

## 2 健康・福祉

区	地域コミュニティ協議会	活動名
北	南浜地区コミュニティ協議会（福祉部会）	ロコモ予防サポーター育成講座
中央	湊地区コミュニティ協議会	山歩きの会
中央	新潟地区コミュニティ協議会	まちなか健康（幸）づくり
江南	亀田西小学校区コミュニティ協議会	中学生登校時冬期ボランティア活動 ～冬期五味（支・愛・繋・合・協）出し活動～
南	大通コミュニティ協議会	高齢者生活支援事業 “思いやりネット”
西	坂井輪中学校区まちづくり協議会	各自治会に於ける高齢者を支える担い手の育成
西蒲	漆山地域コミュニティ協議会	漆山地域健康づくり事業

## 北区 南浜地区コミュニティ協議会（福祉部会）

活動名：ロコモ予防サポーター育成講座

### 活 動 内 容

Q この活動のきっかけとなった地域の課題は何ですか？

高齢化が進んでいる南浜地区において、健康寿命の延伸等が大きな課題となっている。

Q 課題解決に向けて、どのような目標を立てましたか？

中高年者が骨、筋肉、関節などの障害や疾患による移動機能の低下により、自立した日常生活が困難になると言われている。この予防に向けたロコモ予防運動等の普及を目指すとともに、地域に普及する人づくりを図る。

Q 目標達成のために、どのような活動を行いましたか？

ロコモ予防サポーター育成講座の開催

期 日 8月19日～11月18日 6回

内 容 リズム運動、レクリエーション、グループワーク、ミニ講座

参加者 66名

講 師 新潟医療福祉大学 小林量作教授、高齢者体力づくり支援士 宮北栄利子

Q 活動の際に、コミュニティ協議会の構成団体以外で連携・協力した団体等がありますか？

新潟医療福祉大学、新潟市北区社会福祉協議会、新潟市地域包括支援センター阿賀北

### 実 績・効 果

Q 活動によって、どのような効果がありましたか？

ロコモ予防運動等の普及を図ることができた。また、地域における運動の普及方法等について話し合うことができたとともに、地域の茶の間等の中で、運動を広めることができた。さらに、各自治会からの参加者の交流が図れた。

Q 活動を行う段階で、工夫した点や苦労した点はどんなところですか？

南浜地区内にある新潟医療福祉大学の指導を受けるとともに、北区社会福祉協議会、地域包括支援センター阿賀北との連携を図った。

Q 今後、どのように活動を展開していきますか？

参加者のロコモ予防運動等に関する知識・技術の向上を図るとともに、運動等の普及を図るためにロコモ予防サポーターステップアップ講座を開催した。引き続き人づくりに努めるとともに、健康寿命の延伸に努め、高齢者等が住みやすい地域づくりを目指したい。



## 中央区 湊地区コミュニティ協議会

活動名：山歩きの会

### 活 動 内 容

Q この活動のきっかけとなった地域の課題は何ですか？

屋内型の事業が多くなる中で、地域住民の健康維持と、健康増進を図る必要がある。

Q 課題解決に向けて、どのような目標を立てましたか？

郊外に出て、体力の維持・向上を図るための、低山地のウォーキングを計画する。

Q 目標達成のために、どのような活動を行いましたか？

地域住民に対し参加者を募集し、幅広い年齢層からの参加を得た。

日本百名山を踏破した地域住民の協力を得るとともに、マイクロバスをレンタルし、本会の職員が現地への送迎を行なった。

Q 活動の際に、コミュニティ協議会の構成団体以外で連携・協力した団体等がありますか？

### 実 績・効 果

Q 活動によって、どのような効果がありましたか？

参加者全員から大好評を得て、是非次回開催の要望が出された。  
普段は、コミ協活動に積極でなかった方々の参加もあり企画は成功した。

Q 活動を行う段階で、工夫した点や苦労した点はどんなところですか？

初めての企画であり、参加者の確保、年齢層の把握、実施地の選定に苦労した。

Q 今後、どのように活動を展開していきますか？

山歩きの他に、森林浴を楽しむような企画を考えてみたい。

# 中央区 新潟地区コミュニティ協議会

活動名：まちなか健康（幸）づくり

## 活 動 内 容

Q この活動のきっかけとなった地域の課題は何ですか？

運動習慣の無い高齢者の健康意識啓発。

Q 課題解決に向けて、どのような目標を立てましたか？

参加者の勧誘をいかに進めるか。

Q 目標達成のために、どのような活動を行いましたか？

各種団体、行政関係者と連携し、毎回 30 名以上参加者を募る。

Q 活動の際に、コミュニティ協議会の構成団体以外で連携・協力した団体等がありますか？

民生委員会、婦人会、地域包括センター、社協、行政。

## 実 績・効 果

Q 活動によって、どのような効果がありましたか？

予想以上の参加者あり

Q 活動を行う段階で、工夫した点や苦労した点はどんなところですか？

プログラム編成と出演者の交渉及び会場確保。

Q 今後、どのように活動を展開していきますか？

27 年度も継続し、定着化及び地域包括ケア活動に繋げて行く。



# 江南区 亀田西小学校区コミュニティ協議会

活動名：中学生登校時冬期ボランティア活動 ～冬期五味（支・愛・繋・合・協）出し活動～

## 活 動 内 容

Q この活動のきっかけとなった地域の課題は何ですか？

近年、少子高齢化が進行し、生活様式が多様化している中で、だれもが住み慣れた地域で自立した生活が送れるような地域の仕組みが必要だと感じたため。

Q 課題解決に向けて、どのような目標を立てましたか？

地域課題である高齢者世帯等のゴミ出しを取り組むことで学校・地域・行政の連携を図るとともに、中学生の福祉体験を通じて福祉に対する理解と関心を高め、また思いやりのある心を育てていくこと。

Q 目標達成のために、どのような活動を行いましたか？

地域の中には様々な社会資源（学校・自治会・民生委員・商店街・PTA・NPO・事業者）があるが、なかなかこれらの団体、個人が連携できないのが現状のため、中学生の登校時ごみ出しボランティアを行うことで、学校・地域・行政の連帯・協働を図った。

Q 活動の際に、コミュニティ協議会の構成団体以外で連携・協力した団体等がありますか？

亀田西中学校・地域包括支援センターかめだ・江南区社会福祉協議会・ライオンズクラブ

## 実 績・効 果

Q 活動によって、どのような効果がありましたか？

冬期ゴミ出しを依頼した高齢者からは「学生さんが訪ねて来てくれることで勇気が湧いてきたり、明るい気持ちになれた」などの感想があり、中学生からは「地域の役に立てた。ありがとうと声を掛けられてうれしかった」などの感想があり、双方に効果があった。

Q 活動を行う段階で、工夫した点や苦労した点はどんなところですか？

中学生の通学路と利用者（高齢者等）宅とマッチングさせるのに苦労した。中学生のボランティア希望者が多いのに対し、利用者（高齢者等）の周知が行き届かなかったのか希望が少なく、ボランティアの意識をもった人材をフルに活用できなかった。

Q 今後、どのように活動を展開していきますか？

この取り組みを通じて、中学生に思いやりの気持ちが育ち、また地域への関心が深まっていけば、将来この地域を支える人材育成にも繋がっていく。さらには地域課題の解決にも繋がっていくため、今後も少しずつ利用者を増やしていきたい。

ごみステーションに運ぶため、高齢者からごみ袋を受け取る亀田西中の生徒たち＝新潟市江南区

## 高齢者の雪道転倒防止



新潟市江南区の亀田西中学校の生徒たちが冬の間、地域の高齢者世帯のごみ出しを代行するボランティア活動に参加している。道路の凍結や積雪で転倒したりする恐れもある高齢者世帯の支援と同時に、中学生に福祉への関心を高めてほしいと、江南区が双方に働き掛けて始めた。2年目となる今年は対象地域も広がり、関わる生徒も増えている。高齢者からも感謝の声が上がり、評判も上々だ。

# ごみ出し生徒が代行

実施2年目 地域を拡大 感謝の声を励みに

亀田西中

午前7時。肌を刺すような寒さの中、1年生の中川瑞貴さん(12)、堺彩香さん(13)、喜藤茜理さん(13)の3人が部活の朝練前、通学路の途中にある渡辺次三郎さん(88)宅を訪ねた。おはようございますと元気にあいさつ。燃やすごみが入った袋を受け取ると、200リットルと先にあるごみステーションまで運んだ。

このボランティア活動は昨年、校区の一つである亀田西小学校区内に住む高齢者2世帯を生徒2人が担当し、計1日間実施した。今冬は、もう一つの早通小学校区にも対象地域を拡大。合計で4

世帯の高齢者から依頼があり、1、2年生8人で担当することになった。昨年12月から、各世帯の要望に応じて週2〜4日程度活動している。一人暮らしをしている渡辺さんは「足腰が悪いから、毎朝冬の雪道を歩くのがつらい。本当に助かる」と中学生たちに感謝する。3人は「お年寄りが重いごみを運ぶのは大変そうだと思っていた。人の役に立ててうれしい」と声を弾ませていた。

江南区では「地域によって事情は異なるが、高齢者にとっても、中学生にとってもメリットが大きい」と意義を強調。他に参加を希望する生徒も多いことから今後、対象校の拡大なども考え、活動を定着させていきたいとしている。

## 亀田西小コミ協 冬期ごみ出しボランティア



登校時に高齢者のごみ出しをお手伝い

亀田西小学校区コミュニティ協議会では、亀田西中学校の生徒がごみ出し困難世帯の冬のごみ出しを手伝う「冬期5味(支・愛・繋・合・協)出しボランティア」をモデル事業として行っており、さまざまな人たちの協力を取り組みが進められています。

1年目の昨年度は、ボランティアとして手を挙げた大勢の生徒の中から、登校時に対象者宅の近くを通る2人が実際に活動し、2月から3月の登校時、朝のごみ出しを手伝いました。

今年度は、同じ中学校区の早通小学校区コミュニティ協議会も参加するよ

うになり、期間も12月から3月中旬までに拡大。現在、1年生から7人、2年生から2人の生徒がボランティアとして活動しています。

その一人、2年生の今泉愛華さんは、「地域の人の役に立ちたいと思って始めました。喜んでもらえていたうれしいです」と話してくれました。

同コミ協で事務局長を務める間島さんは、「この取り組みを通じて中学生の心に思いやりの心が育ち、また、地域参加にも繋がっていけばうれしい。来年度以降も少しずつ取り組みを続けていきたい」と話しています。

平成24年2月19日号  
区役所だより「こうなん」  
報掲載記事



## 南区 大通コミュニティ協議会

活動名：高齢者生活支援事業 “思いやりネット”

### 活 動 内 容

Q この活動のきっかけとなった地域の課題は何ですか？

地域全体が、核家族を中心としたベッタウンであり将来の高齢化に伴い、老人世帯（1人暮らし）の増加する中で早くから事業（活動）に取り組む必要があると考えました。

Q 課題解決に向けて、どのような目標を立てましたか？

早期に事業（活動）を初め問題点の改善を含んだ生活支援システムの構築を図りました。

Q 目標達成のために、どのような活動を行いましたか？

同様な高齢者生活支援事業を展開している自治会の見学や行政からの資料の勉強会に出向き生活支援システムを構築しました

Q 活動の際に、コミュニティ協議会の構成団体以外で連携・協力した団体等がありますか？

### 実 績・効 果

Q 活動によって、どのような効果がありましたか？

支援を受ける側、支援スタッフも増加しており地域内での活動が徐々に増加してきている中で、地域内で思いやりによる相互援助の必要性が再認識されてきています。

Q 活動を行う段階で、工夫した点や苦労した点はどんなところですか？

活動項目、負担費用等の活動内容の選択に悩みましたが、他に活動している団体の事例を基に設定しました。

支援スタッフの確保については地域内で協力者を募集した所、思っていた人数以上の参加をいただきました。

Q 今後、どのように活動を展開していきますか？

活動開始から6ヶ月が経ち、支援時のトラブル対応や支援内容の拡大の必要性などの課題に対し、支援スタッフ達との会合を行い出来る内容での活動にしていきたいと考えています。

## 西区 坂井輪中学校区まちづくり協議会

活動名：各自治会に於ける高齢者を支える担い手の育成

### 活 動 内 容

Q この活動のきっかけとなった地域の課題は何ですか？

介護保険制度の見直しが見込まれる中、高齢者に対する支え合う体制が急務とされているものの、当地域の現状では、全く体制が整っていない。

Q 課題解決に向けて、どのような目標を立てましたか？

地域での高齢者を支える体制作りのため、活動に取り組むリーダーの育成を行う。

Q 目標達成のために、どのような活動を行いましたか？

1. リーダー育成講座を3回実施すると共に、意見の交換会を合わせて行った。
2. 現状を把握するためアンケート調査を行った。

Q 活動の際に、コミュニティ協議会の構成団体以外で連携・協力した団体等がありますか？

### 実 績 ・ 効 果

Q 活動によって、どのような効果がありましたか？

1. 担い手育成講座を3回行った後にアンケート調査を行った結果、地域内での高齢者の見守りに関心が高まった。
2. 地域内での安心安全な生活が過ごせるよう環境整備が期待された。

Q 活動を行う段階で、工夫した点や苦労した点はどんなところですか？

個人情報に関わる点も多く、アンケート調査に対し多くの自治会から回答が得られないと考えていたが、44自治会中43自治会から回答が得られた。関心の高さが覗かれる。

Q 今後、どのように活動を展開していきますか？

アンケート結果及び地域内の関心の高まりを勘案し、今回同様の研修を平成28年までの3年計画すると共に、高齢者の見守り支援を継続したい。



## 西蒲区 漆山地域コミュニティ協議会

活動名：漆山地域健康づくり事業

### 活 動 内 容

Q この活動のきっかけとなった地域の課題は何ですか？

地域住民の健康増進のため、運動する機会と場の提供を多くし、運動を継続する習慣づけが必要と考えた。

Q 課題解決に向けて、どのような目標を立てましたか？

できるだけ多くの参加者が継続的に参加をしてもらうこと。

Q 目標達成のために、どのような活動を行いましたか？

練習だけでなく、大会を実施し、日ごろの運動の成果が実感できるよう計画した。  
また、参加者を増やすため、回覧文書を工夫し、各自治会からも参加者の募集に協力をお願いした。

Q 活動の際に、コミュニティ協議会の構成団体以外で連携・協力した団体等がありますか？

漆山小学校

### 実 績 ・ 効 果

Q 活動によって、どのような効果がありましたか？

- ・運動をすることの楽しさ、運動の継続意識を感じてもらうことが出来た。
- ・地域住民の親睦・交流に役立つことが出来た。

Q 活動を行う段階で、工夫した点や苦労した点はどんなところですか？

練習だけでなく、他世代との交流・親睦を兼ねて、夏休みに子ども達へのカーリンコン教室を開催するなど、健康増進のみでなく、住民同士の連帯感の醸成も兼ねた点。

Q 今後、どのように活動を展開していきますか？

現行競技の①カーリンコン②グラウンドゴルフ③ソフトバレーボールの開催内容の検討及び競技種目を増やすことにより、参加者増をはかりたい。

