

『協働通信』は、「那覇市協働によるまちづくり推進協議会 ～なはおせっかいワクワク隊～」の行う事業の一環として、毎月発行しています。

特集！首里地区ゆんたく会

住み慣れた地域で
自分らしく生きていくために
～私にできること、地域でできること～

2月14日(日)午前10時から首里公民館大ホールにて、首里地区の協働大使・自治会長・民生委員児童委員の皆さまを対象とした「首里地区ゆんたく会」を開催いたしました。テーマは「住み慣れた地域で自分らしく生きていくために～私にできること、地域でできること～」。参加者は、協働大使28名(内、民児委員4名・自治会長4名)、民生委員児童委員28名、自治会長5名の計61名に加え、実行委員や4つの地域包括支援センター、社会福祉協議会、行政の皆さん、なは市民協議会を中心とするファシリテーター12名、総勢90名近くの大ゆんたく会となりました。



第一部は那覇市チャージング課の仲宗根副参事と中村主査にお話していただきました。内容は、介護保険法の改正により、これから市町村が中心となって地域の実情に応じた体制づくり、特に、市民主体の多様なサービスを充実することで地域の支え合い体制づくりを推進していく必要性と可能性について。「医療」・「介護」・「介護予防」・「生活支援」・「住まい」という大きな枠組の中で、「自助」・「互助」・「共助」という観点から制度だけに頼らない取組、言い換えると、私たち市民が自分や家族の健康づくり、自立した生活をどう築くか、また、身近な地域でお互いが支え合える仕組みをどう作っていくかの問いかけがありました。



をどう築くか、また、身近な地域でお互いが支え合える仕組みをどう作っていくかの問いかけがありました。

第二部では上記のお話を踏まえ、首里地区の6つの小学校区、11のグループに分かれて「ゆんたく会」なるワークショップを行いました。「あいさつ」「声かけ」という小さな一歩から、「お手伝い」「見守り」「居場所づくり」へ。さらに「世代を超えた交流」、学校や事業所等も含めた「地域の連携」という大きな課題も挙がりました。各自治会で現に取組んでいる活動や、民生委員の取組も紹介され、小さな地域でそれぞれが

活動していることの情報共有にも繋がりました。また、いくつか行政に対する要望もあり、まずは私たち市民に何が出来るのか、そこを起点に市民と行政の協働を図っていくことが大事ではないかと感じました。

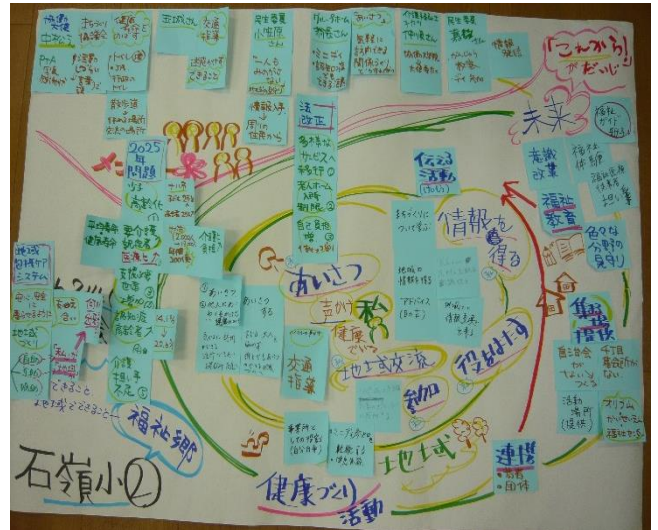
参加された皆さんの感想には有意義であったとのお声もいただきましたが、もっと時間がほしかったという声も多数あり、この日のゆんたく会が次のステップ＝具体的な取組へと繋がるよう皆さんと知恵を絞りたいと思います。沢山の意見や提案があったワークショップの内容は、次頁以降をご覧ください。



石嶺小学校区② 福祉郷

●私にできること・地域でできること

- ・安心・安全に暮らせるような地域作り
- ・支え合い ・自助、互助、共助 ・地域交流
- ・挨拶…子ども、大人問わず誰とでもあいさつの出来る地域作り
- ・他人に迷惑をかけないための健康
- ・気軽に訪問が出来る近所付き合い
- ・徘徊（声掛け）・交通指導
- ・事業所としての役割（自自身）・ミニデイサービス参加を継続する



- ・健康体操、健康作り活動 ・伝える活動（啓蒙活動） ・まちづくりについて学ぶ ・地域の情報を得る
- ・アドバイス（助言） ・友人から近所の高齢者情報を得る ・地域での情報交換が出来る

●未来…これからの大事

- ・福祉ガイド冊子 ・意識改革 ・福祉教育 ・福祉体験 ・福祉医療従事者、担い手
- ・色々な分野の見守り ・集まる場所、活動場所の提供 ・連携（若者、団体）

法改正 ①多様なサービスへ移行 ②老人ホーム入所制限 ③自己負担増

2025年問題 ① 少子高齢化：那覇市 子ども 25 万人減、高齢者 25 万人増

② 要介護認定者増、医療費、介護費負担増：那覇市 12000 人→18000 人、年間 2001 億円

③ 支援が必要な世帯の増加 ④ 認知症高齢者の増加 14.1%→20.6% ⑤ 介護担い手の不足

石嶺小学校区① 伊江御殿

●私にできること

- ① 環境 ・道路の草刈り、環境を良くする
・保安灯維持管理のお助け ・マップを作る
- ② 運動 ・グラウンドゴルフができる
・ラジオ体操をみんな（やりたい人）で楽しみたい
- ③ 交流
・学校行事への参加・子育てサロン（11 年継続中）
・地域の行事に参加・独居老人の話し相手
・認知施設での琉球民話の読み聞かせ



④ 声掛け

- ・あいさつ、声掛け ・高齢者への声掛け ・地域作りは道での声掛けから始まり、顔を知る事

⑤ 見守り = ☆みぐるぐる ・子どもたちの見守り ・夜回り（児童対象：第三金曜日）

⑥ 買い物 ・買い物支援、手伝い ⑦ 手伝い ・庭の手入れのお手伝い

⑧ 知る ・一人暮らしの方、高齢者の方を知り、定期的に声掛けをする

●地域で出来る事

- ・自治会を作る ・夜間の見回り（電機がついているか、非行の予防） ・包括支援センター
- ・団地の広場（火曜 10-12 時：グラウンドゴルフ） ・ゆんたく会 ・自治会単位で地域見守り隊を作る
- ・居場所作りをする ・一人暮らしや高齢者の方の庭の木や草を定期的に手入れ、掃除
- ・各種「お手伝い」のグループ作り ・地域の草刈り ・地域お助け隊 ・病院へ通院のお手伝いグループ



大名小学校区 末吉宮

●個人が出来る事

- ・体力作り…市の推進員
- ・健康作りのため子どもから大人まで参加できるスポーツ行事を作りたい ・ゲートボール
- ・文化の紹介と伝承 ・村あしびの時の料理の協力
- ・隣近所とのコミュニケーション ・外灯の設置
- ・地域を掘り起し史跡めぐり
- ・イベントの企画による共感を得る
- ・民生委員、自治会長として参加
- ・民生委員と見守り活動 ・見守り→包括支援につなぐ係
- ・体調を見ながら積極的に参加

●地域で出来る事

- ・大名町全体で見守り支援をやっている ・集金日に必ず家庭を訪問するので見守りが出来る
- ・健康測定デー ・自治会でデイサービスをやっている（食事サービス） ・高齢者社会に対する対応
- ・見守り活動強化 ・ふれあい交流 ・伝統行事文化…大人も子どももつないでいく
- ・自治会に協力（集金、行事等）

●課題：地域へみんなが出てくるには

- ・自治会加入者が少ない ・子どもをまきこんでいけたら良い ・個人情報ネックになる
- ・地域をまとめることが難しい ・男性参加（飲み会、プライドを捨てる）
- ・中心になるリーダーがいると仲間作りができて自治会活動に参加できる。自治会滑動が活発化！



城東小学校区① 弁ヶ岳

●個人

- ・子どものつながりから近所の方と知り合いになる
- ・声掛けあいさつ
- ・地域の人と親しくなる（情報を得る）
- ・困っている人の役に立つこと（自分の出来る範囲）
- ・自分自身がしているボランティア活動から近所の方とお付き合いする
- ・毎日散歩に行くが、なるべく地域をパトロールしながら散歩している（ポスト、洗濯物を見ながら）

●自治会を作る・入る（＝キーワード）

●自治会（集まり）での活動

- ・自治会長として実態を把握する（情報） ・具体的に企画を立てて会員を納得させる
- ・自治会とのつながり：行事等に参加する事で情報を得る、地域の行事等に参加する
- ・まちぐわー ・親子料理教室 ・ラジオ体操（保険付き） ・学校
- ・認知症カフェ ・学校訪問 ・子育て支援（月一回のサロン活動）

●高齢者と子ども、青年をつなぐ

- ・子どもと高齢者
- ・旗頭 ・学校ありがとう祭 ・見守り隊（子どもたちを入れる） ・エイサー ・食事



城東小学校区② 首里駅

●できること…声掛け、挨拶

- ・声掛け（スクールゾーン） ・安否確認
- ・相談にのる ・掃除や草刈りの手伝い
- ・独居老人の見守り ・挨拶運動への参加
- ・ふれあいデイサービス ・居場所作り
- ・出来るだけ声をかけて、ゆんたくしたり、踊ったり、体操したりする

●楽しく集まる

- ・自治会で遠足など楽しく集まるイベントを企画する
- ・町内運動会
- ・ふれあいデイサービスに参加（特に男性）
- ・グラウンドゴルフ大会の開催 ・夏祭り ・ムーチャー作り

●地域でできること

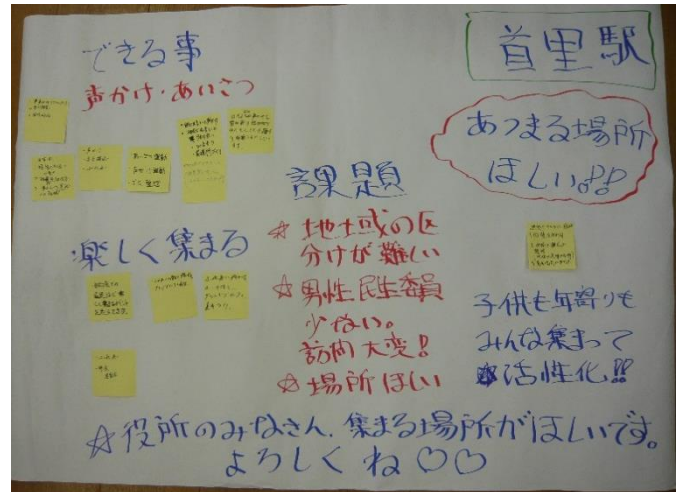
- ・回覧をまわす ・地域の概念の整理（地域の意味が不明） ・集会場所の確保

●課題

- ・地域の区分けが難しい ・男性民生委員が少ない ・（集まれる）場所が欲しい

●集まる場所が欲しい…子どもも年寄りもみんな集まって活性化！！

☆役所のみなさん、集まれる場所が欲しいです！よろしくね！！



城西小学校区① 龍潭

●個人の想い（個人の活動）

- ・地域の小学生に地域安全マップを作ってもらい、自分の住んでいる地域に安心・安全に住んでもらいたい
- ・行政の長である市長、副市長の参加が望ましいと切に願う ・子どもたちの元気なエネルギーを高齢者の方へ注入する ・まだ自治会に加入していない人に加入してもらい、地域の事を一緒に考えてもらいたい
- ・地域の高齢者の方の話し相手になってあげたい ・地域の高齢者の存在を知る→何をしてほしいのかを聞く
- ・見守り隊の集まりに参加し、地域の現状を知り、出来る事をしたい
- ・子どもの貧困の問題、老々介護の問題…2025年問題をむかえて、中間年齢層は子育て、介護をすることにどうしても支援が必要となる。市、県、国をあげて取り組まないといけない問題だと思う
- ・自治会と情報を共有する ・まず顔を知ってもらうことが大事だと思うので、行事に積極的に参加する

●課題

- ・個人情報の問題で本当に困っている方の情報が得にくい（個人情報の壁）
- ・予算 ・荷が重すぎる！安く使われすぎ
- ・子どもの問題の拡充 ・自治会加入が少ない
- ・行政も少し協働 ・65歳以下の方の介護
- ・話し相手が必要 ・地域で出来ない

●地域でどうするか

- ・福祉コミュニティの大切さ ・見守り隊の充実
- ・おすそわけの精神 ・お店と協力（新年会、福引）
- ・40代、50代の参加（定年組以外）・子ども会に入る努力をするべき



- ・活動支援センターの役割の期待 ・活動の協力者を増やす ・行事に参加する（行政）
- ・行政からの支援 ・一人ではできない ・地域支援隊の設立 ・行政は自治会の現状を知っているのか？

●これをつなげる！！

- ・予算 ・市長、議員を地域に呼ぶ！ ・ふれあいデイサービスサロン
- ・特定健診のお知らせ、国勢調査…行政に協力しながら関わる

☆地域で支え合うという思いは一緒！→どう形にしていくか

- ・協力者を増やす（福祉コミュニティー） ・支援サービス（金、物品）が欲しい！（特に行政から）

城西小学校区② 守礼門

●私に出来る事

- ① 会費を払ってサークルに参加、ウォーキング →健康維持
- ② TVで健康情報収集
- ③ 若いうちから健康寿命を延ばす

- ・地域のみなさんとできるだけゆんたくできる場所を作りたい ・引きこもりの人を見守る
- ・自分の健康維持のために現在やっているサークル活動を続けていく（ウォーキングを毎日 30 分程度）

- ・まずは自分自身の健康を維持できるように食事に注意し、運動など積極的に取り組む
- ・情報収集を行う（健康、介護、認知症等） ・高齢者支援に協力していきたい
- ・高齢化に向け、健康維持の努力 ・独居老人の家にお菓子、お茶持参で話をしに行く（その人の人生の話等）
- ・地域で月二回デイサービス活動をしている ・学校でハートルームの子どもたちの居場所作り
- ・地域の子どもの見守りとして朝の交通指導とあいさつをしている

●地域で出来る事…一人暮らしの方の見守り

- ・自治会の取り組み：サークル、鏡餅の配布、予算の工夫（寄付や祝儀を受け取って皆さんへお返りする！）
- ・隣近所の若者（小・中学生、青年）をひっぱりこんで老若男女で遊ぶ
- ・一人暮らしの方へ月に一回ティッシュを配り、安否の確認（自治会活動）
- ・月二回デイサービスのボランティア ・月一回老人クラブのボランティア
- ・地域住民と顔見知りになり、気軽に声掛けする ・見守り隊に参加し、情報交換
- ・引きこもりの人が出来るだけ外へ出るようゆんたくの場を作っていく
- ・独居高齢者支援（年二回、米等の配給） ・サークル活動（三線、俳句、G.G、ラジオ体操等）

●まとめ → 若者も一緒に地域の顔が見える取り組みをする！



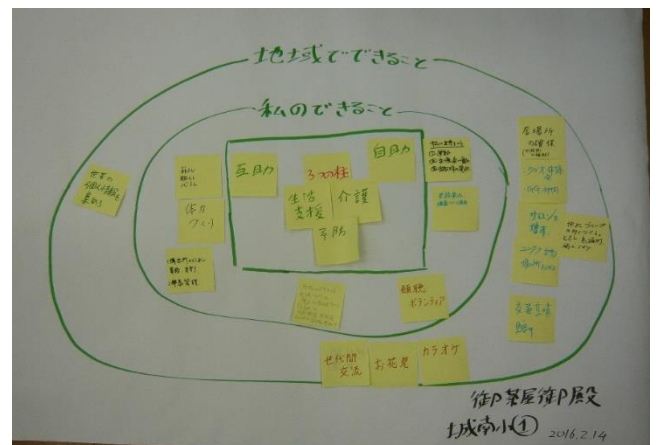
城南小学校区① 御茶屋御殿

●私にできること

- ・筋トレ、脳トレ、心トレ・運動、交流会参加、趣味の強化
- ・隣近所のゴミ出し、買い物、見守り ・健康管理
- ・傾聴ボランティア ・史跡案内、健康作り推進
- ・行政に出来る事：地域作りは強力な自治会作り。そのために会員増強、市職員、同OBの自治会参加を。

●地域でできること

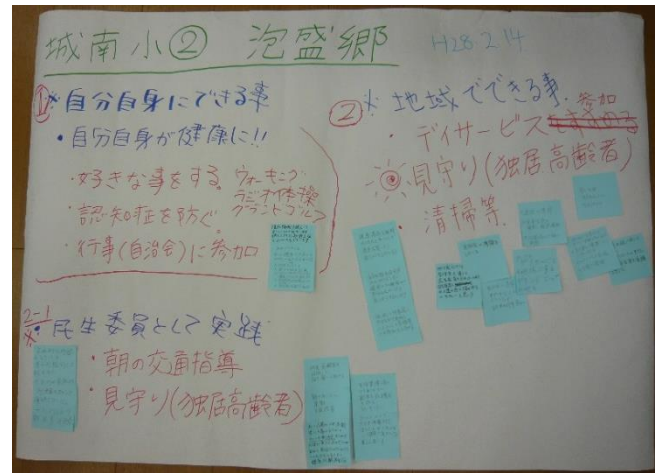
- ・世帯の個人情報を集める ・世代間交流、カラオケ、お花見 ・ゆんたく出来る場所を作る



城南小学校区② 泡盛郷

●自分自身に出来る事

- ・自分自身が健康に！！
- ・好きなことをする（ラジオ体操、ウォーキング、グラウンドゴルフ） ・認知症を防ぐ
- ・行事（自治会）に参加する
- ・現在協働大使としてボランティアをしています。個人としては毎週二回スポーツをしています。
- ・デイサービスの手伝い兼、自分自身も受講している
- ・私は健康に不安があるため、一日一日の生活リズムを大切にしています。



1. 朝は5時に起床
2. 多少のウォーキングとラジオ体操、ストレッチを毎日行う
3. 自治会内の仲間とゆんたくする
4. 自治会活動に勤める

- ・生活習慣病にならないように散歩をする（ウォーキング）
- ・グラウンドゴルフ、ラジオ体操をして皆さんとゆんたくし、健康に気を付け楽しく過ごす

●地域でできること

- ・デイサービス参加 ・見守り（独居、高齢者） ・清掃等
- ・健康寿命を維持するために多くの人の意見を聞いたり、接するようになる
- ・自分も認知症予防に心掛けると共に、周囲にその兆候が見られる人がいたら気配りする心掛け
- ・地域の行事等に出来るだけ参加し、一人暮らしの参加者にも参加を促す
- ・自治会の清掃を行う ・自治会を通して民生委員の方も含めて独居老人の為に協力していきたいと思う
- ・道路の清掃 ・児童、生徒の見守り、挨拶運動 ・必要に応じて見守り訪問 ・デイサービスのボランティア
- ・自治会の行事参加 ・地域でふれあいデイサービスを行う ・グラウンドゴルフをやる
- ・立哨を週一回行っている ・サークル活動を立ち上げる ・高齢者の健康づくりに取り組む ・公園の清掃

●民生委員として実践

- ・朝の交通指導 ・見守り（独居高齢者） ・独居高齢者を訪問して話を聞いてあげる
- ・家庭的な内容を知らべる ・月二回訪問して話を聞く ・家庭的か身体的なものが問題を知って解決していく
- ・一人暮らしか報告する ・朝のあいさつ運動
- ・高齢者の一人暮らし、二人暮らしの方などヘットの取り付けのおすすめや、お困りのことなどがあるかどうか尋ねて、自治でのデイサービスのお誘いをしたり、健康状態等を伺う

城北小学校区① 虎頭山

●わたしにできること

- ・お年寄りの見守りは一人暮らしでなくてもやった方が良いと思う
- ・目配り、気配りを中心に自治会内を巡回している（ウォーキングのついで）
- ・一人暮らしの方の相談を受ける
- ・隣近所への声掛け、挨拶
- ・民生委員の立場で訪問、見守り
- ・防犯活動の一環として夜間のパトロール（定期的に地域をまわる）



- ・ 1 月から認知症カフェを立ち上げ、第二回目も終えた
- ・ 地域（自治会）の行事に積極的に参加。受付等を手伝う ・ 地域イベントでの立哨交通安全見守り等
- ・ 一人暮らしの方の買い物の手伝い ・ 毎週土曜、日曜にがんじゅう会（ボランティア活動）

●地域でできること

- ・ 子ども食堂、地域食堂の実施で交流
- ・ 新しく転入された方へ自治会加入を勧める（毎年実績をあげている）→行事が盛んに行われるようになる
- ・ 自治会加入率を上げるために…保安灯を設置する。集会所を設ける。行政に関する得する情報を共有する。
- ・ 一人暮らしの方（高齢者）の名簿等の作成
- ・ 各世代で交流出来るイベントの実施（小学生～社会人、主婦、主夫等）
- ・ チャーがんじゅ一課の中でミニディーを月二回行っていきます
- ・ 地域見守り隊を結成し、様々なニーズに応える（お助け隊：ぐまようじぐわー）
- ・ 土地、金はないが共同使用できる集会所が欲しい（石嶺ひよい自治会）
- ・ 自治会で組織した班活動をもう少し重要視する

城北小学校区② 蔡温

●健康づくり

- ・ 自分で！：自分の健康に気をつける
- ・ 仲間と！：仲間を作って運動する（健康の為）
- ・ 子どもと！：子どもと過ごす時間を増やす。子どもと一緒に歩く。子どもたちに思いやりの心を持つように指導。子どもが自然に親しめる環境（健康的な住環境）。自然を大切にする（健康的な住環境）。子どもを歩かせる。

●積極的に参加、誘う

- ・ 自治会から地域情報をうける
- ・ 地域のイベントに参加する ・ 地域の人と仲良くする ・ 公民館でのデイサービスへのお誘いをする

●見守りと訪問

- ・ 地域見守り ・ 声掛けをする ・ 子どもたちの登校時に声掛けをする（そうじ、水かけをしながら）
- ・ 訪問し、対話をしてひきこもりをさせない！ ・ 家庭訪問して話し相手になる ・ 優しく、声掛け、心の引出し

●情報発信

- ・ どこにどんなサービスがあるのか情報発信

●人材育成

- ・ ボランティアの育成 ・ 子どもボランティアの育成

●つなげる仕組み

- ・ ネットワークづくり ・ 認知症者への理解。徘徊に対する協力

●場作り

- ・ 居場所作り ・ デイサービス（儀保町公民館：第二、第四木曜） ・ 食事サービス：弁当 or カフェ
- ・ 認知症カフェ（第二金曜あごらで開催） ・ 久場川町：地域デイサービスの参加、交流（昼食付）
- ・ 弁当を届けに各家庭に訪問

●改革！！

- ・ 税金の使い道に声を上げる事（予算ないないではなく）



前号でもお知らせいたしましたが・・・

那覇市の協働を出張PR!

世界のミニミニママまつり in 琉球

平成28年3月6日(日) 11:00~16:00

イオンモール沖縄ライカム1階水槽前広場

主催：NPO 法人チルドリンママまつり

琉球チルドリン実行委員会

「ママと社会・地域・家族、ママとママとの間に、安心できるコミュニティを築きたい」という趣旨に賛同し、当協議会も後援としてイベントに参加します。

協働大使である昆虫切り絵作家の吉嶺裕司さんのワークショップ、同じく協働大使で那覇のヒーロー、ムムヌチハンターがステージに登場します。

協議会や協働によるまちづくりのPRを兼ねて、子ども部会の皆さんを主に、吉嶺さんとムムヌチハンターの応援・フォローに行ってきます！皆さんの応援もよろしくお願ひします(^^) /



世界のミニミニママまつり in 琉球

那覇市協働大使 昆虫切り絵作家 吉嶺裕司による

昆虫切り絵 ワークショップ

ペーパークラフトの粋を超えた ユウジワールドを体験しませんか!

参加料 無料

紙でつくるリアルな昆虫づくりに参加しませんか
那覇市協働大使の昆虫切り絵作家 吉嶺裕司による
昆虫切り絵 ワークショップ
参加料：無料(完成30名様)
(制作時間約1人15分程度)
※事前に整理券をお預ししますので、ワークショップ
受付にてお申込ください。

お問い合わせ先/那覇市協働によるまちづくり推進協議会 TEL・FAX (098) 955-2282

新年度に向けて、新たな出発！ 部会からチームへ

那覇市協働によるまちづくり推進協議会が発足して4年半になります。その間に健康福祉専門部会、子ども分野専門部会、環境分野専門部会を立ち上げ、各々部会としての活動をしてまいりました。しかし、部会制を敷くことで、「誰でも気軽に！」という思惑とは逆に、メンバーの固定化が著しく新しく参加するには難しい状況を生み出してしまった感があります。

そこで新たな試みとして、部会制ではなく、個々の事業・プロジェクトについて賛同する皆さんで企画・運営ができるような仕組みを作ることにいたしました。「協働大使の皆さんと、こんなことをやってみたい!」「環境出前講座に私も参加してみたい!」など、大使の皆さんの声を拾いながら協議会として応援できる体制を整えていきたいと考えています。

今年度、最後の専門部会になります。皆様のご参加をお待ちしております(^^) /

○環境専門部会

平成28年3月12日(土)14:00~15:30
なは市民協働プラザ3F 会議室⑦

○子ども専門部会

※子ども支援活動を行っている協働大使を訪ねる予定(日時・場所 調整中)

※ 参加申し込み、お問合せは下記まで!

【連絡先】那覇市協働によるまちづくり推進協議会 事務局

TEL/FAX 955-2282

