

横浜市に「コミュニティサロン」を開設 交流の場づくりを通じた仲間づくり・まちづくりに貢献



神奈川県横浜市
三浦 紀子 (みうらのりこ)

【アドバイザー取得年】

平成22年、70歳で取得
(一社)神奈川県健康生きがいづくり
アドバイザー協議会(神奈川県)

【活動概要】

- 活動の趣旨(目的)
地域高齢者の憩いの場として、また三世代交流の場として、地域のまちづくりに貢献する
- 活動領域
手作り小物の販売とカフェ事業、各種講習会や講演会の開催、ノルディックウォーキングを通じた健康づくり
- 活動メンバー
10名の理事と、手作り作品を展示販売するレンタルボックスのオーナーの中から数名の方がスタッフとして活躍
- 活動の成り立ち(きっかけ)
神奈川県生のアドバイザーで関心をもってくれた方6名(均等に)に出資金を提供)で取り組むことを決意。役割分担をし、コミュニティサロンを開設
- 活動へのかかわり(役職・担当)
顧問
- 行政・他機関との連携
開設当初は区役所(区制推進課)、学校、地区センター、ケアプラザと連携。NPO法人に移行してからは、「横浜市介護予防、生活支援サービス補助事業」の助成を、横浜市健康福祉局地域包括ケア推進課、旭区高齢・障害支援課より受けている

- ②アドバイザーが講師となり、ノルディックウォーキング等健康をテーマとした講習会や相談会を開催。
- ③各種イベントの開催や他の団体の催しに積極的に参加協力する。
- ④ゆっくりコーヒー等を飲めるよう、カフェを併設。



▲手芸教室の様子。壁には、生徒の作品を展示

▶レンタルボックス50棚に手作りの販売作品が勢ぞろい

スタッフの協力もあり、笑顔とおもてなしの心でお客さまを迎え、店内はいつも明るい雰囲気です。また、開店後に、区役所やケアプラザ、商店連絡会などの連携ができたこともあり、マスコミから取材も受けるようになりました。その後、平成29年にNPO法人化し、現在に至っています。

私はサロンの創設者ではありませんが、現在、神奈川県生会長の役職に就いており、サロンに出向く機会が減っているのが現状です。けれども、約50名の会員の方々に協力いただきながら、また、アドバイザーやスタッフが力を合わせながら、地域の方々とともに運営していただいています。

◎地域包括ケアシステムの構築・今後の展望

アドバイザーが中心となって開設したコミュニティサロンの数はまだまだ少ないのが現状です。サロンは、地域住民が集う一つのきっかけとなるものです。行政と連携して、地域包括ケアシステムの一翼を担う役割を得られるよう、しっかりと地域に根付いた活動を推進していくとともに、こうしたサロンが各地で増えることを期待しています。

◎アドバイザーになって描いた夢を実現

30歳のころより、数十年休むことなくボランティア活動に従事してきました。アドバイザーの資格を取得してからは、高齢者をはじめ、地域のだれもが気軽に立ち寄れる憩いの場(コミュニティサロン)をつくりたいと思い、2年前から市内各所を見学してまわりました。その後、知人の紹介で場所を提供してもらえ、平成26年に無事コミュニティサロン(以下、サロンという)を開設することができました。あきらめずに頑張ってきたことで、夢を実現することができました。

サロンでは、以下のような取り組みも行っています。
①手作りの小物を展示販売できるレンタルボックス50棚を用意。作品展示会の開催を行う。

「健康生きがいづくり一座」で 楽しいふれあい交流



和歌山県和歌山市

市野 弘 (いのちのひろし)

【アドバイザー取得年】

平成12年、52歳で取得
和歌山県健康生きがいづくり
アドバイザー協議会

【活動概要】

- 活動の趣旨(目的)
高齢者施設や障がい者施設等の地域社会コミュニティで、心を和ませて、大笑いして、喜んでもらえることを励みに公演を行う
- 活動領域
主に和歌山市内
- 活動メンバー
健康生きがいづくりアドバイザー、主婦、高齢者など約100名
- 活動の成り立ち(きっかけ)
平成12年に、特技、一芸を持ったアドバイザーが集まり結成
- 活動へのかかわり(役職・担当)
和歌山県健康生きがいづくりアドバイザー協議会会長、「健康生きがいづくり一座」座長
- 行政・他機関との連携
公民館やコミュニティセンター等、自治体主催のセミナーやイベント等へも参加

バーが病床に倒れた際も、「舞台に立とう」という熱意で医師をも驚かせる回復を果たし、舞台上に復帰しました。この姿は観客にも伝わり、活動目的の確かさを証明しました。現在は観客だけでなく約100名のメンバーが携わり、お客さんにも演芸に参加していただく双方向の交流を心掛け、見ている人も、演技する人も一緒に楽しみ、感動でき、心も体も元気になれる舞台を目指しています。



▲施設で「元禄名槍譜・俄屋五番」の一芸を披露する94歳のメンバー



▲「それ!それ!」と、見ている観客と一緒になつての囃子(掛け声)で盛り上がる「南京玉すだれ」を披露するメンバーたち

◀司会を兼ねて進行する腰話術人形「タロサク君」が、座長の役割

◎アドバイザーの活動で得た仲間とともに、 楽しく笑顔いっぱい公演活動

「健康生きがいづくり一座」のメンバーは、アドバイザーの勤労者、主婦や退職された方などさまざまです。みな、芸事は素人ですが、仕事や毎日の家事等を行いつつながら日々練習に励んでいます。仕事や家庭を両立しながらの活動は大変ですが、自分たちの演芸で笑顔になる人がいて、自分たちも元気になれる。その実感がメンバーみんなの原動力になっています。まさに、健康と生きがいづくりの実践です。これからも「健康生きがいづくり一座」の公演を通じて、「ふれあい」「ささえあい」「たすけあい」の3つの愛を、共に分かち合いたいと思います。

◎お年寄りも、若い世代もふれあう、楽しむ

「健康生きがいづくり一座」は、アドバイザー自身の健康と生きがいづくりのために始め、設立20年となります。メン