

四郷地区ふれあい出前カフェ事業報告

当地区の65歳以上の高齢化率は約33%、つまり地域住民のおよそ1/3が高齢者だということが理解出来ます。このことを踏まえて、これからのまちづくり活動では、より高齢者の皆さんの気持ちに寄り添った様々な取組を行っていく必要性を強く感じています。健康増進講座やグラウンドゴルフだけを高齢者向けの行事としてやっつけては駄目だと感じました。そこで今回「ふれあい出前カフェ事業」を企画し、実施することになりました。地域の人々の「つながり」を維持し、さらに発展させるために、まずは高齢者の皆さんが気楽に「集える場」と「機会」を作る必要があると考えました。私どもが各自治会さんの公民館等にまで出向いて、ミニ講演会やお喋りを中心にはゲームに興じたりして、お茶を楽しんでもらう「出前カフェ」を行うことにいたしました。

またすでに同様の活動を行っている自治会には、将棋や囲碁・麻雀やオセロなどの娯楽資料の無料貸し出しを行い、より積極的に参加を促せる支援体制を今後も継続して行っていく予定です。

誠に残念ながら、今期も昨年度に引き続きコロナ禍による感染拡大防止のため、思うような活動がほとんど出来ていないのが正直なところです。

しかし近い将来これらの取組が少しずつ地域に定着して、住民の「まちづくりの交流拠点」となってもらえるように、各自治会さんや地域の民生委員さん、また五十鈴地域包括支援センターさんとも緊密に連携しながら、地域コミュニティ活性化を担う中核事業として、次年度以降も継続的に実施していく予定です。

お住まいの地域にて開催する場合には、改めて回覧などでご案内をさせていただきますので、どうかご参加のほどよろしくお願い申し上げます。



ふれあい出前カフェ事業の今期実績報告

事務局 岡田 満

今期の「ふれあい出前カフェ」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、当初の予定より大幅に減少して、一つの自治会さんでしか実施することが出来ませんでした。

○自治会名…中村町自治会

○日時…11月29日(月) 10時から13時まで

○実施場所…中村町自治会公民館

○参加数…女性のみ12名とスタッフ5名の計17名

○事業内容…最初に伊勢市社会福祉協議会と五十鈴地区包括支援センターさんによる「プチ出前トーク」を行い、さらにその後の「高齢者食卓会」を行うタイミングに合わせて、この「ふれあい出前カフェ」を実施させて頂きました。

当初参加者には各自がセルフでコーヒー等を入れて頂く予定でした。しかし皆さんが高齢者であることから、提供場所の広さや参加者の動線等も検討した結果、思わぬところで火傷等の怪我人を出してもいけませんので、参加者には座って頂いたままで、スタッフが飲み物を個別に提供する形で、終了安全に実施することに致しました。また色々取りそろえた遊具については、講演会や食事会とのコラボであれば、短い時間の中でほぼ利用することはないと考えられます。

ただし今後開催頻度が増してお喋りのネタが無くなってきた場合や、特に男性参加の場合には威力を大いに発揮するのではないかと考えています。



中村町自治会長 今村 実

中村町では年二回の食事会を行っていますが、令和元年度は実施出来たのですが、昨年度と今年度前期は新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止させて頂き、2年ぶりの開催となりました。昨年秋頃からコロナ感染者数も減少を見せ始め、まちづくり協議会様から「ふれあい出前カフェ事業」のお誘いがあり、今回は合同開催という形で実施することが出来ました。

開催に先駆けて伊勢市社会福祉協議会様からは出前トーク『地域の困りごと』と、五十鈴地区包括支援センター様のご挨拶がありました。

参加者の方々も「久しぶりやなあ。集まって話をしたり、食事出来るのはええなあ。今年はお茶・コーヒー・紅茶・茶菓子まで頂けるんや。」と、喜びの意見も多数頂きました。

開催に伴い、ご協力頂きました伊勢市社会福祉協議会、五十鈴地区包括支援センター、四郷地区まちづくり協議会、ならびに中村町民生委員の皆様には心よりお礼申し上げます。



ほっこりとした時間を過ごす大切さ！

中村町民生委員 田辺隆美

久しぶりに食事会をまちづくり協議会の『出前カフェ』と併せて行いました。今回このような行事に初めて参加して頂いた方が何人か見えました。

そんなこともあってか、まち協の岡田事務局長は会話が弾むようにと、いろいろ準備をして頂いていました。

講演の後の食事会になると、少しづつ声が届いてくるようになりました。

食事が終わり、出前カフェが始まると、事務局長がゲーム等を準備してくれていました。そんな心配をよそに、話し声が絶えること無く聞こえてきて、とても和やかな場になっていました。

当初は、かしまった顔で始まったこの行事でしたが、帰る頃には皆さんの顔が緩んでいるようにも見えました。

皆さんもこのような機会があれば、ぜひ参加してみてください。

ほっこりとした時間が過ぎると思えます。



■四郷地区内高齢化の現状■

市町丁名	人口	65歳以上 1人世帯	65歳以上割合	75歳以上割合	要介護認定率
伊勢市	124,062	7,247	32.03%	17.06%	15.3%
中村町	1,540	114	28.0%	13.4%	15.5%
楠部町	2,615	259	36.6%	20.3%	14.5%
一字田町	184	15	39.7%	22.8%	17.8%
朝熊町	1,079	167	44.3%	23.8%	22.6%
鹿海町	1,456	72	22.1%	10.1%	15.8%
計	6,874	627	32.9%	17.2%	16.7%

R3.4.1 現在 /

R3.3.31 現在

地域にあふれる孤独

私たちの住む四郷地区においても65歳以上の高齢化率は32.9%、伊勢市の32.03%の平均値と比べても早いスピードで高齢化が進んでいます。

また、高齢者が高齢者を介護する「老老介護」、育児と介護の「ダブルケア」、高齢者と無職の子どもの世帯の「8050問題」、経済的な困窮などの課題を複合的に抱えている人や、古くからの地域のつながりが希薄になっている問題が報告されています。

困りごとを抱えていても自分で“SOS”の声をせず、生活するうえで福祉をはじめとする制度やサービスが必要な人に支援が届かず、また既存の制度では支援が難しい『狭間の問題』に苦しむなど、社会から孤立してしまうケースが増加し大きな課題となっています。

なぜ孤独になってしまうのか？

一人身世帯の増加 / つながっている居場所の数が少ない / 家族のかたちの変化
非正規雇用等パートなど働き方の多様化 / コミュニケーションツール（SNS等）の進化
人とのつながりがなくても生活に支障がない

社会的要因として上記のような社会の変化があると言われています！

人が地域を支え、地域が人を支える

近年、超高齢社会の進展や核家族化などにより、虐待、孤立死、認知症などさまざまな生活の不安が広がっています。

一人では不安でも、周囲の助けにより地域で安心して暮らし続けることができます。

まず、地域住民のみんながつながり、お互いが支えあう多様なつながりをつくっていくことが大切です。元気な高齢者が住み慣れた地域でいきいきと自立した生活が送れるよう

“ちょっと気に掛ける”声を掛け合う「大切なのは優しい心と温かい思いやり」かもしれません。

集いの場紹介

～地域の中の“気軽に集まれる集いの場”～

鹿海町自治会

いきいきサロンばんび



中村町自治会

ふれあい出前カフェ



朝熊町自治会

朝熊町すこやか教室
あさまごはん会



緑ヶ丘自治会

ふれあい出前カフェ
今後開催予定

朝熊町委員会

朝熊町いきいきサロン
もみじふれ合い食事会



一宇田町自治会

一宇田町会食会



楠部町自治会

楠部いきいきサロン



人と会っておしゃべりをして、仲間と楽しい時間を過ごすこと、定期的に外出する機会があること、こんなことが、日常生活の中で行われることが大切です。

今年度より始まった「ふれあい出前カフェ事業」では、**地域の人びとのつながりをつくり、地域住民の「まちづくりの交流拠点」が大いに期待されています。**

「気軽に」「無理なく」「楽しく」おしゃべりをして、笑い、みんなと一緒に時間を過ごすことで、「寝たきり知らず」「認知症知らず」「孤独知らず」が広がってくるはずです。

お住いの近くで『通いの場』に参加して一緒に楽しみませんか？

■地域デビューを応援します！

みなさんが仲間とともに楽しく、いきいきと地域のなかで暮らしていくための、仲間づくり・生きがいの場は身近にあるのかもしれませんが、一緒につくっていくことも可能です。

「なにか地域のためにできることはないかな」といった気持ちを、みなさんが暮らす地域の『通いの場』に活かしてみませんか？

●●こんな方におススメ●●

- ・暮らしの中のちょっとしたお手伝いで、地域に役立つ活動をしたい
- ・ボランティアで社会参加したい
- ・仕事が休みの日に何かしたい
- ・交流や絆づくりをしながら、健康寿命を延ばしたい
- ・何から始めればいいのか分からないが、やりがいや生きがいを見つけないか

※伊勢市では生活支援サポーター養成講座を開催しています

興味のある方は・・・五十鈴地域包括支援センターまで（担当：河原）

