

いきいき、わくわく活動する、アクティブシニアを応援!

# acty

[アクティ]

26

spring 2018

無 料

私たちが始めました



特集1 半年間で7ヶ所の「まちの居場所」づくりを実現した!

「八町リビングほっこり」互いに支え合うまちづくりとは

特集2 敬老企画「豊橋のおじいちゃん、おばあちゃん。」

朝倉 文子さん(89歳)インタビュー「私がやらんきゃ、やる人おらんでね。」



半年間で7ヶ所の「まちの居場所」づくりを実現した！

# 「八町リビングほっこり」 互いに支え合うまちづくりとは

旭本町  
旭本町  
高齢者住宅

鍛冶町  
鍛冶町  
公民館

八町通  
豊橋調理製菓  
専門学校1階

談合町  
談合町  
集会所

八町通  
四丁目  
研修センター

今橋町  
豊城地区  
市民館

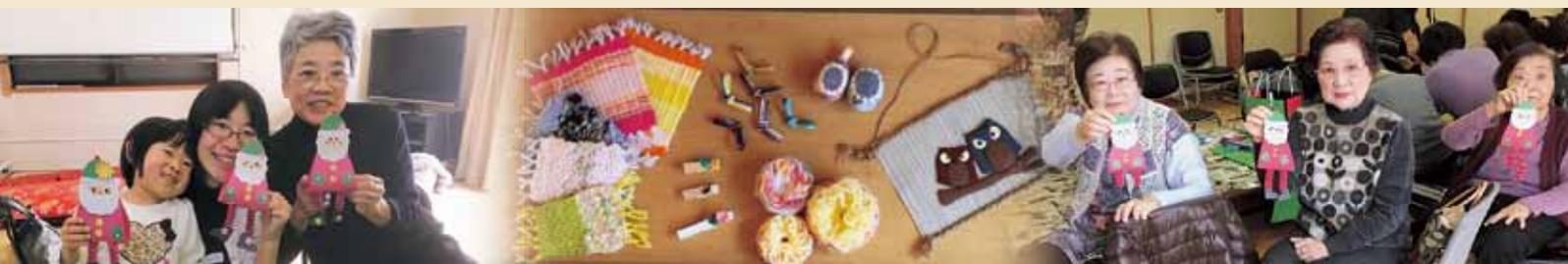
西新町  
西新町  
公民館

お年寄りの一人暮らしも増え、高齢化が進む八町校区。「孤立しない」地域

づくりを目指し、2017年6月に誕生したのが「八町リビングほっこり」です。

半年間で校区内7ヶ所の居場所づくりを実現しました。

活動内容や、支え合うまちづくりについて話を伺いました。



# 「八町リビングほっこり」は、2人の女性の想いで誕生！

自分たちの老後のことを考えたのがきっかけ。

豊橋市役所周辺の八町校区。昔から住んでいる人が多く、市内の中でも特に高齢化が目立つ場所でもあります。八町校区の元主任児童員の鳥居さんと、民生委員の佐々木さんが「一人暮らしのお年寄りの孤立・孤独を防止するために、互いに支え合うまちづくりを」と、2017年6月に立ち上げたのが「八町リビングほっこり」です。

「私たちは、子どものPTAなどで昔から顔なじみでした。自分たちの老後を気にするようになり、校区でお年寄りがふらっと訪れる喫茶店みたいなことをやりたいね」と佐々木さんに相談したのが最初のきっかけでした」と鳥居さん。そこで、豊橋市役所の長寿介護課に行ったり、ここにごで開催されたまちの支え合いづくりフェアにも参加したりと、各校區で行われている居場所づくりについて勉強をしたそうです。しかし、「喫茶店のような場所」と想い描いていた夢は、保健所の許可や水道工事など、さまざまな点が障害となり、断念せざるを得ませんでした。

## 地域全体で支え合うことが大切。

悩んでいた時、民生委員で活動している佐々木さんが「旭本町高齢者住宅」の

八町校区元主任児童員  
鳥居妙子さん

八町校区民生委員  
佐々木裕子さん

一階談話室に公民館があることに目をつけました。「もしかしたらここを使っただけでいいのかも！」と自治会長さんに相談したところ、高齢者住宅の皆さんに了承を得られたら活動しても良いですと、返事を頂いたそうです。「高齢者住宅は私の民生委員の担当だったので、知っている方ばかり。佐々木さんがやるならどんどん使って！と言っていたのがとても嬉しかったです」と佐々木さんが話してくれました。

校区全体が互いに支え合うまちづくりをモットーにした2人は、町内ごとで気軽に集える場所づくりが大切だと考えました。また、八町校区は国道1号線を挟んだ校区でもあるので、来る途中に事故に合ったら困るという想いもありました。

## 自治会のおかげで全町内をカバー！

他の町内も「旭本町高齢者住宅」と同じように、市民館を借りて活動を広げようと思っただけで、昔から各町内の自治会長とも知り合いだったので自治会会長の会議に参加させてもらい、「こんなことをやりたいけど、自治会でも協力をしてほしい」と懇願。地域づくりの必要性を訴え「この活動は校区全体でやっていく」と承諾を得ました。「すぐに始めてほしい」と、2人が手づくりしたチラシ

シを全町内の回覧板で回し、1ヶ月後には旭本町高齢者住宅から「八町リビングほっこり」がスタート！第一回にも関わらず、23人も参加者が訪れ、見物人も出るほど大賑わいでした。その後、毎月2ヶ所ずつ増えていき、現在は校区全体の7ヶ所に広がりました。

「地域全体でやるということが大切。八町リビングほっこりは、会場がたくさんあるけれど、内容や取り組みは一緒です。お喋りや、体操、工作で楽しんだり、この活動を通じて、町内で互いに支え合える場をつくっていききたいです」と嬉しそうに話してくれました。

## 「八町リビングほっこり」のポイント

### 自治会に話を通す

「自分たちだけでは地域全体に広められません。会場の手配だったり回覧板だったり、保険だったり、自治会のサポートがあったおかげで活動を広げることができました。（佐々木さん）」

### 1ヶ所だけではなく校区全体をカバー

「お年寄りが気軽に参加するためには、町内に1ヶ所ずつあることが大事。定期的に開催しているので、今日は行けなかったけど、明日はこの会場で行っているなど外に出るきっかけにもなります（鳥居さん）」

### 旭本町高齢者住宅 (旭本町)

月2回開催  
10:00~12:00



初回の参加人数は23人と大賑わい! 骨密度測定や肺活量測定も実施している(※包括支援センターふくろう・ココカラファイン協力)。

2017年  
6月19日に  
初めて開催  
したのがこちら。



### 〈八町リビングほっこり〉

## 7つの集い場の魅力

〈八町リビングほっこり〉は、会場が違うけれど取り組み内容は同じというのが特徴のひとつです。

対象地域 / 八町校区  
設立 / 2017年6月  
スタッフ / 6名(代表者2人含む)  
活動内容 /  
● 体操(ええじゃないかの国体操DVDを使用)  
● 脳トレ  
● お茶やお菓子を食べながら談話  
● 手芸&クラフト&ゲーム

● 出前講座  
今後は各会場で骨密度測定や肺活量測定、津軽三味線演奏会、マジックショーなどを会場を変えて開催する予定  
参加費 /  
100円※お茶・お菓子代(どの会場でも八町校区の方なら参加可能)

### 西新町公民館 (西新町)

毎月第1月曜日  
10:00~12:00



2017年  
7月10日に  
初開催。



### 談合町集会所 (談合町)

毎月第2水曜日  
10:00~12:00



2017年  
7月26日に  
初開催。



### 四丁目研修センター (八町通)

毎月第4金曜日  
10:00~12:00



2017年  
8月21日に  
初開催。



### 鍛冶町公民館 (鍛冶町)

毎月第3金曜日  
10:00~12:00

出前講座として、ストレッチや脳トレを取り入れました。



2017年  
8月29日に  
初開催。



### 豊城地区市民館 (今橋町)

毎月第4火曜日  
10:00~12:00



2017年  
10月24日に  
初開催。



### 豊橋調理製菓 専門学校1階 (八町通)

毎月第3火曜日  
10:00~12:00



校区全体をカバーすることができました。

2018年  
1月16日に  
初開催。



参加者の声  
「八町リビングほっこりが  
できて良かった！」



町内以外の人とも知り合うことができ  
嬉しかったです



脳トレや  
クラフトなど、  
手先を動かせるのが  
良いです。



工作して家に持って帰ったとき、  
「今日はこれを作ったよ」と  
家族との会話もうまれました。



20人くらい  
参加するので  
ワイワイ  
楽しめます！

八町は老人会や  
自治会も活発！  
交流がたくさんあるので  
たのしいですよ。



## 支え合い活動を始めてみませんか

豊橋市では、先行する参考事例や、立ち上げ・運営のノウハウを紹介しています。また、市、社会福祉協議会、地域包括支援センターや、自治連合会、民生委員児童委員協議会などで構成する「お互いさまのまちづくり協議会」が、皆さんの活動を応援します！

支え合い活動を始めるうえで参考になる下記の冊子は、市内の公共施設や豊橋市役所長寿介護課にて配布しています。お気軽にお問い合わせください。



## 敬老企画

# 「豊橋のおじいちゃん、おばあちゃん。」

スマートボールアサクラ

朝倉 文子さん(89歳)インタビュー

## 「私がやらんきゃ、やる人おらんでね。」

豊橋のまちなかには、昨今、新しい飲食店が続々とオープンしています。豊橋駅の東口から少し歩いたところにある、ときわアーケードも例外ではありません。ただ、その中で唯一、昭和の雰囲気の色濃く残すお店があります。「スマートボールアサクラ」。豊橋に住んでいる方ならば、一度は耳にしたことがあるかもしれません。しつこい「スマートボール」の看板は、居酒屋が軒を並べるこの場所において、独特の空気を醸し出しています。中を覗くと、懐かしい演歌が流れ、壁の汚れは時代の経過を感じさせます。そこで店番をしているのは一人の女性。今回の主役である「朝倉文子さん」です。



「この道も、めっきり人が通らんくなった。近くに市民病院があった頃は多かったですけど、今じゃ夜しかおらんもんね。いつの間にか飲み屋街に変わっちゃった。この店？一日に3人お客さんが来たらいいほう。今日もお兄さんで3人目だね。」



60年以上前からここでお店を営んでいるという朝倉さん。もともとはお菓子屋さんでしたが、お店をやりたいたいという人がいたので貸したらス

「この道も、めっきり人が通らんなくなった。近くに市民病院があった頃は多かったですけど、今じゃ夜しかおらんもんね。いつの間にか飲み屋街に変わっちゃった。この店？一日に3人お客さんが来たらいいほう。今日もお兄さんで3人目だね。」

「みんな！エスパーだよ！」でも口ケ地となったり、テレビの取材などで取り上げられることが多くなってきたそうですが、「私はテレビも見んし、スマホも持つとらん。だから自分で見たことはないけど、その時はお客さんも増える」ように、さぞかし喜んでいて、かと思いきや、「簡単に見えて難しいからね。で、きんわーって言うてるお客さんに

「今と昔じゃ、遊びが変わってきたもんね。今じゃ若い人はみんなスマホでしょ。今の子はスマートボールが何かも知らん。たまにここに遊びに来るのは、私と同世代くらいの人とか、名古屋とか岐阜からわざわざ来るような人だけ。テレビかネットかで、見た

「この道も、めっきり人が通らんなくなった。近くに市民病院があった頃は多かったですけど、今じゃ夜しかおらんもんね。いつの間にか飲み屋街に変わっちゃった。この店？一日に3人お客さんが来たらいいほう。今日もお兄さんで3人目だね。」



は『あんだ、帰ったほうがいいよ』って言った」と意地悪そうな表情で笑います。



長い間4人で経営していましたが、いつの間にか1人になっていました。「ひとりにしておくのは不安だから」と家族の方には言われるそうですが、それでも週に5日は店に立っているそう。朝は息子さんに送ってもらい、帰りも迎えに来てもらうんだとか。「私がいやらんきゃ、やる人おらんね。」って。もうすぐ90歳という高齢になるにも関わらず、歳を感じさせないくらい



パワフル。「出ていくお金の多いわ」と嘆いていた朝倉さんに、なぜここでお店を続けるのか理由を聞いてみました。すると、「ここは私の家だから。やめちゃっても、やることないからね。一日中テレビ見るのも嫌だし、なにより、こっちはやってお客さんとお話でき



るのが楽しいから。それが私の生きがいだよ。」と教えてくださいました。  
千円札を渡して両替をお願いすると「はいー億円ー」と小さなジョークを言う朝倉さん。生きがいであるお客さんとのやりとりを楽しみながら、今日も元気にお店に立っています。



「昔のことなんて、なんも覚えてらんよ」と言いつつも、話が弾み、気づいたらお店にมาจากら2時間が経っていました。時間を忘れさせてくれる不思議な空間と、くしゃっと笑う朝倉さんの笑顔に惹かれて、お客さんの憩いの場にもなっているのでしょう。良い空間には魅力的な人がいることを改めて感じる事ができました。

## 最高齢 ブースターは誰だ!

豊橋市で暮らすご長寿さんの長寿の秘訣や笑顔、魅力を市全体に発信し、多世代における敬老意識の向上を目的とした敬老事業を今年度より行っております。

三遠ネオフェニックス対琉球ゴールデンキングスの試合では、会場内で最高齢の方に嬉しい表彰があります。

我こそはという方は、ぜひ観戦に来てみませんか。



日時●3月11日(日)14時5分から  
場所●豊橋市総合体育館  
問合せ●豊橋市長寿介護課 (0532)51-2337



老人クラブで開催されている趣味の教室やスポーツの大会では、いつも楽しそうな声が聞こえてきます。



「吹き矢大会やグラウンド・ゴルフがあって、川柳教室もある。飽きんよ。楽しい」と話すのは参加者の方。  
「老人クラブはいろんなことをやとるで、気に入るものに参加してもらえたら嬉しい」って、運営の人も。  
一緒に楽しめる仲間がいるって、素敵だなと感じました。

敬老の日だけじゃもったいない！じいちゃん・はあちゃんと喋ろまい！

豊橋市

### 情報をお寄せください

本紙では50～60代を中心としたアクティブシニア向けの情報を募集しています。地域において元気なシニア層が行っている活動の情報を下記までお寄せください。  
※平成29年度の「アクティ」は年3回の発行予定です。

問い合わせ先

豊橋市 福祉部 長寿介護課

TEL

(0532)51-2330

FAX

(0532)56-3810

情報提供方法

専用の情報提供用紙によりFAXまたは郵送等にて。

豊橋市ホームページ内で「アクティブシニア活動促進」と検索してください。情報提供用紙がダウンロードできます。

【ご注意】お寄せいただいた情報は、内容や紙面の都合等により掲載できない場合があります。あらかじめご了承くださいませようお願いします。