

2 健康・福祉

区	地域コミュニティ協議会	活動名
北	コミュニティ木崎村	福祉部会 ボランティア研修会
東	山の下地区コミュニティ協議会	地域の茶の間広報紙の発行
東	中野山小学校区コミュニティ協議会	健康ウォーク事業
中央	浜浦小学校区コミュニティ協議会	ふれあいフロアカーリング大会の開催
中央	上山校区コミュニティ協議会	健康・福祉研修見学会
中央	沼垂小学校区コミュニティ協議会	ゆったり体操
中央	山潟地区コミュニティ協議会	高齢者を地域で見守る「元気で安全な山潟地区」を作る活動
秋葉	新関コミュニティ協議会	「健康・自立セミナー」
秋葉	山の手コミュニティ協議会	やろうてば助け合い事業
南	庄瀬地域コミュニティ協議会	地域の茶の間「庄瀬 BASE もくば」
西	西内野コミュニティ協議会	高齢者日帰り研修
西	坂井輪中学校区まちづくり協議会	各自治会に於ける高齢者を支える担い手の育成
西	小針小学校区コミュニティ協議会	「認知症予防と地域の取り組み」講演会
西	黒崎南ふれあい協議会	黒崎南地区健康・体力増進事業（輪投げ大会・フロアカーリング大会）
西蒲	峰岡地区コミュニティ協議会	カーリンコンを楽しみながら元気に過ごそう

北区 コミュニティ木崎村

活動名：福祉部会 ボランティア研修会

活 動 内 容

Q 活動のきっかけとなった地域の課題は何ですか？

福祉部会の「ボランティア研修会」を毎年同時期に開催しています。きっかけは木崎地域のボランティア活動の周知と拡大を課題とし、それに伴って福祉は勿論のこと、健康知識を高めようという思いからです。

Q 課題解決に向けて、どのような活動を行いましたか？

現在活動中のボランティア団体は一人で活動しているところもあり、皆さんの高齢化が進んでいます。この方々に活動を中止させない為に、「ボランティア研修会」に参加すると、健康に関する講義・指導を受けることを伝え、参加を呼び掛けた。

Q コミュニティ協議会の構成団体以外で連携・協力した団体等がありますか？

新潟医療福祉大学の教授・生徒・卒業生

実 績・効 果

Q 活動によって、どのような効果がありましたか？

当日は各ボランティア団体だけではなく、自治会長・民生委員・各サロン・老人クラブ・遺族会の中から、100名を超える参加者となりました。専門家の講義で「歯周病は認知症および全身の病気につながる」との内容を聞き、とても参考になった。参加して良かったとの声が多く聞かれた。

Q 活動を行う段階で、工夫した点や苦労した点はどんなところですか？

この事業は午前～午後にかけて一日の研修会です。飽きないように、眠くならないように

- ①午前中 軽体操の時間を10分程 設けた。
- ②午前中は難しい研修でしたので、午後は「落語」で楽しんでいただいた。

Q 今後、どのように活動を展開していきますか？

今後も、健康・福祉・ボランティアをテーマとした題材を取り入れ、講師を選考し、コミュニティ木崎村構成団体がより一層発展できるような内容を展開したいと考えております。



東区 山の下地区コミュニティ協議会

活動名：地域の茶の間広報紙の発行

活 動 内 容

Q 活動のきっかけとなった地域の課題は何ですか？

コミ協として地域の茶の間事業に取り組んでいるが、その活動についてもっと地域住民へ周知を行うことで、高齢者の健康維持や認知症予防に対する意識の向上と、地域の茶の間事業の活性化を図るべきだと考えた。

Q 課題解決に向けて、どのような活動を行いましたか？

助け合い活動の一端で高齢者の健康維持、認知症予防のための地域の茶の間宣伝用の広報紙「たすけられじょうず」を発行した。

Q コミュニティ協議会の構成団体以外で連携・協力した団体等がありますか？

なし

実 績 ・ 効 果

Q 活動によって、どのような効果がありましたか？

広報紙により少しずつ、茶の間の魅力が地域に広がっている。

Q 活動を行う段階で、工夫した点や苦労した点はどんなところですか？

活動内容が分かりやすい写真の選定や、文字の大きさ等に注意し、読む人に伝わりやすい広報誌となるよう工夫した。

Q 今後、どのように活動を展開していきますか？

山の下地区コミュニティ協議会の広報誌（年3回発行）とは別に不定期ではあるが、年6回を目標に地域の茶の間広報誌を発行していきたい。

東区 中野山小学校区コミュニティ協議会

活動名：健康ウォーク事業

活 動 内 容

Q 活動のきっかけとなった地域の課題は何ですか？

学区全体の交流の場を探ってきた。

Q 課題解決に向けて、どのような活動を行いましたか？

「標題は健康ウォーク」とし、みんなで励まし合いながら目的地まで歩きとおす。
α米等を活用し、炊出し訓練を兼ねる。目的地でレクリエーションを取り入れ住民の交流の場とする。
PTA 等構成団体の連携を深める。

Q コミュニティ協議会の構成団体以外で連携・協力した団体等がありますか？

中野山小学校・石山中学校

実 績・効 果

Q 活動によって、どのような効果がありましたか？

地域の諸団体の交流により、その存在と役割の認識が深まった。
父親のたくましさが見られた。

Q 活動を行う段階で、工夫した点や苦労した点はどんなところですか？

中学生に役割分担をしてもらうようになってから、小学生も活発になった。
石山地区スポーツ振興会の協賛をえて、PTA と同等に役割分担をもらっている。

Q 今後、どのように活動を展開していきますか？

当行事の参加者は、毎回200名位で定着してきた。構成団体の重要な連携の場でもあるのでレクリエーションの種類等に工夫を加えながら実施していきたい。

リーダーに先導され、みんな仲良く行進です



炊出し訓練もかねた昼食会



中央区 浜浦小学校区コミュニティ協議会

活動名：ふれあいフロアカーリング大会の開催

活 動 内 容

Q 活動のきっかけとなった地域の課題は何ですか？

世代間交流と高齢者の健康寿命延伸を目指して、屋内で冬期間も行うことのできるフロアカーリングを導入した。

Q 課題解決に向けて、どのような活動を行いましたか？

他コミ協の経験者による講習会を開催し、普及に努めた。

Q コミュニティ協議会の構成団体以外で連携・協力した団体等がありますか？

南地区コミュニティ協議会文化スポーツ部

実 績・効 果

Q 活動によって、どのような効果がありましたか？

親子及び祖父母と孫のチームによる参加など、世代間交流の一助となった。

Q 活動を行う段階で、工夫した点や苦労した点はどんなところですか？

世代間交流を目指したが、子どもたちだけのチームが増えるなど、父兄の参加が伸びず苦慮している。

Q 今後、どのように活動を展開していきますか？

地域住民のより多くの参加を募り、健康寿命延伸のためのスポーツと位置づけられるように推進させていきたい。





中央区 上山校区コミュニティ協議会

活動名：健康・福祉研修見学会

活動内容

Q 活動のきっかけとなった地域の課題は何ですか？

住民の方々が、健康上問題のない日常生活を送れる期間（健康寿命）について学び、健康寿命を延ばし、喜びと笑顔の溢れる地域でありたい。

Q 課題解決に向けて、どのような活動を行いましたか？

高齢者の身体機能、サルコペニアの予防について、新潟医療福祉大学で学んだ。

（講師：医療技術学部 理学療法学科 森下慎一郎先生）

- ① 健康寿命の重要性（健康寿命を延ばすための3要素）
- ② ロコモチェック体験（ロコモティブシンドローム）

Q コミュニティ協議会の構成団体以外で連携・協力した団体等がありますか？

なし

実績・効果

Q 活動によって、どのような効果がありましたか？

健康寿命の重要性についての学びとロコモチェックの体験等によって、健康寿命の延伸についての知識が高まったと思います。

Q 活動を行う段階で、工夫した点や苦労した点はどんなところですか？

特にありませんが、大学側のご配慮に感謝しています。

Q 今後、どのように活動を展開していきますか？

今後とも「地域包括システム」の一環として、健康寿命の重要性を広める活動を展開し、自身の健康をさらに強く考える地域としたいです。

したがって、健診受診率アップの啓発にも取り組んでいきます。



中央区 沼垂小学校区コミュニティ協議会

活動名：ゆったり体操

活 動 内 容

Q 活動のきっかけとなった地域の課題は何ですか？

独居の高齢者も多く、出歩く機会も少ないようであり、健康への不安もあるとの声をお聞きしたため。

Q 課題解決に向けて、どのような活動を行いましたか？

- ・イスに腰を掛けたまま行う「太極拳体操」を毎月4回（1回90分）、また、脳活性化ゲーム、音楽会（ハーモニカの演奏を聴く・合唱）、茶話会も行った。
- ・参加者は延べ100人を超える月もあり、今年度延べ978人の参加があった。

Q コミュニティ協議会の構成団体以外で連携・協力した団体等がありますか？

会場：特別養護老人ホーム「栗の木」地域交流室

実 績・効 果

Q 活動によって、どのような効果がありましたか？

参加者の声として、体調の改善と仲間づくりに大きな効果があったとの声が多数あった。

【参加者の声】

- ・ここに来るのが楽しみであり、目標ができた
- ・日常生活にメリハリができた
- ・上がらなかった足や腕が上がるようになった
- ・背筋が伸び姿勢がよくなった
- ・骨盤を動かすようになってから、お通じがよくなった
- ・体の芯から温かくなって骨粗鬆症が改善した 等々

Q 活動を行う段階で、工夫した点や苦労した点はどんなところですか？

個人ごとの出席カードの作成・整理や、運営を行う民生・児童委員の負担が大きい。

Q 今後、どのように活動を展開していきますか？

参加者から、今後も是非この事業を継続してほしいとの要望があるので、当コミ協エリア外の参加者も快く受け入れ、引き続き事業を実施する。

ゆったり体操風景



満百歳を迎えた方も参加

中央区 山潟地区コミュニティ協議会

活動名：高齢者を地域で見守る「元気で安全な山潟地区」を作る活動

活動内容

Q 活動のきっかけとなった地域の課題は何ですか？

少子高齢化が進む中、誰もが住み続けたい「元気で安心な山潟地区」を実現するために、住民一人ひとりが支え合い、助け合うことを目的とする活動が必要であると考えました。

Q 課題解決に向けて、どのような活動を行いましたか？

「やまがたお互いさま」を立ち上げ、「ちょこっとお手伝い」の気持ちを基本とし、朝のゴミ捨て（無料・山潟中学校生徒が参加）や庭先の草取り、電球の取り替え、玄関先の雪のけ等（料金 30分以内500円）の活動を行いました。

Q コミュニティ協議会の構成団体以外で連携・協力した団体等がありますか？

- ・山潟中学校 ・新潟市地域包括視線センター姥ヶ山 ・新潟市中央区健康福祉課
- ・中央区社会福祉協議会

実績・効果

Q 活動によって、どのような効果がありましたか？

- ・朝のゴミ捨ては、高齢者にとって思いのほか大変な作業であり、大変好評を得ています。
- ・その他の活動（雪のけ、草取り等）についても、地域の方に活動が認識され確実に件数が増えてきています。

Q 活動を行う段階で、工夫した点や苦労した点はどんなところですか？

- ・ゴミ捨てを希望する方と、中学校の生徒のマッチング作業。
- ・地域の皆さんに活動内容を知ってもらうための工夫。（チラシを回覧するだけでなく、地域のスーパーなどにも置かせていただきました）
- ・参加していただけるボランティアの募集活動。

Q 今後、どのように活動を展開していきますか？

- ・活動が認識され、依頼件数も増えてきていますので、今後は活動内容を充実させていきたいと考えております。



秋葉区 新関コミュニティ協議会

活動名：「健康・自立セミナー」

活 動 内 容

Q 活動のきっかけとなった地域の課題は何ですか？

お年寄りの健康寿命延伸という社会的な課題を受け、地域住民の健康に資する活動を模索してきた。併せて、地元の大学との連携した事業を検討していた。

Q 課題解決に向けて、どのような活動を行いましたか？

近年、お年寄りなどが抱えるさまざまな病気などの原因やその対策などを、大学生の講和を中心に実施している。

Q コミュニティ協議会の構成団体以外で連携・協力した団体等がありますか？

新潟薬科大学

実 績・効 果

Q 活動によって、どのような効果がありましたか？

- ・地域住民の関心が高く、多くの方が参加している。
- ・大学生との会話や交流が参加者の心に響き大変好評である。質問も多く関心度が高い。

Q 活動を行う段階で、工夫した点や苦労した点はどんなところですか？

開催の案内や実施後の情報の伝達に配慮した。（会報・チラシ・自治会長や老人クラブとの連携など）

Q 今後、どのように活動を展開していきますか？

大学側の配慮で年3回実施できる見込みである。大変有意義な内容なので、多くの地域住民が継続して参加できるよう働きかけをしていきたい。



秋葉区 山の手コミュニティ協議会

活動名：やろうてば助け合い事業

活 動 内 容

Q 活動のきっかけとなった地域の課題は何ですか？

介護保険制度の見直しが見込まれる中、地域で高齢者に対する支え合い体制が求められているため、互いに助け合う取り組みが必要となっている。

Q 課題解決に向けて、どのような活動を行いましたか？

「みんなが利用者！みんながボランティア！」を合い言葉に、地域の茶の間の参加者から出されたちょっとした困りごとを解決する、住民同士が助け合う取り組みを実施。できる範囲で互いに助け合いをするボランティアグループを立ち上げ、地域住民の困り事を把握し、その解決を図った。

Q コミュニティ協議会の構成団体以外で連携・協力した団体等がありますか？

なし

実 績 ・ 効 果

Q 活動によって、どのような効果がありましたか？

住み慣れた地域で互いに助け合うことで、地域から求められる喜びや、地域で見守られている安心感が得られ、生きがいと役割互助の推進が図られた。ボランティアの人もふれあいと元気で健康づくりも寄与する事ができた。

Q 活動を行う段階で、工夫した点や苦勞した点はどんなところですか？

ボランティアの枠を超えた依頼が増え、できること・できないことの振り分けが難しかった。

Q 今後、どのように活動を展開していきますか？

やろうてば助け合い事業を持続可能にする為、ボランティアの枠を超えた依頼はコミュニティビジネスを用いて地域貢献をしていきたい。



南区 庄瀬地域コミュニティ協議会

活動名：地域の茶の間「庄瀬 BASE もくば」

活動内容

Q 活動のきっかけとなった地域の課題は何ですか？

庄瀬地域生活センターの利用者の減少（サークル活動の衰退、老人会の加入者の減少、地域の茶の間の世話役の減少）

Q 課題解決に向けて、どのような活動を行いましたか？

地域生活センターを会場として月1回地域の茶の間を開催。
「居心地のよいスペース」となるよう施設の整備。

Q コミュニティ協議会の構成団体以外で連携・協力した団体等がありますか？

なし

実績・効果

Q 活動によって、どのような効果がありましたか？

地域の茶の間が多世代交流の場となり、利用者が増加した。
様々なワークショップの開催やサークル活動、個人利用など多目的に利用されるようになった。

Q 活動を行う段階で、工夫した点や苦労した点はどんなところですか？

月に1回の広報紙発行やSNSで行事の開催を告知・報告。
茶の間の開催日以外もフリースペースとして解放し、気軽に利用できるようにした。
レコードや図書の寄付、イベントの企画持込みを募集するなど、人との関わりを広げた。

Q 今後、どのように活動を展開していきますか？

茶の間の回数を増やし、利用者の増加・運営に関わる人材の発掘育成に努める。
コミ協の各部会と連携し、健康増進や防災防犯のための活動も取り入れる。



西区 西内野コミュニティ協議会

活動名：高齢者日帰り研修

活動内容

Q 活動のきっかけとなった地域の課題は何ですか？

高齢化する地域中に外出する機会のない独居老人が毎年増えている。

Q 課題解決に向けて、どのような活動を行いましたか？

バスで独居老人を対象に日帰り研修会を実施。弥彦神社参拝後、岩室温泉「めんめん亭わたや」で社会福祉法人ゆうえい会の職員による「短時間認知症の方への対応」の講和を聴いた。

Q コミュニティ協議会の構成団体以外で連携・協力した団体等がありますか？

なし

実績・効果

Q 活動によって、どのような効果がありましたか？

独居老人同士の交流と親睦の促進、日ごろ外出機会の少ない方の楽しく生きる活力になった。

Q 活動を行う段階で、工夫した点や苦労した点はどんなところですか？

参加者の体調に気遣い、看護師一名を同行させた。

Q 今後、どのように活動を展開していきますか？

「継続は力なり」毎年行うことで、独居老人が独居老人だけの交流だけではなく、その範囲を地域交流にもひろげていきたい。

西区 坂井輪中学校区まちづくり協議会

活動名：各自治会に於ける高齢者を支える担い手の育成

活 動 内 容

Q 活動のきっかけとなった地域の課題は何ですか？

平成29年4月から導入された「地域包括ケアシステム」への地域での対応に向け、高齢者に対する支え合う体制作りが急務である。

Q 課題解決に向けて、どのような活動を行いましたか？

各自治会に於ける人材養成としてのリーダー育成研修会を2回行った。
リーダー育成研修会と共に、意見の交換会を合わせて行った。

Q コミュニティ協議会の構成団体以外で連携・協力した団体等がありますか？

西区社会福祉協議会 生活支援コーディネーター 加野 麻理子様

実 績・効 果

Q 活動によって、どのような効果がありましたか？

高齢者を支える担い手育成研修会で中核となる自治会内で地域の茶の間開設に向け取り組みに関心が高まり、また、弱体化していた自治会も息を吹き返すなど、地域包括支援システムに関して理解も深まってきている。

Q 活動を行う段階で、工夫した点や苦労した点はどんなところですか？

昨年に続いての開催で高齢者に対する各自治会でのニーズも高まっているものの、寄り添い集う施設(場所)や、サポートする人材の確保に難しさを感じる。

Q 今後、どのように活動を展開していきますか？

地域包括ケアシステムに対して、地域内の関心も高まっていることから、各自治会と協力を図り、地域対応について継続して支援する。

西区 小針小学校区コミュニティ協議会

活動名：「認知症予防と地域の取り組み」講演会

活動内容

Q 活動のきっかけとなった地域の課題は何ですか？

- 1 高齢者の支援体制と地域包括ケアの取り組み不足
- 2 高齢者向け健康寿命延伸事業の参加者の減少
- 3 健康増進に向けた講演会の開催による意識の向上

Q 課題解決に向けて、どのような活動を行いましたか？

- 1 「いきいき西区ささえあいプラン」小針コミ協基本目標「私たちが支え合い、助け合う街づくり」の実践を行った。
- 2 健康寿命延伸に向けた講演会の開催を行った。
- 3 健康増進の向上を図るため、散歩マップ「ぶら小針」を作成し利用者に配布した。

Q コミュニティ協議会の構成団体以外で連携・協力した団体等がありますか？

新潟医療センター・小新小針地域包括支援センター、新潟大学教育学部学生

実績・効果

Q 活動によって、どのような効果がありましたか？

- 1 地域包括ケアの取り組み（地域の見守り、支え合いなど）の必要性が理解された。
- 2 講演会開催により健康診断検診や疾病予防に取り組む姿勢が感じられた。

Q 活動を行う段階で、工夫した点や苦労した点はどんなところですか？

参加人数の把握と講師手配に苦労した。

Q 今後、どのように活動を展開していきますか？

- 1 地域の人々に対し支え合い仕組みづくりの周知を図り、取り組み計画を推進する。
- 2 講演会、セミナーなどを開催し、健康診断の検診や予防医学による健康維持を図る。

西区 黒埼南ふれあい協議会

活動名：黒埼南地区健康・体力増進事業(輪投げ大会・フロアカーリング大会)

活 動 内 容

Q 活動のきっかけとなった地域の課題は何ですか？

黒埼南地域は農村部で農繁期は朝早くから夜遅くまで働く事が多く、特に地域特産の枝豆収穫作業は朝の2時頃から作業に従事する事も多々ありますが、農閑期の冬場は自宅に閉じこもり何もしない傾向にあるので冬季間の健康維持と体力増進及び仲間づくりを促進するために開催している。

Q 課題解決に向けて、どのような活動を行いましたか？

少子高齢化社会が増幅して行く中で高齢者を元気付けて、日々の生活に張り合いが持てる趣味や興味を引き出す手段として、各自治会の集落センター内で手頃楽しめるスポーツとして輪投げ用具を設置して定期的に練習している。フロアカーリング大会は29年度に初めて取り入れたが、広い場所が必要なので今後の運営を工夫して行きたい。

Q コミュニティ協議会の構成団体以外で連携・協力した団体等がありますか？

地域版にいがた未来ポイント制度・黒埼地区公民館・新潟市開発公社・黒埼地区総合体育館・黒埼南小学校・黒埼南スポーツ推進委員等と協働で事業を実施しました。

実 績 ・ 効 果

Q 活動によって、どのような効果がありましたか？

輪投げ大会は平成23年度から年1回実施し、27年度からは参加団体からの要望を受けて年2回開催となりました。年々参加チームも増えると共に上位入賞を目指して事前練習や冬季間の定期的練習を実施する団体も出てきましたので、この大会を通じて健康・体力の維持向上に効果が出ている。

Q 活動を行う段階で、工夫した点や苦労した点はどんなところですか？

輪投げ大会に出場するチーム・選手達はルールや開催要項などを把握しているので工夫等は少ないが、フロアカーリング種目は黒埼地区体育館長・開発公社等の職員からの指導を受けた大会となっているので次年度から自前で大会が開かれる様にルール等を熟知して行きたい。

Q 今後、どのように活動を展開していきますか？

輪投げ大会やフロアカーリング大会だけでなく、他の種目等も調整して行きながら、健康体力事業を継続的に開催し、黒埼南ふれあい協内の各自治会単位で大会に参加申込して頂ける様に開催要項等を工夫して行きたい。





西蒲区 峰岡地区コミュニティ協議会

活動名：カーリンコンを楽しみながら元気に過ごそう

活 動 内 容

Q 活動のきっかけとなった地域の課題は何ですか？

峰岡地区は西蒲区のなかでも高齢化率が高く認知症、肢体不自由など、介護が必要な高齢者が多い。家に閉じこもりがちな高齢者が体を動かす習慣・機会が少ない。

Q 課題解決に向けて、どのような活動を行いましたか？

当コミュニティ協議会、福祉部会が市保健センターなどと方策を検討した。楽しみながら体を動かし、頭も使う機会をつくるため、地区内でカーリンコンを普及することにした。

Q コミュニティ協議会の構成団体以外で連携・協力した団体等がありますか？

新潟市巻地域保健福祉センター・日本カーリンコン協会新潟県支部

実 績・効 果

Q 活動によって、どのような効果がありましたか？

地区公民館など屋内で活動でき、天候や季節に左右されないことから毎週定期的な活動が定着している。

参加者は競技のなかで、作戦を考えたり、プレーに一喜一憂しながら心身を使って楽しんでおり、交流が広がる機会になっている。

Q 活動を行う段階で、工夫した点や苦労した点はどんなところですか？

競技を地区に普及させるため、コミュニティ協議会の役員が協会の指導者養成を受けて審判員の資格をとった。大会を年間4回行い、練習の励み・目標にしている。毎年度末に会員募集ちらしを配布し、随時加入を受け付けている。

Q 今後、どのように活動を展開していきますか？

カーリンコン、グランドゴルフなど地区で行われている活動を推奨、支援しながら、健康な地域づくりの基礎として運動不足の解消、健康的な食事、生活習慣の定着などを広めていきたい。

