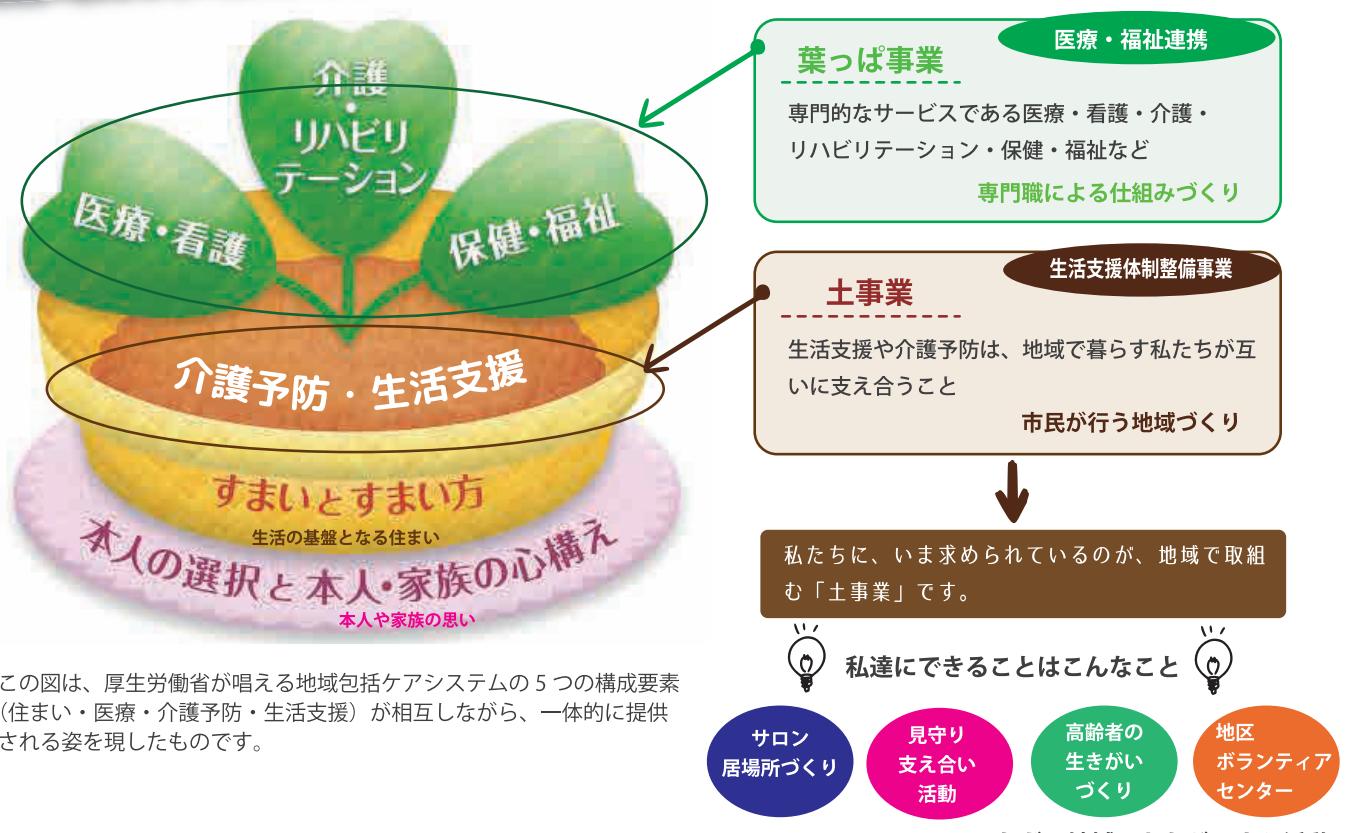


発見！地域のお宝

なかのがいいね



顔がみえるご近所づきあい
中野ひとすじのおやじがつくる遊び場
いつまでも元気に得意なことを活かせる場
子どもも親も育つ場
このまちにはくらしを彩る場
まちとつながる場があふれている…



この図は、厚生労働省が唱える地域包括ケアシステムの5つの構成要素（住まい・医療・介護予防・生活支援）が相互しながら、一体的に提供される姿を現したもので

伝えたい 大切なこと

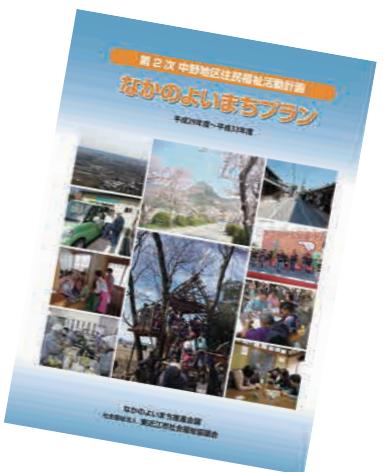
私たちの暮らしは、自助と公助が基本となり、自分や家族、またご近所などが互いに助け合っています。でも、病気になつたり年を取つて介護が必要になると医療保険や介護保険といった共助を利用し、子どもが生まれれば、給付金や、医療の無償制度など、不幸にして収入の道が閉ざされてしまつたら生活保護など公助で成り立っています。ただ日本では、少子高齢化が進み、医療や介護の需要が増え、共助や公助を賄う財源（社会保障費）が不足しているのが現状です。介護保険制度では、介護や支援が必要と認定されると、要支援、要介護をランク付けし、そのランクによって受給額の限度を定めて介護事業所のサービスをうけることができました。しかし、要支援は介護保険制度から外され、市町村の総合事業として運用されています。

国の動きからみる私たちのくらし

そしてこの先、要介護1・2も介護保険制度から外す議論が進んでいて、これが外されてしまうと市の財政も不足する事態になります。その解決策の一つが、前の図で示された「土事業」なのです。これまで支え合いやボランティア活動また自治会や地区社協の活動は、インフォーマルなものとされてきたのですが、これからは、厚生労働省が示す「土事業」のように、よりフォーマルなサービスとして位置づけられていきます。これからは、地域での支え合いが大切な地域資源となり、私たち自身が住みやすい地域づくりを進めていかなければなりません。子育て・障がい者支援・高齢者介護など法律における壁をなくし、総合的な取り組みとして柔軟な体制になっていくことにより住民の活動の幅も広がることになります。



なかのよいまちプラン
『みんなでつくるなかのよいまち』をスローガンに、みんなが暮らしやすく、人と人とのつながりの中で支え合える地域づくりを進めていくための計画です。中野で取り組んでいる様々な活動は、この計画をもとに福祉でまちづくりを盛り上げていきたいという思いで取り組んでいます。



みんなでつくるなかのよいまち
中野地区の取組



なかのよいまち推進会議

『なかのよいまちプラン』を推進していくために、地区社協やまち協、民生委員・児童委員、生活支援センター、福祉の専門職など、まちづくりに関わる人や団体が、互いの強みやアイデアを持ち寄り、話し合っています。中野の福祉のまちづくりを進める作戦会議の場です。是非、みなさんの「気になる」、「何かしたい」の声をお寄せください。

なかのよいまち大en会

中野の福祉のまちづくりに関わるみなさんが集い、互いの取り組みや思いを知り合うことで、困りごとや人の変化に気づいた時に相談し合えるつながりをつくり、地域における見守り・支え合いの機運を高めていく機会として開催しています。



みんなでつくる なかのよいまち

中野地区の取組



もろて~な市

「昔は、ご近所でおすそわけをして、人と人がつながっていたな」という思いから、『顔見て、しゃべって、おすそわけ もろて~な市』を開催しています。おすそわけや物々交換を通じて、おたがいさんの気持ちや人のつながりの大切さを感じてもらえる機会となっています。

子どもから子育て中の親、高齢の方など、世代を超えたコミュニケーションが生まれており、これが普段の暮らしの中で顔が見える関係になっていけば良いなという願いを込めています。是非一度ご参加ください。

information

開催頻度 年 4 回程度（日曜日）
開催時間 10：00～11：30

たすけあい中野

「ちょっと助けてほしいなあ」と「私にできる事なら…」がつながって、日々の暮らしをお手伝いする“たすけあい”グループです。病院や買い物の送迎、お出かけ支援、話し相手、ゴミ出しなどの活動をしています。
あなたも自分のいきがいづくり、支えられる側になった時に安心して助けてもらえる地域になるように、一緒に活動してみませんか？

information

連絡先 090-2044-3352（たすけあい中野専用携帯）

私たちが
メンバーです!!



自分のすきが 誰かのために

中野地区の取組

自分が楽しいと
誰かの笑顔につながる…



中野地区まちづくり協議会 50年森保全プロジェクト



おやじの遊び場がいいの場に…
子どもたちの笑顔を呼ぶ遊び場に…

今崎町にある「東近江市福祉センターハートピア」の隣に広がる『50年森』の保全作業を行っています。木々がうっそうと生い茂り、暗く荒れ果て、大量のゴミが捨てられていましたが、2011年から保全作業を開始し、今では子どもも大人も遊べる「憩いの森」になっています。みなさん一度遊びに来てください。

また、森の保全作業を通して、メンバーの生きがいにつながり、休憩時間のおしゃべりは話題も豊富。メンバーが各々から元気をもらい、健康の維持にもつながっています。

開催頻度 月 2 回（第 2・4 火曜日）

開催時間 9：00～11：30

参加人数 10 名



中野地区 老人給食ボランティア

高齢者の安心が
メンバーの生きがいに…

1984年から活動をスタート。地元の野菜を使った高齢者にもやさしい「おふくろの味」を、ひとり暮らしの高齢者や高齢者世帯のみなさんにお届けしています。2班に分かれて、季節の野菜を持ち寄りながら、工夫をこらしたお弁当を作っています。毎回の活動が、ボランティアの仲間にとっても楽しみで、私たちが作ったお弁当を食べてもらえることが“生きがい”にもなっています。ボランティア同士が和気あいあいと仲が良く、調理後のコーヒータイムには、おしゃべりをしながらほっこり。年1回、会費を集めて、みんなでおいしいものを食べに行くのも楽しみの一つです。

開催頻度 月 2 回（第 2・4 火曜日）

開催時間 10：00～16：30

参加人数 29 名

information

開催頻度 每週木曜日
開催時間 10：00～16：00

information

開催頻度 月 2 回（第 2・4 火曜日）

顔の見える

ご近所づきあい

中野地区の取組



今里自治会 今里ふれあいサロン

子どもから高齢者までのふれあいの場

小脇町今里に住む子どもから高齢者まで、ふれあいの場として毎月開催!!『マジックショー』、『カラオケ』、『交通安全教室』、『振込詐欺予防のコント』など、参加した人がお茶を飲みながら、楽しめる内容で開催しています。

information 開催頻度 月 1回程度
開催時間 10:00～12:00
参加人数 20名

わいわいがやがや 楽しんでいます…



宿ふれあいサロン

日々の暮らしを豊かに！

小脇町宿にお住まいの高齢者のみなさんが、自分ることは自分で出来る身体をつくり、日々楽しく暮らせるようにという思いを込めて、2014年4月からサロンをスタート！懐かしい歌をみんなで唄い、脳活や認知症予防で頭の体操、手足の運動など、大きな声で唄って、笑って、食事をしておしゃべりしながら、みんなで楽しんでいます。

information 開催頻度 2カ月に1回
開催時間 10:00～14:00
参加人数 35名



脇あいあいサロン

足湯やお出かけ！みんなの笑顔がやりがいに

小脇町脇にお住まいの高齢者のみなさんが“和気あいあい”、手をつないで仲良く一緒に老いていく、高齢者が心の底から笑顔になれるような集いの場にしていく、とサロンをしています。毎回が楽しくて、楽しくて、待ち遠しいくらいです。

年度の初めにみんなで1年間の計画を立てて、草むしり、お出かけ、お月見、足湯、クリスマス、バレンタインなど、季節を感じてみんなが楽しめることを当番制で開催しています。特に足湯をしながら、あたたかい飲み物をいただく足湯サロンは大好評です。サロンで楽しくワイワイガヤガヤ…お互いが顔を合わすことで、元気を確認し合い、元気を交換し合える場になっています。

information 開催頻度 毎月1回
開催時間 10:00～15:30
参加人数 20名



information 開催頻度 年 7回
開催時間 13:00～15:00
参加人数 10名

いなばっち 稻葉つ家

自宅を開放し、地域の集まる場に！！

ご近所で集まりたいけど、集まる場所がありませんでした。そこで、ひとり暮らしの稻葉さんが「自分の見守りにもつながるから…」と自宅の部屋を開放して、“しゃべり場”がスタートしました。対象はありません。小今北野に住む、誰が参加してもOKです。

ここに来ることで地域の近況や暮らしていくために必要な情報を自然と知ることができます。また、普段ご近所で顔を合わすことが少なくなったが、ここに来たら顔を合わせることができます。初めて知り合いになり、仲良くなった方もおられます。気楽に集えるこの場を今後も続けていきたいです。



サロンの主催者に聞く!

サロンでの人気の企画は？

サロンは、定期的に開催しているところが多く、毎回主催者の方が工夫を凝らして、来られた方を楽しませておられます。みんなで集まって話をするだけでもいいけど、少し日常と違うこともたまにはしてみたい！そんな時のちょっとした企画を聞いてみました。

- ④ マジック～心に太陽を～
- ④ どじょうすくい
- ④ お花プレゼント交換
- ④ 昭和の懐かしい歌と演奏
- ④ 足湯サロン
- ④ 悪徳商法の寸劇とコント
- ④ 薬の勉強
- ～間違えばこわ～い副作用～
- ④ コープ滋賀の健康講座とキッチンカー
- ④ 認知症予防
- ～音楽療法と回想法～
- ④ 終活～エンディングプラン～
- ④ 湯の山温泉へお出かけサロン



企画のタイトルをお聞きしただけでも、楽しそうですね。マジックやプレゼント交換、湯の山温泉へお出かけは、みんなすることで、楽しさが倍増する企画なのかもしれません。

日常と少し違うことは、いくつになっても楽しいものです。そして、たまにあるからこそ非日常を味わうことができるかもしれません。ぜひ、何か企画を考える時の参考にしてみてくださいね。



得意なことを みんなと一緒に

中野地区の取組

一人でもできるけど
みんながいるから続く



中野地区ボランティアセンター 編み物おしゃべり会

編み物よりもおしゃべりを楽しむ

「昔は、編み物をしながら、よくおしゃべりしてたもんよ…」という声からはじまりました。編み物よりおしゃべりの方が、少し多い目ですがみんなでワイワイと楽しんでいます。最近では編み物に興味をもった、子どもや子育て世代の参加も…。「みんなで一つの作品が作れたらいいな…」と思いながら、細々でも、編み物もおしゃべりも楽しめる機会を続けていきたいです。

開催頻度 2カ月に1回（第3木曜日）

information

開催時間 14:00～15:30

参加人数 7～8名

今崎町 和だまり

気楽な仲間と過ごす、笑顔あふれる場所

サロン参加者から、「もっと、気楽にみんなで集まれる場所が欲しいな～」という声がありました。でも遠くへはいけないので、町内の公民館で、みんなが好きなことができる集いの場として、『和だまり』をはじめました。

お菓子を持ち寄り、ゲームやおしゃべりをしたり…。参加者からは、「こんな大笑い、最近したことがないわ」という声も。和気あいあいと過ごしています。

開催頻度 月1回（金曜日）

information

開催時間 10:00～12:00

参加人数 10名



中野レディース 生け花教室

お花を通じて会話する
あなたがいるから楽しい

1955年頃、中野婦人会の取り組みとしてスタート。当時は中野公民館（コミセン）で活動していました。今では、みんな年を重ねてきたこともあり寄れるメンバーで、生け花の先生である粥川先生の自宅で生け花をしています。

生け花は同じ花材を使っても、生ける人の顔が違うように、一人ひとり違った作品に仕上がるのが楽しいポイントです。気心知れた仲間で、生ける手よりおしゃべりの口がよく動くこともあります。毎回わいわいと世間話にも花が咲いています。

information

開催頻度 月2回（第2、4木曜日）

開催時間 13:30～15:00

参加人数 8名

突撃！ 第1弾

中野レディースさんへインタビュー

みんなが喜んでくれるから続けるの。花を生けるだけじゃなくって、みんなが好き勝手におしゃべりしているのも楽しいしね。
粥川先生

やっぱり粥川先生だから…先生の顔見ておしゃべりしてかえってくるのが、毎回楽しみでしかたないです。
お弟子さんより

インタビューをしてみて…
いいね！！ 小島聰子さん

約60年もの長い間、この場が続いているのは、ひとえに粥川先生のお人柄。先生もお弟子さんも一緒に歳を重ねていく中、お互い見守り見守られ、できるカタチで続けておられる場は「ステキだな」と思いました。

ONE TEAMで 楽しんでます

中野地区の取組



中野シニアーズ

ソフトボールでつながるチームの輪

同級生や野球と一緒にやっていたなど、昔からのつながりで集まつた中野地区の59歳以上のソフトボール好きの仲間が集まり、あかねグラウンドで週3回練習をしています。市民体育大会では、シニアの部で毎回上位に入賞。練習も試合もみんなで和気あいあいと楽しんでいます。

ソフトボールを通して、健康の維持増進、認知症予防、仲間の親睦を深めることを目的に日々活動しています。一緒にソフトボールを楽しみたいという方を募集しています。



information

開催頻度 週3回（水・土・日曜日）

開催時間 8:30～11:00

参加人数 18名



悠々クラブ グラウンドゴルフ

生きがいが健康づくりに

悠々クラブは、中野地区の住民84名の会員で構成しており、布施公園でグラウンドゴルフを楽しんでいます。毎回はじめに、みんなで体操をして、一緒にプレーするメンバーを決めるためのくじ引きをしています。会員同士の交流を深めるために、毎回同じ顔ぶれにならないように工夫をしています。「このグラウンドゴルフが生きがい」という声が多く、「次が待ち遠しい」という人もたくさんおられます。また、週2回グラウンドゴルフをしていると、生活にハリが出て、健康づくりの機会にもなっています。

開催頻度 週2回（月・木曜日）

開催時間 9:00～11:00

13:30～15:30（冬期）

参加人数 50～60名



今崎 いきいき体操教室

いつまでも元気に！

「体操できる日があったらええな～」というサロン参加者の声から、体操教室をスタート！介護予防のために、特に下半身の筋力を意識した、椅子に座っての体操をしています。町内の公民館で実施することで、地域のみんなで楽しみながら、自分の身体づくりに取り込んでいます。また、体操を通して、地域の人たちとの交流の場にもなっています。

開催頻度 月1回（月曜日）

開催時間 10:00～11:00

参加人数 20名

集まる場は さまざま

中野地区の取組



information
開催頻度 年4回（不定期）
開催時間 10:00～12:00
12:30～15:00
参加人数 25～35名

地域を超えて 世代を超えて…

来迎院
お念仏を称える女性の講（尼講）

学びを通して集う場に

本堂のお勤めで「南無阿弥陀仏」とお念仏をお称えした後に茶話会、そして住職よりお経の意味を学ぶ勉強会などを行っています。年末年始には茶話会の代わりに皆でご飯を食べることもあります。
来迎院の近隣地域である今里・脇・四ツ辻・宿の檀家が集まるので、地域を超えて情報交換ができたり、お互いの元気を確認し合う場にもなっています。中には普段ここでしか出会わないという人もいます。
お勤めで心を落ち着かせて先祖を敬い、茶話会では楽しくおしゃべり。お経の勉強もできるこの場は、みんなにとって憩いの場でもあります。

親子ふれあい広場

お母さんも子どもも「ホッ」とする場

子どもたちが元気いっぱい遊べる、子育て中のお母さんが「ホッ」と安心して参加できる居場所になっています。お母さん同士の子育てや地域のことを情報交換できる機会としても活用してもらっています。おしゃべり好きなスタッフが多いので、1組で参加してもらっても、スタッフとおしゃべりをして楽しんでもらっています。

information
開催頻度 毎月1回（4月以外）
開催場所 中野コミュニティセンター
参加対象 未就園児とその保護者



親子ふれあい広場さんへインタビュー 第2弾

3人の子どもの育休中にスタッフとして参加しています。育休が終わるとこれまで通り参加できなくなりますが、自分の子どもを連れて参加して、毎回子どもも私もいっぱい楽しませています。

＜語り手＞
中村愛美さん



インタビューをしてみて…
参考してもらえるだけでも嬉しいのに、若いお母さんがスタッフとしても協力してくれるなんどとっても頼もしいですよね。それぞれの集いの場も、参加者やスタッフに関係なく楽しめる場になっているから、長く続けられるんでしょうね。超いいね！



中野地区の
シンボル
- むくの木と太郎坊 -

編集後記

発見！地域のお宝『なかのがいいね』をご覧いただきありがとうございました。いかがでしたか？

2012年度から第1次、2017年度から第2次計画として取り組んできた中野地区住民福祉活動計画『みんなでつくるなかのよいまちプラン』では、「つながりでつくる」「場づくり」「人づくり」「しくみでつくる」を柱に取り組んできました。また、中野地区を見渡すと、これまで培われてきた人のつながりや支え合い、集いの場が見えてきて、地域のお宝（集いの場や人財）をたくさん発見する事も出来ました。

この冊子は、これらの地域のお宝の一部を紹介したもので、みんなでこういった取り組みや集いの場とその大きさを挙げていけると嬉しいかぎりです。

みんなが生まれてよかった、住んでよかった、来てよかった、楽しいと思える「なかのよいまち」なるよう取り組んでいきますので、本誌へのご意見や活動に興味のある方は、下記へご連絡ください。ともに歩んで行きましょう。

■ 連絡先 中野地区社会福祉協議会（事務局：小島）
✉ nakano41machi@yahoo.co.jp

いいねを
お願いします！！

Facebookでも中野の魅力と取り組みを発信しています。

f <https://www.facebook.com/nakano41machi/>

