

# 山都町

## 地域のお宝活動事例集第2弾



山都町社会福祉協議会



## 地域のお宝活動事例集第2弾

山都町社会福祉協議会では、伝統、文化を守りながら住民みんなが安心して暮らせる町を目指し、生活支援体制整備事業に取り組んでいます。

社協の福祉活動専門員が担っている生活支援コーディネーターが、それぞれの地域を訪問し、これからの地域づくりを皆さんと話し合うとともに、そこで育まれている「地域のお宝」を、皆さんと一緒に再発見する取り組みを行っています。

今回、生活支援コーディネーターが取材した、「地域のお宝」を冊子にまとめました。

取材を通じた彼らのつぶやきから、元気な幸齢者の生き生きとした暮らしの姿、そして笑顔あふれる地域づくりの秘訣が伺えます。

ぜひ、ご一読いただき皆さんの生きがいづくりの参考としていただくと、幸いです。

山都町社会福祉協議会  
生活支援コーディネーター

### ●掲載活動一覧

- |                    |                      |
|--------------------|----------------------|
| ・毎朝、ラジオ体操 …………… 2  | ・元気みなぎるおばちゃん料理人… 12  |
| ・財津 靖さん …………… 3    | ・おやしコムロード …………… 13   |
| ・下名連石ふれあい祭り …… 4   | ・五嶋 カツエさん …………… 14   |
| ・山都暖友クラブ …………… 5   | ・馬見原東部老人会…………… 15    |
| ・千滝の元気もん姉妹 ……… 6   | ・蘇陽地区ボランティアグループ      |
| ・プラス思考のもつる会 …… 7   | 「すみれ会」…………… 16       |
| ・歌野 勲さん …………… 8    | ・矢津田さんご夫婦…………… 17    |
| ・白鷹 民子さん …………… 9   | ・甲斐 忠人さん…………… 18     |
| ・大川奉納子ども相撲………… 10  | ・ひまわりサロン…………… 19     |
| ・ボランティアさつき会………… 11 | ・滝下地区交流会（川端会）………… 20 |



令和2年度に応募選考決定したマスコットキャラクター「しゃくりん」です。「しゃきょう」と「広報誌かたくり」合わせて「しゃくりん」です。

毎朝、ラジオ体操	
場所	矢部／野尻
活動日等	晴れた日の朝
活動場所	野尻公民館近くのお堂前



「元気に体操1・2・3」



「職員も一緒に！！」

野尻地区では、6年前より毎朝、地区の皆さんが集まってラジオ体操を行っておられます。

朝7時にラジカセから流れる音楽とともに、集まった地区の皆さんが爽やかに体操を始められます。

体操後は少しおしゃべりをして帰宅。

ラジオ体操で顔を合わせることがお互いの安否確認にもなり、健康と地域の繋がりを育む貴重な場になっているようです。



《生活支援コーディネーターのつぶやき》

参加者の方が連れてきた犬もラジオ体操に参加していました。音楽に合わせてグルグル回る犬と地域の方との何げない日常に気持ちもほっこり。

## ステンドグラス、水墨画 財津 靖さん

場所	矢部／下市
活動日等	随時
活動場所	ご自宅



「作品を両手に笑顔の一枚」



「水墨画も素敵です」

澄んだ色のステンドグラスと繊細な水墨画を退職後に作り始められた財津さん。

教員時代は、クラブ活動の顧問で美術の指導をされていたとのこと。ステンドグラスは下絵から作成するため完成までに時間がかかり、ガラスを切る大変さもありますが、大変さの中にも満足いく作品のために楽しみながら作られている様子が話しの中から伝わってきました。

「作品をもらった人は絶対に喜ぶ。」と自信満々に語られた姿がとても印象的でした。



### 《生活支援コーディネーターのつぶやき》

作られたステンドグラスは同窓会が行われた際には、イベントの景品になることもあり、参加者に大好評だったそうです。貰った人がうらやましい。



<b>下名連石ふれあい祭り</b>	
場所	矢部／下名連石
活動日等	開催 年1回
活動場所	旧下名連石小学校体育館

下名連石地区では、毎年お盆にふれあい祭りが行われています。

住民の方の楽しみや帰省された方々との交流を目的に、子ども太鼓や昔から受け継がれている住民総出の下名連石音頭が会場を盛り上げます。

自治振興区会長の荒木さんは「人口減少や担い手不足等の課題がある中でも祭りを楽しみにしてくれている人がいる。

祭りを通して元気な下名連石にしたい」という想いを語ってくださり、伝統行事を守りたいという気持ちを強く感じました。

地元を離れて暮らす子ども達も、この日は家族や地域の方とふれあい、繋がりの輪が広がる1日となっているようです。



代々引き継がれている「下名連石音頭」  
総踊りで会場を盛り上げます！



帰省中の息子さん、お孫さんと  
ご両親も思わずこの笑顔（^-^）



《生活支援コーディネーターのつぶやき》

これまで当たり前に出ていた事が当たり前ではなくなったり様々な課題を抱えながらも地元を想う地域住民の方々の気持ちが詰まった温かいお祭りでした。

## 山都暖友クラブ

場所	矢部
活動日等	月一回程度
活動場所	各地

先が分からないことを考えるより、少人数で今後の生き方を楽しく、のんびり、幸せ、健康に、とにかく笑って吹き飛ばして生きていこうと『山都暖友クラブ』を立ち上げられました。会員は7名で、年齢は70歳から83歳。暖友クラブの「だん」には、男友達の「男(だん)」、一致団結の「団(だん)」、暖かい友達の「暖(だん)」の意味が込められています。活動は、料理・趣味・運動・人のおせわ(おせっかい)です。「とにかく難しいことは考えず、やれることをやる、それだけです。一番大切なのは、ひとりではない、仲間がいること」と事務局の坂本憲義さんは話されます。

結成時にはお酒で親睦を深められ、一人暮らしを訪問した時にできる料理をと矢部高校生とミートソーススパゲッティーを作られました。今後は白菜を使った鍋会を計画されています。今後の活動に乞うご期待です。



山都暖友クラブの活動紹介



矢部高校生との料理教室



### 《生活支援コーディネーターのつづき》

世間ではサロンへ男性の参加が少ないという声をお聞きますが、暖友クラブの皆さんは男性のみで結成され、熱い熱意と会員同士で楽しみながらできる事をやっていると活動を始められました。仲間を楽しまれている幸齢者の姿を垣間見ました。



集合写真

## 二人で歩けばきつくない～千滝の元気もん姉妹

場所	矢部／千滝
活動日等	毎朝
活動場所	自宅周辺

毎朝、千滝地区を散歩する近藤サチ子さんと藤子さん、お二人は義理の姉妹。

地区の健康教室をきっかけに、散歩を始められたとの事。

どちらかが散歩をお休みすると、「今日は一人？」と近所の方にも見守られているお二人。

「雨が降って散歩が出来ない日はつまらない」

「話すこと、笑うことがいい」と、いつもの日課がお二人の元気の秘訣のようです。



ひとりで散歩をしていると、徘徊に間違われた事もあるのだとか（笑）



日頃から、お裾分けや病院の付き添いなどお互いに助け合っているお二人

### 《生活支援コーディネーターのつぶやき》

まさに、支え・支えられる関係のお二人。いつもの日課がお互いの見守りや健康づくりにもなっており良いこと尽くめ。

これからも無理なく、そして仲良く続けていただきたいですね。





プラス思考のもつる会	
場所	矢部／下矢部東部万坂
活動日等	毎月第4日曜日
活動場所	万坂公民館

万坂公民館では、毎月第4日曜日に約10名が集まって体や頭の体操、健康講座、お茶のみなどをされています。

「もつる会」の名前は「人にモテる・長く保てる（続く）」という意味が込められています。

“全てプラス思考、くよくよしないで楽しく暮らす”をモットーに参加者全員に発言してもらいます。

テレビや旅行、孫の話など、普段の何気ない話しが笑いに繋がっており、「自分達が思うように楽しめるならばそれが一番！」と話してくださる声掛け人の本田松代さん、本田幸子さんの言葉がこの会を集約しているようでした。



行き帰りはシルバーカーで。  
急な坂道を上手に運転されます！



みんな揃ってパチリ★  
自然と笑顔がこぼれます★

《生活支援コーディネーターのつぶやき》

会の名前も笑顔も素敵な皆さん(\*^-^\*)。会の内容はもちろん、公民館までの坂道をシルバーカーを運転しながら登られる姿も印象的でした。



手が達者な 歌野 勲さん	
場所	矢部／山中
活動日等	適宜
活動場所	ご自宅の作業場



「昔懐かしい竹鉄砲」



「カメラを向いて決めポーズ」

「口が達者じゃないから、手が達者なんだ。」と語られる歌野さん。以前は大工仕事をしておられたこともあり、手先がとても器用で様々なものを作られます。

最近では趣味のゲートボールの傍らで家庭菜園を行ったり、物作りの材料を家の近所から集めて、編み籠や熊手、杭打ちなどを作成されたりと、とにかく身体を動かすことが生きがいようです。

その他にも地域内の掃除やこいのぼりの竿づくりも行うなど活動的で、作業場を案内してくださる歌野さんの顔は少年のように輝いていました。



《生活支援コーディネーターのつぶやき》

竹鉄砲、ハンドルを回すと破裂音が出るおもちゃですが、初見の際、竹鉄砲をこちらに向けられた時は弾が出ると思い、ビックリしました。その時の歌野さんの表情はまるで、わんぱく少年！！

## 趣味を活かしてボランティア 白鷹民子さん

場所	清和／米生
活動日等	適宜
活動場所	各地



「お手製の帽子を被ってパシヤリ」  
趣味が多様な白鷹民子さん  
(82 歳)。

日本舞踊にリメイク手芸、しめ縄飾りも手作りでそのレパートリーは数十種類にも及びます。

T シャツを重ねて作った帽子にネクタイで作った小物入れ、手作りのマスクにはくまモンのパッチワークがアクセント。

「生地を見てこうしてみようかなと考える事が大事。受け取った人に喜んでもらえればね。」と楽しそうに話されます。

ボランティア活動も 20 年以上続けておられ、米生地区のお母さんの存在です。

「できるしこをちょっぴり楽しみながら」とおしゃれに生き生きと活動中です。



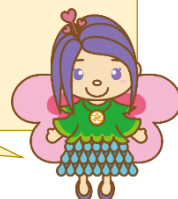
「デイサービスで披露された詩舞」



「リメイク作品の数々」

### 《生活支援コーディネーターのつぶやき》

モットーの「できるしこをちょっぴり楽しみながら」とボランティア活動をされる姿はまさに「お宝」だと思います。今後も地域でのご活躍期待しています。





大川奉納子ども相撲	
場所	清和／大川
活動日等	10月
活動場所	大川お宮の境内



「前日からの土俵作り」



「さあ、のこった、のこった」

百年以上前から大川地区の馬頭観音まつりでの五穀豊穡を祈願した奉納相撲として始まり、現在まで受け継がれています。

前日から地区の大人が土俵を準備し、当日は子どもからお年寄りまで集まり会場は大歓声に包まれます。

今では他地区の小中学生も加わり、白熱した相撲を繰り広げています。参加した子ども達は「毎年楽しみにしています」「お小遣いをかせぎました。」と笑顔で話していました。

地域の繁栄を願う大人から子ども達が熱中し伝統を受け継ぐ姿はまさに地域のお宝。

この地から郷土愛に包まれた未来の力士が生まれるかもしれません。

#### 《生活支援コーディネーターのつぶやき》

以前は各地域で行われていた子ども相撲も行われている地区が減少しています。少子化が進む中、今後も子供達が地域の伝統行事に参加し「地域の元気」が受け継がれていくことを願います。



## できたしこをモットー ボランティアさつき会

地区	清和地区全域
活動日等	月1回
活動場所	町内の福祉施設他

平成7年4月にボランティア団体として発足。毎月町内の福祉施設を訪問し、入居者の方とお話しや踊りの披露、清掃活動のお手伝いなど活動を25年間続けておられます。

現在のメンバーは7名。平均年齢は、なんと86歳。

「私たちにできることを楽しみながらできたしこ」をモットーに生き生きと各地に笑顔をお届けられています。

活動は他に、一人暮らし世帯へ暑中見舞いハガキ(一筆メッセージを添えて)を送付したり、会員同士でフリーマーケットを行い、売上金を被災地へ寄付をしたりと社会貢献活動もされています。令和元年度、熊本善意銀行より長年の活動に敬意を表し、「地域ボランティア賞」が贈られました。

「集まる事で見守りにもなり、ストレス発散もでき、年をとったが今後もできるしこ活動を続けていきたい。」と話されています。



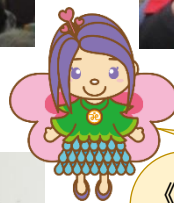
「息のあったダンスを披露」



「手作りマスクで感染予防」



「地域ボランティア賞を受賞」



《生活支援コーディネーターのつぶやき》  
各地に笑顔と元気を届けられ25年。皆さんの地域への「やさしさと思いやり」をいつも感じさせて頂いています。活動が健康づくりや生きがい介護予防にもつながっていると思います。これからも「できることを楽しみながらできたしこ」で活動を続けて頂きたいです。



## 元気みなぎるおばちゃん料理人

地区	清和／大川
活動日等	活動日 毎日（火曜日休み）
活動場所	清和加工所

清和加工所の朝は早い。

午前4時からおばちゃん達の調理場の戦いの火ぶたが切られます。午前6時30分には総菜を店頭へ運搬する車が来る為、時間と戦うおばちゃん達は広い調理場を行ったり来たり。

調理の工程が終わると並べられたパックに手作りの煮しめや旬の野菜などが盛り付けられ色鮮やかに。仕出し用の総菜の他にも一人暮らしの方へ配達する配食サービスの弁当（この日は15食）も手掛けます。午前8時に作業が一旦終了しみんなで朝食を食べながら談笑。

リーダー格の片山セイ子さんの話によると8人の従業員で切り盛りしており「なんでもここでしゃべるけんストレス解消になっとるたい。」と話されていました。



「繊細かつスピーディーな盛り付け」



「ひと段落で加工所の前でパチリ」

《生活支援コーディネーターのつぶやき》  
皆さん声をそろえて「後継者が中々おらんばってん頑張らんたい」と笑顔で話される姿に頼もしさを感じました。



「豪快ながらも丁寧に調理を進めます」

## 男性ダンスグループおやしこムラード

場所	清和／鶴底
活動日等	毎週火曜(イベント出演前期)
活動場所	鶴底公民館

平成 28 年 11 月に地区の敬老会&収穫祭を盛り上げようと、同級生 3 人(チーム T3)で踊られたのが結成のきっかけです。

「地元の人が舞台に立つと見ている高齢者の方は笑顔になられます。気が合う仲間で楽しみながらやっています」とリーダーの高橋稔朗さんは話されます。

レパートリーは『め組の人』から『パプリカ』と幅広く、老若男女楽しめる曲を踊られます。

メンバーは増えて現在 7 名で活動中。

地元の敬老会や神社の例大祭、福祉祭りや福祉施設の慰問など各イベントで披露され、見ている人も一緒になって体を動かしたりと大変喜ばれています。

今後も喜ばれることを励みにメンバーの皆さんは「テレビからオフア-がくるまで続けよう(笑)」と話されています。



「みんな一緒に Y・M・C・A♪」



「地元福祉まつりで披露」

### 《生活支援コーディネーターのつぶやき》

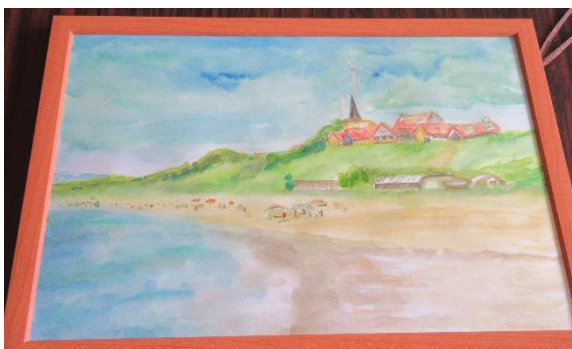
地元を盛り上げたいと結成されたとの事。自分達も楽しみながら踊られている姿は、とても魅力的です。取材をきっかけにメンバーに加入してしまいました。



<b>五嶋 カツエさん</b>	
場所	清和／鶴ヶ田
活動日等	書きたい時
活動場所	絵の教室（日曜日開催）など



「素敵な絵に囲まれた五嶋さん」



「淡い色の風景画」

清和地区で増田先生のされていた絵の教室に参加したのが絵を描き始めたきっかけだそうです。

幼い頃から絵を描くことが好きで、家で飼っていた猫の絵を描いている時、どうしても毛のふわふわした感じを出したかったので、消し炭を使ったところ見事にふわふわ感が出て、家に来る多くの人に褒められたと笑顔で話されていました。

絵葉書は熊本県立美術館に展示され、入賞経験もあるとのこと。

今後は人物画と現在、絵を習っている国武先生が出すような淡い色合いの風景画に挑戦したいそうです。

白昼夢のような風景画と力強くもはかない絵手紙の数々、とても素敵です。



《生活支援コーディネーターのつぶやき》

綺麗に描かれた女性の自画像、モデルは雑誌かカレンダーに掲載されていた女性のモデルさんとのこと。  
絵とは思えないような表情豊かで魅力的な一枚です。



<b>馬見原東部老人会</b>	
場所	蘇陽／馬見原
活動日等	年に四回ほど
活動場所	古川さんのお宅（事務所）



「作業中にもピースは忘れません」



「お日様に当ててます」

晴れた 8 月の空の下、暑い中で不思議な香りのする EM ぼかし作りは行われていました。

「EM ぼかし」とは？尋ねたところ、快くお答えいただきました。

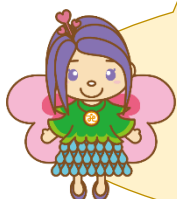
米ぬか、EM 菌、糖蜜などの材料を利用して EM ぼかしを作るそうです。40～50 日間寝かせたぼかしは土壌の活性化や虫よけになるとのこと。

この集まりは年に 3～4 回ほど行われ、そこで集まるのが健康づくりの源になるそうです。

ここで作った EM ぼかしは販売もされています。

馬見原東部老人会の皆さんはこの集まりをより一層大切にしているように感じました。

14 人で和気あいあいと活動されている馬見原東部老人会、今後も仲良く楽しく活動を行われてください。



#### 《生活支援コーディネーターのつぶやき》

不思議なおいのする EM ぼかし。土壌の活性化効果や川に撒くときれいになる効果、犬小屋の周りに撒くと蚊が来なくなる効果があるそうです。不思議なおいは伊達じゃない。

## 蘇陽地区ボランティアグループ「すみれ会」

場所	蘇陽
活動日等	不定期
活動場所	蘇陽地区内

平成2年に発足した「すみれ会」。当初は38名の会員が加入し町内の福祉施設のサポート役として活躍されていました。特に社会福祉協議会の事業で行われていた生き生き料理教室や寝具乾燥消毒サービスも活動の中心となり、一人暮らし高齢者の方達の暮らしの支えとして、優しさと真心を持って取り組まれて来ました。

そんなすみれ会の会員さんも年々、人数が減少し現在4名で活動中。平均年齢も80歳以上と会も様変わりし、今は「楽しく、無理せず、出来るだけ」をモットーに活動をされています。

昨今、コロナ禍の中、自分達に出来る事と出会いに感謝を合言葉に定期的に集まり、手作りマスク作りを楽しみながら続けられています。



「蘇陽南小学校へ手作りマスクの寄付」



「馬見原保育園の園児達にマスクを手渡しました」



### 《生活支援コーディネーターのつぶやき》

これからは、マスクだけでなく小物入れや腕カバーの制作に挑戦したいと語るすみれ会の皆さん。今では手作りマスクも売りに引けを取らない作りとなっています。



「作ったマスクを被災地にも届けます」



座敷ほうきづくり矢津田さんご夫婦	
場所	蘇陽／東竹原
活動日等	不定期
活動場所	自宅

座敷ほうきづくりの伝統的な工芸技術を今なお引き継いで作られる矢津田さん夫婦。

まずはほうき草の種を蒔き育てる事から始まります。

育ったほうき草を収穫し専用の編み込む機械でほうき草を編んで行きます。

更に針金で編み込む技術とほうきに化粧紐をまとわせる技術は熟練した技が必要になり座敷ほうき作る事の出来る人は殆ど存在しないとの事。

ご主人の昭さんが91歳、奥さんのチヤさんが87歳ですが座敷ほうきを作る事で夫婦の生きがいや楽しみに繋がっていると感じました。



「夫婦共同作業で作ったほうきと一緒にパチリ」



《生活支援コーディネーターのつぶやき》

奥さんと一緒に作られた座敷ほうきの中でも化粧紐の部分は繊細かつ芸術性の高い仕上がりで特に目を引きました。どうやって編んであるのか、スゴイの一言です。



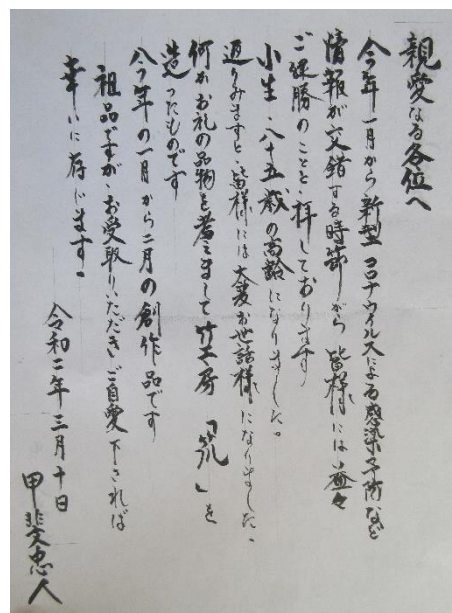
## 竹籠、つづらかずら籠づくり名人の甲斐忠人さん

場所	蘇陽／菅尾
活動日等	不定期
活動場所	自宅

甲斐忠人さんは竹籠、つづらかずら作り名人さんです。定年退職後に本格的に作り始められたとの事で本格的に教わったのではなく若い頃に父親が作っていたのを見様見真似で作り始めたのがきっかけとの事です。作り続けて25年、その腕前は職人級です。

現在は道の駅や町のイベントなどで販売されています。今年で86歳を迎えられそれを機にこれまでお世話になった方にお礼文と一緒に籠をプレゼントされたとの事でした。

時間があれば籠づくりや観葉植物の世話に没頭されその事が介護予防に繋がっていると感じました。



「お世話になった人に感謝の手紙と籠をプレゼント」



「家の中は竹籠やつづらかずら籠がズラリ」

### 《生活支援コーディネーターのつぶやき》

いっご自宅に伺っても軒先で籠づくりに没頭されています。声を掛けるとニコリと笑顔で返されます。籠作りが好きなのがとても伝わって来ます。



ひまわりサロン	
場所	蘇陽／柏
活動日等	月1回
活動場所	柏老人福祉センター



「ひとつひとつ丁寧に作り上げられます」



縫い物はお手のもの

ひまわりサロンでは平成27年より、年に3回程、お手玉作りに取り組んでおられます。

小学校のイベントでの昔遊びをきっかけに、28年からは道の駅での販売、また、小学校・保育所からの依頼を受け作製、提供されています。

お手玉の布はそれぞれ持ち寄ったり、売り上げで購入されており、中身の数珠玉はメンバーの一人が自宅で植えているものを使用されているとの事です。

その売り上げでお茶菓子を購入し、お茶飲みをするのが楽しみとの声。

「少しでも自分で収入が得られる事が嬉しい」という言葉や、口を揃えて「楽しいです」という言葉とともに笑顔が見られた事がとても印象的でした。



《生活支援コーディネーターのつぶやき》

小学校でのイベントをきっかけに、今ではそれが顔を合わせお喋りする機会となり、楽しみや喜びにも。和気あいあいとした雰囲気、居心地の良ささえ感じました。



## 滝下地区交流会（川端会）

場所	蘇陽／滝下
活動日等	不定期
活動場所	彼岸花の里藤岡園



「会の集まりを川端会と名付けました」

### 「藤岡園の藤岡兼松さんからのご挨拶」

毎年、彼岸花が咲く季節になると「彼岸花の里藤岡園」にて滝下地区の交流会が開催されています。

当初、滝下地区では交流会をしたくても公民館などがなく地域住民の集える場がありませんでした。

そんな折、藤岡様御夫婦より「彼岸花の里藤岡園」を地域の交流の場として提供頂きました。

渓谷の合間に家が点在する滝下地区は隣の家までが遠く高齢化も進みこれまで、地域の方が顔を合せる機会がほとんどありませんでした。

年1回の交流会では藤岡園の軒下で秋の味覚を頬張りながら「元気だったな～」「久しぶりな～」と近況を語り合われます。

優しく咲く彼岸花に囲まれながらの交流会は終始、お喋りと笑顔が絶えないひと時となります。



「久しぶりの再会に会話も弾みます」

### 《生活支援コーディネーターのつぶやき》

九州のグランドキャニオンと称される滝下地区。熊本地震の時は至る所に岩が落石するなど、大きな被害が出ました。その後、地域の交流会が出来ればと思っていましたが、集まれる場所がなく困っていました。そんな時、彼岸花の里藤岡園の藤岡兼松さんの計らいで快く場所の提供をして頂きました。開催出来、良かったです！



# 山都町地域のお宝活動事例集第2弾

令和3年2月発行

山都町社会福祉協議会

この冊子は、山都町生活支援体制整備事業の一環として作成したものです



