第４分科会　第１会場

「通い(つどい)の場・居場所づくりの実践」

ピュアリティまきび　２Ｆ孔雀

演題番号　4－1－1

県連名	所属共同組織名又は事業所名	
長野	中信健康友の会塩尻連絡会	
発表者氏名	所属と役職	分科会番号
美斉津（ミサイヅ）　陽子（ヨウコ）	原新田支部　支部長	第４分科会

発表テーマ
月１回の「おしゃべりカフェ」は「元気の素」！ ～コロナ禍の中でもつづけたみんなが集まる企画の取り組み～

内容（発言要旨）

コロナ禍の中、中信健康友の会各支部の活動が制限される中、多くの支部活動の中断がされました。そのような中でも塩尻連絡会原新田支部では、その時の「感染防止対策」の基準に則り、「おしゃべりカフェ」の活動を続けてきました。

会員さんの多くは高齢者で、一人暮らしの方も多く、ただでさえ、日常生活の中での会話は少なく、コロナ禍の影響でその傾向が顕著となってきました。この企画を毎月継続していくためには①３か月前に集まる場所（公民館）の予約・確保②２か月前には支部役員と内容の検討、企画決定し案内チラシ作成。２か月に一度発行の「ふれあい」（機関誌）に折り込み、配布し参加者を募る。③公民館にもチラシを置く。そのチラシをみて会員ではない地域の方が参加されることもあります。

企画内容は会員さんの希望をもとに、季節に応じた企画を行っています。

室内では、ゲストをまねいて楽器演奏（コンサート）、クリスマス会、関心が高い医療講演、リンパマッサージ講習など。

外出企画では塩尻という地域柄中山道奈良井宿、JR 大糸線の旅、JR 飯田線の旅など。一人で外出することにためらいがある方には魅力ある企画になっています。

この間の「おしゃべりカフェ」の取り組みで気づいたこととして、その場での楽しみだけで終わることなく、この場で刺激や励みをお互い感じてこれからの暮らしの活力になっている場であることがわかりました。

これからも会員さんの心身の健康に役立つ多彩な企画を検討し、時には会員さんの特技も生かした機会等をつくりながら、「継続」して活動ができればいいと考えています。

所属している組織の概要	
長野県中信地域（県の西側：北は小谷村から南は木曽地域まで JR 線路の距離約170㎞）を対象とした友の会型共同組織の塩尻市エリアの原新田地区。活動対象地域の人口は約3980人。所属する共同組織の人数は約85人。	
TEL 0263-53-6653	メール ShibataN@chushin-miniren.gr.jp

演題番号　4－1－2

県連名	所属共同組織名又は事業所名	
岡山	倉敷医療生活協同組合	
発表者氏名	所属と役職	分科会番号
池上（イケガミ）　尚美（ナオミ）	支部運営委員長	第４分科会

発表テーマ
居場所づくりのための支部主催のサロン活動「おしゃべりカフェ」

内容（発言要旨）

「おしゃべりカフェ」は倉敷医療生協船穂支部と地域ボランティアで2015年10月に開始。町内唯一のスーパーの空き店舗を借りて月２回お茶とお菓子を実費（50円）で提供し、おしゃべりができる空間をつくった。お店が閉店したため、2019年６月より倉敷市の船穂老人憩の家に場所を変更し、月１回１時間の開催となり、現在に至っている。

内容は、初めにラジオ体操で体をほぐす。近年は、玉レクさわやか体操（玉野市レクリエーション協会製作）も使って柔軟性を高める。次に、間違い探し・クイズなどの脳トレを行い、輪投げ・玉入れ・ダーツ・モルックなど体を動かすゲームを行う。最後にボランティアメンバーのオカリナ演奏に合わせて２～３曲を歌う。

上記以外にも「マイナンバーカード」「身近な危険個所」「環境問題」などの学習も行い、年２回程度外出や研修旅行（2023年はホロコースト記念館）も行い喜ばれている。

所属している組織の概要	
船穂地域の医療生協組合員578人（2024年３月末）、人口約8000人 「おしゃべりカフェ」は倉敷市のサロンに登録。船穂支部の運営委員と地域ボランティアを含めて17人。	
TEL 086-448-3369	メール yasuda_m@kura-hcu.jp

演題番号　4－1－3

県連名	所属共同組織名又は事業所名	
群馬	群馬中央医療生活協同組合	
発表者氏名	所属と役職	分科会番号
田嶋（タジマ）　厚子（アツコ）	理事	第４分科会

発表テーマ
病院の敷地内に地域の居場所づくり

内容（発言要旨）

2022年４月から始まった「よってくんべぇカフェ」。きっかけは、病院の敷地内で開催している「ちいさなやさしさ市場」での会話でした。受診後、買い物に立ち寄った方が「今日は検査結果が悪かった」「先生に厳しい話を聞かされた」と呟き、市場スタッフが「元気出して！おまけいっぱい付けるよ！」と話している姿がありました。その会話を聞いていた組合員が「そんな話ができる場所があるといいな。病院に来る人、介護している人がホッとできて、誰でも気軽に集まれる場所」と思ったことからスタートしました。

現在、地域の居場所として定着しつつある「よってくんべぇカフェ」をはじめ、きっかけとなった「ちいさなやさしさ市場」、「幸せの黄色いベンチ」の設置など、病院の敷地内につくる地域の居場所の取り組みを報告します。

※ちいさなやさしさ市場…毎週水曜日の午前中、NPO 法人や福祉団体が集まり、野菜や惣菜、パンなどを販売。

所属している組織の概要	
群馬県全域を定款としている生活協同組合。主な活動エリアは県中央から東部。組合員数は35,539人。医療機能の中心は前橋協立病院で二次救急から地域の医療・介護を支えるケアミックス型の病院。	
TEL 027-265-3531	メール honbu-katsudobu@kyouritsu.org

演題番号　4－1－4

県連名	所属共同組織名又は事業所名	
北海道	道央連絡協議会　苫小牧健康友の会	
発表者氏名	所属と役職	分科会番号
斉藤（サイトウ）　淑子（ヨシコ）	苫小牧健康友の会　役員	第４分科会

発表テーマ
コロナ禍で中止していたサロン再開の工夫

内容（発言要旨）

目標①ふれあいサロンの毎月開催を定例化し地域の人々が気軽に参加でき楽しむことが出来る　②フレイル予防い視点を置いた運営内容。2016年から毎月ふれあいサロンを行っていたが2020年コロナ感染の流行により閉鎖せざる得なかった。しかし、今まで集まってきていた会員から「まだ明けれ内の？」「いつ会えるの？」の声があり、できる方法を模索しながら、2022年から市内３会場で『レクダンス』をおこない、１会場は現在も班活動に取り入れている。2023年４月から病院近くの町内会館を利用してサロン開催を決めた。手探り状態の中、参加者のおしゃべりタイムから希望される内容を検討し取り入れてきた。外出することが少なくなり１日笑う事のない生活の人がサロン参加で月に１回でも楽しめることができ、帰りにみんなで食堂による場面も生まれた。高齢による身体の変化に不安を抱く参加者に、専門職である病院のリハビリ職員が応えてくれる。毎月の健康講座がさらに社会参加の一翼となっている。

所属している組織の概要	
苫小牧健康友の会は、苫小牧市の他近隣の町も合わせて、会員数12000人弱、新聞宅配数は4500戸で郵送2500戸。地域は横に名が広く位置しており、地域は８ブロックと班がある。役員体制は専門部を設け全体の活動を創り、地域の班やブロックの世話人が活動している	
TEL 0144-72-3291	メール tiiki-tomabyo@kin-ikyo.or.jp

演題番号　4－1－5

県連名	所属共同組織名又は事業所名	
富山	社会福祉法人とやま虹の会友の会	
発表者氏名	所属と役職	分科会番号
浦本（ウラモト）　恵美子（エミコ）	サロン梅の湯運営委員	第４分科会

発表テーマ
「サロン梅の湯は心のオアシス」

内容（発言要旨）

「楽しいひとときを過ごしてます、心のオアシスを感じてます、自分ながらの楽しみと満足のひととき。みんなで笑顔、心も笑顔、一人一人ができる楽しみ。笑ってしゃべってワイワイ。サロン梅の湯は最高！サロン梅の湯に乾杯！」

一去年、利用者のみなさんに梅の湯に通っての感想をきき、それをもとに作ったテーマソングです。

社会福祉法人のとやま虹の会が元の銭湯を借り受け介護予防デイサービスをやっていたのを、13年前に利用者自身が管理・運営する地域交流施設「サロン梅の湯」としてスタートしました。

手芸や料理、体操や歌声など12のサークル活動や健康講座、子供とのふれあい企画などを行ってきました。それぞれリーダーや講師を中心に月１～４回活動しています。

当初ボランティア管理人が連絡や後片付けを行っていましたが、特にコロナになってからそれらを各サークルに任せることにしました。“お客さん”だった利用者の意識が、自分たちの使う場所だから自分たちできれいにしよう、自分たちで運営していこうと変化してきました。また運営の中心メンバーも増えてきました。

所属している組織の概要	
活動地域は、富山県富山市水橋地域。活動地域の人口は約16000人。所属する共同組織の人数は約60人（ボランティア保険申請者数）。	
TEL 080-6367-2619（地橋）	メール matuo@nijinokai.net

演題番号　4－1－6

県連名	所属共同組織名又は事業所名	
石川	石川県健康友の会連合会	
発表者氏名	所属と役職	分科会番号
西（ニシ）　博人（ヒロト）	南加賀ブロック サロンほっと	第４分科会

発表テーマ
サロンほっと　10年の取り組みのまとめ

内容（発言要旨）

「サロンほっと」は今年で10周年を迎えます。

友の会会員の「一人暮らしだけど、お出かけしたい、おしゃべりしたい」「住み慣れた地域で暮らし続けたい」の声を受け、2014年10月にオープン。施設は元調剤薬局を友の会でリニューアルし、喫茶コーナー、運動コーナーを設置しました。

当初は３つだったサークルも現在は12に増え、４つの班会が行われています。コロナ禍でサロンが休みの時もそれぞれ開催を判断し継続してきました。

昨年５月からはコロナ禍で中止していた喫茶を再開し、希望の強かったコーヒー提供。企画中だった「ほっとバザー」は委員会を作り、常時開催しています。スマホ班会は職員の参加で軌道にのりました。新たな展開や継続には若い力が欠かせません。

居場所としての役割はこの10年で地域に定着し利用者の増加にも繋がっています。「サロンほっと」は平均年齢70代半ばの高齢者が利用し、運営しているサロンです。無理せず今できること、していることを喜びに取り組んでいきます。

所属している組織の概要	
活動地域は、石川県能美市、小松市、加賀市。活動地域の人口は約５万人。所属する共同組織の人数は約8300人。	
TEL 0761-58-5028	メール minamikaga.kenkoo@gmail.com

演題番号　4－1－7

県連名	所属共同組織名又は事業所名	
長崎	させぼ健康友の会	
発表者氏名	所属と役職	分科会番号
北原（キタハラ）　辰巳（タツミ）	させぼ健康友の会 事務局長	第４分科会

発表テーマ
いこいの家に行こい

内容（発言要旨）

させぼ健康友の会は2008年８月に発足し、今年で16年目を迎える。2014年からは元レストランだった物件を長崎民医連の援助の元借りあげ、「いこいの家」がスタート。事務所・厨房・元レストランの客席を生かし、サークル活動や楽しい企画を中心に仲間ふやしを行ってきた。スタート当初は友の会農園にも取り組み、ジャガイモなど作物の受付とそれを食べに来るイノシシとの戦いなど、大きな苦労があった。会員の高齢化もあり、今では残念ながら畑での作業は終了している。

今では季節毎の大きなイベントや月１回のイベント、多種多様なサークル、みそ造り、健康チェックなど様々な活動を行っています。会員の高齢化などにより、活動を中止せざるをえないサークルも出てきていますが、健康麻雀など新たなサークルも生まれています。会員の要求にそって、楽しくちょっとはためになる活動をすすめていきます。

所属している組織の概要	
長崎県佐世保市は長崎県では長崎市に次いで２番目、九州では９番目に多い人口を擁し、中核市及び保健所政令市の指定を受けている。民医連事業所がない佐世保市に「させぼ健康友の会」が2008年発足し16年目を迎える。 2014年からは会員や地域の人達の居場所「いこいの家」が長崎民医連からの援助で発足。地域包括支援センターや社協との連携を図りながら長崎県健康友の会連絡会とともに活動をすすめてきた。発足当初は120人だったが、2024年３月現在約900世帯の会員数。徐々に高齢化がすすみつつある。	
TEL 090-4366-0334	メール t_kitahara@mac.com

演題番号　4－1－8

県連名	所属共同組織名又は事業所名	
大阪	医療福祉生協おおさか 東エリア　支部	
発表者氏名	所属と役職	分科会番号
嶋田（シマダ）　早苗（サナエ） （作成者 中島の代読）	まちなかホッとハウス 運営員	第４分科会

発表テーマ
たまり場：まちなかホッとハウスでの地域交流

内容（発言要旨）

まちなかホッとハウスは、2015年１月に開館して今年で10年目に入りました。会館当初から、月20日以上、10行事以上のセンター維持規定を守ってセンター運営を行ってきました。数年に渡るコロナ時期を経て地域組合員の要求に少しでも応えたいと健康チェック、スクエアステップ、ころばん体操など、健康に関わる行事をはじめ、懐かしの歌、編み物、囲碁など多彩な趣味行事を行っています。スタッフも10年歳をとり、行事参加の組合員の中には独居になったり、認知症傾向がで出てきたりと、センターに出入りできる条件を拡大する必要性を痛感させられるようになりました。そのような中で、誰でも、自由に、行事とは関係なくセンターに立ち寄れる機会をつくりたいと、ホッとできる無料喫茶を始めることになりました。当初は「オレンジカフェ」と銘打って始めましたが、オレンジという名がつくだけで何か特別な人たちの喫茶という感覚があり、名前を「ホッとカフェ」に変えて、真夏の暑い日には冷たいお茶と茶菓子を用意し、寒い冬には温かいお茶を両手で支えられる湯呑に入れて、手も温めもらいながらというような工夫もして立ち寄ってもらえる場を提供しています。年間のべ5500人がセンターに出入りしている昨今です。独居の組合員は多く手を差し伸べられるところまで行っていません。地域に根付いたセンターにさらになれるように今後とも努力していきたいと思っています。

所属している組織の概要	
定款地域は東大阪市、八尾市、柏原市、大東市、四條畷市並びに大阪府下全域。組合員数は180,686人出資金は4,095,307,000円（2024年３月31日時点）	
TEL 090-7966-2408	メール a-miyai@coop-osaka.or.jp（担当：宮井）

演題番号　4－1－9

県連名	所属共同組織名又は事業所名	
石川	石川県健康友の会連合会西ブロック	
発表者氏名	所属と役職	分科会番号
豊田（トヨタ）　とよ子（コ）	西ブロック役員	第４分科会

発表テーマ
西ブロックえがお会館でのつどい、居場所のとりくみ

内容（発言要旨）

友の会会館「えがお」は、石川民医連西ブロック事業所（上荒屋クリニック、有料老人ホームひだまり､特養やすらぎホーム､上荒屋菜の花薬局）と同じ敷地に、2009年に誕生、地域の方々が集い、生活支援などさまざまな活動の拠点となっています。地域の友の会会員、職員を対象に、毎週火曜日はカレーライスを提供。第３木曜日には「ひとり暮らしの高齢者」を対象に食事会や体操教室や健康講座をしています。また、太極拳やバランスボール、健康マージャンなどサークルの活動の拠点ともなっています。地域のお母さんたちとの共同で、①学習支援、②子どもの居場所、③子育て世代の交流を目的に、2018年５月に「無料塾寺子屋えがお」が誕生、毎週月曜日、年間で5000人を超える子どもやお母さんたちが、えがお会館に集まってきます。夕食も無料で提供､「子ども食堂」の役割も担っています。不登校の子どもたちには「えがお会館」は居場所としての大事な存在となっています。

所属している組織の概要	
西ブロックは金沢市西南部、野々市市、白山市を活動地域、会員数7700人（世帯数3800）	
TEL 076-281-6020	メール nishikenko@yahoo.co.

演題番号　4－1－10

県連名	所属共同組織名又は事業所名	
北海道	道北勤医協	
発表者氏名	所属と役職	分科会番号
神長（カミナガ）　まゆみ	地域健康部　部長	第４分科会

発表テーマ
まちづくり交流館の活動を通して

内容（発言要旨）

2021年３月をもって閉院した、院内保育園の施設を利用し「まちづくり交流館」としてスタートしました。まちづくり交流館の目的は、地域友の会員の活動の拠点となる。地域で困っている人や独居高齢者に目を向け気軽の立ち寄れる場所、相談できる場所を目指しています。活動を紹介します。①いきいき健康づくり（健康太極拳、椅子ヨーガ、健康体操）②手芸サークルを開始、きっかけは認知症認定看護師から「認知症マフ」を作れないか相談から始まりました。認知症マフはあまり知られていません。学習も行い毎月開催し、作る人も指先使い認知症の予防になるねと、笑いながら、褒め合いながら楽しく作っています。③ただいま食堂の開催　毎月１回コロナの影響もあり、みんなで食べる事が出来ず、お弁当を渡しています。お弁当数は120食前後、対象者は子どもから高齢者。最近は独居高齢者の利用が増えています。調理担当は友の会員さんです。④暮らしの保健室として、相談業務やミニ講演会、気になる会員訪問を行っています。サークル活動に来た時に、ちょっとした内容の相談を受けています。会員さんからの気になるまとめ　活動を通して見えてきたのは、地域の高齢化が益々進んでいる。サークル活動に参加したいが自力で会場に来れない人が増えてきた。活動を通して、会員の変化に気が付き対応ができる､また会員同士の繋がりの大切さ（笑顔のなって帰る）　そして、改めて地域訪問の大切さを実感しました

所属している組織の概要	
北海道　旭川市。旭川市の人口は約32万人。旭川市の共同組織に人数は１万９千人 道北圏域が範囲の人口は59万人　共同組織の数２万８千人	
TEL 0166-34-2195	メール kaminaga-m@dohoku-kinikyo.or.jp

演題番号　4－1－11

県連名	所属共同組織名又は事業所名	
岡山	岡山医療生活協同組合	
発表者氏名	所属と役職	分科会番号
緋田（ヒダ）　美代子（ミヨコ）	旭東支部　虹のカフェボランティア	第４分科会

発表テーマ
地域に開かれた認知カフェ《虹のカフェ》　７年目を迎えて

内容（発言要旨）

認知症の人とその家族が安心して過ごせる場、気軽に相談できる場、思いを吐き出せる場としてオープンした《虹のカフェ》。認知症本人もスタッフとして役割を持つことを大切にし、認知症の人とその家族の思いや希望が社会に発信される場として毎月開催されている《虹のカフェ》は今年７年目を迎えた。

2023年度は総会に参加した17名にアンケートを取り、１年間の取り組みを計画。また今後の取組について意見を出し合った。その実践から活動の様子を報告する。さらに、地域の薬局より「地域に開かれた活動に参加したい」との希望があり、薬剤師の参加があったこと。また製薬会社から「社員が患者や生活者の喜怒哀楽を第一義と考えていくために。またベネフィット向上のために企業は何をなすべきかを考えるひとつの場として、虹のカフェにボランティアとして参加をしたい」との話があった。結果、10名の方がボランティアとしてともに活動し、カフェの場を盛り上げ、ともに楽しむことができた。これらの活動を振り返り、「安心して住み続けられるまちづくり」として認知症カフェ《虹のカフェ》が果たしている役割について考察したことを報告する。

所属している組織の概要	
活動地域は、岡山県岡山市。活動地域の人口は約70万人。所属する共同組織（組合員）の人数は約６万人。	
TEL 086-271-7880	メール soshiki@okayama-health.coop

演題番号　4－1－12

県連名	所属共同組織名又は事業所名	
大阪	健康友の会あいかわ	
発表者氏名	所属と役職	分科会番号
岸田（キシダ）　宗春（ムネハル）	会長	第４分科会

発表テーマ
たまり場「おびたすき」から広がるつながり

内容（発言要旨）

昨年６月に公益財団法人淀協の定款にある健康増進事業をいかして、法人の補助も活用し、相川診療所から約２㎞離れた場所に吹一吹六支部のたまり場「おびたすき」をオープンした。以前から、他団体の事務所を借りて、班会や喫茶をおこなってはいたが、もっと日常的に誰もが立ち寄れる場所が欲しいという要求があった。「おびたすき」では健康友の会会員が週４回ペースの半常駐体制で運営しており、「喫茶」「100歳体操」「スクエアステップ」「認知症サポーター養成講座」などをおこなっている。会員でなくとも、地域の人なら誰でも利用できるということで、地域包括支援センターからも気にかけられるようになり、地域の困難な事例の相談事も持ちかけられるようになった。その中から会員が増え、吹田地域の各事業所の利用や、訪問診療等へつながるケースもあった。さらに、つながりを生かした活動を広げていきたい。

所属している組織の概要	
大阪府吹田市の南部を中心に活動。会員数6619世帯、４支部、機関紙配布協力者135名、いつでも元気購読者122名（いずれも24.4末現在）	
TEL 090-1910-6511	メール ichikawa@aikawabyouin.com