

# 納内まちづくり通信

第16号

発行：納内地域集落対策協議会

—— いつまでも住み続けられる活力あるまちづくりに取り組む、納内地域集落対策協議会の活動をお知らせします ——



納農会を中心に「農家が共通で使えるラベル等」について検討

納内地域集落対策協議会は、8年目の春を迎えました。平成27年から今年の3月末までの5年間、農林水産省の補助金「農村集落活性化支援事業」を活用しながら、地域の維持と活性化を目指して積極的に様々な取組みを進めてまいりました。これまで実施してきた各種事業について、役員を中心に色々と検討を重ね、今後は事業を縮小しながらも引き続き活動を行っていくことになりましたので、どうぞよろしくお願いいたします。

納内地域集落対策協議会 会長 安藤一彦

## 納内買い物ツアー



納内は65歳以上の高齢化率が令和元年12月末現在で50.1%に達し、車の運転をしない高齢者や車を持たない高齢者の買い物が困難になってきています。納内地域集落対策協議会では、高齢者の買い物支援のために、12月26日に「第6回買い物ツアー」を実施しました。自宅近くで送迎バスに乗車してもらい、市内で、生活雑貨、薬、生鮮食品などを扱っている8カ所の店舗を回りました。参加者はお正月を迎える準備のために日用品や食材など、メモを見ながら買い物を楽しみました。この事業は大変好評なため、次年度以降も限られた財源を有効活用して実施できるよう検討しています。



## 冬休み「サロン子どもデー」



1月9日、冬休み中の子ども達に「サロンなごみ」で楽しく過ごしてもらいたいと、冬休み「サロン子どもデー」として一日開放しました。当日は友人や兄弟らと一緒に「なごみ」に来て、「お好み焼き」を皆で焼きながら食べました。「とても美味しい、何枚でも食べられそう。」と子供たちに好評でした。午後の自由遊びの時間では、トランプやゲーム等に夢中になって皆仲良く遊び、おやつタイムにはアイスクリームを美味しく口にほおばりながら、ピアノ伴奏に合わせて「パプリカ」を歌ったり、踊ったりして一日を楽しみました。



## 新春落語「桂枝光独演会」

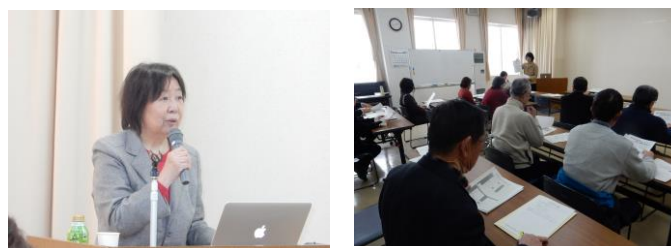
1月23日、「サロンなごみ新春落語」として「桂枝光独演会」を開催しました。桂師匠は、深川市立病院に3年前から毎年慰問で来ており、それが縁で納内にも昨年に続いてお越しいただきました。桂師匠は「漫談」と「ふぐ鍋」を時には身を乗りだしながら表情豊かに熱演し、参加者はすぐに話に引き込まれ始終大きな笑いが絶えませんでした。最後に就労支援センター「青空」からお土産が贈られました。



## 納内で元気に暮らそう！講座②

2月12日、納内の皆さん自身が健康で生き活きと暮らしていくために、第2弾として北海道建築指導センター住宅相談員の山本明恵さんを講師に招き、「安心して住み続けるために！居心地の良い我が家の空間づくり」についてお聞きしました。住み慣れた家でも年齢を重ねるうちに家の使い方や自身の体力が変化して、つまずいて転びそうになったり、部屋が広過ぎて使いにくさを感じたりする悩みが出てくることに対して、住まいの問題点と改善方法等を分かり易く聞く事ができ参考になりました。

講演の後、納内のボランティア制度「お手伝いポイント」について、活発な意見がたくさん出されました。1カ月間の試行を行い出された意見を参考にしながら、本格的実施に向けて検討していきます。



## 納内で元気に暮らそう！講座①

1月27日、納内の皆さん自身が健康で生き活きと暮らしていくために、健康生きがいづくりアドバイザーの渡邊一栄さんを講師に招き、「人生100年時代の楽しみ方～まちでいきいき暮らすには」についてお聞きしました。「栄養や運動に気をつけていても、社会とのつながりがないと心身の様々な側面が弱っていきやすい」「地域社会をベースに、自分の持っている知識や経験を発揮し、自分に適したライフプラン(人生設計)を立てることで、目標や目的意識を持った主体性のある積極的な生き方が可能である。」ということを知り大変勉強になりました。

講演の後、ミニ交流を交えながら納内のボランティア制度「お手伝いポイントの実施」について説明が行われ、皆さんから色々な意見を聞くことができました。



## なごみ新メニュー開発料理講習会

2月1日、今後の「サロンなごみ」の新メニューを研究するために、納内在住の栄養士 宮崎美由紀さんを講師に招き、「なごみ新メニュー開発料理講習会」を開催しました。今回は、納内地域集落対策協議会で作った「三升漬」を多めに活用し、あまり調理時間の掛からない料理「鶏肉のピリ辛トマト煮込み」のほか5品を皆で手分けして調理しました。昼食には出来上がったお料理を皆で美味しくいただきながら、作って食べた感想をそれぞれ話しました。

