

つながる

来っし来



ご挨拶

この度は、松島町生活支援体制整備事業広報誌「つながるまつしま」をお手に取って頂きありがとうございます！

この冊子は、松島町で行われている地域の自主的な活動、お茶飲み会や体操の会などを紹介する為に作成しました。住民が主体となって行う活動は、

きょういく(今日行くところがある)ときょう

よう(今日用事がある)を生み、毎日をいきいきと過ごす

原動力となります。皆さんが「大したことはないよ～」というような集まりでも、元気に日々を送る上で重要な役割を持っているのです！

そのような地域活動を支援・サポートする**生活支援コーディネーター**が今まで訪問した中から、地区ごとにいくつかの団体さんをピックアップして紹介させていただきます。今回は団体の代表者様へインタビューも実施し、活動を主催されている方の生の声をお聞きすることもできました。ぜひ最後までご覧頂き、気になる活動があったら参加を考えてみたり、すでに活動をされている方は今後の活動の参考にしてみてください！



～ 目 次 ～

○地区別活動団体紹介

各地区の地域団体さんの活動を紹介！

○地域団体代表者インタビュー

団体の代表者様からの、活動に対する熱い思いをお届け！

○生活支援コーディネーターからのご案内

皆様へのお役立ち情報をお伝えします！



**地区別
活動団体紹介**

ここでは、松島町の各地区で行われている地域活動の一部を掲載しています。どの地区でも様々な活動が行われていて、訪問する度に新しい発見がありました！参加者募集中の団体さんも多いので、興味があれば参加を考えてみても良いかも？特色あふれる地域活動を紹介します！

(※新型コロナウイルスの影響により、活動を縮小・休止されている団体さんもいます。)

(※掲載されている写真は、コロナウイルス流行前に撮影したのも一部含まれます。)

～松島地区～

健康クラブ



日時：毎週金曜

人数：約 10 名

場所：三十刈避難所

内容：いきいき 100 歳体操、お茶飲み、創作活動

特徴：体操、お茶飲み、小物作り！皆で楽しく様々なことに取り組んでいます！

フアメリア フラ教室



日時：毎週火曜日

人数：約 5 名

場所：カフェ JIRO

内容：フラダンス教室

特徴：こぢんまりとしたカフェの 2 階で本格的なフラ指導！楽しく身体を動かせます。

～高城地区～

おはようラジオ体操



日時：毎週月・木・土曜日

人数：約 10 名

場所：光陽台児童遊園

内容：ラジオ体操

特徴：みんなでラジオ体操を行う会です。そのシンプルさが良く、男女様々な方が参加しています。

夢クラブ



日時：毎週水曜日

人数：約 10 名

場所：松島勤労青少年ホーム

内容：太極拳教室

特徴：楽しく太極拳を練習。ゆっくりながらもしっかりと全身を動かすことができます。

コーラス・サマーウインド



日時：第 1～3 月曜日

人数：約 10 名

場所：松島キリスト教会

内容：コーラス練習

特徴：講師の指導の下でコーラス練習。きれいな歌声が響きます！

～磯崎地区～

磯崎老人クラブ 長生健寿会



日時：第2火曜、第4金曜

人数：約20名

場所：長田避難所

内容：カラオケ、お茶会

特徴：皆で楽しく歌う事が目的。のんびりお喋りをしながら、ワイワイカラオケをしています！

歌謡会



日時：毎週木曜日

人数：約10名

場所：磯崎避難所

内容：カラオケ・会場掃除

特徴：コロナの影響で今は会場の掃除のみですが、また歌う日を楽しみに頑張っています！

お茶っこ会



日時：第3水曜日

人数：約7名

場所：参加者自宅

内容：お茶会

特徴：高城区の「おはようラジオ体操」の参加者が立ち上げ！のんびりとお喋りを楽しみます。

～手樽地区～

早川すみれの会



日時：第2木曜日 第4土曜日 人数：約15名 場所：手樽防災センター

内容：体操、創作活動、お茶会、カラオケ

特徴：地域のほとんどの女性が参加！現在はコロナの影響で休止中、再開が待たれます！

～竹谷地区～

なでしこ会



日時：体操…月3回(土曜日) 食事会…月1回 人数：約25名 場所：上竹谷生活センター

内容：体操、食事会、レクリエーション

特徴：様々なレクと食事会を行っている会。いきいき100歳体操にも取り組んでいます！

～幡谷地区～

とるとるカフェ



日時：第2火曜日 人数：約20名 場所：上幡谷生活センター

内容：お茶会、レクリエーション

特徴：幡谷地区の貴重な集まりの場。毎月楽しいイベントを実施されています！

～町内全域～

松島町全体から参加者が集まる活動を紹介！

松島囲碁愛好会



日時：毎週木曜日

人数：約 30 名

場所：アトレ・る

内容：囲碁会

特徴：囲碁が好きな方が集まる囲碁会。いぶし銀な勝負の雰囲気がただよ会です！

松島ウォーキング会



日時：月 3~4 回

人数：約 15 名

場所：町内外いろいろな場所

内容：ウォーキング

特徴：ウォーキングをしながら町内外の有名な場所を巡る会。体力も教養も身に付きます！

バドミントン同好会



日時：毎週月曜日

人数：8 名

場所：松島町 B&G 海洋センター

内容：バドミントン

特徴：皆でバドミントンを楽しむ会。休憩時間にはお喋りに花が咲きます！

～地域福祉推進協議会～

各地区の地域福祉推進協議会で行っている活動を紹介！

～磯崎地区～

木曜会



日時：毎週木曜日

人数：約 5 名

場所：白萩避難所

内容：脳トレ、体操

概要：計算や漢字などの脳トレや、ボールを使った体操に力を入れている会。心身が活性化します！

～磯崎地区～

磯崎将棋愛好会



日時：第 2、第 4 日曜日

人数：約 10 名

場所：白萩避難所

内容：将棋

特徴：将棋が好きな人達の集まる場。コロナの状況を見つつ、対局を楽しんでいます！

～手樽地区～

喜楽会（三浦地区地域福祉推進協議会）



日時：第 3 水曜日

人数：約 10 名

場所：三浦避難所

内容：会場清掃、お茶会

特徴：避難所の清掃活動から始まった集まり。掃除をした後はのんびりお喋りタイムです！

～北小泉地区～

北小泉地区地域福祉推進協議会



日時：月1回

内容：話し合い・お茶会・季節のイベント

特徴：地域の課題についての話し合いや、季節のレクリエーションなどを実施されています！

～初原地区～

初原地区地域福祉推進協議会



日時：季節毎の行事

内容：夏祭り・運動会・防災訓練など

特徴：地域の方々が楽しめるイベントを開催！地区の沢山の人が参加します！

～桜渡戸地区～

茶話会



日時：月1回

人数：約20名

場所：桜渡戸分館

内容：お茶会、カラオケ

特徴：地域の皆さんが協力して行うお茶飲み会！お花見や芋煮などのイベントも行われます！

地域団体代表者 インタビュー

ここでは、数ある地域団体さんの中から6名の代表者様にインタビューをした内容を掲載しています。活動立ち上げのきっかけやその楽しさ、これからやりたいことなど、活動をけん引している方の生の声をお届けします！

(※掲載されている写真は、代表者様の希望により活動の様子を撮影したものもあります。

また、コロナウイルス流行前に撮影したものも一部含まれます。)

インタビュー①

松島ウォーキング会(全域)

土井 孝 さん



Q1.立ち上げのきっかけは何ですか？

もともとは町のウォーキング教室に参加していたのですが、それが終わった後も皆で続けたいよね、ということで、自分達で新たに団体として立ち上げました。

Q2.活動の特徴を教えてください！

「歩くこと」「お喋りすること」「知らないものに触れること」この3つを健康につながる3原則とし、活動しています。また、基本は歩くことなので、高齢の方でも無理なく楽しめますね。屋外の活動の為、コロナウイルスの影響が少ないのも特徴です。

Q3.活動をしていてうれしい・楽しいことは？

メンバーの皆さんに参加してもらって、その方々から「楽しい!」「こんなところあったんだ」というような声をもらうのが楽しいです。後は、知らない人同士がウォーキングの中でお喋りを始めて仲良くなり、友達になっていくのを見えるのもうれしいです。

Q4.コロナウイルスの影響はどうですか？

ほとんどないです！マスク着用やソーシャルディスタンスの確保はしていますが、屋外の活動なのでほぼ影響なく活動を続けられています。ただ、利府のイオンや工場見学など、屋内の施設でのウォーキング・見学は控えています。

Q5.今後やりたいことはありますか？

バッチリ年間の計画を立てています！浦戸諸島や四大観巡り、季節の花である桜、あやめ、コスモスを見に行く、コロナ終息後は仙台寄席や八木山動物公園にも行きたいですね。あとはもちろん、皆さんと会食・カラオケもやりたいです！(笑)

Q6.読者の方々へ何かメッセージは？

基本は「歩く」です！私たちと一緒に楽しく遊びませんか？参加者募集中です！

インタビュー②

おはようラジオ体操(高城)

蒲生 功 さん



Q1.立ち上げのきっかけは何ですか？

この活動の会場が光陽台の公園なのですが、もともとその辺りの地域で**健康の為に何かできないか**、と考えていたんです。そこで2016年4月から、誰でも気軽にできるものということでラジオ体操を始めました。これをきっかけに集まった人達の中から、新たに地域の活動が立ち上がることも期待としてありました。

Q2.活動の特徴を教えてください！

「**健康づくり**」が最大の目的なので、ラジオ体操に加えてストレッチなども取り入れ、体操のみではカバーできない部分も動かすことを意識しています。あとはやはり、**地域の方々のコミュニケーションの場**という面が強いですね。早い人は活動30分前から来て、お喋りを楽しんでいます(笑)。地域の交流を深められるのも、この活動の強みです。

Q3.活動をしていてうれしい・楽しいことは？

「ああ、すっきりした。」「**体動かすと気分いい**」と言葉を交わす時や、「**普段動かししていない体を動かすことができた**」と感じられる時が楽しいです。また、地域の皆さんと共に、週が決まった日時に体を動かす習慣をつけることができているので、そこがうれしい点ですね。

Q4.コロナウイルスの影響はどうですか？

体操は続けているのですが、感染対策の為に早くから集まってのお喋りは自粛しています。地域の交流を深めることが目的の一つであるので、そこは歯がゆいところです。また、体操の時だけでなく普段の生活でも人との間隔を取るように皆さんに伝え、感染予防を呼びかけています。

Q5.今後やりたいことはありますか？

コロナウイルスが終息したら、以前のように気兼ねなくお喋り・交流がしたいですね。皆で集まって交流会・飲み会も時々やっていたので、またできる日が待ち遠しいです(笑)

Q6.その他心がけていることはありますか？

「**地域が主体となって活動していかななくてはいけない**」と心がけています。地域の交流も、外部からのやらされではなく、自分達で動き、進め、近所同士のつながりを深めるからこそ**地域がいきいきと活発になると**考えています。その入り口としてこの会があるので、参加希望の方はいつでも歓迎しています！

インタビュー③

磯崎老人クラブ 長生健寿会

荒川 悌二 さん



Q1.現在の活動（カラオケ、お茶飲み会）を始めたきっかけは何ですか？

私がこの会の代表になった時には、既にカラオケとお茶飲み会は実施されていました。ただ、その時使っていたカラオケの設備にはあまり参加者が歌える曲が入っていませんでした。そんな時、知り合いから本格的なカラオケデッキセットを譲り受ける機会があり、これを機に地域の方々をカラオケに誘って、閉じこもりを防止しよう！というのが、現在の活動につながっています。

Q2.活動の特徴を教えてください！

歌やおしゃべりで声を出すことで、楽しみながら元気になってもらっています。この会は本当に好評のようで、口コミで次々と参加者が入ってきてくれるんですよ。メンバーが日中家に一人にいる方を誘って一緒に活動し、お互いに楽しんでくれているのが良いのかなと思います。また、何かを決定する時にはメンバーが活発に意見を出してくれるのも特徴の一つですね。

Q3.活動をしていてうれしい・楽しいことは？

高齢の方がカラオケやお茶飲み会に参加して、元気に活動している姿を見るとこちらも楽しくなってきますね。コロナの影響で休止して、再開した時はメンバーのほとんど全員が待ちかねたように参加してくれました。それだけ楽しんでもらえているんですね。

Q4.コロナウイルスの影響はどのようにですか？

活動を休止した期間もあったのですが、休止前にはとてもおしゃべりだった人が再開後に中々しゃべれなくなっていることがあったんです。家で一人の状態が続くと、やはり声を出す機会はなくなるんだなと感じました。

Q5.今後やりたいことはありますか？

日中家に一人にいる方をもっと引っ張り出す為に、活動の中身を濃くしていきたいです。スポーツなど、何かしらの催しものを行って、どんどん参加者を増やしたいですね。

Q6.最後に何かメッセージをどうぞ！

先に述べたように、この会はメンバーが活発に意見を出してくれる会です。コロナの影響で大変ですが、皆で意見を出し合いながらこの状況を乗り切りたいと思います！

インタビュー④

なでしこ会

秋保 きみよ さん



Q1.立ち上げのきっかけは何ですか？

月1回、老人クラブの方々へ自分達で料理を作り、提供し始めたのがきっかけです。この会を立ち上げてから、約30年になりますね。そこから、料理・食事の他に将棋・マージャン・手芸など、活動の幅を広げていきました。

Q2.活動の特徴を教えてください！

月1回の食事会と、月に3回土曜日に行っているいきいき100歳体操をする会があります。この地区はあまり人が集まる会がないので、参加者からは「こんな場所他にない、人が集まって楽しい」という声もいただきます。あとは、男性が多いという特徴がありますね。皆さんお酒を持ち寄って、時間が来るまで楽しく飲んでお喋りしています。

Q3.活動をしていてうれしい・楽しいことは？

参加者からの「楽しい！」という声や笑顔がモチベーションになっていますね。食事会にしてもいきいき100歳体操にしても、人が集まる機会を皆さん本当に楽しんでおられるようなので、その様子を見るとこちらもうれしくなってきます。

Q4.コロナウイルスの影響はどうですか？

まず、食事会はできなくなってしまいました。いきいき100歳体操は感染状況を見ながら実施と休止を繰り返しています。ただ、休止後に再開した時、やはり足腰が弱くなっていった方がいらっしゃいましたね。

Q5.今後やりたいことはありますか？

コロナウイルスに早く終息してもらって、食事会を再開したいです！やはり皆で楽しく料理したり食事してお喋りするのが楽しいので。あとはどこか旅行・移動研修会も実施して、皆さんとお出かけしたいですね。

Q6.その他メッセージがあればどうぞ！

これからも行政や生協さん、社協とつながりを持って、一人で抱え込みすぎないようにしながら活動を続けていきたいです。あと、新規の参加はいつでも大歓迎！気軽に楽しめる会なので、ぜひ一度来てみて下さいね。

インタビュー⑤

手樽地区地域福祉推進協議会

樋口 秀吉 さん



Q1. 活動を始めたきっかけは何ですか？

以前からあった地域福祉推進協議会を引き継いで、前々から行われてきた盆踊り大会や運動会、収穫祭などを行ってきました。しかし、松島第三小学校の閉校に伴って地域の中心となる場所がなくなり、子供も減って地域交流がなくなっていったんです。そこで、「地域の交流を少しでも増やそう・若い人に今の内から交流を持ってもらおう！」と思い、青年会の立ち上げ、見守り訪問や移動研修会などを新しく始めました。

Q2. 活動の特徴を教えてください！

昔ながらのイベントとしては、収穫祭がずっと続いています。地域の大人から子供まで集まって、おいしい料理を食べながらワイワイガヤガヤと交流しています。新しく始めた取り組みとしては、有志の方々が中心となって夏祭りを開催し、子供も大人も楽しめる金魚すくいや射的などのゲームを企画しています。また、見守り訪問は手作りのタオルを配布したり、移動研修会は「宮城県を知ろう！」をテーマに、伊達政宗など宮城に縁の深い人・場所を巡っています。毎回2~30名ほどの参加があって、盛り上がっていました！

Q3. 活動をしていてうれしい・楽しいことは？

自分も含めて、大人も子供も皆でワイワイガヤガヤとするのが楽しいです！お祭りはもちろん、自宅などでも集まって交流するのが楽しいですね。イベントに向けて準備する際も、皆と一緒に取り組むことができるのが楽しくて、うれしいです。

Q4. コロナウイルスの影響はどうですか？

コロナの影響で、移動研修会が中止となってしまいました。収穫祭も開催はしたのですが、調理する食事の割合を減らす、時間を短めに設定してすぐに解散するなど、調整は余儀なくされています。

Q5. 今後やりたいことはありますか？

コロナウイルスが終息したら、まず皆で飲み会やりたいですね！（笑）飲む人はもちろん、飲まない人も交流を楽しめる場所になるので、地域のお祭りを以前のように戻して楽しみたいです。それまでは、感染対策をしながらできることを継続して、体を動かすイベントのようなものも新たに始めていきたいですね。

Q6. 読者の方にメッセージをどうぞ！

コロナ禍ではありますが、「体を動かして、良く食べ、寝て、元気に長生きしよう！」です！

インタビュー⑥

桜渡戸地区地域福祉推進協議会

内海 博之 さん



Q1.活動を始めたきっかけは何ですか？

地域福祉推進協議会は以前からあったのですが、**食事会**を新たに2019年の4月から始めました。高齢の方や体が動かしづらい方でも集まることができて、引きこもりにならないようにと思ったのがきっかけです。区会で協議し、婦人会を中心にして毎回協力を頂きながら活動しています。

Q2.活動の特徴を教えてください！

月1回の**食事会**では、皆で集まってワイワイガヤガヤと食事を楽しんだり、簡単なゲームや体操、昔の思い出話などを行っています。婦人会の方々が食事の準備や高齢の方の送迎をしてくれているので、本当に助かっています。その他、**パークゴルフ**をしたり**移動研修会**として気仙沼市大島の橋を見に行ったり、被災地の現状見学に行ったりしました。毎回たくさんの参加があり、お孫さんを連れてくる方もいて、とても盛り上がっています。

Q3.活動をしていてうれしい・楽しいことは？

やっぱり参加者の方々の喜ぶ顔を見るのが楽しくて、うれしいですね。活動計画は役員の人達で立てるのですが、実行してみて参加者から「楽しかったよ！」「次もまた頼むね」等のうれしい言葉をもらうと、次回の計画を立てるモチベーションになります。

Q4.コロナウイルスの影響はどうですか？

まず、移動研修会などのイベントが軒並み中止になりました。食事会も感染状況を見て再開した時もあったのですが、感染するかもという不安から参加者は少なかったです。

Q5.今後やりたいことはありますか？

高齢の方が楽しめることをやりたいですね！例えば温泉旅行とか。やっぱり皆さんどこかに出かけるのを楽しみにしているので、また気兼ねなく皆でワイワイ楽しめるイベントをしていきたいです。

Q6.その他心がけていることはありますか？

区長として、悩みごと・困りごとなどの相談があった時は速やかに行動するようにしています。他にも、常に**地域内のみんなで見守る**ような形にしています。今後も行政や社協と普段から関係作りをして連携しながら地域の人達と楽しんでいきたいです！

〇インタビューを終えて…

改めまして、生活支援コーディネーターの山口です。この度、この事業としては初めて地域団体の代表者様にインタビューを行い、その記事の作成に取り組ませて頂きました。



色々な地区からインタビューする団体さんを選ばせて頂き、お話を伺ったのですが、まず感じたのが「どの代表者様も活動への熱意がすごい！！」ということです。団体さんによって活動内容は様々で、活動を始めたきっかけもふとしたことだった、という方もいらっしゃいましたが、いざ活動となると皆様が参加する方々の為・地域の為に「こうすると楽しいんじゃないか、あれをやればもっと良くなるのではないか」と熱心に考え、実行に移しておられました。お話を伺う度に、こんなに地域のことを想って動ける方がいるんだなあ、と感じ入ったのを覚えています。そしてその原動力は、どの方も「参加者からの感謝の声、一緒に活動する楽しさ」から来ているというのも印象に残った点でした。地域活動に取り組む方々は、周りの人もご自身も楽しくしているんだなあ、ということも改めて学ばせて頂きました。

これからも、私を始めコーディネーターは地域をまわって様々な団体さんを見学させて頂いたり、活動が円滑に続けられるようなサポート・ご提案をさせて頂く所存です。今回のインタビューを通して分かったこと・学んだことを心に留めて、今後の地域活動サポートや立ち上げに協力させて頂きたいと思います。

**御協力頂いた皆様
本当にありがとう
ございました！！**

生活支援コーディネーターからのご案内

地域で元気に過ごすためのお役立ち情報を紹介します！



まつしま生活ささえ隊 買い物支援マップ

買い物に行く足がない！などお困りの方を支援するマップで、地区毎に買い物を支援してくれる商店さんなどを紹介しています。松島町社協の窓口などで配布しています。



おうちえ

東京大学の研究機構が作成した冊子で、巣もりが増えるこの状況でも元気に過ごす為の方法が多数紹介されています。インターネットで「おうちえ」と検索すると、無料でダウンロードできますよ。



コーディネーター講話

皆様の希望するテーマに沿って、コーディネーターが講話に行きます！他の地域の活動紹介、活動を続けるコツなど、お気軽にご相談下さい！

～編集後記～

広報誌「つながるまつしま」を最後までご覧頂き、ありがとうございます。

編集にあたり改めて地域団体さんへの訪問を振り返ってみたのですが、やはり今年度もコロナウイルスの影響の大きさを感しました。感染が広がり、活動休止・縮小に追い込まれる団体さんも多くいらっしゃいます。しかし一方で、活動を続ける為に様々な工夫を凝らしたり、再開した時に皆で集まれる喜びを改めて感じられたのもこの状況下の大きな特徴だな、と思いました。

今後もコロナの影響はしばらく続くでしょうが、松島町の皆様が地域でのつながりを持てる・継続できるように、コーディネーターとして活動していきたいと思っています。この冊子が皆様にとって地域のつながりへのきっかけ・発展に結びつけば幸いです。今後ともよろしく願い致します。

生活支援コーディネーター 山口 一真



地域活動団体に関する相談、お問い合わせは

松島町社会福祉協議会

0 2 2 - 3 5 3 - 4 2 2 4

松島町生活支援体制整備事業広報紙 令和4年3月号

つながるまつしま

(表紙 全域 松島ウォーキング会)

(裏表紙 手樽地区地域福祉推進協議会 収穫祭)

発行日 令和4年3月3日

発行・編集 社会福祉法人松島町社会福祉協議会

発行人 相澤雅之 / 編集人 山口一真、高橋良次

〒981-0203 松島町根廻字上山王6-27

TEL 022-353-4224 FAX 022-353-4226

E-mail matsushima-shakyo@ceres.ocn.ne.jp

URL r.goope.jp/matsushakyo