

平成29年度おかやま協働のまちづくり賞応募用紙

平成29年10月31日

岡山市長 様

応募者代表 団体名 一宮地区民生委員児童委員協議会
氏名 小林 好美

平成29年度「おかやま協働のまちづくり賞」に応募します。

取組の名称	ランチ交流会	
<p>取組の概要</p> <p>※インターネット投票を行うサイトにそのまま掲載します。 今年のテーマとの関連がわかるよう、目的（解決を目指している課題）及び取組概要を300字（句読点含む）以内で記載してください。</p>	<p>超高齢社会が進んでいく中で、今、介護予防の大切さが盛んに言われています。心身ともに健康でずっと住み慣れた地域で暮らしていくためには、「運動」「食事」「社会とのつながり」の3つをバランス良く兼ね備えた環境づくりが求められます。</p> <p>このランチ交流会は、公民館での介護予防教室の参加者を対象に、教室後に開催することで、運動の後にバランスの取れた「地産地消」の食材を使った食事を提供するばかりでなく、参加者同士の交流を深め、仲間を誘って新しいふれあいを生む「場づくり」になるとともに、笑顔あふれ、心豊かな生活を送ることで、健康寿命を延ばし、「楽しんで年を重ねられる社会」の実現のために開催しています。</p>	
協働団体	<ul style="list-style-type: none"> ・一宮地区民生委員児童委員協議会 ・一宮地域関係機関連絡協議会（一宮公民館、岡山市社会福祉協議会一宮支部、岡山市ふれあい介護予防センター北事務所、岡山市北区北地域包括支援センター） 	
組の実施期間	始期：平成 27年 4月～	<input type="checkbox"/> 平成 年 月終了 <input checked="" type="checkbox"/> 継続予定 <input type="checkbox"/> 平成 年 月頃終了予定 <small>※該当するものに☑し時期の予定し必要事項記入してください。</small>

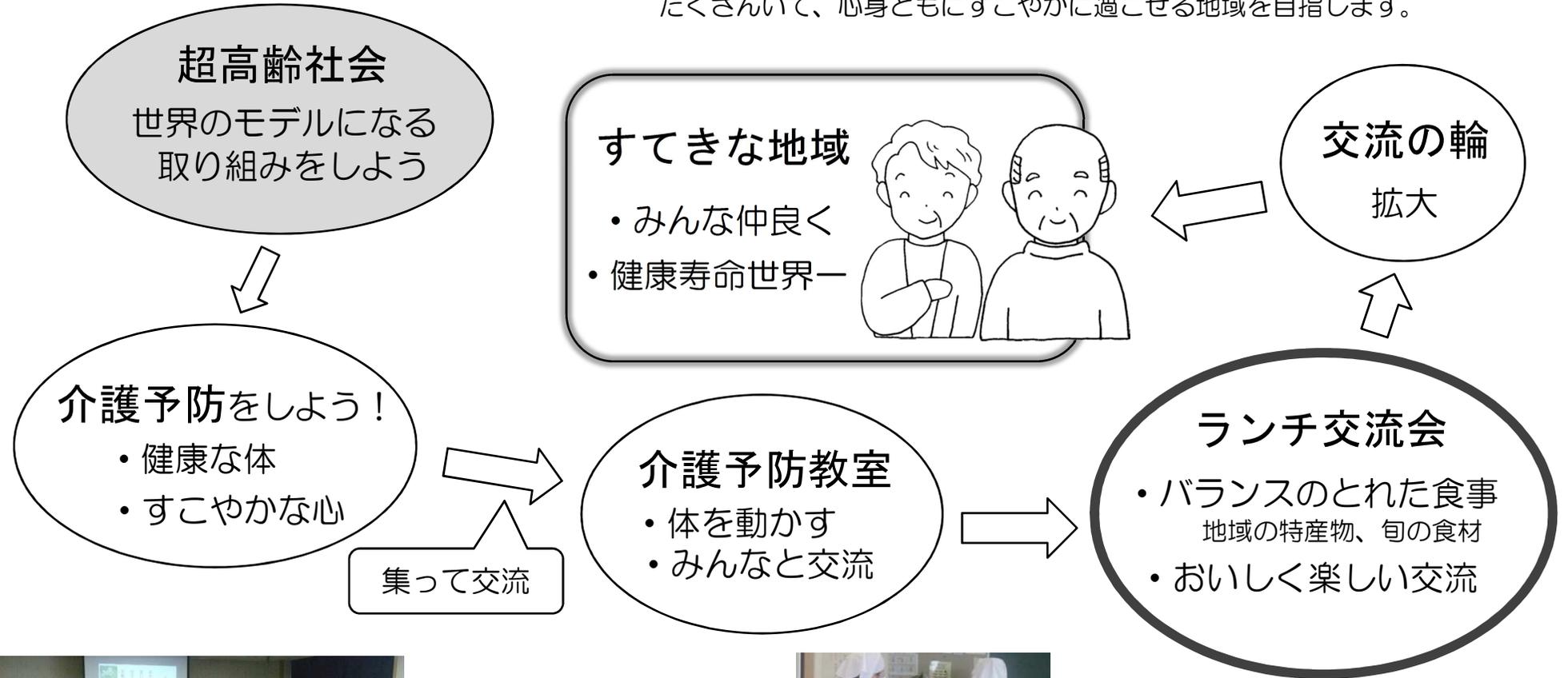
〔様式1〕 協働による社会課題解決の取組の内容

取組の名称	ランチ交流会
平成 29 年度 募集テーマ	楽しんで年を重ねられる社会のために
テーマとの関連	<p>「楽しんで年を重ねられる社会」は、これからの超高齢社会に欠かせないものです。心身ともに健康で、ずっと住み慣れた地域で暮らしていくためには、「運動」「食事」「社会とのつながり」の3つが重要ですが、そのどれもが楽しんで年を重ねていくには必要なものであると考えます。ランチ交流会では、その3つに焦点を当て、企画しています。この会に参加することによって、それを実現していく手助けになることを目指しています。</p>
目的・解決をはか りたい課題の状 況・目標	<p>これからも高齢化が進み、一人暮らしの高齢者が増えていくのが予想されますが、高齢者の方は他者との新しい関わりを持つきっかけがつかみにくく、家の中に引きこもりがちになると、からだの機能の衰えも進みやすくなります。</p> <p>このランチ交流会は、公民館の介護予防教室の後に開催されていて、運動の後のバランスの取れたおいしい食事を提供するだけでなく、「地産地消」を意識して地域で取れた季節の野菜や果物を使い、さらには、そのおいしい食事を一緒に食べながら、参加者同士の交流を深めて、仲間を誘い、新しいふれあいを生む「場」をつくります。そして、民生委員さんと地域の方との関係を深める機会を提供しています。</p> <p>一宮地区には4つの小学校区がありますが、全体の中山中学校区の高齢化率は30.2%で約3人に1人は高齢者です。(H29年現在)</p> <p>地域の高齢者の方の相談に応じている民生委員さんが、参加者と食事を一緒にし、顔見知りになれば、身の回りのことも相談しやすく、参加者の方々からいろいろな情報(ランチ交流会に参加していない人の情報も)も入ってくるのではと、考え企画しました。</p> <p>参加者の方が、民生委員さんや他の関係機関の職員と食事をしながらおしゃべりをする中で、困りごとの相談をすることが出来、交流を深め、仲間や顔見知りがたくさんいて、社会とのつながりが途切れることのない地域づくりをするのが目標であり、笑顔があふれる心豊かな毎日を送れる、健康寿命世界一の地域を目指します。</p>
取組の内容	<p>1 取組の対象：対象地域、対象者、対象人数等</p> <p>対象地域：中山中学校区 対象者：介護予防教室への参加者(おおむね65歳以上) 対象人数：特に制限はなし(毎月介護予防教室参加者50名のうち約30名程度が参加)</p> <p>2 取組の担い手：取組への参加団体、参加人数等</p> <p>参加団体：一宮地区民生委員児童委員協議会、岡山市立一宮公民館、岡山市社会福祉協議会一宮支部担当者、岡山市ふれあい介護予防センター北事務所、岡山市北区北地域包括支援センター地区担当者</p> <p>参加人数：毎回30名程度</p> <p>3 活動内容、実施方法などを具体的な活動ごとに箇条書きでお書きください。</p> <p>活動内容： ・会場準備、後片付けなどは対象者を含め全員で行う ・民生委員が8人程度のグループに分かれ、交代で調理などを担当 ・栄養バランス、地産地消、季節感を考え、家庭で栽培した旬の野菜も使う ・料理で工夫した点を説明した後、一緒に食事をしておしゃべりしながら交流を深める</p> <p>実施方法： ・公民館での介護予防教室の後、会場を設置し、参加者に食事を提供する(月1回の開催) ・費用は材料代として1回300円 ・参加申し込み受付、連絡調整は公民館と民生委員が担当</p> <p>4 取組をWEB等で告知している場合はそのURLをお書きください。</p>

	団体名（代表者）	この取組で果たしている役割	団体自身にとってこの取組をする理由やメリット
協働団体とその役割等	一宮地区民生委員児童委員協議会	食事準備、調理、相談、助言、当日受付	地域の高齢者の方と顔見知りになれ、情報も入り、相談を受けやすくなり、必要であれば関係機関につなぐことが出来るようになる
	岡山市立一宮公民館	会場準備、申込み受付とりまとめ、調整	地域と民生委員をより密接につなぐことが出来、必要であれば関係機関につなぐことが出来るようになる
	岡山市ふれあい介護予防センター北事務所	相談、助言	地域と民生委員をより密接につなぐことが出来、必要であれば関係機関につなぐことが出来るようになる
	岡山市北区北地域包括支援センターセンター長 多田 充宏	参加されている方への情報提供	地域の方々への介護予防の取り組みも含め、食事をしながらの集まる場として、情報提供ができる。また、ボランティアなど活躍できる場の提供もできる。
	岡山市社会福祉協議会一宮支部	助成金	地域と民生委員をより密接につなぐことが出来、必要であれば関係機関につなぐことが出来るようになる
取組の工夫 取組の特徴	<p>◎地域資源や人的資源の活用など工夫した点</p> <ul style="list-style-type: none"> ・民生委員と地域の人との交流ということを目標の一つにしているので、調理をするメンバーは民生委員で構成されています。 ・地域で取れたお米をはじめ、民生委員やその知り合いが育てた旬の野菜や果物を食事の材料として使っています。こうして地域の食材を使っていくことで、地域の経済にも貢献できるのではないかと考えています。 <p>◎協働する各団体の役割分担や、団体間の目的の共有の仕方、対等な協働関係を築いていくための工夫など</p> <p>公民館主催の「トーク&カフェ」（地域の生活支援支え合いについてみんなで話し合う講座）等の行事を、町内会長、民生委員、協働団体とで話し合っって創り上げることで対等な関係が築け、目的を同じくし、連絡や調整もスムーズに行われています。</p> <p>◎取組の特徴やアピールポイント</p> <ul style="list-style-type: none"> ・地域のさまざまな相談を受けている民生委員が中心なので、食事中のおしゃべりの中で、困りごとの相談に乗りやすく、また岡山市ふれあい介護予防センター、岡山市北区北地域包括支援センターなどの協力もあるので、さまざまな相談を各センターにつなぎやすく、そこから医療機関や市の窓口を案内することが出来ます。 ・このような取り組みを地域に根差して福祉の相談を担っている民生委員が行っていること自体が岡山市でも珍しく、この取り組みの特徴になっています。 ・介護予防教室の後に行うことで、教室で打ち解けた仲間と食事が出来、一人での参加もしやすいです。 ・食事は栄養のバランスやESDに配慮し、なるべく旬の地産地消の野菜や、果物、お米を使っています。 ・「顔見知りが増えた」「楽しくておいしい」「長生きできそう」など喜んでいただいています。 		
成果・効果	<ul style="list-style-type: none"> ・民生委員と地域の人との間がより密接になったと感じます ・地域の人づきあいの苦手な人や、援助があった方がいい人などの情報もわかるようになりつつあります ・参加者は新しい仲間も出来、外に出かける機会が増えるなど、そこから社会との新しいつながりを持つ機会が増えています。 ・この「ランチ交流会」を楽しみにしている参加者が増えています 		
今後の活動展開など展望	<ul style="list-style-type: none"> ・機会があれば、もっと効果的な広報を行って広く活動を知っていただき、継続していきたいです ・人づきあいの苦手な人や援助があった方がいい人に参加を呼び掛けたり、窓口の紹介がより効果的に行えるようにしたいです ・楽しく、おいしく「健康寿命世界一の一宮」を目指します 		

■ランチ交流会の目指すところ

超高齢社会になっています。これからもどんどん高齢化は進みます。介護予防を通して友達を増やし、食事をしながら交流を深め、新しい参加者を呼び込んで輪を広げていく。そうすることで健康寿命をのばし、顔見知りの方がたくさんいて、心身ともにすこやかに過ごせる地域を目指します。

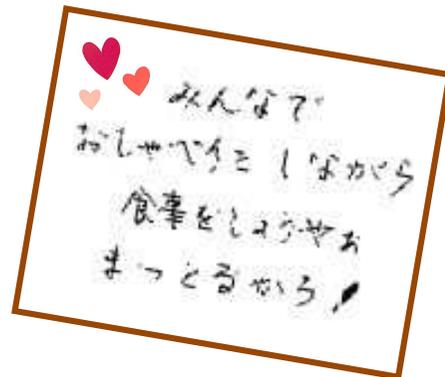


+

あなたもご一緒にしませんか♪



★ラン干交流会★



主催：一宮地区民生委員協議会・岡山市立一宮公民館

お食事作りなど会の運営をしてくださるのは、中山中学校区の民生委員のみなさんです♪
(男性も女性もいらっしやいます。)是非、一緒にテーブルを囲み、楽しいお昼のひと時を
過ごしませんか??

★予定(平成29年度分) **※祝日はありません**

会場：一宮公民館 日時：毎月第1月曜日 12時～

**実施日：4/3、5/1、6/5、7/3、8/7、9/4
10/2、11/6、12/4、2/5、3/5**

**★参加したい日の、前週の火曜日までに
ご予約ください**

地域の民生委員のみなさんが、こころとからだのことを思い、その季節の旬のもの、地のものを使った献立を立て、調理を行います。
この地域ならではの、心のこもった、ほっとする身体にやさしいメニューです。

★対象

介護予防教室に
参加される方

★会費

一人1回300円

※当日集金します

★連絡先

岡山市立一宮公民館
(岡山市北区一宮 638-1)
(086) 284-6224