

「霧島発 地域の絆」

第6弾

活動情報
特別号

き・ら・り

令和2年は、新型コロナウイルスの影響でイベントがで
きなかつたから、「きらり」
と輝くさまざまな活動の特集
を組んでみましたよ♪
あなた自身の健康や生きが
いづくりに、また、地域の活
性化の一助になれば幸いです。



地域の絆 Cheer up キャラクター

きりしまちこ
KIRISHIMACHIKO

特集

1

人の役に立てる喜びを！

～ムリなくできるボランティア活動～

特集

2

魅力ある地域をつくる！

～自治会や公民館、老人クラブ等の活性化～

特集

3

「人助け」のはずが 自分も支えられている！

～移動販売も「支え合い」～



霧島市社会福祉協議会

※この情報誌は、霧島市生活支援体制整備事業費により作成しています。

地域共生社会の実現に向けて



「霧島発 地域の絆」情報誌 き・ら・り の発行に寄せて、ご挨拶を申し上げます。

令和2年度は、世界規模で未だ猛威を振るう新型コロナウイルス感染症との闘いの1年でした。本市におきましても、感染拡大の状況を踏まえながら、様々な緊急対応策を講じてまいりました。ご協力くださいました市民並びに関係機関の皆様には深く感謝申し上げます。

特に、新型コロナウイルス感染対策において、集会やイベント等の実施が困難な状況の中、地区自治公民館及び自治会の関係者、また民生委員・児童委員におかれましては、地域のサロン活動や見守り活動など十分な活動が行えず、ご不安やご心配があったのではないのでしょうか。

そのような中、生活支援体制整備事業を委託している社会福祉協議会から、生活支援コーディネーター等が日頃の地域活動の情報収集から、優れた活動等について情報発信ができないものかとの提案を受け作成に至りました。「霧島発 地域の絆」情報誌 き・ら・りが皆様の地域づくりの一助になれば幸いです。

さて、令和3年度から第9期高齢者福祉計画・第8期介護保険事業計画が3か年の期間始まります。平成12年にスタートした介護保険制度は、3年を1期とした第7期21年が経過しました。その間、年金や医療、介護・障害福祉等の社会保障給付費が年々増加しており、令和7年には団塊の世代が75歳以上となり、介護や医療のニーズがさらに高まることが予想されています。

本市の高齢者人口も令和2年9月末現在で、34,437人（高齢化率27.6%）と毎年600人程度の増加で推移しております。横川地区、牧園地区、霧島地区、福山地区は高齢化率が40%を超えており生活上での困りごとなどが懸念されます。一方で、本情報誌でも紹介されているように、地域づくりの担い手の多くは65歳以上の高齢者であり、今後も、ますますその役割が期待されています。

本市としましても、高齢者をはじめ市民の皆様の健康づくりや生きがいづくりの取組みをさらに強化し、互いに支え合う「自助・互助・共助・公助」の考え方に基づく「地域包括ケアシステム」を深化・推進して、子どもから高齢者まで世代や立場を超えて生き生きと暮らせる地域共生社会の実現に向けて取り組んでまいります。

令和3年3月

霧島市長 中 重 真 一



目次

ご紹介したい取組がたくさんありましたが、全部載せられなくて、ごめんなさい。
掲載できなかった取組は、また別の機会でご紹介できたらと思います。
また、インスタグラムでもいくつかご紹介していますので、巻末のQRコードから、ぜひご覧くださいね♪



1) はじめに

- ① 「地域共生社会の実現に向けて」 霧島市長 中 重 真 一 …… P. 1
- ② 「地域福祉の推進に向けて」 社会福祉法人 霧島市社会福祉協議会 会長 福 永 洵 …… P. 2

2) 特集1：人の役に立てる喜びを！ ～ムリなくできるボランティア活動～

- ① ボランティアポイント制度を活用したスクールガードの取組
～国分北圏域 小畑地区～ …… P. 6
- ② それぞれができること ゴミ出しからうまれたモノ ゴミ出しお手伝い支援
～霧島圏域 駅前自治会～ …… P. 8

3) 特集2：魅力ある地域をつくる！ ～自治会や公民館、老人クラブ等の活性化～

- ① サロン活動から広がる地域住民の輪 ～霧島圏域 中央地区自治公民館～ …… P.12
- ② 長寿の喜びを分かち合える仲間づくり 「崎山いきいきクラブ」の誕生！
～霧島市老人クラブ連合会 横川支部～ …… P.16
- ③ 地区社協を活用した地域づくり 大所帯公民館の細やかな工夫
～隼人南圏域 富隈地区自治公民館～ …… P.20

4) 特集3：「人助け」のはずが自分も支えられている！ ～移動販売も「支え合い」～

- ① たくさんの「思いやり」が積み重なって…笑顔 ～溝辺町物産館 よこでーろ～ …… P.27
- ② 「選ぶ」楽しみ・喜びをいつまでも ～生活協同組合コープかごしま 国分店～ …… P.28
- ③ 笑味ちゃん号がつくる 愛情行き交う集いの場
～JAあいら・あいら共同株式会社～ …… P.29
- ④ 買い物に困らないまちづくりへ セブンあんしんお届け便の活躍
～セブン-イレブン 国分新町店～ …… P.30
- ⑤ 初めの一步は「絆」から ～日当山無垢食堂～ …… P.31
- ⑥ 売り手と買い手の垣根を超える「絆」 ～石野商店～ …… P.32



地域福祉の推進に向けて



わが国では、老々介護や高齢者虐待、介護者の自殺等が社会問題となり、「介護は家族で」から「介護は社会全体で」をキャッチフレーズに、平成12年度に介護保険制度が発足し、高齢者等の生活を支える大切な仕組みとなりました。

また、国におきましては、制度が永続的且つ安定的に運営できるよう「地域包括ケアシステムの構築」を目指し、質の高い医療・介護サービスの提供、認知症高齢者対策、介護予防も含めた健康・生きがいづくり等さまざまな施策を推進しているところです。

昨今、厚生労働省は、介護分野のみにとどまらない『地域づくり3部作』として、①集い ～高齢者が集えば、地域が変わる～ ②互い ～互助を見つける、互助を育む～ ③知恵を出し合い ～多職種が知恵を出し合い、地域の課題を解決する～ を強く推進していくという基本方針を打ち出しました。

霧島市におきましても、地域のひろば推進事業等による「住民の通いの場の充実」、介護保険ボランティアポイント制度や地域見守り支援員制度等による「住民同士の互助活動の推進」、地域ケア会議等による「多専門職種による知恵の出し合い」等、地域づくりを推進しているところです。

さて、令和2年は、新型コロナウイルスの影響により、自治会や公民館等での地域活動や大人数の集まるイベント等さまざまな活動が中止・延期・規模縮小等せざるを得ない状況となりました。霧島市ならびに社会福祉協議会では、平成30年度より開催してまいりました「霧島発 地域の絆」プロジェクトも、予定していた事例発表会等を中止させていただいた次第です。

しかし、コロナに負けず、精一杯活動に取り組まれるみなさまの姿に背中を押され、今年度はプロジェクト第6弾として「活動情報特別号 き・ら・り」を発刊することといたしました。

みなさま自身の健康づくり・生きがいづくりに、また、それぞれの地域の活性化等にご活用いただけたら幸いです。

最後になりますが、発刊にあたりご多忙の中快く取材に応じてくださったみなさま、貴重なご意見やご提言をいただきましたみなさまに対しまして、心から御礼申し上げます。

令和3年3月

社会福祉法人 霧島市社会福祉協議会
会長 福 永 洵

特集1

人の役に立てる喜びを!

～ムリなくできる
ボランティア活動～

押ボタン式

お知らせコーナー

Part 1

あなたの地域でも、 「地域のひろば」に 取り組んでみませんか?



地域のひろばは、気軽に集まれる場所で、お茶を飲んだり、体操をしたり、健康づくりや仲間づくり、役割づくりや居場所づくり…etc。

いつまでも元気で暮らせるよう…、いつまでもここで暮らせるよう…、そんな活動を支援します。

【目的】

公民館など地域の中の誰でも集まれる場所で、健康づくりや介護予防のために、地域のみなさんが自主的に定期的な集い・交流の場を創出できるよう支援を行います。

【対象】

地区自治公民館、自治会（複数の自治会等が合同で実施することも可能です。）

【補助対象となる活動】

- ◎高齢者を含む集いの場（いきいきサロン活動）
 - ◎健康運動普及推進員・食生活改善推進員の協力による健康体操、料理教室等、健康づくりや介護予防に関する活動
- ※他の補助金を受けている活動は含みません。

【活動方法】

地域の役員や世話係的な人材が中心となり企画・運営を行います。
自主運営型の取組が困難な場合、企画・運営を身近な介護事業所のライフサポートワーカーに委託し、地域の方と話し合いながら、企画・運営を行うこともできます。

【補助金額】

人口規模や活動内容に応じて、22,500円～上限 100,000円を補助
※事業終了後（年度末）に、精算を行い、残金がある場合は返金。

【対象となる経費】

- ・講師等の報償等
- ・事業に必要な事務用品等の消耗品費
- ・暖房用の灯油代等の燃料費
- ・食糧費〔**飲食代等**〕
〔※ただしアルコールは不可。〕
- ・チラシなどのコピー代等の印刷製本費
- ・使用料**及び賃借料**（会場使用料、バス賃借料、設備リース料等）
- ・**原材料費**（食材費等）

令和2年度より、
変更いたしました。



※地域のひろば事業は霧島市市民活動総合補償制度の保障対象となるので、通常は保険は不要です。
※国の会計監査の対象となりうるので、領収書と出納簿は5年間は必ず保管しておいてください。

詳細は、社会福祉協議会 地域福祉課（直通45-1620）まで

介護保険ボランティアポイント制度とは

高齢者（65歳以上）が行ったボランティア活動に対し、ポイントを付与し介護保険料負担軽減資金を付与する制度です。



- ① 参加登録書を市に提出された方に、ボランティア手帳を交付します。
- ② 手帳の交付を受けた方は、毎年度1回以上、市が指定する研修の受講が必要です。
※令和2年度は、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、研修に代わりアンケートを実施。
- ③ 「霧島市介護保険ボランティア受け入れ機関等一覧」に記載されているポイント付与対象施設、もしくは、地域のひろばでのボランティア活動がポイント付与の対象となります。
- ④ ボランティア活動1時間につきスタンプ1個（100ポイント）、1日2個（200ポイント）が上限です。
- ⑤ スタンプが5個（500ポイント）以上ある場合100ポイントを100円として交付、7,200円が上限です。

※詳細については、霧島市社会福祉協議会 ボランティアセンター（直通電話：45-1620）まで

老人クラブの役割である「あいさつ運動」の日以外に立哨を行ってくれる人がいるか多少不安もありましたが、幸いにも「誰かの役に立ちたい」と言って下さる方が多く、私たちからの提案に快く賛同していただきました。そして、活動につなげるため、



小畑自治会長兼民生委員 蔵元 悟さん(67)

- ① 国分北小の青山校長先生に「ポイント付与対象施設の申請」を依頼
- ② 地域のひろばへ社協職員に来てもらい、ボランティアポイントの説明
- ③ 希望者にボランティア手帳の交付
- ④ 都合の良い登下校時間に立哨し、手帳に日付を記入してもらう
- ⑤ 地域のひろば時にボランティア手帳を集め、自治会長がまとめてポイントをもらいに学校へこういった手順で進めているところです。



ボランティアさんたちの声



田畑 公子さん (79)

始めのうちは、通りかかる小学生が照れてしまって、なかなかあいさつを返してくれませんでした。今では小学生側から大きな声であいさつしてくれます。この活動で地域の子供たちの成長を実感しています。



有里 サチ子さん (84)

誰も立っていない時は、車がスピードを落とさず過ぎ去りますが、我々が立っているとスピードを落とすだけでなく、子供がいなくても止まってくれる車があるので、この活動が子供の命を守っていると感じます。



児玉 ミヨ子さん (80)

だいぶ前に、親の介護のためにこの地域に戻ってきました。今、子供たちと触れ合えるこの活動がとても楽しいです。子供たちの役に立っているという喜びが、いつまでも元気で暮らせる励みになっています。

青山校長先生より

国分北小に来て3年目となりましたが、あいさつ運動での老人クラブの方々をはじめ、地域の皆様のご協力が非常に厚いことに心から感謝しております。こういった活動を通じて、児童たちの「思いやりの心」を育むだけでなく、一人でも多くの児童が、この地に生まれ育ったことを誇りに感じ、この地域で生涯過ごすだけでなく、地域振興に寄与してくれたら幸いです。



蔵元さん 民生委員としての将来展望

こうした活動を通じて、高齢者と子供たちの「顔の見える関係」を築くとともに、民生委員として、将来的には、独居者等への訪問など、子供たちと一緒にできるようになればいいなあ。

ボランティアポイント制度を活用した スクールガードの取組



国分北圏域 小畑地区



国分北小学校は、昭和四十五年に清水小学校・郡山小学校・東襲山小学校の三校を統合し、昭和四十七年に現在の校舎が新設され、その後、生徒数の増加に伴い、平成九年に青葉小学校が分離新設されました。
何十年前から、老人クラブによる毎週月曜の朝七時頃から約一時間行われる「あいさつ運動」が現在も続いています（各老人クラブの立哨場所については左図参照）。小畑老人クラブでは、八十名の会員の中から約十



小畑老人クラブの連絡帳

小畑老人クラブ会長の田畑建造さんは、「もう十八年もの間、会長をしてきましたが、段々子供は減っていくのに高齢者は増えていきます。子供たちの安全な登下校を守っていくのは、我々高齢者の大切な役割の一つ。こうした子供たちとの触れ合いを通じて老人クラブの活性化につながってくれたら。」と語られました。
また、子供たちを守るためには、月曜以外の日にも立哨する必要があるのではないかと、小畑自治会長兼民生委員の蔵元悟さんの呼び掛けで、令和二年度より、会員自身が都合の良い日・都合の良い登下校の時間帯に、自分のできる範囲で自主的に立哨を行うこととなりました。その際、ただボランティアとして活動するだけでなく、自分の活動が形に残るよう、霧島市介護保険ボランティアポイント制度を活用することにしたそうです。

その日あったことをノートに記載し、来週の担当者に横断旗とノートを手渡すようにしているそうです。
五名が二名ずつ交代であいさつ運動に参加して



小畑老人クラブ会長 田畑 建造さん(84)

ゴミ出し支援者

公民館長を辞める時にゴミ出し支援の制度が始まり、私も力になれば…と始めました。仕事前に寄っていくことが多いです。もう3年7ヶ月になります。一人暮らしの方なので、朝声掛けをしてからゴミ袋を回収しています。



田方 重樹さん(65)

ゴミ出し依頼者

朝ゴミ出しをするとき、気分が悪くなったことがありました…。それから田方さんが「持って行くよ～」と快く引き受けてくれました。ありがたいです。ゴミは重いし、ゴミステーションまでは遠いので本当に助かっています。



薬丸 ナミエさん(86)

ゴミ出しスタート



田方さんは、薬丸さんからゴミ出ししてほしいと依頼の電話を受け、お宅へ向かいます。田方さん宅より200mほど離れた薬丸さんのお宅へゴミ回収にきました。今日は自治会長 清川さんも同行です!! 薬丸さん宅までは下り坂になっています。

いつもありがとうございます♡



薬丸さんの元気な姿も確認し、ゴミ回収です。「ゴミ袋は2つまでにしてね～たくさ

おはようございま～す♪



「おはようございま～す」と薬丸さん宅に声掛けです。「おはようございま～す♪」と薬丸さんの声も聞こえてきました。

んは持っていけないからね～」とお願いしているんですよと田方さん。ゴミは貯めないようにという心遣いが伺えます。



薬丸さんはいつもゴミを分別して、ゴミステーションへ持っていくだけの状態で玄関の前に置いています。

自分でできる範囲のことはきちんとされている様子でした。



ゴミステーションまでは100mほど。坂もあり砂利道もあり、重いゴミを運ぶには困難な道を今日は手作り台車に乗せて運びました。

「いつもは車で運ぶことが多いんだけどね～」と言いながらゴミステーションへ向かいました。



湯之宮自治会と共同で使っているゴミステーションへ到着!ゴミ出し完了です。

おわりに…



ゴミ出しお手伝い支援は、ゴミを代わりに捨てるだけでなく『日頃の安否確認や見守り』『大雨や台風など有事の声掛け』にも繋がっています。

また、ボランティアですが、補助金によりお手伝いする側・される側が『お互いさま』の気持ちで活動を継続しています。

ただゴミを捨てるだけでなく、『行政・地域・住民それぞれができること』を最大限に活かしたゴミ出しお手伝い支援は、**住み慣れた場所で生活続けることができる地域の支え**となっているようです。

それぞれができること ゴミ出しから生まれたモノ ゴミ出しお手伝い支援

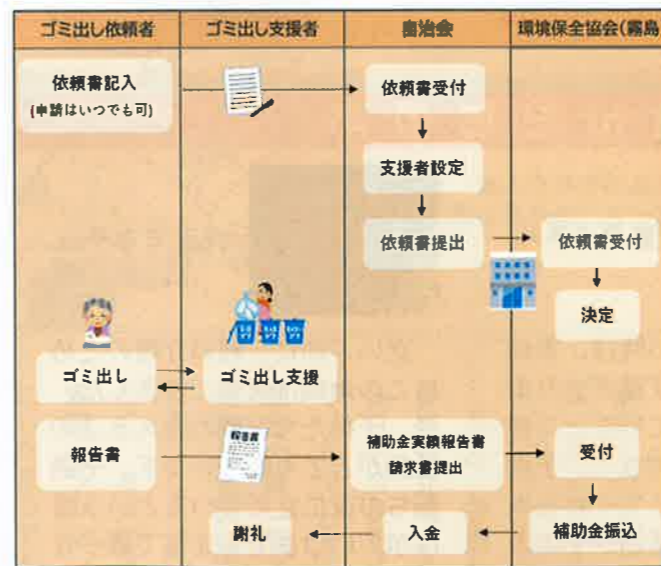
行政ができること…
地域でできること…
住民としてできること…
それぞれができること…

霧島圏域 駅前自治会

霧島市霧島地区では、平成十九年度から『ゴミ出しお手伝い支援』を環境保全協会 霧島支部(霧島総合支所 市民生活課内)が主体となり行っています。高齢や障害等でゴミ出しが困難な家庭を自治会内でサポートする取組です。ゴミ出しが困難な方からの依頼により、自治会は、ゴミ出しのお手伝いをしてくれる人を探し支援をお願いします。年度末には、申請件数に応じた補助金が自治会へ交付されます。

この『ゴミ出しお手伝い支援』制度を考案した経緯を霧島総合支所 市民生活課へ尋ねたところ、自治会長や介護ヘルパーから「ゴミ出しで困っている高齢者がいる」との相談が重なったことがきっかけだったそうです。介護保険でできることを考える前に、まずは身近な地域

■ゴミ出しお手伝い支援イメージ■



で支援していくことができなにかと今の支援の形に繋がったことでした。高齢等で生活に困り始めるのは、ゴミ出しからと言われています。ゴミ出しを支援することで、定期的な家庭を訪問するため、いち早く生活のサポートにも繋がっています。自治会と連携することでも多くの支援の輪に繋がります。一日でも長く住み慣れた地域で生活ができる大切な地域資源の一つとなっています。



自治会長 清川 真人さん(65)

ゴミ出しお手伝い支援は、霧島地区駅前自治会で3件申請しています。自治会のゴミステーションは1ヶ所しかなく、隣接している湯之宮自治会のゴミステーションも共同で使うことができますが、自宅とゴミステーションまで離れている方がほとんどなので車でゴミを捨てに来られます。霧島地区は高齢者が多いので助け合うことが多いです。

ゴミ出し支援の補助金は、支援者へ渡しています。お互いさまの精神ですね。

霧島地区駅前自治会にご協力いただき、日々のゴミ出しお手伝い支援についてご紹介いたします。

10月のある日、少し肌寒い晴れた早朝から取材に応じて下さいました。



特集2

魅力ある地域をつくる！



～自治会や公民館、
老人クラブ等の活性化～

お知らせコーナー

Part 2



ニュースポーツで いい汗 かきませんか？

～ニュースポーツ用品のレンタル 始めました～



ニュースポーツや脳トレなどの道具が
全50種類超！

レンタル費
無料

※社協各支所にも、いくつかございますので、
最寄りの社協支所へお問合せください。

霧島市社会福祉協議会では、「地域の絆」づくりに取り組んでいるところですが、「地域の活性化」や「地域住民の健康増進」等につながればと、ニュースポーツ用品の貸出を始めたところです。地域のひろばやふれあいいきいきサロン、老人クラブ等でご活用いただけたら幸いです。

ご不明な点等ございましたら、下記までお気軽にご連絡ください。

お問い合わせ先

〒899-4332 霧島市国分中央3丁目33-10
霧島市社会福祉協議会 地域福祉課

TEL:0995-45-1620(直通)
FAX:0995-47-6101

サロン活動から広がる 地域住民の輪



霧島圏域 中央地区自治公民館

「サロンをやってみよう」と思っても、一人ではできることが限られてしまいます。民生委員として共に活動している青木さんの力と、市老連での経験が豊富な武藤さんの力を借りながら、準備を進めました。

いざ、始めてみると、「私も手伝うが!」とたくさんの方が動いてくれるので、今では、名ばかりの会長です(笑)



中央地区いきいきサロン会長
下和田 ちづ子さん(70)
(民生委員)



サロンが始まってすぐ、芳輝さんが「介護予防事業等の経験があるので、私ができることならなんでもやりますよ!」と定期的な体力測定や健康講話等の専門職の手配など行っています。すでに退職されていますが、まだ講師としてアチコチから引っ張りダコ(右写真)です。

明子さんは、まだ現役バリバリの看護師で、サロンに来られた方々の血圧測定や生活状況の聞き取り等健康チェックを行っています。



サロン事務局・中央地区シニアクラブ会長
大西 明子さん(72)・大西 芳輝さん(74)
(現役看護師) (理学療法士)



芳輝さん曰く、「引退したらサロンを開きたいと思っていたんですよ。下和田さんのおかげで、地域貢献する良い機会ができました。」



武藤 ハツ子さん(86)
(元市老連 副会長)

良き相談役

会長の下和田さんが、心から頼りにしているお二人です。



青木 学さん(59)
(民生委員)

いろいろな特技を持った住民が、
サロン運営を担ってくれる仲間たち
こんなに居たんだなあ

私は、自分の健康づくりや生きがいづくりのために参加するようになりましたが、検温やお茶出しなど、自分のできることはできるだけ手伝うようにしています。



川畑 嬉美子さん(76)

これまで少数の公民館・自治会役員で地域活動を切り盛りしなければなりませんでした。この活動のおかげで、たくさんの方が協力してくれるようになりました。この団結力を活かして、高齢者の介護予防や見守り、青少年育成、災害対策など活動の幅を広げていきたいです。



武藤 重憲さん(79)・岡留 多久美さん(70)
(公民館長) (元自治会長)



吉永 廣行さん(70)
(吉永商店 代表 ほか)

多芸多才なお二人

地域には、いろいろな特技を持った方々がいらっしゃいます。そんな方々が、腹話術や薩摩狂句等で、サロン活動をおおいに盛り上げてくれます。



潤 政美さん(72)
(市スポーツ推進委員協議会会長 ほか)



霧島川支流の狩川



きりしま足美の湯

霧島神宮駅は、霧島神宮をモチーフに朱色を基調とした駅舎で、入口に構えられた鳥居やまるで本殿へと続くかのような改札口、駅舎前を流れる狩川や駅舎横の癒しの足湯「きりしま足美の湯」など、住民の重要な移動手段のみならず、地元住民や観光客の憩いの場としても賑わっています。

この霧島神宮駅周辺が中央地区自治公民館で、「駅前」、「梅北」、「サンビレッジ団地」の三つの自治会で構成された二百二十一世帯、人口四百四十三人(令和二年十二月一日現在)の地区自治公民館です。

令和元年度より、地域のひろば推進事業に取り組んだところ、その運営に携わってくれる住民が増えただけでなく、地域のひろば(サロン)に参加していない高齢者の見守りをどうするか、もし大雨で狩川が氾濫した場合どうするかなど、地域としての取組をどうしていくか考える機会も増えてきているそうです。



駅舎入口の鳥居



改札口

地域のひろば

『中央地区いきいきサロン』のはじまり



公民館縁側で談笑する
新森さん(88・写真左)と
民生委員の下和田さん(70)

令和元年度、駅前自治公民館の縁側で、新森さんが「こげな良か場所があつとに、全然使わんなんてもったいないねえ」と、ご近所の方と話していたのを耳にした民生委員の下和田ちづ子さん「そしたら、月一回くらい、茶飲みや体操ができるようにしてみようか?」と、地域のひろばを申請することになった。そうはいって見たものの、サロン経験がないので、霧島市老人クラブ連合会副会長(当時)の武藤ハツ子さんに相談しながら準備を進めることとなりました。



霧島神宮駅近くより、高千穂峰を臨む



駅前自治公民館

全員はご紹介できませんでしたが、まだまだたくさんの協力者がいらっしゃいます。

自分の体力を知ることが、介護予防の秘訣！

中央地区いきいきサロン
体力測定表

測定日 2020年 月 日

氏名 性別 男・女 年齢

項目	記録	備考
身長	cm	
体重	kg	
血圧	最高血圧 最低血圧	
脈拍		

項目	1回目	2回目	備考
① 握力	kg	kg	
② 握力片足立ち	秒	秒	
③ フラットパルク	cm	cm	
④ 膝関節	cm	cm	
⑤ 膝下伸テスト	cm	cm	
⑥ ペグ 手前→奥へ	秒	秒	
⑦ 30秒イス立ち上がりテスト	回		
⑧ 膝が足歩行(3.0m)	秒		

大西さんの理学療法士としての知識や長年の経験に基づいて作成された体力測定表(上)と、後日参加者に配る評価(下)により、体力を「見える化」します！

中央地区いきいきサロン
体力測定表

測定日 2020年 9月18日

項目	1回目	2回目	実測平均値	基準値(70~74才)
① 握力	20.9kg	18.9kg	19.9kg	19.0kg
② 握力片足立ち	18.8秒	18.8秒	18.8秒	10秒
③ フラットパルク	21cm	21cm	21cm	21cm
④ 膝関節	21cm	21cm	21cm	21cm
⑤ 膝下伸テスト	21cm	21cm	21cm	21cm
⑥ ペグ 手前→奥へ	24.8秒	24.8秒	24.8秒	20秒
⑦ 30秒イス立ち上がりテスト	7.6回	7.6回	7.6回	8.3回
⑧ 膝が足歩行(3.0m)	19.8秒	19.8秒	19.8秒	17秒

あなたの結果 基準値(70~74才)

このグラフのデータ整理は、事務局職員が担当して実施します。ご自身の体力の目安としてご利用ください。(計測誤差)

体力測定スタート！



ファンクショナルリーチテスト

自らバランスを崩す動きをして転倒リスクを調べます

片足で何秒立てますか？

バランスも老化のパロメーター

大西さん製作の測定器具

落下棒テスト(奥) 反射神経の測定

ペグ(手前) つまんだり離したりする機能の測定

30秒イス立ち上がりテスト

など約十種類の項目を測定します

「記録」は参加者の大切な役割です！

もしも… のときに備えて



中央地区は、未曾有の大雨の際には、駅の裏の山が崩れ狩川をせき止めてしまふ恐れがあり、土砂災害や水害等に備え、日頃の準備を進める必要があります。

中央いきいきサロンでは、そうした危機感を住民同士で共有しながら、もしもの際にお互いの声掛けで避難できるようにするだけでなく、日頃からの見守り活動にも活用できるような取り組みを進めるべく、作成を進めています。



『中央地区いきいきサロン』の主な取組

いつまでも元気に！ ~日頃のサロン活動~

交通安全教室

健康チェック

コロナが流行る前までは手作りのお菓子やガネでお茶を楽しんでいましたが…

元気はつつ 体操の時間

会長あいさつ

言語聴覚士(大西芳輝さんの元同僚)による「飲み会」の話

また、こんな時間がとれる日が来ることを願います

毎月第三水曜の十時から約二時間のサロン活動。来られた方から順番に、検温と血圧測定を行います。「この一ヶ月は、いけんしちよったね？」など世間話をしながら、日頃の生活の様子や体調の変化等について、大西明子さんが聞き取っていきます。

開始時間になると、大西芳輝さんの進行の元、下和田さんによる会長あいさつ、体操へと続き、そして毎回趣向を変えたメニューイベントを行います。

サロンに出てこられない人も、集まりやすいように！

住民同士の「顔の見える関係」を地域全体に広げるため、中央地区いきいきサロンの活動を中心にしながら、**公民館・自治会の活動や老人クラブの活動等との連携**を大切にしています。

中央地区自治公民館 **親睦グラウンドゴルフ大会** 運営はいきいきサロンが実施

公民館長あいさつ

入念に準備運動を！

子供の姿が、場をなごませてくれます

休憩が、大切な情報交換の時間

中央地区シニアクラブ **花いっぱい運動** & 各自治会 **美化活動**

公民館前の花壇と駅前のプランターを彩ります

サロンで培った抜群のチームワークで、見る見るうちに藪が払われていきます

防犯のために、空き家の回りもきれいにせんね！

集うことの大切さを感じ地域でできる活動探し

地域に楽しい集いの場があるとい
いよね！
無理なく気兼ねなくできること…
つぶやいてみたり、相談できると
ころがあったから、崎山団地の事情
に合ったクラブが誕生したんだね！



「崎山いきいきクラブ」の誕生に繋がりました。

「崎山いきいきクラブ」の誕生に繋がりました。



畝地さんは、横川地区の民生委員です。

定例会のなかで、「地域のひろば」を開催している



横川自治会図



住民同士の顔の見える関係
ができると、色々な活動に繋が
っていくよ！

世代を超えた助け合いが広
がって、「ここに住んで、よか
った。」になったらいいね！



将来的に、買い物に出る
ことができなくなったりし
た場合に、乗り合わせて買
い物に行ったり、代わりに
買い物をしてあげたりでき
るような関係を作れたらと
考えています！

崎山団地の今

崎山団地は、五十世帯百二十名の集落、アルバック鹿兒島工業団地が目の前です。国内第二の生産拠点として昭和五十七年開設。企業誘致が始まってから移転してきた人が多く住んでいます。そのため同じ世代が多く、シニアの割合が高くなってきています。そこで、お互いに支え合い、励まし合いながら楽しみを共有できる関係を築き上げることの必要性に迫られている事に気付きました。

長寿の喜びを分かち合える仲間づくり 「崎山いきいきクラブ」の誕生！



丸岡公園より霧島連山を臨む

霧島市老人クラブ連合会 横川支部

令和二年八月七日

霧島市老連 横川支部

「崎山いきいきクラブ」が誕生

【設立のことば】

今回、皆様のご協力の下、「崎山いきいきクラブ」を立ち上げることにしました。

現在、霧島市老人クラブ連合会横川支部には山ノ口老人クラブと小脇老人クラブがあり、私たちが加盟することで横川地区では三団体の老人クラブが活動することになります。

さて、各地において高齢化は急速に進んでおり、横川地区でも今年七月末現在で、人口は三千八百二十九人、六十五歳以上の高齢化率は約四十四%と毎年増加傾向にあります。今後、さらに進んでいく超高齢社会の中、わたしたちシニア世代が多様な社会参加を推進するとともに、お互いに支え合い、励まし合いながら楽しみを共有し、長寿の喜びを実感できる社会や人間関係を築き上げることが大切になります。

そこで、このクラブを通じて、「健康」「友愛」「奉仕」という考えの下に様々な活動を展開し、広く高齢者福祉の増進に寄与していただきたいと思います。

今後、皆様とともに「明るく」「楽しく」「活動を盛り上げていきたいと思っておりますので、よろしくお願ひします。

最後に会員の皆様のご健勝を心からお祈り申し上げます。

崎山いきいきクラブ

会長 畝地 道博

老連 横川支部は、平成19年度は9単老あったんだけど、平成28年度に2単老になってしまったんだ！
その中で新しい単老が誕生して仲間が増えたんだね。



笑顔が素敵な
畝地会長(72)

老連 横川支部 グラウンドゴルフ親睦大会

丸岡公園グラウンドゴルフ場



永吉 薫支部長(71)

十月二十九日木曜日
新型コロナウイルス感染症のため、延期となっていたグラウンドゴルフ大会が新規単老を加えて開催されました。

「大会を開催することができて、よかった。新しい仲間が増えてよかった。みんなに喜んでもらえてよかった。」

永吉薫支部長

今回は、親睦を深めるために、チーム編成はくじ引きで決める工夫をされていました。また、競技運営は女性委員にお任せするなど、役割がしっかり分担されて皆さん安心してプレーを楽しんでいました。



チームは、いくつ作ればよかけえ！

みんなくじを引っけて来て！チームをきむってなァ！



ホールポスト
コースを間違わんようになァ！



さあ、出陣じゃ！



ホールインワン
目指して！



あたいは、だいとけえ！



準備運動！



ゲームもじゃっどん
語いかたもせんとなァ！



ここはワンじゃっどー！



さあ！計算を間違わんごとなァ！



休憩中情報収集



敵地さん
優勝しちゃいました！



かたづけも！
みんなで協力

山ノ口老人クラブ



小脇老人クラブ



横川支部の 素敵な 仲間たち



崎山いきいきクラブ



崎山いきいきクラブ会員の声



野口 徹さん(87)

元々、自衛官だったため全国を転々としていましたが、妻の実家がさつま町だったので、定年後は実家に近いこの地に移住することにしました。地の人ほとんどいない地域で、住民同士の関係づくりに老人クラブの設立を望む声はあるものの、まとめ役がいないうち、今回、敵地さんがフットワーク良くまとめてくれたおかげで、15年ぶりにグラウンドゴルフをすることができました。これを機にみんなで仲良く活動していきたいと思っています。



有村 節子さん(84)

数年前、近くの地域は老人クラブでいろいろな活動をしていると聞いて非常にうらやましく思っていました。私は50代の頃、精米の仕事で無理をしたせいで、年を取ってから膝や腰などの痛みがひどくなり、もうグラウンドゴルフなんかできないと諦めていましたが、今回、崎山団地に老人クラブができ、こうして大会に参加できただけでなく、ホールインワンもでき、本当にうれしかったです。いつまでも元気に過ごし、クラブ活動に参加し続けたいと思います。

各団体での取組

子育てサロン ぽこあぽこ

霧島市更正保護女性会
隼人支部

日時：第4木曜
10:00~11:30

場所：富隈公民館



読み聞かせの時間



パンの耳で作った「かりんとう」



おやつが「本音」を引き出すきっかけになることも！



もう待ちきれない...



子供たちに大人気のおやつ♪

富隈地区では、平成17年頃から民生委員児童委員協議会が「子育て応援隊 みんな」という子育てサロンを始めました。参加者から「開催回数を増やしてほしい」との要望があり、平成23年4月から更正保護女性会による「子育てサロン ぽこあぽこ」を始めることとなりました。「ぽこあぽこ」とは、イタリア語で「ゆっくり ゆっくり」という意味です。現在、9名の会員が中心となり運営しています。みんなで年間計画を作り、開催内容や手作りおやつメニュー等を決めますが、「七夕飾りは私ができるよ」「クッキーなら私にまかせて」など、9人それぞれが趣味や特技を活かせるようにしています。自分がこれまで学んできたことが人の役に立ったときの喜びは格別で、やっている我々の方が、いつも元気もらっています。

特にこだわっているのが、手作りおやつを食べながらの『多世代交流』です。「身近にある材料で手軽に作れるのにこんなに美味しい」を感じてもらえたら...そして、来られる方々の『本音』を語れる場にしてもらえたら...と、みんなで取り組んでいるところです。



霧島市更正保護女性会
隼人支部 会長
新田 瑠璃子さん(63)

子供パトロール隊

富隈地区長寿会

日時：第2・4火曜
16時頃~17時頃

場所：各地区の通学路

自分の「できる時」に！
自分の「できる範囲」で！
ムリなくやるからこそ「続く」活動です！



富隈地区長寿会 会長
中原 政彦さん(76)

子供パトロール隊は、いつ始まった活動なのか詳細はわかりませんが、もう20年以上は続いていると先輩方から伺っています。現在は、10単老・459名の会員が自主的に参加し、下校時間の約1時間、自分の地区の見回りをしています。今年から会長として受け継ぐこととなりましたが、子供たちの安全と高齢者の役割づくりのため、次の世代にもつなげていきたい活動のひとつです。



パトロールは、子供たちとの触れ合いの場ともなります



検討事項がある際は、公民館に集まって打ち合わせをします



各地区へ移動

地区社協を活かした地域づくり 大所帯公民館の細やかな工夫

富隈稲荷神社から臨む日の出

隼人南圏域 富隈地区自治公民館



龍馬・お龍が霧島山
に向かうとき
に浜之市港



浜之市港から辺田小島・桜島を臨む

富隈地区のシンボル「富隈城跡」は、島津十六代義久によって築かれ、文禄四年(一五九五)から慶長九年(一六〇四)まであしかけ十年居住した城跡です。現在は、稲荷山公園として整備され、地元住民の憩いの場としてだけでなく、花見の名所としても親しまれています。敷地内には、島津家の氏神を祀った稲荷神社があり、今に変わらぬ人々の尊崇をあつめています。

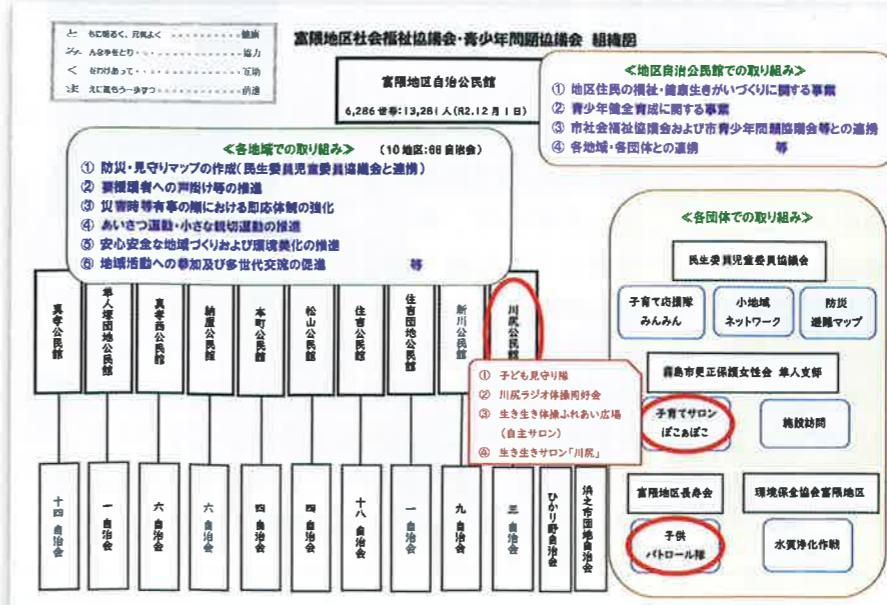
ここ富隈地区自治公民館は、市内最大規模の公民館で、世帯数六千二百八十六世帯、人口一万三千二百八十一人(令和二年十二月一日現在)で、霧島市人口の割以上が集中する地域です。この大所帯の公民館運営を円滑に進めるため、霧島市として合併するずっと以前から「地区社協」という住民互助組織をつくり、身近な生活上の課題に取り組んでいます。



野面積みの石垣



富隈城跡展望台から霧島連山を臨む



富隈地区自治公民館では、六十八ある自治会を十地区と二自治会の「地域」に、また、民生委員児童委員協議会、霧島市更正保護女性会隼人支部、富隈地区長寿会等の「各団体」のそれぞれが、主体的な活動に取り組む、それらの統括を地区自治公民館が行うようにしています(左図参照)。

それぞれの地域や団体にたくさんの活動がありますが、紙面の都合上、ここでは活動の一部(左図 赤丸・赤字部分)をご紹介します。

生き生き体操ふれあい広場 (自主サロン)

日時：毎週水曜 10時～お昼過ぎまで
場所：川尻公民館



本屋で物色した多くのDVD教材の中から、今日は棒体操!



お手玉やしりとりで脳トレ! みんなで持ち寄った自慢の一品



作品次第で、先生も変わります 食事におしゃべり 至福のひとつ

親睦と交流 そして、一人ひとりの 「役割」づくり

「縁側でお茶を飲むように気軽に集まれたらいいねえ」と平成22年4月、3人で井戸端会議をしたのが始まりです。今は多い時で9名。集合時間は10時で、体操や脳トレなど毎回違ったメニューを行います。その後、それぞれが持ち寄った自慢の一品でランチしながらおしゃべりするのがメインで、最近あった出来事や体調のことなど、さまざまな話題で盛り上がり、帰る時には、みんな心も体もさわやかになるんです♪

料理が得意な人、小物作りが得意な人、場を盛り上げるのが得意な人…etc。参加者一人ひとりがサロン活動に必要な存在になっているだけでなく、お互いに認め合えるかけがえのない存在になっていますね。



生き生き体操ふれあい広場世話人
外山 タツ子さん(70)

各地域での取組 (川尻公民館)

「子供たちの安全」と 子供やその保護者等 「若い世代とのつながり」づくりに

登校時間は、いつも通学路にPTA等たくさんの人が立っていますが、下校時間は仕事の時間にあたるため、現役を退いた我々が通学路に立ちまようかと、川尻地区で有志を募ったところ、「地域の役に立てるなら…」と、約40名が賛同してくれ、令和元年4月より活動を開始しました。ちなみに、全員分のタスキも作りました。「子供の安全」が第一の目的ですが、地域の中で多世代交流の機会が徐々に減っているため、年1回の行事とかではなく、日常的に触れ合う機会をつくることも目的の一つです。



あっ!
とやまさんだ

子供たちが気軽に声をかけてくれるようになっただけでなく、保護者からも声をかけられるようになりました。

子ども見守り隊

日時：毎週月曜 15時頃～16時頃
場所：鹿銀 隼人南支店前
ホンダカーズ鹿児島北 隼人店前



福德 一則さん(72)

このタスキをつけているだけで、子供たちが声をかけてくれます。恥ずかしそうに会釈だけする子もいますが、そんな姿が微笑ましく、いつも元気をもらっています。

このタスキをつけているだけで、子供も運転手も交通ルールを守ってくれることに驚きました。

また、不審者の出没も少なくなっていると聞き、あらためてこの活動の重要性を実感しています。



永吉 和博さん(71)

富隈地区は、さまざまな課題を解決するため、①防災、②防犯、③福祉、④健康づくり、⑤環境美化の五つを柱に、地区社協の活動を進めています。

地域ごとの「小さな活動」の積み重ねから住民同士の顔の見える関係を深め、日頃から声を掛け合える地域に、そして、災害等「もしも」の時に力を合わせることができる地域にできたらいいなあ。



富隈地区自治公民館 館長
川尻公民館 館長
川尻西自治会 自治会長
外山 哲也さん(75)

生き生きサロン「川尻」 (地域のひろば推進事業)

日時：第3月曜 10時～12時
場所：川尻公民館



認知症予防講座

川尻地区は移住してき方が多いそうで、介護予防はもちろんのこと、住民同士の顔の見える関係を深めるべく、みんなの知恵を出し合っているとのことでした。

三つの自治会が連名で申請し、平成二十九年度から始まったこの取組は、「健康づくり」や「気軽に交流できること」等を目的に、地域の役員のみならず、長寿会・民生委員・女性サポーター等多くの方が協力しながら運営しています。



七夕飾りの出来に満面の笑み

川尻ラジオ体操同好会

日時：毎朝6時半～ 約10分
場所：川尻公園

この同好会は、「健康増進」と「親睦交流」を目的に、令和元年10月1日から始まりました。当初は7名でスタートしましたが、1年を経過した現在では川尻地区以外の方も参加されるようになり、多い時は15名程集まるそうです。参加する方からは

- ◎生活のリズムが変わり、有意義な1日をおくれるようになりました
- ◎風邪をひかなくなりました
- ◎高めだった中性脂肪が下がりました
- ◎毎日ではできませんが、体調が良くなりました
- ◎みんなの笑顔に会えるのがうれしいです
- ◎「早起きは三文の徳」といわれますが、この活動は4文にも5文にもなりましたといった声がありました。 継続は力なり!

いつまでも元気に! いつも笑顔で仲良く!



ソーシャル・ディスタンスで、感染も予防!



みなさんご参加 待ってま〜す!



発起人
岩元 初男さん(86)

特集3

「人助け」のほずが 自分も支えられている！



～移動販売も「支え合い」～

お知らせコーナー

Part 3

あなたの地域でも、「見守り隊」を 結成してみませんか？

地域見守り支援員制度（通称：見守り隊）とは

地域の実情に応じた見守り体制の構築を目的に、令和2年度から市が地区自治公民館に設置を依頼しました。地域見守り支援員（通称：見守り隊）は、高齢者・障がい者など援護を必要とする人々への、声かけや安否確認等の活動を支援し、地域における要援護者の見守り体制が構築できるようにする制度です。

でも！

日頃からの「顔の見える関係」が何より大切！

平成7年の阪神・淡路大震災

① 一番大きな被害を受けた神戸市 真野地区

住民活動が非常に活発な地区であり、被災時に地区ぐるみのバケツリレーで火災の拡大を食い止め、犠牲を最小限に食い止めることができた。

② 淡路島 北淡町

日頃から見守りネットワークとしての活動が活発に取り組まれていたため、地震発生当日の午後3時過ぎには全員の安否確認が終了した。

「顔の見える関係づくり」の重要性

災害時に無事に避難できた人の75%は、「地域の人々の支援（安否確認や避難誘導等）」によるものだった。

「地域のひろば」や「サロン」の際などに

今日、〇〇さん
来ちょらんがよ！

ほんなら、帰りに
行ってみらんなら

そんな「仲間意識」や「連帯感」を活かすことが大切です。

詳細は、社会福祉協議会 地域福祉課（直通45-1620）までお気軽にご連絡ください

株式会社 溝辺町物産館 よこで〜ろ



よこで〜ろから茶畑・飛行機・霧島連山を臨む

たくさんの「思いやり」が積み重なって…笑顔



よこで〜ろ

〒899-6404
霧島市溝辺町麓2408番地
TEL: 0995-58-2949

鹿児島空港近くにあるよこで〜ろさんは、休日、平日問わず県内外からのたくさんのお客様でにぎわっています。今日も、朝から次々に会員の皆さんが、野菜・果物・惣菜・お菓子など…それぞれの品物を運んできます。そんな中、ママさん豆腐さんもやって来られました。

ママさん豆腐さんの豆腐は、店舗内で購入すると、1丁140円。しかし、移動販売で購入すると1丁100円になります。ママさん豆腐さんにお話を伺うと、「今までたくさんの人達にお世話になりました。もちろん、よこで〜ろさんにも。少しでも皆さんの為になれたらと思っています。」と、優しい笑顔で答えてくれました。移動販売では、年金生活をされている高齢者の方が購入することが多いです。そんな高齢者の方々にも優しく、温もりある豆腐でした。



できたての豆腐



ママさん豆腐さん



かごを持ってお買い物中



移動販売担当
笹峯さん



ご近所さん呼びに…

よこで〜ろさんの思いやりが感じられました。たくさんさんの思いやりで成り立っているよこで〜ろさんの移動販売は、今日も溝辺地区の皆さまを笑顔にしています。

移動販売は、溝辺の人たちに欠かせない買い物手段の一つとして定着しています。店舗がそのまま移動したかのような品揃えの移動販売車は、月々金曜日まで溝辺地区の各地を回っています。移動販売の担当の一人、笹峯さんは、移動販売先に来られる方々を把握されており、来ていない方がいらつしやると心配になり、玄関先まで確認に行ったり、買い物に来られた近所の方に確認を頼んだりしていました。

雨の日に「誰も買わないかなあ」といつものルートを走行中、雨に濡れながら移動販売車を待っていたおばあちゃんと遭遇したこともあったそうです。その姿を見たときに「移動販売を絶やしてはいけない。ここに来なければいけない!!」と思ったそうです。

移動販売をされている最中にも、高齢者の皆さんを見守るという思いやりが感じられました。たくさんさんの思いやりで成り立っているよこで〜ろさんの移動販売は、今日も溝辺地区の皆さまを笑顔にしています。



お昼のお弁当を購入中



たくさん食べます〜



どれにしようかな…?



カートいっぱい購入

「移動販売」って、「買い物に行けなくなった人を助けるサービス」というイメージがありますが、移動販売の実際に立ち会ってみると、決して「一方通行のお手伝い」ではなく、そこには**「双方向の支え合い」**がありました!!

「できるだけ売り上げに貢献するね」
「気を付けてまわってね」
「いつもお世話になってるからこれ食べてね」

そんな心温まる光景が、
みなさんに伝わればうれしいな♪



JAあいら・あいら共同株式会社



笑味ちゃん号がつくる 愛情行き交う集いの場

あいら農業協同組合 あいら共同株式会社

〒899-5114
霧島市隼人町西光寺521番地1(別館)
TEL: 0995-43-7312



移動金融車 JAあいらちゃん号

※移動販売車と一緒に
なることがあります



笑味ちゃん号



品物が豊富です♪



JAあいら・あいら共同株式会社さんでは、約6年前から移動販売に取り組まれています。霧島市・始良市・湧水町を中心に毎週5日行っています。移動販売車の名前は笑味(えみ)ちゃん号。名前のおり皆さんに「笑顔」と「美味しい」を届けています。笑味ちゃん号が来る前に皆さん集まって、楽しそうに話をしています。移動販売先では、買い物するだけではなく集いの場、楽しみの場にもなっていました♪



嘉例川での移動販売 賑やかです♪

笑味ちゃん号とは別に、軽自動車も一緒に同行させ日用品や調味料等、品揃えがとても豊富です。皆さんの生活の一部となり、大事な生活支援を担っていました。

笑味ちゃん号が回るルートは、いわゆる過疎地・山間部が多く、利用者の皆さんからは「助かっています」という声がよく聞かれ、毎週買い物に来られる方がほとんどでした。

移動販売担当のお二人は、買い物に来られる方々から慕われており、終始楽しそうな会話が続きます♪

また、移動販売終了後に片づけを手伝ってくれる人がいたり、移動販売担当のお二人を気遣う言葉をかけてくれる人がいたり、笑味ちゃん号をととても大切にしている様子と地域の方の愛情が伺えました。品物を届けるだけではない、お互いが支え合って成り立っているそんな移動販売に心が温まりました♪

生活協同組合コープかごしま 国分店



「選ぶ」楽しみ・喜びをいつまでも

生活協同組合コープかごしま国分店さんでは、施設からのご相談をいただき、「地域の困りごと」への寄り添い活動として、霧島方面の高齢者施設へ訪問販売(移動販売)を行っています。取材当日は、軽費老人ホーム 霧島荘さんと介護付有料老人ホーム オアシスケアヴィラ霧島さんへ同行させていただきました。以前はどちらの施設も毎週の利用でしたが、新型コロナウイルスの影響により、霧島荘さんは隔週に縮小、ヴィラ霧島さんはあらかじめFAXで注文した商品を職員が玄関で受け取るようにしているそうです。感染予防に細心の注意を払いつつも、できるだけ楽しんでいただけるよう配慮する、そんな介護事業所のたゆまぬ努力を垣間見る機会ともなりました。



かごを持ってお買い物を楽しむ姿♥



施設の玄関先で引き渡し!



店舗のようなレジスタ-精算!



荷積み作業は重労働!!

生活協同組合コープかごしま 国分店

〒899-4346
霧島市国分府中町一丁目53番1号
TEL: 0995-45-5517



売上も大切ですが、お客さんに喜んでもらえることがモットーです。ただ単に欲しい物が手に入るのではなく、「あれかな?これかな?」と選ぶ時間を楽しんでもらえるよう商品は多めに!を心掛けています。また、買い物をする際に目でも四季を感じていただけるよう、旬の果物や季節を感じる商品ができる商品を持っていくようにしています。

移動販売の担当をしていなければ、こんなことに気付く機会はなかったと思います♡



移動販売担当
ほりうちさん せとぐちさん

移動販売先募集中!



あなたのまちの公民館やサロンにも「移動販売」いかがですか♪既存のルートがあるため、皆さまからのご要望すべてにお応えするのは難しい場合もございますが、まずはお気軽にご相談ください。

コープかごしま ☎ 0995-45-5517

ふれあい便

配達料
有料

「お買い物代行便」「お買い上げ配達便」
ふれあい便 ☎ 0995-45-5783

「お買い物代行便」は週1回・週2回コースを月~金曜日に登録制で行っております。午前中お電話で注文された商品を午後お届けします。注文を忘れた場合のために臨時便での対応もしています。現在、約200名の登録があり、買い物に出ることができない人たちにはかけがえのないサービスになっています。また、店舗で購入した商品を配達する「お買い上げ配達便」もごございます。

お弁当宅配

配達料
無料

お弁当宅配チーム
☎ 0120-58-1818

月~金曜日まで、お弁当を配達します。3コースから選べます。

日当山無垢食堂



初めの一步は「絆」から

日当山無垢食堂

〒899-5116
霧島市隼人町内1487番地1
TEL: 0995-56-8615

霧島市隼人町 日当山温泉郷にある物産館とレストラン「日当山無垢食堂」さんには、霧島の農家さんたちが大切に育てた野菜や果物・鹿児島各地の名物や調味料などたくさんの品が並んでいます。

無垢食堂さんでは、「一人で買い物へ行くことできない人の力になれば…」という思いから、令和2年7月より移動販売への第一歩を踏み出しました。週2~3回程、介護事業所で移動販売を行っています。



買い物を楽しむ様子♡

介護事業所の職員さんから…

利用者さんは、自分でお買い物へ行く機会が少ないので、移動販売を楽しみにされていますよ。自分のものだけでなく、「奥さんにお土産を…」と購入される方もいて、それぞれお買い物を楽しんでいます。



精算も一緒に…♪



ナンバー無垢 (69)



手にとりじっくり買い物中…♡

移動販売先募集

お買い物の一つの手段として、移動販売を利用しませんか？無垢食堂で販売している商品・お弁当をお届けします♪♪まずは、お気軽にご相談下さい♡

☎ 0995-56-8615



無垢食堂
企画/購買担当
濱田 孝子さん

移動販売用の車は準備したものの、販売先はどこへ…？と悩んでいる時、介護事業をされている㈱ユニティ 濱田さん（以下：濱田社長）に相談。「それなら、うちの事業所へおいでよ！」と声を掛けてくれ、移動販売の第一歩を踏み出すことが出来ました。

濱田社長との出会いは数年前…。ベトナムで日本語教育に関わっていた私は、技能実習生の面接でベトナムへ来ていた濱田社長と偶然知り合いに…。帰国後、またまた偶然！濱田社長と再会しました。「偶然ではなく、これが絆なんですね…(笑)」

移動販売をしてまだ数か月ですが、利用者さんとも仲良くなり、皆さんとの会話がとても楽しみです。先日は、新聞紙で作った紙袋を「買い物袋に使ってください」と頂いたり、積み木を販売用に置いてくださったりと私たちへの心配りがうれしい限りです。これからも人との出会いを大切に、絆の輪を広げていきたいと思っています。

セブン-イレブン国分新町店



買い物に困らないまちづくりへ セブンあんしんお届け便の活躍



セブン-イレブン国分新町店

〒899-4351
霧島市国分新町二丁目15番2号

セブン-イレブン国分新町店さんでは、毎日朝早くから夜遅くまでたくさんのお客さんが訪れ、様々な商品を手に取り買い物をしています。そんな国分新町店さんでは2年前から新しい取組が始まりました。それが、最新鋭の設備が整った車を使った移動販売です。鹿児島県内のセブン-イレブンでは3店舗が移動販売を実施しており、鹿児島市内に2店舗、霧島市では国分新町店さんのみとなっています。



セブンあんしんお届け便 車のナンバーは711♪

高まる予感が予想されるので、さらに充実させたいとのことでした。近い将来、霧島市に買い物に困る人がいない日が来るかもしれません♪



移動販売発起人
前村マネージャー

前村さんは、「少しでも買い物に困る人を減らしたい、買い物を楽しんでほしい」との思いで移動販売を始めたそうです。高齢者施設等の買い物支援にも力を入れていきます。今後、少子高齢化に伴い移動販売の需要が



商品と一緒に選ぶ片保副店長



買い物を楽しむ皆さん♪

実際に移動販売にも同行させていただきました。移動販売は週に5日行い、木曜日と日曜日がお休みです。曜日毎にルートが異なり、国分地区の山間部をまわる曜日もあるようです。なかなか買い物に出ることができない方々からは大変重宝されていました。

移動販売担当の片保さんは毎回、荷物の積み込み・運転・販売までそのほとんどを1人でこなします。移動販売で持って行く商品は様々な食品、日用品、注文品、それに冷凍食品やアイスクリーム等の他、来られる方一人ひとりの好みを把握しており、行く先々に合わせて商品を選んでいきます。皆さん、お目当ての商品を手に取り喜んでいました。品揃えが豊富で、地域にまるで店舗が来たかのようなセブンあんしんお届け便の活躍から、今後も目が離せません♪

霧島市社会福祉協議会公式

Instagram 公開中

地域で行われている活動や社会福祉協議会からの情報をのせています。ぜひご覧ください。



フォロー大歓迎

このQRコードを読み込んでね



霧島市地域資源情報サイト

絆

きずな

のお知らせ

- 「病院や介護・障害サービスを探したい」
 - 「配食や福祉タクシーを使いたいんだけど…」
 - 「うちの地区の避難場所はどこ？」
 - 「よその地域のひろばはどんな活動をしているの？」
- など、お困りの時にぜひご利用ください。



QRコードを読み込んでいただくかURLをご入力ください。

https://kirishima-shakyo.info/facility_information/

霧島市地域資源情報サイト 絆

検索

石野商店



売り手と買い手の垣根を超える「絆」



石野商店さんは、水曜日・木曜日の週二日、移動販売をされています。石野商店さんは、お酒を中心とした商店ですが、移動販売で配達する品は、豆腐や惣菜が中心です。その他、パンやお菓子etc…。豆腐は、日之出豆腐さん。やんきもんさん・食彩 親（より）さん・IZAYAN（イザヤン）さんからは惣菜を仕入れ移動販売をされています。

石野商店の代表石野さんは、父親の代から店を利用してくれた方たちが高齢になり、ずっと何か恩返しができないか…と考えていました。そんな時、高齢の方が惣菜を買いに来店し、目当てのものが残念そうに帰る姿に立ち会いました。その時、「その日に作られた豆腐や惣菜を、定期的に届けることができたらいいなあ」と思い、今の移動販売を始めたそうです。

水曜日の配達先は、上井・川内・平山・木原・川原などの国分地区山間部。狭く急カーブの続く山道をどんどん進み、ここに家があるのかな？と思うほどの山の中…。ぽつんと民家が見えてきました。民家近くなると「と～ふ～♪」の昔ながらの音色と、鹿児島県の有名人、よし俣さんの「どいも、こいも、わっぜうまかど～♪」のアナウンスを流します。民家からは音を聞いたおかあさんがゆっくり出てきました。



令和の御用聞き



石野商店

〒899-4321
霧島市国分広瀬二丁目28番33号
TEL：0995-45-5019



おかあさんたちは、それぞれ家族構成や生活環境は異なりますが、外へ出て待っている人、10分遅かったと心配する人…毎週来る石野商店さんの移動販売と石野さんとの会話を楽しみに待っている様子でした。

石野さんが恩返しに…と始めた移動販売は、今では山間部の買い物に困っている人の手助けの他、見守りや安否確認にも繋がっています。

石野さんは、「見守っているつもりなんてないです…。おかあさんたちはみんな元気元気!! 恩返しとか言っているけど、元気をもらっているのは私だったりもしますし…笑。でも、少しでも足を運ぶことが恩返しに繋がってればいいなあ…」とお話されました。移動販売で自然と生まれた石野さんとおかあさんの関係性は、売り手と買い手という垣根を越えた心温まる絆となっていました。

「おかあさん。またくっでね～♪」帰り際の石野さんの一言は、たくさんのおかあさんへ元氣と安心を与え、石野さんは次のおかあさんの元へと向かいます！

- 石野さん：「こんにちは～!」
- おかあさん：「はい。どうも…。ん～。(品定め中)」
- 石野さん：「どれにするか当てよっか～ これでしょう?」
- おかあさん：「今日はね～これとこれにしようかね～。あと豆腐…」
- 石野さん：「そげんもっ、買わんでよかか～! また来週もくって、おかあさんの顔が見れたらよかたいが～」
- おかあさん：「…(v^v) (にっこり笑顔)」
- 石野さん、おかあさん間で先週の話の続き
- 石野さん：「おかあさん また来週くってね～♪」
- おかあさん：「気をつけなさいね～」

移動販売先では、「こんなところだから…毎週来て下さるから助かってます～」、「買い物には行けるんだけどね。この豆腐はおいしくて…」、「免許は返納したので、来てもらうと本当に助かってるのよ～」…と石野さんの移動販売が生活の一部になっている様子が感じられました。



編集後記

～みなさんの地域の「当たり前」をたくさん見つけてみませんか?～

今回、取材させていただいた地域でも、過去にお邪魔した地域でも、「この活動はすごいですねえ!」などとお話すると、決まって、「いや～、うちではこれが当たり前なんですよ」と言われてしまいます。当事者は、これまで通りやっていることなので、当然「当たり前」と思っていますが、その「当たり前」のことが、実は『地域の宝』だったりします。そして、そこには「地域の困りごと」を解決するヒントが、たくさん詰まっているのです。

「当たり前」とは、すなわち、「良い行いが習慣化」したものであることがほとんどで、習慣化しているからこそ、地域の中では見落とされがちです。そこに気付くことが、地域活性化の第一歩なのかなあ!?

今後も、みなさんの地域の「当たり前」を見つけに、お邪魔させていただきたいと思います。



T.U



国分北(1:23)



国分南(1:18)

第2弾

「圏域別情報交換会」

H31.1~2月 市内10ヶ所



国分(2:19)



溝辺(2:26)



横川(2:12)



霧島(1:25)

第1弾

「フォーラム」 H30.9.27

国分シビックセンター多目的ホール

これまでの
「霧島発地域の絆」
プロジェクト



みそめ館 2F 研修室(7:10)



牧園(2:15)

第3弾

「事例発表会」

R1.7月 市内2会場



国分シビックセンター
多目的ホール(7:30)



隼人北(1:30)



隼人南(1:22)



第4弾

「サロン活動 情報交換会」

R1.11~12月 市内2会場



福山(1:29)

第5弾

「セミナー」 R2.1.13

隼人農村環境改善センター



第1部：講演会



国分シビックセンター 多目的ホール(11:27)



牧園農村活性化センター 大会議室(12:5)



第2部：劇

《発行元》

社会福祉法人 霧島市社会福祉協議会 地域福祉課
〒899-4332 鹿児島県霧島市国分中央三丁目33番10号
代表 TEL : 0995-45-1557 FAX : 0995-47-6101
MAIL : kirisha1@fork.ocn.ne.jp