地域支え合い講座

お宝事例発表会

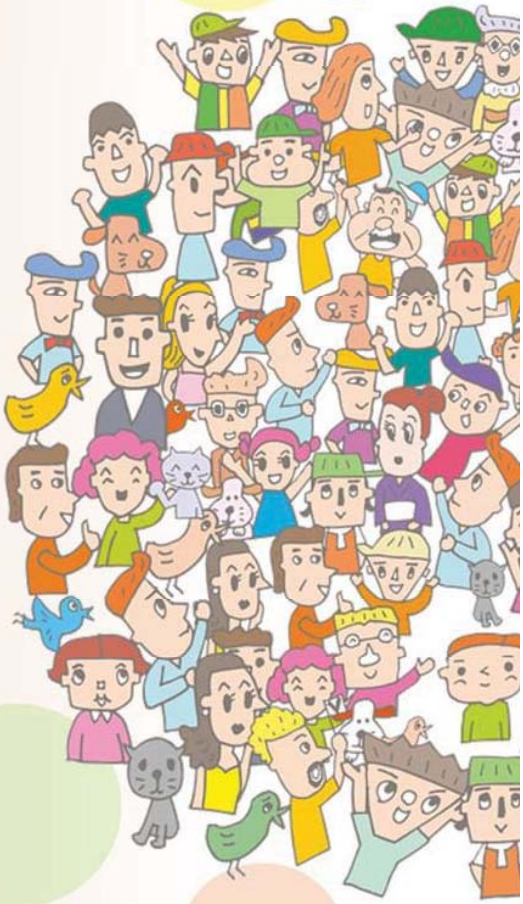
日時｜令和５年１月１４日(土)午前１０時から

会場｜多賀城市民会館小ホール
（文化センター内）

集活!!

「１人じゃない」からできること

日常の中にある大きな お宝



2022（令和４）年度

発表会開催に向けて

多賀城市長　深谷　晃祐

あけましておめでとうございます。

今年で6回目となる「お宝事例発表会」。毎年多様な地域の「お宝」を拝見できることを楽しみにしております。

本市は、令和6年に創建1300年を迎えることから、「つなぐ、つなげる。1300年。」をキャッチフレーズに、各方面の方と協力し様々な取り組みを行っております。

歴史のあるまち多賀城は、古代より人と人とが集い、つながり、支え合って栄えてきたまちです。

毎年発表される「お宝」を拝見していると、このつながりは現代にも脈々と引き継がれているのだと感じます。

ここ数年は、新型コロナウイルス感染症の影響により、地域での活動がままならない状況でありましたが、感染対策を行いながら、徐々に活動が再開されていると伺っております。

この発表会が、市民の皆さんが「一人じゃないからできること」「日常の中にある大きなお宝」に目を向けるきっかけとなり、今後も仲間と共に生きがいを持った生活を続けて頂けたらと思います。

深谷　晃祐　ふかや　こうすけ
1980年（昭和55年）生まれ
仙台市立仙台高等学校を経て、専門学校東京ミュージックアンドメディアアーツ尚美（現・尚美ミュージックカレッジ専門学校）卒業。
令和2年10月　多賀城市長就任

お宝事例発表会に寄せて

特定非営利活動法人
全国コミュニティライフサポートセンター
理事長　池田　昌弘　氏

謹んで新年のお祝いを申し上げます。

多賀城市では、2016年（平成28年）以来、日ごろのつながりと暮らしのなかで、ごく自然に行われる支え合い、すなわち「地域のお宝」をさまざまな形で見える化し、広く市民に伝える取り組みを進めてこられました。

今年も、長引くコロナ感染対策と並行し、6回目の発表会を開催される関係者のご努力に、深く敬意を表したいと思います。

そして、3年に及ぶコロナ下でも、ご近所や身近な人との交流や、互いを気づかい、支え合う暮らしの様子を、昨年を上回る参加を得た地域支え合い講座のなかで、たくさん聞かせていただきました。

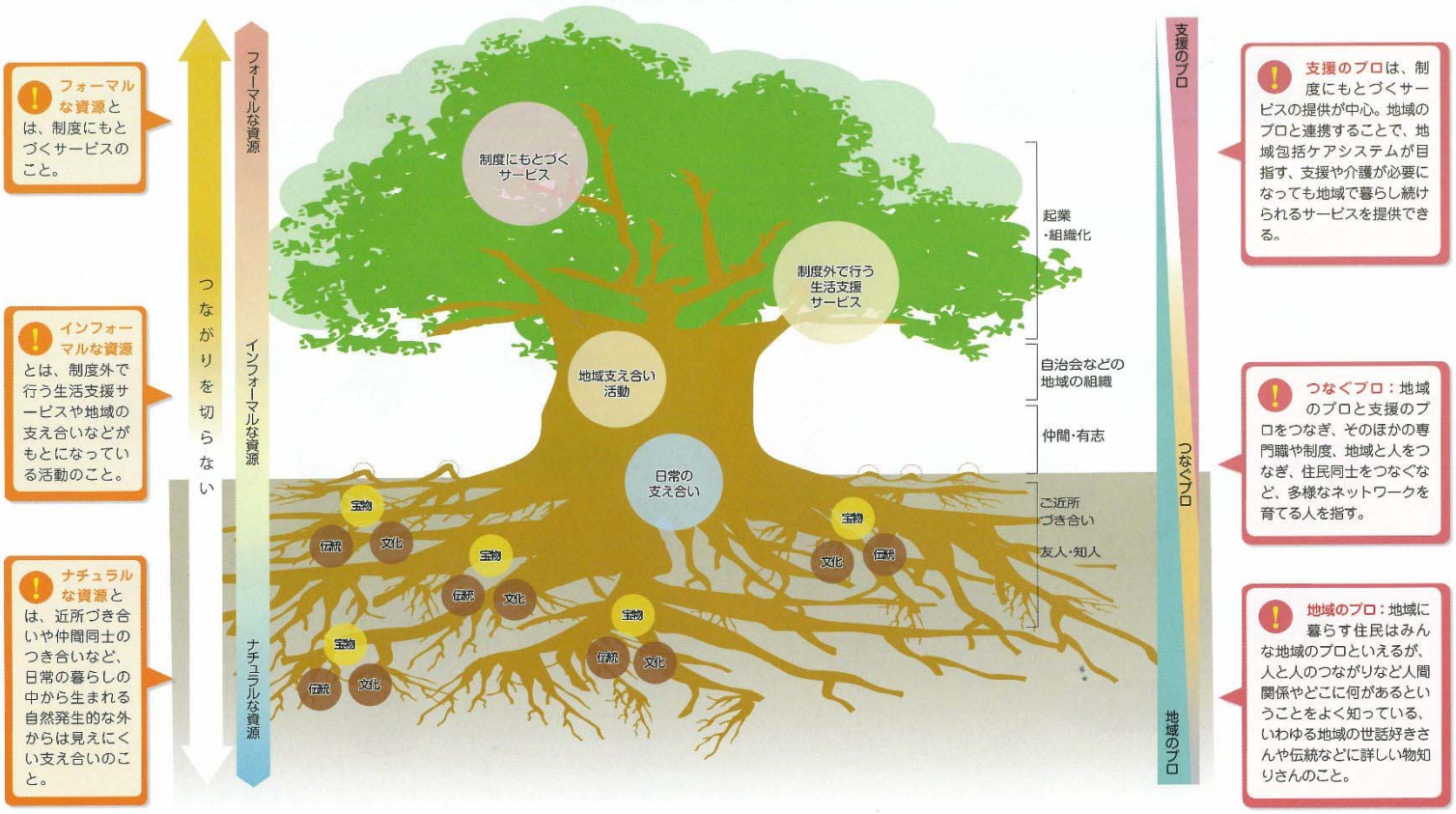
これも、市民と関係者の長年の積み重ねが結実したものと思います。

コロナ下で学んだことは、日常のつながりが重要なセーフティネットであるということです。

つながりを基盤とした地域共生社会が多賀城市において実現されることと、みなさまの益々のご活躍を祈念いたします。

池田　昌弘　いけだ　まさひろ
社会福祉法人全国社会福祉協議会、社会福祉法人栃木県社会福祉協議会、社会福祉法人東北福祉会「せんだんの杜（特別養護老人ホーム）」副杜長を経て、2005年（平成17年）7月から現職。生活支援体制整備事業の推進のため全国を巡っている。

地域づくりの木



「お宝」とは？

地域での日常の交流は、支え合い活動の基盤です。

人の住む所には、地域独自の文化と伝統が育まれ、さまざまな知恵や工夫、技によって暮らしが営まれています。

これらの日常は、地域の外からは見えにくく、地域の皆さんにとっては「ごく当たり前」の営みのため、その活動が持つさまざまな「効果」に気付かずに過ごしている方も多くいらっしゃいます。

例えば、近隣とのあいさつやお茶のみ会は、ゆるやかな見守りにつながっていますし、立ち話や趣味・学習のサークルは、情報交換の場にもなっています。

このような関係は、一般的に「ご近所（お友だち）づきあい」と呼ばれ、「支える行為」だけではなく、「支えられる」という相互性を双方が認識した、「お互いさま」として「支え合う」関係となっています。

私たちは、このような地域で自然に行われている支え合い活動を地域の「お宝」と呼んでいます。

今まで地域で活動をしていなかった皆さんも、ぜひ自分の周りの「お宝」を探してみませんか？

男の集活

いつもの居場所から やさしいつながり

星さんが2年前に奥様を亡くされたばかりの頃、友人の信子さんに誘われたのがきっかけで毎週卓球クラブに参加するようになりました。

「外に引っ張り出してくれたのが何よりだったね」と嬉しそうに話す星さん。

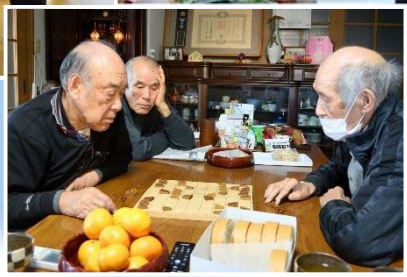
星さんはご近所の修子さん宅で開かれるサロンにも参加しています。おいしい料理を囲み、ワイワイと賑やかな時間の始まりです。

スマホデビューした星さんに「今度サロンでスマホ教室やるからね」

「私たちの番号を登録しておけば緊急でもすぐに連絡取れるよ」とあたたかいアドバイスが次々と溢れ出ていました。

ある日、星さんの家からパチリ！と駒の音。近くの一人暮らしの男性と将棋を楽しみながら、ご近所をそれとなく気にかけている星さんです。

その人柄やフットワークの軽さに惹かれるように星さんの周りにはお仲間が集まります。



みんなの居場所から 楽しいつながり

町内会新聞を作ることになった富田さんは、旭ケ岡住民の大先輩、米倉さんが描いた絵を載せることを思いつきました。

記憶だけで昔の旭ケ岡を忠実に描かれた絵をもとに、富田さんが地域の歴史を調べ、記事にすると大反響。

そこから発展、地域住民さんと一緒に歴史を知る街歩きや、思い出を語る会も開催。懐かしい話に花が咲きます。

町内の集まりは、コロナ禍で参加者も減っていた時期もありました。会わないうちに、お仲間たちの身体の衰えがすすんでいることを目の当たりにした富田さん。おもちゃやゲームなど、楽しく遊ぶ工夫を取り入れたところ、男性参加者も増えて盛り上がっています。

「ちょっと教えて」と声がかかると、「ああ、いいよ」と今日はパソコン指導に向かいます。皆さんが楽しめる情報やアイディアを探しに、富田さんは、今日も自転車を漕いで行きます。

女の集活

楽しさからつながる友だちの輪!!

東田中南地区にお住まいの小林悦子さんは地域の様々なことに携わっています。その中の一つに大人食堂があります。皆さんが感染対策をしながら、食事とおしゃべりを楽しみます。憩いの場としてなくてはならない場所です。

その他にも折り紙の会や民話の会、ウクライナ支援のためのバザー、歴史ウォーキングなどなど…そのたび、小林さんはお友達を誘います。イベントが終わった後には、場所を移して二次会をすることもしばしば。周りの方は「小林さんに誘われるようになって、自分も出かけられるようになった!」と楽しそうに話します。

みんなの嬉しい、楽しい気持ちから、つながりの輪が広がって、その輪の中のどこかに、いつも小林さんがいます。

えっちゃんばぁばと近所の孫友(まごとも)

鶴ケ谷にある「愛犬ショップメグ」。ワンちゃんたちが集まっているのかと思いきや、実は子どものたまり場になっていたのです。

店主の柳原悦子さん。店舗兼自宅を全面開放して子どもたちと一緒に遊びます。遊びながらしつけができるように、一つだけルールを決めています。それは来た時に玄関の鏡に向かって「えっちゃんばぁば、よろしくお願いします」、帰りには「えっちゃんばぁば、ありがとうございました」とあいさつすること。また、危ないことを体験することも大切だと考え、全力で遊びます。かくれんぼすれば、はしごや肩車で天袋に隠れますし、側転したりジャンプしたり、塀の上を歩いてみたり、えっちゃんばぁばのドレスを着てファッションショーをしてみたり。子どもたちは自分たちで遊びを考え、自由に発想して発揮します。子どもに「何か光るものがあって伸びるかもしれない」と思うからこそ、子どもの「やってみたい」に一緒に挑戦します。少しケガをしても、将来の心の財産になるように。

近所の子どもたちが口コミで集まっていて、初めて来た子はもう大学生。柳原さん家は娘が赤ちゃんの頃から子どもが集まる場所でした。例えば、ニュージーランドやラオスなどからの留学生を受け入れるホストファミリーになったり、ライオンズクラブの集まりに家族で参加したり、地区のバレーボール大会などの打ち上げをしたり、人がいるのが当たり前のお家です。今は娘も孫も遠くに住んでいますが、孫としたいことを”近所の孫たち”と楽しんでいます。

子ども と 集活

遊びごころが作る ひとの輪

～遊びごころの天才～

「田んぼやドジョウが見られる風景が魅力的」と、10年前に南宮地区に住み始めた長谷部さん。

4人の子どもがいる長谷部さん家は、子どもが大喜びする仕掛けがたくさんです。

玄関を開けると、真っ先に子どもたちの写真が飛び込んできます。

ふと見渡すと、すべり台・ブランコが現れ、家の中なのに公園にいるようで思わず声が漏れます。

ザックリと削れた家の壁紙を指さして、「子どもが三輪車で走り回ってさ～」と笑う長谷部さん。

遊びごころが詰まった長谷部さん家では、子育て世代の友人が集い、子ども達が走り回り、賑やかな時間が過ぎています。

～キッカケと広がり～

子育て世代がつながるきっかけは、学校の役員をしたママ同士が仲良くなり、パパもご飯会に誘われたこと。

参加してみると、パパ同士も盛り上がり、いつの間にか家族ぐるみの付き合いが始まりました。

「今では、パパ同士の方が仲良しかも」と長谷部さんは笑います。

「奥さんの話に乗るか反るか。それが家族ぐるみの付き合いが出来るかのポイント。目の前のきっかけに向かって一歩踏み出すことが大切」と教えてくれました。

長谷部さんは、コロナ禍で皆がつながることを先延ばしにするなか、「子どもが大人になっちゃう」と考え、松島の古民家を購入して、大人も子どもも楽しめる居場所を作りはじめました。

「次はなにをしよう？」

長谷部さんの遊びごころから生まれるつながりは、この先も子育て世代を結ぶ輪になるでしょう。

佐藤さんと保育園児

佐藤さんの畑は、沢山ひょうたんが実ります。近くの公園にお散歩に来る、つめ草保育園の園児たちが、佐藤さん家のひょうたんを見つけて「おじちゃん、これなぁに？」と聞いたことから、思わぬ交流に発展しました。

佐藤さんが、その場でひょうたんを取って手渡すと、園児たちは、その珍しさにとっても喜び、保育所に持って帰って、飾ることにしました。

保育所に飾られたひょうたん。時間とともに変わっていく様子を観察しながら、佐藤さんに、お礼の手紙を渡しました。

秋になり、佐藤さんが畑で実った柿と、ひょうたんで作った「ランプシェード」をプレゼントすると大喜び。

もらった柿は、園児たちがピーラーを使って皮を剥き、干し柿にして食べたそう。「ランプシェード」については、「ひょうたんの中身はどうやって取ったの？」と、興味深々。

その後、柿とランプシェードへのお礼をしたいと、毛糸で機織りしたマフラーを作り、またそれを佐藤さんに届けました。

佐藤さんは、「俺が外にいないと、家に向かって名前を呼ばれるので、ごろごろしていられない。子供達に気にかけてもらえることは嬉しいね」と言います。

地域の高齢者と保育園の園児達がお互いを見守る…

ひょうたんからこぼれた

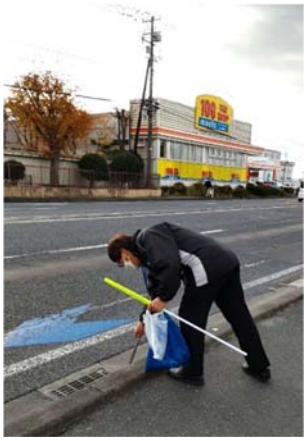
つながりの種。

いつもの風景

「おはようございます」「今日は早いね！」

交通量の多い朝の国道45号、横断歩道に立って生徒や地域の方に笑顔で挨拶をするのは、多賀城中学校の中里校長先生です。

よく見ると、中里先生の手にはビニール袋が。



生徒の登校を見守った後は、広い通学路を歩いて地域のごみ拾いです。

中里先生は言います。

「ごみ拾いをしながら『ここは危ないな』『災害が起きたら子ども達をこのルートで避難させよう』と考えるんです。地域を知ることが何よりの防災・防犯になって、子ども達を守ることにつながるんです」

中里先生がこうして歩いた通学路には、印がつけられます。

！印がいっぱい！

人と人のつながりは「安心・安全」があってこそ広がるもの。

地域の安心・安全を守る中里先生の一歩いっぽには、子どもたちが安心して集えるこの地域を守りたいという思いがこもっています。

安心安全

多賀城花子の集活

歴代
多賀城花子

私は多賀城花子。今年は私の集活を紹介するわ。
コロナ禍だから…と言っていると何もできなくて足腰も弱ってくるし、頭も心も活気がなくなってきちゃう。**感染対策しながら、ちょっとした時にみんなに会える少しの時間を大切にしてるの。**

キーワード
地域清掃・立ち話・ごみ出し・庭先

感染対策で密を避けるとなると、屋外だと少し気持ちが楽になるわよね。

私の地区では毎月地域清掃があるんだけどね、その時は必ず班みんなで顔を合わせて、町内会のことや身近なことを報告して情報共有するの。震災後に引っ越してきた子育て世代もみんな集まるから、みんな顔なじみ。

だからね、いつでもどこでも立ち話が始まるの！もちろん地域清掃が終わった後もさらに立ち話もするしね、ゴミ出しの時、出かける時、帰ってきた時、庭に出た時、ご近所の声がした時、いつでも顔を合わせた場所で話し始まるの。

それにね、太郎さんやご近所の旦那さんたちは山野草や花作りが好きでね、よくお隣の縁側に集まって話にも花を咲かせているわ。

キーワード
野菜作り・畑・空き家・空き地・市境

太郎さんって私の旦那さんなんだけどね、実は野菜作りも好きでね。とはいえ、我が家の庭は花でいっぱいだから、ご近所さんの畑を貸してもらっているの。うちは多賀城市でも市境に近いから、その畑は隣町なんだけど、私たちにとっては市町関係なくご近所さん。

実は別の畑も借りているんだけど、一緒に作っている人はだいぶ高齢だから、力仕事は手伝っているんだって。今意外と空き地や空き家って多いじゃない？うちは野菜を作りたくても場所がなくて困っているから、一緒に使わせてもらえるのはとっても嬉しいことだわ。

畑で会って話したり、大変な作業は手伝い合ったり。もちろん採りたての野菜はおいしいし、それをおすそわけすると喜ばれるから、太郎さんもとても嬉しそう。

キーワード
手作り・趣味・モノを通じて

集まろうとして会うだけじゃなくて、物が人をつなぐ場合もあるわよね。

座布団型のお手玉の作り方を教えてもらってたくさん作ったのよ。そしたら「サロンで使うから貸して！」「私のサークル用に作って！」なんて声をかけてもらってね。好きなことだから引き受けたけど、たくさん作るには時間が必要。そしたら教室の仲間が手伝ってくれたの。

作り方を教えてくれたのも声をかけてきたのも手伝ってくれたのも、元々知っている人たちだけれども、共通の話題があるとさらに距離感が近くなるわよね。

イベントやサロンは減っているかもしれないけど、こういう集活すると、コロナ禍でも人と話す時間は減ってないんじゃないかな。みんなもちょっとしたところで人と会ったり話したりしているんじゃない？

「ちょっと」「ついでに」「ささいな」をいっぱい集めてみるのもいいものよ！

⇒ 実際の事例を基に物語を作成しました。
こちらが参考にした実際の事例です

「その場、その場が、集う場所」

「この地域に住んで良かったわ」と話すのは、桜木南区の方々。

毎月1回の地区清掃だけでなく、ゴミ出しで顔を合わせれば立ち話が始まり、出かける時も「〇〇へ行ってくるね」「いってらっしゃい」と、声をかけあうのが当たり前。ご近所どこでも顔を合わせた場所に集まります。「普段から話しているから、気軽にいろんな話が出来るの。困った時もお願いできるのよ。」と話す通り、母親の介護、夫が倒れた時、地震などの災害時、近所の繋がりにより支え合ってきました。

そして男性陣も、定年後からより一層仲が深まり、同じ趣味の山野草や花育てについて、やまちゃん家の縁側で語らいを楽しみます。

温かい関わり合いのある桜木南区では、今日も性別や世代を超えて、笑い声が響き合っています。

「出張！シルバーセンター！」

大代東区の南部さんは、おしゃべり上手で83歳とは思えない身のこなし。

フットワークが軽いから、近所の公園の草刈り担当として頼りにされています。

「大変だろうから」とご近所さんの畑を手伝い、空き家になってしまってからも、畑で野菜を作りつつ、庭木の剪定から、雨戸の修理まで、管理を一手に引き受けます。

畑で作った野菜はご近所さんへおすそわけ。畑を続けられるのは「喜んでもらうのが楽しいから」と話す南部さん。世話好きだから今では4箇所も畑の手伝いをしています。グランドゴルフ仲間の畑でもお手伝いとして大活躍！

ワンオペシルバーが今日もどこかへ駆けつけます。

「お手玉がつなぐ縁」

東部地区協議体あすなろう会でお手玉作りをすることになり、裁縫が大得意なトモコさんに作り方を教わりながら作り、モトコさんに遊び方を教えてもらいました。

モトコさんが桜木の多賀モリ会でお手玉を使ったゲームをしたら大好評！それを知った我妻さんから鶴ケ谷の多賀モリ会でもやってみたいと貸し出しのご依頼が！今度は信子さんからお手玉を作ってほしいとのご依頼が！モトコさんは脳トレにもなるからと快諾。とはいえ、やはりたくさん作るのは時間も材料も必要です。するとモトコさんの行っている手芸教室の仲間からお手伝いの手が！一緒に縫ってくれたり、糸やペレットなどの材料のおすそわけがきたり。モトコさんが作ったお手玉の数、なんと151個！

一つのお手玉がたくさんの人との縁を強め、さらに数を増やしたお手玉たちは新たな出会いをつなぐために、今日も地域に出向いていくのでした。

集活の達人

新田地区で暮らしている渡邉とめさんは、昭和3年生まれの94歳。新田生まれの新田育ち。新田から出て暮らしたことが無い生粋の新田人です。

とめさんは、これまで36年間、民生委員を務めて、天皇陛下から叙勲を受けています。婦人会の支部長を務めたり、シニアクラブで踊りを教えたりもしてきました。

でも、とめさんのすごい所はそんなことだけではありません。今でも、家の電話にかかってくのは、殆ど、とめさんへの電話です。電話の内容は、お茶のみのお誘いから、着物の修繕の依頼まで様々。

「90歳過ぎてもね、私には地域に30代から90代までの友達がいるの。地域の人は大抵友達」と笑います。

若い頃は、お姑さんに仕えながら寝る暇もない程、働いてきました。今は、ひ孫とケンカをしながら暮らし、ラジオを流しながら縫い物をします。「こんな穏やかな時間が何よりも幸せだ」と語ります。

そして、62歳から始めた「川柳」をひねるのも、とめさんの魅力の一つ。何冊もの作品集が作れる程書き溜めており、作品集の中には、とんちが効いた川柳が綴られていました。

作品集より抜粋

歳聞かれ
いつも笑顔で
四捨五入

お年玉
季節になったら
ボケたふり

インスタ映え
なんのハエかと
孫に聞く

西部地区

このー年間を振り返ると、地域の方達は、コロナの感染が多い時も少ない時も、自分達で判断して「集まっていた」と感じます。

誰の指示が無くても、自分達で判断して動き始めたこと！これが、去年までとは大きく違う点でした。

西部地区では、今年も7つのとなりぐみの開催を続け、暮らしていきたい地域を目指してきました。来年には、西部地区のとなりぐみのメンバー全員で「やっぺし！西部のとなりぐみ」の開催に向けて、企画中です。

さて、今年のお宝発表会の見どころは、発表会を開催してから「いつか伝えたい」と感じていた「子供」に関するお宝が紹介出来ることです。地域の人と子供のつながり、子育てをしているお父さんお母さんのつながり、学校の先生の子供への想い…多賀城市のお宝発表会も、ようやくこうしたことを伝えられるようになりました。

今回紹介するお宝は、地域支え合い講座の中で、地域の住民の方から教えていただいたものです。人は些細なつながりの中で暮らし、そんなことを暮らしの軸として生きているのだと感じてくれたら幸いです。

中央地区

今年もたくさんの方々が、地域支え合い講座にご参加くださり、ありがとうございました！コロナの不安は消えない中でも、「誰かと会うこと」「誰かと話して笑うこと」を探して実践されているんだと、皆さんのお話からも知ることができました。

一方で、体調を崩されたお仲間を気遣い心配される声も耳にしました。中央地区の講座から見つけた今年のお宝は、つながりを大切に、一緒に楽しむことで自身と地域の健康維持にもなっているお宝人（びと）さんです。

皆さんの暮らしの中にも、何気ない色々なつながりがあると思います。是非、また来年も、たくさんの「つながり風景」を講座に持ち寄って教えてください！

中央地区の地域について話し合う会「たが和っか」では、居場所・スマホ・防災の3つのテーマの中で、誰もが寄れる居場所を検討し、スマホを使ったつながり方や、保育園の避難訓練を通して、地域の防災を考えてきました。メンバーさんは、地域の活動に参加して気づいたことや、新しく生まれた発想、知り得た情報を、地域のために活かしたい！と、これからも話し合いは続いていきます。

東部地区

今年で6回目を迎えたお宝発表会。東部地区では、これまで講座を市営鶴ケ谷住宅集会室で開催していましたが、今年は初めて大代地区公民館で開催しました。

東部地区は、中心には駐屯地がありますし、高低差も大きいので、なかなか一つの場所にたくさんの人を招くのは難しいという特徴があります。それで今回講座の会場を変えてみたのですが、やはり場所が変わると参加者の顔ぶれも変わりますので、さらにたくさんのお宝を発見することもできますね！「移動型」「出張型」で様々な会場で開催する効果を感じています。

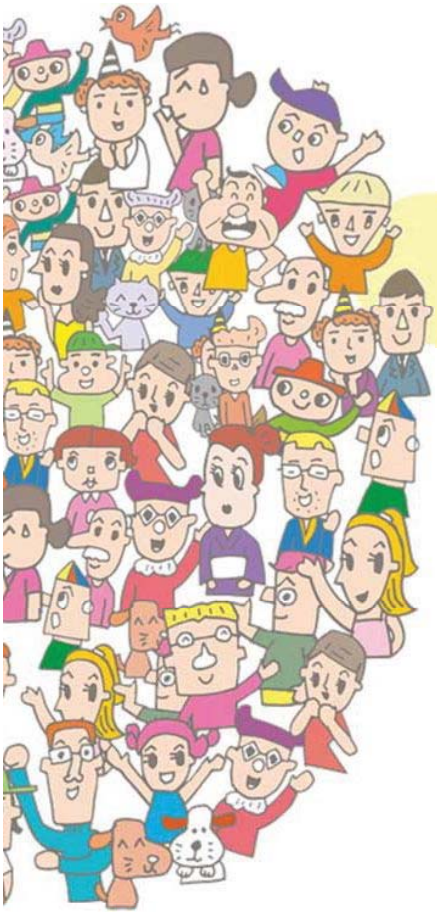
東部地区では昨年から小さな範囲でのお宝発表会を計画していて、今年は大代地区で取り組んでいます。大代地区はとても広い地区であり、たくさんのお宝を発見できるというメリットがある一方で、たくさんの人に「お宝」を周知したり、コロナ下でたくさんの人を集めたりする難しさもあります。そこで今年は紙面での発表会を準備中です。民生委員さんのご協力を得て、当センター職員とお宝を探し、それをパンフレットにまとめ、たくさんの人に見てもらいたいと考えています。みなさん、ぜひ楽しみにしていてくださいね！

参加者アンケートより(^O^)／

１０月に開催した地域支え合い講座に
参加された方々からのご感想です

さりげない人とのつながりが大事。
人として支え支えられる関係を増やしていきたいと思った。

一人一人のつながり、普段の暮らしぶりが聞け、これから日常生活を大切にしようと思う。



私の地区はとても地域の宝がいっぱいあり、ここに住んでいる幸せを感じました。

すばらしいお宝が多賀城にはたくさんあると思いました。これを参考に地域での活動をと思います。

お宝・・・
どんなところにも心にも人にもみつける事で、これからの人生が変わるんだなぁ・・・

主催｜住民主体の地域づくりを広げる事業実行委員会
多賀城市保健福祉部介護・障害福祉課

2022年度実行委員会メンバー

全国コミュニティライフサポートセンター
　橋本　泰典

多賀城市市民活動サポートセンター
　小笠原　弘幸

社会福祉法人多賀城市社会福祉協議会
　嵯峨　悦子 、高橋　崇矩

多賀城市自立相談支援窓口（ＰＳＣ）
　武田　沙紀

トィンクルたがじょう
　橋本　陽子

多賀城市西部地域包括支援センター
　今野　まきこ(生活支援コーディネーター)
　宮本　範子　（生活支援コーディネーター）

多賀城市中央地域包括支援センター
　大石　幸恵　（生活支援コーディネーター）
　千葉　洋子　（生活支援コーディネーター）

多賀城市東部地域包括支援センター
　沼倉　亜紀子(生活支援コーディネーター)
　堀内　弘恵　（生活支援コーディネーター）

多賀城市教育委員会事務局教育総務課
　樋口　哲也

多賀城市教育委員会事務局生涯学習課
　鈴木　諒

多賀城市総務部地域コミュニティ課
　吉川　奈美

多賀城市都市産業部産業振興課
　千葉　まち子 、多胡　樹

多賀城市保健福祉部社会福祉課
　伊藤　想桜

多賀城市保健福祉部健康長寿課
　富塚　麻衣 、川村　壮司

多賀城市保健福祉部介護・障害福祉課
　外﨑　靖子
　（事務局）
　胡下　明美 、大原　恵子 、竹鼻　靖子