

事例発表者・助言者・司会者・記録者名一覧

区 分		第1研究部会	第2研究部会	第3研究部会
テーマ		健康づくり・介護 予防活動の推進	友愛活動（高齢者相互の 支え合い）の推進	会員増強の推進
事例 発表 者	所 属	福岡市	大分県	沖縄県
	役 職	城南区シニアクラブ連合会 会 長	大分市パークシティ明野明桜会 会 長	中城村老人クラブ連合会 会 長
	氏 名	内原 悟	白根 喜代子	金城 久夫
事例 発表 者	所 属	宮崎県	福岡県	佐賀県
	役 職	都農町老人クラブ連合会 会 長	宗像市シニアクラブ連合会 地区長	佐賀市老連理事 勸興校区老連会長 西大島高砂会会長
	氏 名	小野 豊	石井 喬志	徳久 定雄
事例 発表 者	所 属	鹿児島県	北九州市	長崎県
	役 職	鹿屋市高齢者クラブ連合会 会 長	八幡西区楠橋老人クラブ連合会 事務局長	大村市老人クラブ連合会 会 長
	氏 名	吉村 敏行	村田 時彦	島 信行
助 言 者	所 属	長崎大学大学院医歯薬学	長崎県社会福祉協議会	佐世保市老人クラブ連合会
	役 職	総合研究科 教授	事務局次長兼地域福祉部長	会 長
	氏 名	井口 茂	甲能 邦浩	坂本 康幸
司 会 者	所 属	長崎市老人クラブ連合会	壱岐市老人クラブ連合会	長崎県若手委員会
	役 職	会 長	会 長	委員長
	氏 名	北野 健一郎	末永 榮幸	小野 由利子
記 録 者	所 属	長崎市老人クラブ連合会	壱岐市老人クラブ連合会	大村市老人クラブ連合会
	役 職	事務局長	事務局長	事務局長
	氏 名	林田 博	山口 信幸	佐々木 智子

## 第2 研究部会

### 友愛活動（高齢者相互の支え合い）の推進

高齢社会から超高齢社会になり、高齢者が住み慣れた地域で安全・安心に暮らせる地域づくりを構築するには、地域全体でこれを支える仕組みづくりが一層重要になってきています。

これまで老人クラブが取り組んできた友愛活動は、高齢者同士がお互いに助け合う活動で、介護保険制度の改正により、市町村が行う新地域支援事業の、新たな担い手の一つとして期待されています。

このようななか、第2 研究部会では、友愛活動（高齢者同士の支え合い）の推進における、各地域での多様な工夫による実践活動について研究します。

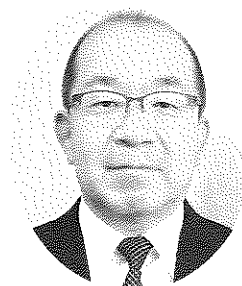
#### 事例発表

- ① 大分県 「地域の中で生きる～おたのしみ会参加活動を通して～」
- ② 福岡県 「参加を楽しむ活動」
- ③ 北九州市 「4つの友愛活動 ～老人クラブが地域をつなぐ～」

## 《助言者》

社会福祉法人 長崎県社会福祉協議会

事務局次長兼地域福祉部長 こう のう くに ひろ  
甲 能 邦 浩 氏



## 《略歴》

昭和38年 長崎市生まれ（59歳）

平成11年 長崎県社会福祉協議会入局

介護保険制度開始時の事業所支援、市町村合併に伴う市町社会福祉協議会の合併・市町地域福祉・活動計画策定などの支援・推進、災害ボランティアセンター設置・運営・派遣、高齢者・障害者・児童福祉施設等団体、生活困窮者の支援、福祉人材の育成・職業紹介事業などに従事

令和3年4月より現職

新型コロナウイルス感染拡大により生活に困窮した世帯への特例貸付等に伴う新たな事業・組織の創設などに従事

## 《資格》

社会福祉主事、防災士

## 《社会活動》

全国社会福祉協議会 地域福祉推進委員や、県等との協働による各種委員会の委員などを歴任

## 《個人活動》

学生時代より障害・児童関係のボランティア・青年活動に従事

近年では、長崎ホームレスを支援する会、長崎おもちゃ病院を設立

事例発表（No. 2）宗像市

## 「参加を楽しむ活動」

福岡県<sup>むなかた</sup>宗像市シニアクラブ連合会

地区長 石<sup>いし</sup>井<sup>い</sup>喬<sup>たか</sup>志<sup>し</sup>（<sup>いなもと</sup>稲元シニアクラブ）

<sup>むなかた</sup>宗像市老人クラブ連合会 クラブ数：38クラブ 会員数：1,646人  
（男性：787人・女性：859人）

### 「地域の概要」

宗像市は平成15年誕生。福岡都市圏と北九州都市圏の中間に位置し、3方向を山に囲まれ北は玄界灘に面しています。JR鹿児島本線に3駅があり、国道3号線・495号線も通り、二大都市への交通アクセスが充実しています。大学は福岡教育大学と日赤看護大学が在り、住宅団地と大型商業施設などが相次いで進出しました。農業と漁業の経済基盤に急激な都市化が加わり、人口は97,200人、高齢化率29.1%です。平成29年にはユネスコ世界文化遺産「神宿る島」宗像・沖ノ島と関連遺産群に指定されました。

### 「稲元シニアクラブ」

発端は婦人会で高齢になった農家の方の老人会で、皆で集う食事会が活動の主な行事でした。団体発足時期は不明でしたが、他の資料から昭和49（1974）年3月（95名）と特定しました。終の棲家として移住されて来た方々を含めた新たな活動を平成24（2012）年（会員47名平均年齢77.5歳）から始め、今日までの友愛活動の編纂です。令和4年4月で、会員数57名平均年齢79.4歳の任意クラブです。運営の収入は55%が事業収入で自主運営を柱としています。

### 「活動目標」

規約の目的は「健康」「友愛」「奉仕」を柱とし、会員は社会からの支援に寄りかかるばかりではなく、できる限り心身ともに自ら歩く前向きな気概と、自分が楽しむ気持ちを持って、会員との親睦融和を図り、更に地域社会に貢献することとしています。

この3本柱を「健康長寿」「相互見守り」「社会参加」として具現化しています。

### 友愛活動

#### 「会員同士の呼びかけの相互見守り」

会員名簿（名前・電話番号）を全員に配布しています。これらが個人情報であることは承知していますが、電話番号は会員相互の連絡に欠かせません。催事の誘いや日常の挨拶等が安否確認の効果となっています。電話番号の掲載は本人の了解を得ていますし、不都合な方は不掲載としています。稲元シニアクラブを染め抜いた「のぼり旗」を作り、仲間づくりの象徴となっています。

#### 「組織化と情報伝達」

活動の情報共有として、5～10名の班を構成し、班長は会員・夫婦会員・賛助会員を把握しています。情報伝達には、月1回の「稲元だより」2～4頁A4カラー発行で、班長が各自に配り、見守りと活動のコミュニケーションに生かしています。

### 「催しの参加」

会員にも人生の価値観が夫々にありますので、全ての催し参加は強制していません。多種類の演題や事業を用意し、興味があるものや、期日や時間があれば参加してもらえよう様にしています。面白かった・役に立った・やりがいを感じた・楽しかった、の参加者からの言葉が主催者へのごほうびです。1年に1回も参加できない人は、仕事を持つ方や夫婦会員等で10%ほどです。

### 「社会参加」

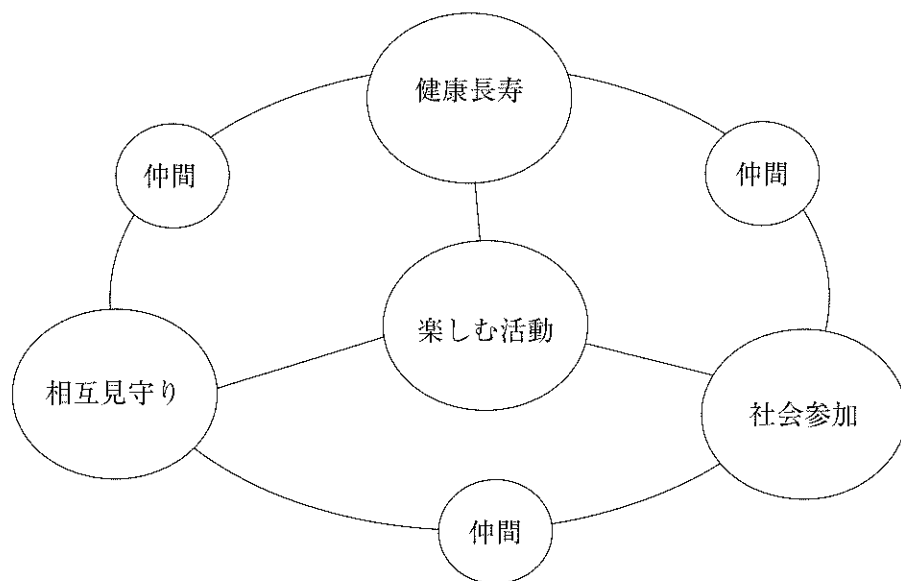
この町にはお祭りはありませんでした。移住者の方との横の繋がり、子ども達との縦の繋がりを作るのも我々の務めと考えて、季節行事を催しました。来場者からのお褒めことばが、遣り甲斐と生き甲斐を感じさせてくれます。稲元だよりには「知っているようで知らない言葉」のコーナーを設けて、新しい言葉やカタカナ言葉を解説して世の中から取り残されないように注意しています。

### 「健康長寿」

10年前はサルコペニアがテーマでしたが、近年はフレールも眼中にあります。認知症も「自分事」として捉え、介護予防体操では講話・体操・楽器演奏・合唱・頭の体操等の演目で笑い声が聞かれ宥和となる講習会になっています。コロナ禍以前は会食が楽しいひと時を提供しました。会食と会話が友愛の近道です。参加できる方は1年に7～8回の会食の機会があります。1週間に2日間は運動しましょうと、ノルディックウォークとストレッチの健康づくり教室を用意し、皆さんも体力に合わせてグラウンドゴルフ等スポーツに参加されています。体力測定で健康データを把握するのは大事なことで、参加を促すために食事会を付けています。カラオケ等の趣味の会も仲間づくりと外出する健康づくりに有効です。

### 「これからの課題」

会員の高齢化と体力低下、新しい会員の不足のため、自分たちで催しができないので地域の支援が必要となってきました。会員募集には自治会に協力を求めて回覧板の活用を行い積極的に募集します。歩行が困難になり催し参加にひるむ方にはタクシーの活用を検討中です。元気な高齢者で閉じこもりを防止し、仲間の支え合いで自分が楽しむ参加型活動を維持推進することを目指します。



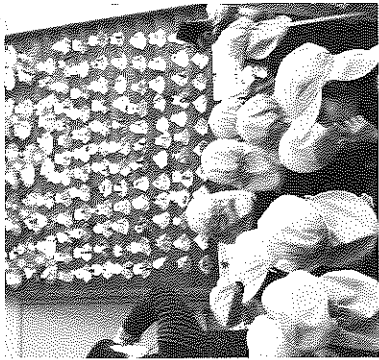
楽しむ活動・催事開催が友愛を生む

稲元シニアクラブ

月	摘 要	稲	市	河	備 考
年 間 事 業	シニアクラブ入会キャンペーン	●			70名の組織とする。自治会回覧板
	愛の一声活動	●			相互見守りを行う
	リサイクル資源回収事業	●			毎月1回第2土曜日
	アルミ缶回収事業	●			毎月1回、分別ごみ回収日
	支援の寄付	●			全国の災害地区への支援寄付、
	会報稲元シニアクラブだより	●			毎月1回発行
	趣味の会の仲間で集う	●			適時公民館の使用
	役員+班長会議	●			毎月1回
	ノルディックウォーク		●		ドーム会場毎週火曜日9時から
	スタジオトレーニング		●		宗寿園毎週水曜日10:00から。
	運動趣味の会GG・ゲート・ペタ	●	●	●	年3回大会
	介護予防体操	●			理学療法士講師による体操
	オレンジカフェ	●			公民館で月1回開催
	道路クリーン運動	●			河東コミセン支援事業、班単位毎月作業
	市報の委託配布	●			稲元区アパート116世帯
	4	スマホ講習会	●		
	市シニア連総会		●		
5	そうめん斡旋販売	●			自主財源確保
	河東地区グランドゴルフ大会			●	賞品提供
	端午の節句祭	●			会員持ち出し展示+お菓子ふるまい
	河東地区会員日帰り旅行			●	自己負担有
6	花壇夏の花苗植え込み	●			花苗購入
	体力測定		●		地区合同グローバルアリーナ
	摂食障害講習会	●			介護食品メーカー協賛
	ロコモ講習会	●			市健康課講師派遣
7	河東小6年生ふれあい授業			●	世代間交流
	演芸大会と余剰品販売		●		女性部主催・参加者に食事支援
	前期福祉大会		●		講演+イベントに乗合車で参加
8	介護予防体操と食事会	●			市健康課支援講師+食事
	宅配弁当試食会	●			宅配食品会社協賛
	七夕まつり+子ども会とコラボ	●			旧七夕まつりに手作り品を飾る・みこし提供
9	玄海さつき松原海岸清掃			●	ユネスコ指定海岸+老人週間
	健康祭り・地区対抗と食事会		●		中央ドーム
10	シニアオリンピック	●		●	7種目のニュースポーツ勤労者体育館
	河東地区グランドゴルフ大会			●	賞品提供
	日帰りバスハイク	●			近郊の名所+買い物、自己負担有
	かかし祭り	●			会員製作を田んぼに展示
	ちゃんぽん斡旋販売	●			自主財源確保
11	介護予防体操と食事会	●			市健康課支援講師+食事
	文化祭参加		●		メイトム会場10~12名の作品参加
	冬の花苗植え込み	●			花苗購入
12	1泊バス旅行		●		自己負担有
	忘年会と食事会	●			会場宗寿園、会員の出演+食事とお酒
1	3社詣で・七草粥・いちご狩り	●			七草粥は会員料理
	食品10品目献立講習会	●			10品目の1ヶ月献立を記録表配布
2	介護予防体操と食事会	●			市健康課支援講師+食事
	ペットボトル風車作り	●			会員製作を地域に飾る
	後期福祉大会		●		講演+イベントに乗合車で参加
3	ひな祭り	●			会員持ち出し展示+地域幼稚園折り紙びな
	介護ロボットふれあい会	●			メーカー協賛
	創立記念日植樹	●			地元八幡宮境内に桜の樹40・45周年
	年度総会	●			会場稲元公民館、議案審議、食事会



1 会員持寄りひなまつり



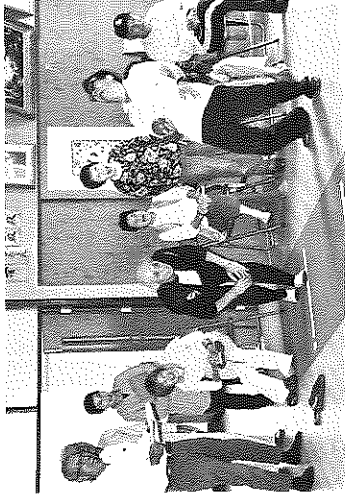
2 幼稚園とコラボひなまつり



3 介護予防体操



4 社会奉仕海岸清掃



5 シニアオリンピック



6 介護ロボットふれあい会



7 宅配弁当試食会



8 リサイクル品回収



9 花壇管理と桜花見会