

【座 長：佐藤 総務部長】

座長を務めさせていただきます総務部長の佐藤と申します。よろしくお願いいたします。

只今、スライドを ご覧いただきました。

手前味噌かもしれませんが、分かりやすいスライドだったかなというふうに思います。
今日、皆さんにお話をしていただきたいことは、特に、トレーニングというような体操をしたりして健康になっていただこうということではなくて、気持ちの持ちようで張りができれば、それは、健康寿命、希望寿命の延伸に繋がるんだよってというようなことが、大体の大筋だったんじゃないかなと思います。

それは個人の健康が、例えば友達と一緒にやることによって、お友達の健康になる、地域で何か、ちょっと取り組んでみようかなって思うことで、地域の皆さんが健康になる、それが町の健康寿命を延ばすことにもなるということになれば、それは皆さんの生活が豊かになることですし、皆さんに嫌がられるかもしれませんが、医療費だとか介護の費用だとか、そういったものも、縮小の方向に多少なりとも向けられるのではないかなというように、広がっていくのかなというふうに思います。

まずは皆さんが、健康で豊かな生活を送っていただくために、ほんのちょっと努力していただくこと、或いは、今、僕、私が、私達が、こんなことを取り組んでいるよっていうことを、ご紹介をいただきながら、そのご紹介が、皆さんに共感を得て、私もやってみようかとか、或いは、地域でそんなことやってるなら、私達もやっというように繋がっていけば、これは今日の会というものが、ものすごく意味があることになるのかなというふうに思っておりますので、是非、皆さんからも お話を聞かせていただきたいと思います。

それでは、まず、先ほど説明がありましたけれども、私達は、私の地域では、こんなことをやってるよとか、自分は、こんなことに取り組んでるよってというようなもの、皆さんに ご披露できるものがありましたら、お知らせいただきたいと思いますが、どうでしょうか。

例えば、先ほどの上小口の地区ですと、地域活動への参加が、その他の地域と比べると、少し多いようには思ったんですけど。上小口の方はお見えになりませんか。例えば上小口で、こんなことをやってるよっていう、何か紹介できるものがありましたら、お願いできませんでしょうか。

【参加者：上小口 S】

調査の対象年齢っていうのは、どれくらいでやられたんですか。

【健康課】

16歳から 64歳 です。

【参加者：上小口 S】

多分ですね、若い方が多いもんですから、結構、新しい方がみえますので、それでこういう結果になっていると思うんですが、若い人ですと、当然、クラブ活動とか、色々な活動をされていると思います。

高齢者の方が、特に、よその地域と比べて、何かをやっているということは ないと思うんですけど。

【座 長】

高齢者の方ですと、老人クラブとか、ありませんか。

【参加者：上小口 S】

上小口だと、「寿楽会」と「ふれあい散歩道」の 2つの会があり、毎月、それはやってみえます。

【座 長】

毎月、催し物があるというと、多いような気がします、特別、何か要因があるというわけではないということで、よろしいでしょうか。

【参加者：上小口 S】

はい。

【参加者：河北 M】

今日、ここで参加していただいている人は、皆さん、先ほど、画面に出ていたように、各地区で、役員というか、奉仕活動をされている方ばかりなので、健康についても、自然と健康な人が多いのかなというふうに感じております。

メンバーを見ても、皆さん本当に、お元気そうな顔ばかりでございますので、年齢よりか、かなり若い人が集まっているような気が 私はしております。

ここに、北地域自治組織の会長さんも おみえですので、北地域自治組織のことを、お話しいただきたいと思います。お願いします、会長さん。

【座 長】

では、突然になりますが、会長さんから、北地域での取り組みということで、お話を伺いましょう。

【北地域自治組織 会長】

突然、マイクが回ってきて、驚いておりますが、北地域5地区で、何とかいろいろ考えて

やっておりますけども、まず、正直な気持ち、跡継ぎが出てこないというのが悩みです。

このコロナのおかげで、いろんなことを学習したと思うんですが、そんなに集まらなくても、リモートで、いろんなことができる。

将来的には、ひょっとしたら、週休3日のときが来るから、週休3日になったときに、皆さん方が、どんな生活の方向へ行くか。これも一つの課題だなということを考えながら進んでおりますが、まとまったお話はできませんけども、今、苦労しておるところです。

ただ直接は、こういう取り組みの中ということであるんですけど、それぞれの行政区でもいろいろあると思います。

中小小地区なんかですと、非常に学習会等も頻繁にやっていただきまして、防災のことについても健康についても、その地区を中心にやっていただきますが、そういう活動は、区長さんが、それぞれ地域自治組織の理事に入っていていただいておりますので、いろんなところに伝播していかないかなということは思っております。

それぞれ、いろんな地区で、いろんなことを特徴的にやっていただいています。

例えば、外坪なんかですと、春と秋の2回、ごみゼロ活動をしていて、皆さんの顔が見える状況が2回あるわけですね。

あの人もこの人も、いろんな人が集まってくる。小さな地域ですが、大体、100人以上の人が、お互い、顔を合わせる機会がある。それから外坪ですと、「ふれあいサロン」ですか、サロン活動が、これで10年以上続いておりますが、サロンでは特に何もしません。

ただ、お茶を飲んで、喋るだけです。一番大事なことは、皆さん方の顔が触れるということ、年寄りが多いんですが、顔が見える状況でみんなが触れ合っている。そんなことが、どんどん、他に波及していかないかなということを思いながら、自治組織は進んでおりますが、区長さん非常に、今、いろんな人事とかで苦慮してみえるわけですが、そういうこともお互いに情報交換しながら、自治組織を育てていけたらなということを思っております。

【座 長】

突然ふられてと言われましたが、とても良いお話をさせていただきました。

今、「ふれあいサロン」のところで、顔が見える関係を作ってるんだと。高齢者の方々が、ただ、集まってお茶を飲むだけですけれども、喋る機会がある。家にいれば、誰も喋ることなく、テレビに話しかけることはあるかもしれませんが、やっぱり一方通行で寂しいことですし、お互いどうしてるの？ みたいなことを聞くだけでも、違うと思うんですね。

今、ご紹介いただいた、外坪の「ふれあいサロン」というところは、そういう機会を地域の中で作っていただけたっていうのは、これはやっぱり重要なことだと思いますし、それを10年以上も続けてきてくださってるっていうのは、非常にありがたいことだなというふうに思います。

他の地域でも取り組んでおられると思いますけども、そういったことが、やっぱり、健康寿命の延伸に繋がるのではないかなというふうに思います。

長寿ふくし課の方から、何か、ご紹介できるものがありますか。

【長寿ふくし課】

地域の中で既に皆さん、いろんな取り組みをしていただいている、今日、お久しぶりの方もいらっしゃれば、いつもありがとうございますの方も多く来ていただけておりますが、本当に、まさに今、話題になった通り、地域の中で何かしら、こう、集まってこれる所っていうのは、皆さんの心の拠り所になってるんじゃないかなと思います。

さっき、話題にもなっていましたけれど、健康作りって、誰でもやっぱり健康でいたいなというところもあるので、いろんなところで何かしら、自分でやってみたいなって思うことを始められているところが、少しずつ広がりつつあって、ますます皆さんが集まってきて、そこにちょっとお茶をオンすることで、また一つ、楽しみが増えるのかなということです。

コロナで一旦、止まってしまった活動もありますけれども、今、少しずつ取り戻されつつあるので、今日をきっかけに、皆さんと再確認できたので、貴重な機会になったということで、改めて、盛り上げていければいいというふうに思いながら お話を伺いました。

【座 長】

ありがとうございます。

先ほど、例えば、こんなことっていうようなところのスライドで、防犯パトロールの話ですとか、子どもの見守りボランティアなんかもありました。それも、ただ、子どもさんについて歩いていくだけではなくて、子どもさんとお話することによって、世代の違うところでお話をする。

子どもたちがどんなことを考えているのか、どんな遊びをしてるのかっていうことも知る機会にはなるでしょうし、そういったことが、張りにもなってくるんじゃないかなと思います。

防犯パトロールということ言えば、地域の安全を守ることに繋がったんだというふうに思うと、壮大なことを、実は、ちっちゃな散歩が、大きな治安の維持に繋がったというようなこともあるのかもしれない。

そういった活動をされている方が おみえになるとと思いますけれども、少し披露していただけないでしょうか？ 私、こんなことやってますよっていう方は お願いします。

【参加者：河北 O】

実はですね、令和元年のときに、五条川の木津用水の 柿野橋の工事が始まったときに、河北の通学団の 通学路 が この工事中に変更になりまして、その変更する場所が、今ちょうど、野合線を横切ることになったんです。

それで、ここは、危ないなということで、それをきっかけに、朝の登校に一緒に見守りながら、私も歩かせていただいておりますが、それ以来ずっと、子どもさんたちと一緒に、当然、

月曜日から、金曜日です。朝、一緒に歩いておりますが、その時の子どもさんの顔色を見てると、やっぱり最初はちょっと照れくさいとか、或いは、かっこ悪いという認識があったんじゃないかな。

今では、本当に皆さん、声をかけてくれて、朝、「おはようございます」という元気な声をいただいております。

そういったことで、毎朝、学校まで一緒に同行して帰ってくる。

どうせ一緒に学校まで行くんだったら、もう1時間早く、自分の体の健康のためにということで、毎朝、歩いております。それを続けると、やっぱり途切れることが、ちょっと辛いというか、継続の一つの力になるんですかね。

そういうことで、今、健康に歩かせていただいておりますが、これもやっぱり自分で意識を持った歩き方、先ほど座長さんが、子どもたちと話があったということでございましたが、登校のときには、子どもたちと一緒に話をしておりますが、帰りは自分1人で黙々と歩いて帰って、早歩きをしたり、ゆっくり歩くというのが、一番理想だと言われますけど、自分の歩くパターンの時は、これが自分のペースかなという感じで歩いております。

やっぱり継続かなということで、自分のための健康維持を心掛けて、これからも続けさせていただこうと思っております。

【座 長】

ありがとうございました。

同じような活動をしてみえる方、他にもおみえになれば、お話していただければと思います。

【参加者：余野 k】

実は、西小学校の見守りをさせていただいています。今、西小学校区というのは、余野、さつき、垣田、それから竹田というところの地区の児童が登校しています。その中で、安心パトロール団がそれぞれに見守りをしているという状況なんですけれども、高齢化に伴って、ちょっと今、なくなってしまうということで。

さつきの方も高齢化で、人数が40名ほどから13名になる、竹田は、なんとか30人程度で、余野も60人弱というところで、何とかそういうので見守りをしてる中、このままでいったら本当に、だんだん、じり貧になってくるという状況の中、4地区の安心パトロール団は、垣田はないんですけど、お集まりいただいて、4地区でいろいろ情報を出し合いながら、一つの学区の中でいろいろ意見交換をしまして、その中で、私、子ども好きだから見守りたいけど、子どもについていけないから辞めさせてもらいますというような意見が多くありました。

ですから、例えばそれを、見守りの仕方を変えることによって、何も、学校まで行かなくてもいい。例えば、通学路の通りであれば、あなたは自宅の前でもいいですよ、橋を登るのが大変だ

ったら、橋の下でいいですよ、元気な方であれば学校まで行っていただく、というようなところで、4地区または3地区で話し合いをしながら、それぞれに出来ることをする。そんな中で、結構、子どもと触れ合い、お話しをすることが楽しみな方が多いです。

だけど、ついていけないので辞めたい、だけど、続けていたきたいから、続けていただけるような仕組み作り、これを2年前から取り組んで、何とか、今後も、継続しようということでやっております。

【参加者：余野 S】

私が、この健康について、食に関して取り組んだのは35歳の時からです。

というのは、35歳のときに職場で急に体調を崩しまして、それでお医者さんに行って検査してもらったら、「あなた、こんな生活をしてたら50歳まで命もちませんよ」とおっしゃったんです。

何でですかって言ったら、「あなたの病気は、栄養過多の栄養失調です。あなた、自分の好きなものばかり食べてるんじゃないですか。だから50歳まで命は持ちません。」と。

それから私は少しずつ休みのときに、そういう健康のお話がある、生活習慣の話があることに、必ず出席するようにしました。

そもそも、うちの家内も、そういうグループに入っておりまして、その関係で、その会があることは、大体1ヶ月先のことはわかるので、休みに合ったときには、それに合わせて、月1回ぐらいは参加しておりました。

そして、やはり習ってみると、これは、こういうことなのかということで、少しずつ分かってきて、自分の生活も変わってきました。

それによって、やはりなんていうんですか、体の調子も良くなり、平成3年のときに、勉強をしたいため、会社の社員からパートに変わりました。

パートが変わるときに、会社は、「パートになるのはいいいけど、給料も安くなるし、ボーナスもないですよ」とおっしゃったんです。

でもやっぱり、健康は大事じゃないかなということで、うちの家内と一緒に、健康運動をやるようにしようってということで、2人で始めました。

私は健康運動、そういう会に入ったり、ですから大体30日の内、5日ぐらいは休みを取って勉強しています。その間、仕事は無給ですね。こういう状態でずっときました。平成10年ぐらいだと思うんです。

その頃ね、健康日本21になってますけど、ヘルスサポーターというのが出てきたんです。それから、何もないうちに、すぐNPO 法人日本食生活協会というものがあまして、そこにも私は入りました。家族で入りました。そこで勉強することによって、いろんなことを勉強させていただきました。

これは、これからの時代の問題。この生活習慣病をなくしていくためには、この食生活がいかに大事かということが始めて分かってきました。

それから健康推進員もやっておりますが、そういうことで、少しずつ町のことが分かるようになりました。

仕事をやめ、区のごみ当番や健康推進員をやり始め、家事・洗濯なども勉強中です。

今、少しずつ、何でもやろうという気持ちがあります。

1日、大体、5,000歩から、8,000歩ぐらい 歩くんです。

歩くのも、自分の体調を気にしながら歩きます。止める日もあります。

やはり食べ物というものを、全部食べたもので体ができてるわけです。そうすると、いかに、どういうふうに食べていって、どういうふうな自分の体を作るか。

ところが残念なことに、去年の9月から 体調に 思わしくないところが出ましたが、何でもお医者さんに任せるんじゃなくて、自分でできること、考えることをする。

少しずつ自分の中で判断できるようになります。それで今、現在、楽しく毎日やっておりますだから私の人生は、100年を目指しています。

【座 長】

今のお話しは、体調を崩した。それから食のところに強く関心を持てくださったということ。或いは、75歳になってから、いろんなことにチャレンジしてみるっていうお話も伺いました。

それは、健康にも繋がってるんだっていうことも ご披露いただきました。

確かに食の部分というのは、かなり健康を占める部分であるというふうに思います。

今、自分の体験をもとにお話をいただきました。

どうでしょうか。そのあたりを少し、健康課さん、お話しいただけますか。

【健康課】

お話し、ありがとうございました。

食については、皆さん、今日ご参加いただいている方、それぞれ、お1人お1人、こだわりがあると思います。朝ご飯を食べないお子さんが増えてきたりとか、今の30代40代でも朝ご飯を食べない若い方もすごく多くて、それが子どもに及ぼす影響ですとか、それから先ほど教えていただきました、栄養を摂りすぎて、栄養失調と言われたと。

栄養失調というと、足りないことだけが結構言われるんですけども、食べ過ぎていたりとか、それから物価高で、なかなか負担が高くなってきているので、嗜好品を買わなくなってきた方も多いかと思います。

それでもやっぱり好きなものだけは必ず、お菓子は買うけど、食事は買わないと。あと、経済的な格差、収入だったりとかっていうところで、まず主食はお腹を膨らませないとイライ

うしたりとか落ち着かないので、まずはお腹を膨らませるってところで、そういう食品の中身が整わないってようなこともあったりで、私達も対象となるできるだけ多くの方には健康作りのお話をするんですけども、なかなか手の届かない方もたくさんいらっしゃいますし、愛知県の健康調査でいうと、子どもたちの欠食の理由を聞くと、朝ご飯が用意されていないから食べられないってようなことも。

子どもはどうしても 親に依存するっていう、そのような年代の方たちにとっては、私達大人が何とかしなければいけないってところでも、その食の問題だけでもたくさんありますので、個人個人の問題ではありますけども、社会全般の問題として、一緒に皆さんにご注意いただきながら取り組んでいきたいと思っております。よろしくお願いします。

【座 長】

まず、健康を気遣うがゆえに、例えば、お医者さんに、何かそういう状況であれば、甘いものは食べてはダメですよっていうふうに言われると思います。ただ、どうしても、いろんなものをやめなければならない。お酒をやめろとか、甘い物、辛い物も駄目だって言われると、何を食べたらいいのっていうことになっていきます。

それをするがゆえに、かなりのストレスっていうのも一方では溜まるっていうのもありますよね。だからその辺は、自分の中で折り合いをつけながら、先生は言うけども、ここまでは自分で許そうかっていうところもあるのかなというふうに思います。

【参加者：垣田 T様】

私がやってることを、ちょっとご披露しようと思うんですがね。垣田のTです。10年とって88歳と5ヶ月です。

ただ今、18回目の垣田区長をしております。

実は私、平成25年に家内を亡くしたんです。このころからですね、食事の記録をしております。毎食です。

毎食、必ず、何を食べたか、例えばご飯から。白いご飯150gとかね、200gとか、おかずから全てですね。汁まで全部、必ず毎食を記録しています。現在も続けております。

これがある時、犬山病院の看護師さんに見ていただいたら、びっくりされました。

こんなことやってる人、初めて見ましたと。現在も続けております。

なぜかって言いますとね、何を食べたか、きちんと管理しないと、要するに平たく言うと、栄養のバランスが崩れるんじゃないかってことですね。これ、実は、一つは、厚生病院の看護師さんに指導していただきました食生活の云々ということによってですね、最初は糖尿の心配があって受診したことが縁になりましてね。

また、私の主治医になっていただいた N先生のご指導もあつたんですけども、以後ですね、ずっと食事の記録をしております。

もう一つはですね、朝ですね、もう、どうしても起きたくなくて、もう今日は休もうかなって
いうことが、もうほとんど毎日なんですけどね。

どうしても行かなきゃいけないってことがありますんで私には、無理無理、起きてるんで
すよ。とにかく会社に行く。会社に行っても、大した事、やってないんですけどね、ほとんど
遊んでるようなことしかやってないんですけども、必ず起きていく。

それと、もう一つは、ベッドを使わない。畳にお布団をひく。畳の布団の上げ下ろしは絶対す
る。これぐらいやらないとですね、筋肉が衰えますしね。これは絶対、やっております。

ベッドは使わないようにしています。

それからですね。身なりなんですけどね、年取ったら余計ね、ちょっと身なりをきちんとしな
きゃいけないと思っているんですよ。人様に不愉快な感じを与えるとね、これは申し訳ないん
で。ですからね、私は、身なりだけは清潔な物を着て、言ってみれば、かっこよくしているつも
りです。

そんなことでもってですね、なんですか、私の長生きって言うんですかね、自分に負荷をかけ
なきゃいけないと思ってるんです。

好きなことだけやって過ごすんだったら、これは楽しいと思いますけどね、それじゃあね、
要するに長寿といいますかね、健康長寿に繋がらないと思うんです。

嫌なことをやらなきゃいけないと思うんです。嫌なこと、辛いこともやらなきゃいけない。
ですからね、いわゆる地域の役を引き受けてるんですよ。それは、自分自身に負荷になってる
んですよ。

負荷をかけないとね。なんていうんですかね。長寿を求めることはできないと思いますね。
こんな生活をずっと続けていこうと思ってますし、もう一つ、実は、目標を100歳においてい
るんですよ。というか、実は、訳あって、95歳ぐらいでもって、終わりだと思ってるんです。

というのは、それまでに、どうしてもやらなきゃいけないことが私にはあるもんですからね。

これだけは絶対やっていこうと思ってるのがあるもんですから、それまでは何とかきちんとや
っていきたいと思ってます。

それから、皆さんね、お薬を飲むときはですね、何の薬かっていう認識がなきゃいけないと思
います。お医者様が、全部一つの袋に入れて、「これ全部飲みなさいね」と言われて飲むのでは
なく、自分で理解して飲むようにしたいと思ってます。

【座 長】

ありがとうございます。なかなか耳の痛いお話がありました。

そうですね。地域の お役っていうのも、なかなか遠慮しがちというか、私のところに回っ
てくると、どうぞどうぞと投げたがるものですが、Tさんは、自ら引き受けて、それで張りを作っ
てみえるという、大したものですね。先輩に向かって、大したものというのは失礼かもしれませ
んけど、すごいことだというふうに思いますし、或いは、食事のところもちゃんと、バランスが

後で分かるように記録を取ってみると、これ本当に、毎日毎日、記録を取るっていうのは、大変なことです。

そして、95歳まで、やりたいことがあるんだ、そこまで頑張るんだっていう先ほど話の中で、張りっていいことですね。

ここまで自分を何とかしたいんだっていう思い、これがやっぱり人を頑張らせるものなんだなっていうふうに聞いていて思いました。

どんなふうに受け止められましたか。すごいことですね。

【健康課】

Tさん、ありがとうございます。素晴らしい お言葉をいただいて、もう今日、このテーマにしてよかったなと思っています。

まさに本当にTさん、88歳5ヶ月でお元気でいらっしゃって、また、先の目標があって日々、暮らしておられる。本当に皆さんがそういうような形で、お1人お1人が生活していただけると、本当に大口町みんな100歳を超えて、長寿をみんなで喜ぶことができるんじゃないかなって思います。

自分に負荷をかけることが必要なんだと。今、本当に、ストレスフルな状態なので、すごくストレスを解除することが大事で、この健康実態調査の中でも、50代の方たちが、一番、社会の中で働いたり、生活の中でも重要なポジションの中で生活をしているので、健康に対してすごく不安を抱えていたりしながら、将来の不安も抱えながらやってみえる状況の中で社会の中心になっているんですけど、今回、80歳を超えても、お元気でおられる方々のこういう後ろ姿をみて、本当に学ばせてもらいながら、これから繋げていけるといいなと思いました。

80歳を超えて生きておられる方は、やっぱり違うなと。わたしたちは、大勢の方とお会いするんですけど、ものの考え方だったり、見方だったり、日々の生活だったり、というようなところが。

節目節目に健診を受けて体の調子をみながら、それがきっかけになって何か努力をされたりとか、節目節目で思うことがあって、ご自身で考えて判断して生活されると思いますけれども、やっぱり自分でいろいろ知識を得ながら、考えながら判断したり、行動する。

それには、人と人とが繋がったり、社会と社会が繋がったり、誰かと繋がる中で、自分を振り返りながらやっていくというようなことが必要だと思いますので、そうしたことを皆さん、共有しながら繋いでいけたらいいなというふうに感じました。

【座 長】

先程の薬については、飲み間違いがないように、多分、朝昼晩というふうに袋に入れて お医者は出されて、2回飲んだりすることがないようにということでは言われていると思います。

ただ今、その話を聞いていて少し思ったことがあります。私もそうなんです。父なんですけども、介護認定を受けるときに、私の家は古い昔からの、90年以上経つような家だったんですけど

ど、当然、土間もあってというようなところの場所なんかもあり、多少なりとも増改築をしておりますけども、それでも段差がいっぱいあるんですね。

それで介護認定の認定調査員の方が、「佐藤さんのところは段差があるから、まだ、お父さん、登ったり降りたりする運動をしてるから、ここまで元気なんだよ」っていうふうにおっしゃって、バリアフリーっていうのはすごくいいんだけど、一方ではそれは、より負荷がかからないと駄目なんですよってということも言っていたので、さっきTさんのお話があって、ちょっと今、思い出して、私もご披露させてもらったんですけど、やっぱりどこか不便なことっていうのもないと、負荷がかからないと、それは便利すぎて駄目なんだなっていうのも一方ではあるのかなと思うので、反対に、いっぱい負荷がかかり過ぎると、それはちょっとやれないですし、自分のところで傾合いを見つけて、何かするのでもいいかなというふうに思います。

先ほど、河北のTさん、余野のkさんにご紹介いただいた見守りパトロール団の件について、ちょっと、とばしてしまったので戻させていただきますけれども、kさんから、少しジリ貧になってきて、やってくださる人も少なくなったから、パートごとに分けてみたいなお話を伺ったんですけど、やっぱり通学路を全部、歩いていくっていうのは、これは大変なことなので、次の向こうの角まではこの人、次の人はここまでというふうにやってくだされば繋がるわけですし、それぞれの負担というのも少なくなって、それぐらいなら歩いてあげるよっていうのもあるかもしれないので、そういうやり方もあるのかなっていうふうに思いました。

「既に、もうそんなことやってるよ」「当たり前じゃないっ」ていうのもあるかもしれませんが、せっかくご披露いただいたので、もし、いろんな形でお誘いに行ったときに、「そんなこと辞めさせてください」ではなくて、「ちょっとだけならいいよ」というようなところで、やってくださると、いろいろ皆さんの健康にも繋がるだろうし、地域の安全にも繋がるだろうし、この、ちょっとしたことが町を元気にしてくれるのではないかなと思いました。

【参加者：河北 M】

大変、いい話を聞いておりますんですけども、先ほど北地域自治組織の会長さんのお話にもありましたように、昨日、たまたま北小学校で、見守りのお礼という会がありまして、参加させていただいたんです。

その中で、先ほども言いましたように、かなりの方がそういう活動をしておられる。その中で小学校が『感謝の会』ということで、生徒がね、プレゼントということで、チューリップの折り紙で、中に、お礼の言葉というものを書いてくれました。

昨日、総勢、40人から50人ぐらい、欠席者が若干ありましたが、学校自体もそういうことで、我々に感謝の意を表してもらえるとすることは、私もね、子どもたちにお話しをさせていただいたんですけども、その中で、ちょっとごめんなさい話がずれちゃって申し訳ないけど、生徒全体が、『ありがとう』という歌を歌ってくれた。

それを聞いて、僕も、話しをしないといけなかったんですけども、生徒たちが、一生懸命、

「ありがとうの歌」を歌ってくれた。『北小学校にありがとうの花を咲かせよう』という歌詞が歌の中にあり、それを聞いて話を振られたものですから、話が、もう、そればかりになって。

もう僕の頭の中は「ありがとう」と。本当にね、心に響きましたので、「ありがとうねっ」て。みんな、それぞれ、心の中で、「ありがとう」と言ってもらえるようにということね。

人に感謝をしましょうとか、そういった中でも、お父さんお母さんにも感謝しましょうと、「ありがとうね、と言っただけのような人になってください。」ということで お話をさせていただいたんです。

だからちょっと、話がそれてしまって申し訳ないんですけども、やはりそうやって地域を見守ってもらえることに対して、学校もね、そういう感謝の会を開いてくれたということは、大変、いいことかと思っておりましたので、発表させていただきました。

やっぱり皆さん、よくやっていただいている人ばかりでございます。

以上です。ありがとうございます。

【座 長】

ありがとうございました。お時間の都合で、あと、お1人だけということで。

【参加者：下小口 S】

女性会員の方から、いろいろ地域の活動ボランティア的なところで一生懸命やられてるというお話で、少し若い世代の人間として、大変、感謝しております。

そういった、少し年下の世代の目線から、この地域と健康ということと言わせていただければ、今、調度、後ろにスライドがあるんですけど、今、ソーシャルキャピタルコミュニティということで、地域の繋がり、人と人との関係ということのお話しが中心だったと思いますけれど、そこの中にもいろいろ、やはり地域経済というところにあります。

やはり経済も、大事な一つの要素。

それは持続可能性を実現するという部分では、そういった部分になると思います。

今、お話の中で出てましたけれども、なかなか、こういう世代で後を継いでくれる人が見つからないという現実があるんですけども、やはり地域活性というか、大口町は非常に良い町なんですけど、いろいろやっぱり、若い世代が、もうちょっと集まる環境作りをしていく必要もあるんじゃないかと。

そこで自立ができるような、そういったところを作っていかなきゃいけないんじゃないかと。そういう中で、世代が、もうちょっと幅広い人の繋がりができると思います。

そういった中では、自分としては笑うことが一番、健康には良いことと思っていますので、そういった笑いが作れる場所を、これからどんどん作り上げていくということで、これは町長の方にも、是非是非、予算の関係がありますので、そういったところも、お話しさせていただけれ

ばと思いますが、そういう形で大口町を好きになってもらうというのが一番、健康が第一ではないかなというふうに思います。

そういったような形で、若い世代をどんどん取り入れていける環境を作っていければというふうに思います。以上です。

【座 長】

ありがとうございました。

今の若い世代が集まる環境っていうものも大事だよ。それはやっぱり、行政の仕事だというふうに思いますし、私達はその産業界ですとか、地域だけではなくて、そういったところにも働きをかけて、長く、こういった取り組みが進められるようにしていくことも大事だよっていうことを、今、ポイントをいただいたというふうに思います。そういったことも視点に入れながら、この第3次計画の中で取り組みながら、ますます大口町が元気でやっていけるように、また、皆さんの お力をやお知恵を拝借しながら進めていきたいというふうに考えております。

また、これからいろいろ、お世話になりたいというふうに思っております。

よろしくお願いを申しまして、本日の私の座長としての役割を終えさせていただきます。

ありがとうございました。