

うおずみ総合支援センター 実践報告 【魚住東地区】

魚住東中学校区まちなかゾーン会議の取り組みについて

【魚住東中学校区の傾向】

- **主食、主菜、副菜の摂取状況** 「食べない」の回答率が13%（市内で最も高い割合）
- **野菜摂取量** 「食べていない」の回答率が7%（市内で最も高い割合）
- **共食** 「とっていない」「ほとんどとっていない」の回答率が17%（市内で最も高い割合）



2022（令和4）年度 健康推進課「あかし健康プラン21（第3次）」のデータより

【テーマ】
フレイル予防（栄養）

- ・まちなかレシピの作成・配布
- ・孤食に関するアンケート調査
- ・ウォークラリーの開催
- ・教えて！ドクターうおずみの開催

栄養をテーマにした取り組み

栄養をテーマにした健康講座を開催 (全4回)

- ・女性の参加者が多い
- ・地域の通い場への参加が女性に比べて男性は少ない

男性向けの健康講座を企画

地域の男性にテーマを相談 ⇒「お酒」を切り口にする

地元の酒造会社に講師を依頼（高年クラブ会長につないでいただく）

「お酒」をきっかけに、健康、栄養の要素を入れた3回連続の講座を開催



3回の講座後、参加者同士がつながり集まるきっかけづくりとして座談会を開催 5名が参加

座談会で出た意見

地域活動で
担い手がいない

若い世代と
交流が少ない

こども向けの企画で
親を巻き込んでいる

1人暮らしで家事
(とくに料理) に困る

妻が急に倒れて食事の面で困った
慣れない家事がストレス

妻に献立の相談を
されるのが苦痛
配食弁当を取り入れた

スーパーで何を買えばいいのかわからない
洗濯機の使い方がわからない

アイデア

『男性が1人になった時に自立できるような講座をしてはどうか』

料理・買い物・洗濯など
初歩的なもの

講師には家事を得意とする男性を探してこよう

タコバスの時間も考慮



男性に企画運営・講師・受講者等の役割で参加してもらえよう企画し、男性のつながりをつくる

各地区の特徴

2024年度 新々田

うおずみ 総合支援センター

2022年度 錦が丘

- 坂道が多い
- 集会所が少ない
- 2丁目の高齢化率は52%
- 錦が丘中央公園を中心にまち協活動による多世代交流が盛ん

2023年度 青葉台

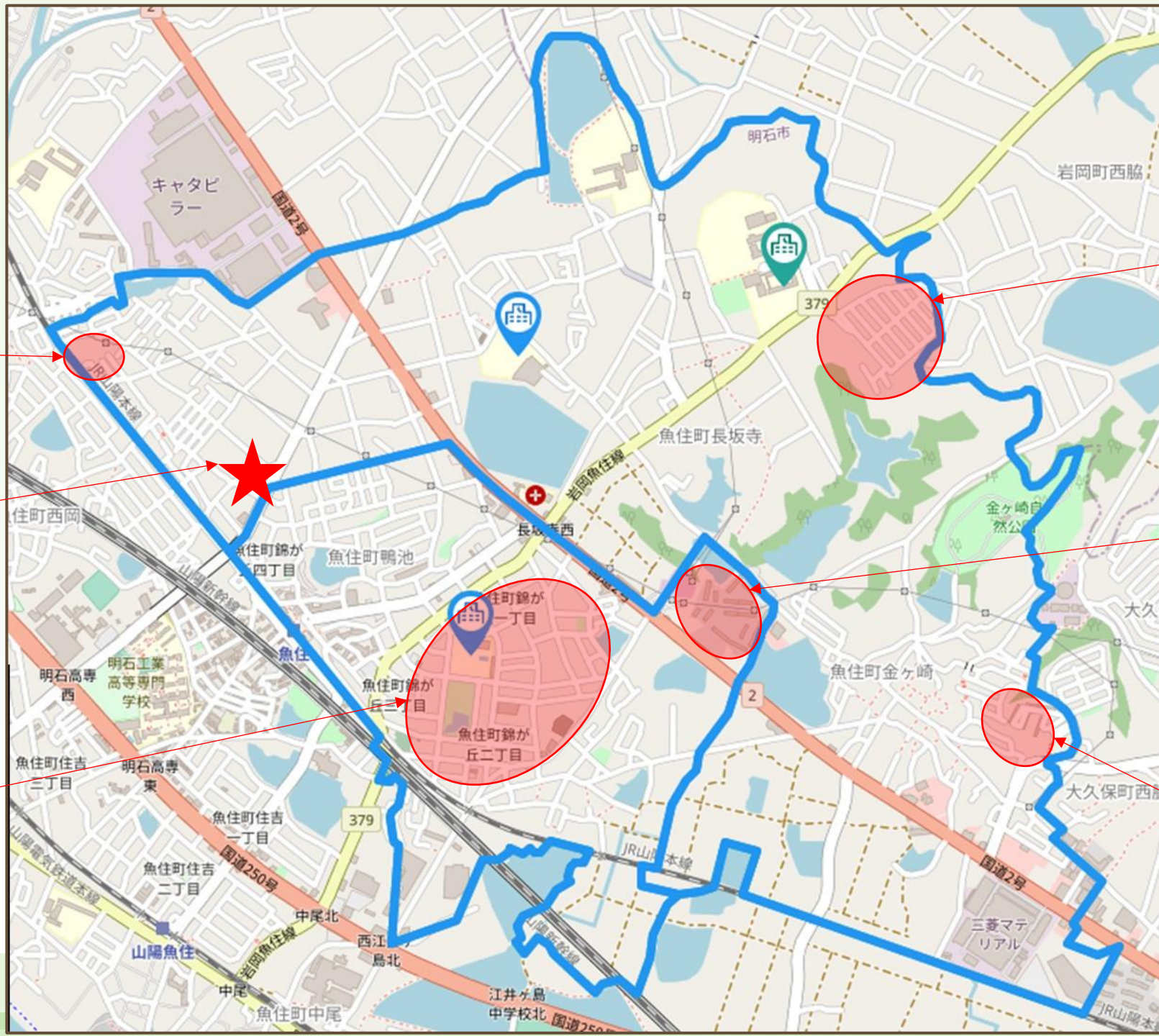
- センターから遠い
- センター認知度低い
- 入居40年が経過
- 高年クラブが活発で活動が多い
- 近くにスーパーない

2023年度 県住長坂寺

- 建替えに伴う転居あり
- 高齢者多い
- とくし丸の利用者を自治会が支援してくれる

2023年度 県住金ヶ崎

- 数年後に取壊し予定
- 自治会活動が減少
- 高齢者や障害者が残される
- 住民ネットワーク、家族の支援がある



新々田自治会について

【世帯数】
40世帯

【敬老会対象者】
26名（75歳以上）

【役員】
2名（会長・会計）

【活動】
総会・一斉清掃

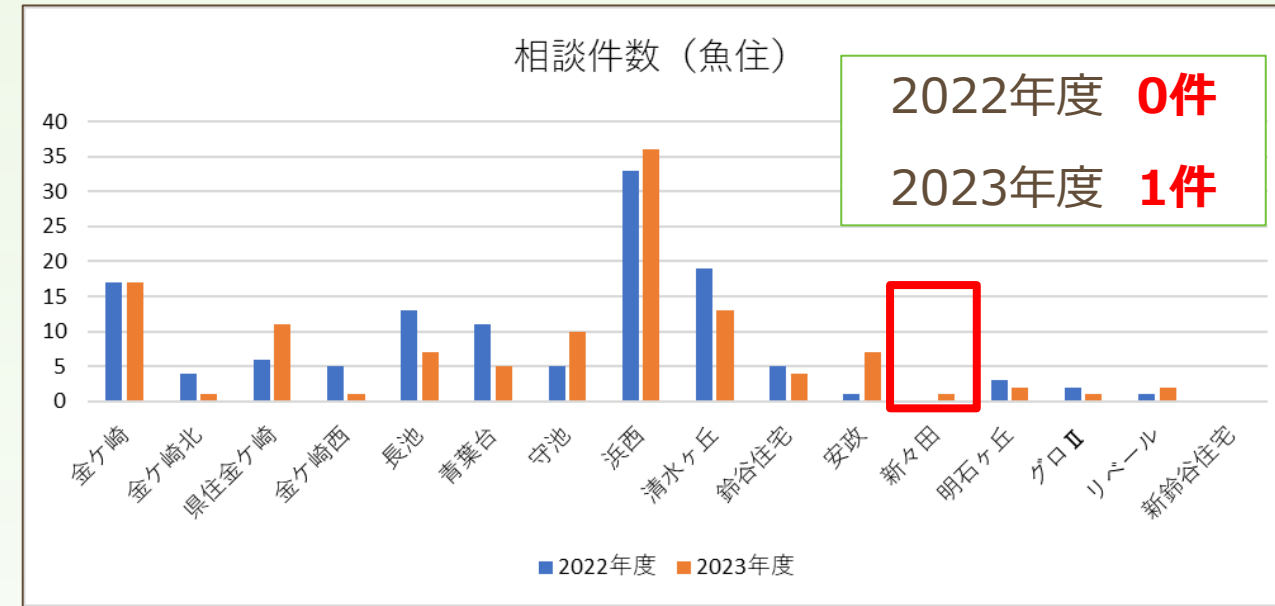
【集会所】
なし

【スーパー】
半径500m以内なし



住民の集まる機会が少なくセンターと住民の接点がない
住民の生活実態が把握できない

総合相談（新規）を集計



世帯の状況、個別のニーズは何か等
相談ケースを通じた住民の生活実態が把握できない。

取り組みの目的

現状や課題を把握し、必要に応じて
住民同士の助け合いのネットワークの構築に働きかける

実践内容

地区担当で自治会区域を実際に歩き
地形、周辺環境、家屋の外観等を確認する。



自治会連絡会に出席し、自治会長と関係を形成し
自治会の様子を聞き取る。



地区の民生児童委員から、自治会の様子を聞き取る。



自治会長、民生児童委員、地区担当で
自治会区域に関する意見交換を行う。

人通り、坂道の有無、ゴミ捨て場、自家用車・
住宅状況、移動手段、災害時の避難場所や
経路等について意見交換

自治会長も地域のことを把握できていない
地区の民生児童委員とつながりがない

地区の担当は2年前からで、自治会役員や
活動と接点がない
ひとり暮らし台帳登録者が少なく地域と関りが
少ない

お互いの知っていることを情報交換
44年前と現在の地図情報を共有することで
自治会の辿ってきた歴史、出来事等を共有

自治会長より

【運営面】

役員は古い住民の順に1年交代

会則や自治会名簿なし、世帯状況は把握できていない

全世帯を会員とみなし、回覧は全世帯を対象

【活動】

一斉清掃は一斉ではなく、世帯ごとに可能な時間に実施

住民同士の交流を図れる機会はない

昔はブドウ狩りや輪投げ大会等、住民の交流あり
古い住民同士は交流がある

【住民の実態把握に向けたアンケートをセンターより提案】

アンケート実施よりも、まずはセンターの周知が優先。

次回の総会に出席し、住民に向けて挨拶をしてはどうか。

民生児童委員より

【これからの関り】

ひとり暮らし台帳登録者が少なく、自治会とも接点を持てていなかった。台帳をきっかけに見守りや訪問がしやすくなるため、今後は自治会総会への出席等からつながりを持ちたい。

【防災の視点】

震災の体験から、世帯状況の把握は防災でも大切になるとを学んだ。誰がどこにいるのか把握することが共助にもつながる。

【見守り】

隣接する自治会でふれあい会食を実施中。会食を機に住
民がつながり、日々の会話から自然な見守りが生まれている。
民生児童委員としても、会食へのお誘い等、活動が増えると
関わる機会も増える。

今後に向けて

- 各団体で自治会の運営状況、地域の歴史や活動、古い住民のつながり防災における地域の課題等を共有できた。
- 自治会長と民生児童委員のつながりができ、お互いの現状を把握できた。民生児童委員が自治会総会に出席できる等、協力関係を築けた。
- 当センターとしても、自治会長との関係を構築し、自治会活動に入るきっかけを作ることができた。



今回の意見交換を足掛かりに、より多くの地域住民の声を聴き
住民の目指す地域の姿と一緒に考えていきたい。