生活支援サービス団体の果たす役割が大きく令和3年度までに、約350名の方が地域の新しい担い手として、講座を修了しています。



生活支援サービス団体連絡会登録状況（令和4年2月現在）

サービス種別	団体数	実施主体
訪問支援	12	自治会・地区社協・NPO等
移動支援	2	NPO・地区社協
常設型居場所	1	地区社協
子育て支援	1	ファミリーサポート
認知症支援	2	個人ボランティア・NPO