

平成27年度 第7回（震災後 第59回）

陸前高田市保健医療福祉未来図会議 次第

平成27年10月29日(木) 13:30～15:30

陸前高田市 下和野団地 6階集会室

## ◆テーマ

「みんなで住み暮らしやすい下和野団地(地域)について語りやすスペえ」

### 1 あいさつ

陸前高田市 民生部長 菅野利尚

### 2 報告・協議内容

#### (1) 未来図会議の目指すことと下和野団地「健康調査」結果の概要について

⇒ 陸前高田市地域包括ケアアドバイザー 岩室紳也

#### (2) 他地域での取組みについて

①宮城県東松島市「ささえあいのまちづくり」の視察について

②「地域ケア会議」を通じた住民主体のまちづくり～市内横田町の取り組み～

⇒ 陸前高田市 地域包括支援センター（長寿社会課） 保健師 蒲生紋子

#### (3) 下和野団地のいま

⇒ 下和野団地 自治会長 臼井佐一さん

本日お集まりのみなさん

#### (4) グループディスカッション（※5G）14:30～

⇒ テーマ：お互いが「つながり」を持ち続けるためにできること

①住民主体で…できること、②市民協働で…できること

下和野団地に学ぶこれからの地域づくり

### 3 その他連絡・アナウンス

・11/22（日）9:30～15:00 陸前高田市コミュニティホール

第34回 健康文化都市 陸前高田市 健康のつどい

AIDS 文化フォーラム in 陸前高田

【事務局：陸前高田市民生部】

※次回：平成27年11月20日（金）13:30～15:30

◆メインテーマ（仮）：障がいから見る健康づくり

◆会場：市役所第4号棟第6会議室

# 平成27年度 第7回(震災後59回目) 陸前高田市 保健医療福祉未来図会議

みんなで住み暮らしやすい下和野団地(地域)  
について語りやすすべえ。

平成27年10月29日(金)13:30~15:30  
陸前高田市 下和野団地 6階 集会室

本日(H27.10/29)の会議の概要

## ◆テーマ

みんなで住み暮らしやすい  
下和野団地 (地域) について  
語りやすすべえ。

※地域=下和野団地、下和野地域、高田町、  
他の7町、市全体…

## 本日(H27.10/29)の会議の進め方①

### ◆タイムスケジュール

～14:30 報告・協議事項

～15:00 グループディスカッション(はまかだ)

～15:20 発表(全体はまかだ)  
振り返り・まとめ

～15:30 個別アナウンス・周知

## 報告・協議内容

(1)未来図会議(陸前高田を元氣にする会)の  
目指すことと、下和野団地「暮らしと健康に  
関する調査」結果の概要について

陸前高田市地域包括ケアアドバイザー  
岩室紳也

## 報告・協議内容

### (2)他地域での取組み

- ①宮城県東松島市「ささえあいのまちづくり」の視察について
- ②「地域ケア会議」を通じた住民主体のまちづくり  
～市内横田町の取り組み～

陸前高田市 地域包括支援センター  
(長寿社会課)  
保健師 蒲生紋子

## 報告・協議内容

### (3)下和野団地のいま

下和野団地 自治会長 眞井佐一さん  
※本日お集まりのみなさん  
及川区長さん  
社会福祉協議会 阿部さん、松本さん  
まちづくり協働センター 三浦さん  
健康運動指導士 藤野先生

## グループディスカッション

### ◆テーマ

お互いが「つながり」を持ち続けるためにはできること

- ①住民主体で…できること
- ②市民協働で…できること

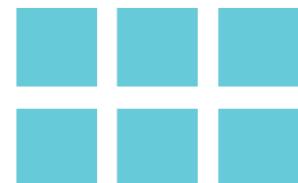
下和野団地に学ぶこれからの地域づくり

## グループディスカッションのまとめ方

### ◆お互いが「つながり」を持ち続けるためにできること

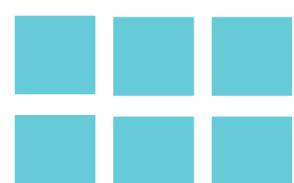
#### ①住民主体で…できること

例) 農園、麻雀、  
年末大そうじ会…



#### ②市民協働で…できること

例) 芋煮を食べる会、  
夏祭り…  
集まり話し合う場



# グループディスカッションにおける はまかだルール

- 1 ファシリテーター(進行促進者)にご協力を
- 2 話の内容は簡潔にわかりやすく
- 3 テーマ、具体目標に立ち返って適切に
- 4 メンバーの意見を否定や排除はしません
- 5 明るい表情で
- 6 はっきりと大きな声で

限られた時間で、エンパワーされるように

## グループディスカッション結果

### ◆1グループ(お互いが「つながり」を持ち続けるためにできること)

①住民主体で...できること	②市民協働で...できること
<ul style="list-style-type: none"><li>・いっせい掃除、資源回収</li><li>・女性向けガーデニング</li><li>・イルミネーション</li><li>・収穫祭</li><li>・おべんとう</li><li>・名物</li><li>・売る</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・集まる機会を提供</li><li>・バザー、文化祭</li><li>・運動会</li><li>・虎舞</li><li>・火の用心</li><li>・地域ケア会議</li></ul>

## グループディスカッション結果

### ◆2グループ(お互いが「つながり」を持ち続けるためにできること)

①住民主体で...できること	②市民協働で...できること
<ul style="list-style-type: none"><li>・交流プラザに新人を連れてくる</li><li>・話し合いに参加する</li><li>・お互いに声をかける、かけにいく</li><li>・毎日のあいさつ(顔見知り)</li><li>・男性:役割をもってもらう     役員を増やす</li><li>・卓球台をおく</li><li>・ゴミステーションにベンチを置いて、集える     ように</li><li>・ゴミを捨てる時間の制限をして顔見知り</li><li>・班ごとの交流</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・りくカフェ⇒出張スマートクラブ</li><li>・移動販売車にテーブルなど、たまり場、はまかだスペース</li><li>・ひかけのあるところにはまかだスペース</li><li>・テーマ別の公園</li></ul>

## グループディスカッション結果

### ◆3グループ(お互いが「つながり」を持ち続けるためにできること)

①住民主体で...できること	②市民協働で...できること
<ul style="list-style-type: none"><li>・イベント:     農園、花、クリスマス、お誕生日会     ⇒それぞれの特技をいかして</li><li>・プロジェクトマッピング     ⇒ 階ごとに灯りをつけたり</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・芋煮会</li><li>・お食事会(カツ、餃子、)     ⇒一人暮らし世帯がみんなで食べられる</li><li>・男の料理教室 :下和野団地</li><li>・防災訓練をみんなで学ぶ</li><li>・お子さんを交えてのイベント</li><li>・AED:講習会を開く</li><li>・ダンス会:もっとできるように</li><li>・料理コンテストに応募する</li></ul>

## グループディスカッション結果

### ◆4グループ(お互いが「つながり」を持ち続けるためにできること)

①住民主体で...できること	②市民協働で...できること
<ul style="list-style-type: none"><li>・あいさつ、立ち話</li><li>・囲碁、将棋、麻雀</li><li>・農園、中庭の活用</li> <li>・忘年会、新年会、〇〇会</li><li>・廃品回収</li><li>・ゴミのお隣同士のお手伝い</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・お金がかかりそう・な</li><li>・講師など専門家をお願い ⇒ 勉強会、医療懇談会、防災訓練</li><li>・遠足、イベントのマッチング</li><li>・半数がお勤め、デイサービスなど利用されている方も多い</li></ul>

## グループディスカッション結果

### ◆5グループ(お互いが「つながり」を持ち続けるためにできること)

①住民主体で...できること	②市民協働で...できること
<ul style="list-style-type: none"><li>・飲んだり、食べたりする機会 昼食会、農園でとれた野菜を使って食べる</li><li>・ラジオ体操</li><li>・集まってくれない方 様子を見に行く、訪問する(住民で)</li><li>・PRする ⇒下和野の新聞を発信する</li><li>・若い人に盛り上げてほしい</li><li>・団地放送部</li><li>・復興住宅のPRのDVD</li><li>・イベント:住民対抗のチームに分かれて行う運動会のような機会を</li><li>・大学生の企画 ⇒逆に住民企画(主催)の大学生が参加できるようなイベント</li><li>・クラスマッチ?:下和野Tシャツを作る!</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・盆踊り</li><li>・新しいお祭り、寄(夕~夜)市、</li><li>・地域ケア会議</li><li>・PR:Facebookでもリンクできるように</li><li>・環境整備:自治会が相談しやすい連携できるように</li></ul>

## その他・アナウンス

・11/22(日)9:30~15:00

陸前高田市コミュニティホール

第34回 健康文化都市 陸前高田市 健康のつどい  
AIDS文化フォーラムin陸前高田

第34回 健康文化都市 陸前高田市

## 健康のつどい

はまつて かだつて つながつて ~みんなで輝く陸前高田~

記念シンポジウム

おらの健康・  
おらほの医療・  
これから陸前高田

AIDS文化フォーラム

in 陸前高田

ともに生きる ~誰もが住みやすいまちに~

2015年 11/22日 9:30-15:00

場所: 陸前高田市コミュニティホール





**ともに生きる 誰もが住みやすいまちに**

健康のつどいは  
5年ぶりの開催です！

健康とは、単に病気や怪我でない状態だけではありませんね その人らしく、生活できることも大切です そのためには、人々がお互いに支えあい助けあうこと・・・人と人がつながれる、関係性を考えられる こと それは  
**ノーマライゼーション**という言葉のいらないまち になること それがイベントの目的です

みなさんも会場で **はまって かだって つながってけらいん！！**

会場	9:30~	10:30~	12:00~	13:20~	14:00~
シンガボールホール	記念式典 開会式 表彰式	健常ステージ発表 陸前高田市保健推進員 劇団ばばば 健常運動サークル たかたなハッピーフォーウェー！ 健常運動指導士 藤野 恵美	記念シンポジウム おらの健康・おらほの医療 ・これからの陸前高田 岩手県立高田病院 院長 田畠 謙 フォトジャーナリスト 安田 葉津紀 陸前高田市青年会議所 理事長 高萩 政之 陸前高田市 民主部長 菅野 利尚 陸前高田市地域包括ケアアドバイザー 岩室 鋼也	はまかだトーク 「はまかだ」は若者も高齢者もすくすく ウインズクリニック・かみむら(岡山県) 上村 康仁 陸前高田市地域包括ケアコーディネーター 石木 幹人 陸前高田市地域包括ケアアドバイザー 岩室 鋼也	エンディング みんなのアイがウタになる FUNNY PIG 詩応募者 手話コーラス
大会議室	健康測定(陸前高田市保健推進員) はまかだ喫茶(ENOPO) がん・緩和ケア関連企画 減塩おがす試食コーナー(陸前高田市食生活改善推進員)				
中会議室					
小会議室					
集会室					
エントランス					

**入場無料です！**

【お問い合わせ先】  
〒029-2981 陸前高田市高田町字島石 63 電話番号  
0120-50-0116 FAX 0120-50-0116  
E-mail : kankokisyi\_rikuzentakata.iwata.jp  
陸前高田市民生部健康推進課保健係 内線 (242)

【お問い合わせ先】  
〒029-2981 陸前高田市高田町字島石 63 電話番号  
0120-50-0116 FAX 0120-50-0116  
E-mail : kankokisyi\_rikuzentakata.iwata.jp  
陸前高田市民生部健康推進課保健係 内線 (242)

健康文化都市 陸前高田市 健康のつどい AIDS 文化フォーラム in 陸前高田  
主催：陸前高田市健康づくり推進協議会、陸前高田市  
後援：岩手県医師会、岩手県歯科医師会、陸前高田市歯科医師会、氣仙沼市歯科医師会、陸前高田市看護師会、陸前高田市薬剤師会、陸前高田市社会福祉協議会、陸前高田市婦人会、陸前高田市青年会議所、陸前高田市青年会議所連絡会、陸前高田市青年会議所連絡会、陸前高田市青年会議所連絡会、NPO法人きらりんさくら、健康運動サークルたかたなハッピーフォーウェー、陸前高田市生歩委員会、陸前高田市大船渡地区保健委員会

## 次回(平成27年度第8回)未来図会議予定

### ◆日時

平成27年11月20日(金)13:30~15:30

### ◆メインテーマ(仮):障がいから見る健康づくり

### ◆会場:陸前高田市役所第4号棟第6会議室

### ◆次々回(平成27年度第9回)

平成27年12月18日(金)13:30~15:30

# 陸前高田市保健医療福祉未来図会議 メーリングリスト

◆こちらまでお知らせください。

<http://www.koshu-eisei.net/saigai/mailtomiraizu.html>

http://www.koshu-eisei.net/saigai/mailtomiraizu.html

陸前高田市保健医療福祉未来図会議参加希望申込

氏名 \_\_\_\_\_ 複数ご出席の場合は代表者名(他の方は下記に)  
E-mailアドレス \_\_\_\_\_ 原則 E-mailでの連絡とさせてください。  
出席人数    
都道府県  \_\_\_\_\_  
所属 \_\_\_\_\_  
団体種別  \_\_\_\_\_  
職種 \_\_\_\_\_  
市民の立場の方は「市民」でお願いします

未来図会議参加希望日  
平成26年度  
○5月9日 ○6月6日 ○7月4日 ○8月8日 ○9月5日 ○10月3日 (必ずチェックを)

ML登録希望

## 平成27年度の陸前高田市保健医療福祉 未来図会議(月1回)の予定

### ○日程(確定)

H27年:4/10(金)、5/15(金)、6/19(金)、7/24(金)  
8/21(金)、9/18(金)、10/29(木)、  
11/20(金)、12/18(金)

H28年:1/22(金)、2/19(金)、3/18(金)

### ○大きな方向性:「はまってけらいん、かだってけらいん運動」の推進

ハイリスクアプローチとポピュレーションアプローチの融合・実践、市民・他分野機関との協働、未来図(計画)策定、居場所づくり、相互の経験に学ぶ

# 健康日本21(第2次)概念図

健康寿命の延伸・健康格差の縮小

生活の質の向上

社会環境の質の向上

健康を支え、守るための社会環境の整備

〈ソーシャルキャピタルの向上〉

- ①地域のつながりの強化
  - ②多様な活動主体による自発的取組の推進
  - ③健康づくりに主体的に関わる国民の割合の増加
  - ④健康づくりの活動に主体的に取り組む企業数の増加
  - ⑤健康づくりに関して身近で専門的な支援・相談が受けられる民間団体の活動拠点数の増加
- 〈健康格差の縮小〉
- ⑥健康格差の実態を把握し、対策に取り組む自治体の増加

## ソーシャル・キャピタルの効用

健康面の効用

総死亡率

自殺率

自覚的健康度

健康行動

喫煙率

運動習慣

健康以外の効用

行政効率

まちおこし

防災対策

治安・防犯

子育て

教育

就労

経済成長

技術革新

ソーシャル・キャピタル

平成26年度厚生労働科学研究(健康安全・危機管理対策総合研究事業)  
「地域保健対策におけるソーシャルキャピタルの活用のあり方に関する研究」  
[http://www.ipha.or.jp/sub/mcnut4\\_10.html](http://www.ipha.or.jp/sub/mcnut4_10.html)

## ソーシャル・キャピタルの三要素

信頼

3つは相互に関連

ネットワーク

規範(互酬性)  
お互い様

## 「協働」概念の定義

異なった分野、領域、職種に属する複数の援助者

(専門職や非専門的な援助者、**市民を含む**)

**ネットワーク**が、単独では達成できない、

**共有された目標**を達成するために、

相互促進的(**お互い様**)な協力関係を通じて、

行為や活動を展開するプロセス

平成26年度厚生労働科学研究(健康安全・危機管理対策総合研究事業)  
「地域保健対策におけるソーシャルキャピタルの活用のあり方に関する研究」  
[http://www.ipha.or.jp/sub/mcnut4\\_10.html](http://www.ipha.or.jp/sub/mcnut4_10.html)

# 東松島市視察研修報告

～住民主体のまちづくりに向けて～



陸前高田市 地域包括支援センター  
保健師 蒲生 紋子

## 東松島市への視察研修

～住民が主体となった活動のための第一歩として～

### ★なぜ東松島市…？

- ・陸前高田市と同様、東日本大震災で被災した地域でありまちづくりに住民が主体的に参加している。
- ・高校生など若い人たちを巻き込んで工夫しながら積極的に地域づくりを行っている。
- ・住民、行政、社協の協働がうまく機能している。
- ・住民が参加する視察のためバスで日帰りができる距離の視察先。



□視察のコーディネートは地域包括ケアコーディネーターである、酒井保氏（ご近所福祉クリエイター）に依頼。

## 東松島市視察研修の経緯

### <背景>

- ・急速に進む少子高齢化、認知症高齢者の増加。財源の減少。
- ・専門職の確保の難しさ（慢性的な人員不足）。
- ⇒公的なサービスでは限界がみえている。



### <ポイント>

- ★これからのまちづくりは、行政主導ではなく住民主体。
- ★地域包括ケアシステム構築に向けた取り組みには住民の力が不可欠。
- ★住民力アップと、住民同士の“支えあい”の必要。

### <課題>

…「福祉」は“行政が提供するもの” “専門家が行うもの”という意識が強い。

⇒実際に取り組みの先進地を住民の方々にみていただき  
気づき、学びを通して自分たちの地域づくりのヒントに！

## 東松島市への視察研修



# 東松島市への視察研修

●日 時 平成27年8月4日

●視察先 宮城県東松島市



●参加者 自治会役員 民生委員 災害公営住宅住民  
コミュニティ推進協議会  
陸前高田市社会福祉協議会  
地域包括ケアコーディネーター  
復興支援連絡会 市役所職員



※住民16名+市役所職員+社協職員

## 東松島市視察研修の概要



### ●出発前に…

参加者が一堂に会し、地域包括ケアコーディネーター酒井保氏によるレクチャーを受けた。「陸前高田市が目指す“みんなでつくるまちづくり”について」を学んだ。

- ・“支え合う”というのはどういうことか。「支え合い」と言いながら実は「支える」だけ?人は「助けたい」というニーズがある。
- ・住民歴書を使って住民の強みを見出していく手法。「支えられる」側の人は弱いだけではない。得意なこと、強みを出し合って“支え合い”&地域の活性化。

### ●視察研修内容

- ①あおい地区現地視察（防災集団移転事業）。
- ②東松島市あおい地区における地域づくりの取り組みについて。  
(あおい地区まちづくり整備協議会会长 小野竹一氏)
- ③復興移行期の課題と社協の取り組みについて。  
(東松島市社会福祉協議会生活復興支援センター所長 千葉貴弘氏)
- ④東松島市の復興のまちづくりの現状について。  
(東松島市移転対策部生活再建支援課移転支援班班長 難波和幸氏)
- ⑤振り返りの会 (酒井保氏)

●5

## 3地区の選定



～なぜ3地区の住民に参加を呼びかけたのか?～

### ●高田町・小友町

災害公営住宅（下和野、西下、柳沢）が完成し、既存の地域住民と新しく移り住んだ住民とが、まちづくりを行っていく地域であり、今後様々な課題が生じることが想定される地区。

### ●横田町

住民が、地域の高齢化等に危機感を抱き、「自分のまちを何とかしたい!」と声をあげていた地区。

※気仙町…水上地区に災害公営住宅があり、参加を呼びかけたが日程の都合がつかなかったため1名（民生委員）のみ参加。

※3地区は、複数名で体験を共有していただくため、各3名ずつご参加いただくよう依頼。

●6

## ～住民歴書～

住民歴書	
年 月 日 構成	
お名前	性別
年齢	年齢
この地域に暮らしで何がいいになりましたか？	
扶養親（あなた）の「負担の大きさ」は？	
子どものころ（少年・少女時代）の「恵しました遊び」は？	
今、生徒の中でもっと多いことにしていることは？	
困ることは？（愚直というほどのではないが、「ある種度」できることは？）	
曾一度行ったことは？（印象のよかった所、や、今までできそうなことは？）	
あなたが「今、一番やりたい」と思っていることは何ですか？	
地域の人に「頼りにしている人」はいますか？	
自分のことを「迷惑祺き」だと思っていますか？	
地域の人には「頼りにしています」と思われていますか？	
あなたが「今、一番やりたい」と思っていることは何ですか？	
当事者力として評価！要支援といわれる立場になってしまふのできることで地域貢献、本当の“支え合い”を。	

●7

## 東松島市への視察研修



## 東松島市への視察研修

### ●東松島市の概要●

- ・面積：101km<sup>2</sup>
- ・人口：約39,000人（2015）
- ・隣接自治体：石巻市等
- ・東日本大震災での被災：死者1,110名、行方不明者24名  
…全住民の約3%
- 市内全住宅の3分の2を超える約11,000棟が全半壊  
浸水地域は市街地の65%（全国の被災市町村中最大）

### ●生活再建の状況（視察時点）

- ・防災集団移転事業7団地717戸（166戸整備済み）
- ・災害公営住宅は全体で1,010戸、完成率40%  
⇒集合住宅だけでなく戸建住宅もある。

※視察先の「あおい地区」は、災害公営住宅が307戸、防災集団移転が273区画、合計580世帯と東松島市最大の集団移転団地。

10

## 東松島市への視察研修

### あおい地区まちづくり整備協議会 会長 小野竹一氏

- ・小野さんの自宅も津波で流された。
- ・「東矢本駅北地区まちづくり整備協議会」設立。会長に就任。  
⇒日本一のまちづくりのため、協議会を設立し、行政主導のまちづくりではなく、住民の意見で住民がまちづくりを行うことを目指す。  
住民の話し合いにより、「あおい地区」と名称変更。
- ・自分たちの子どもたちが「住んで良かった、ありがとう」と感じられるまちづくり。子や孫のために良いまちを残そう！

### ●協議会の組織

少人数の専門部会（街並みのルール、広報、研修、コミュニティ、ペット等）で検討し、方向性を役員にはかり、全会員対象の井戸端会議（ワークショップ）で意見を聞き総会で最終決定。年間120回以上の協議会活動。

### ●自治会活動

2013年5月からは、いっしょになる地域の人との交流会を実施。移転前に顔なじみを作り、そこから自治会を立ち上げた。



11

## あおい地区のまちづくり～専門部会の取り組み～

・街並みルールでは、「隣地境界線から建物を1.5メートル離し、柵は透視性があり1.2m以下とし植栽に努める」等。そのルールを市が条例化することで次世代まで継続するようにした。⇒素晴らしい景観の町にしようと取り組み。  
住みたいまちナンバー1千葉県印西市のまちづくりについて前印西市長を呼び勉強会の開催

・各地区的公園には目的を設定。「まつり」「健康づくり」「子どもの遊び」「季節が感じられる公園」など。住民から行政へ提案し実現。  
集会所にも住民の意見（間取り等）を反映。住民の要望をかなえる集会所づくり。

- ・ペットも一緒に暮らせるよう行政へ要望し一部了承。集団移転地ではペットを飼育するためのルールを作り、共存して楽しく暮らすことを目指す。
- ・取り組んでいること、活動内容を全会員に知らせる広報物を発行（広報部会）。
- ・高齢者や子どもを地域内の住民で見守る体制をつくる。

住民が自分たちで自分たちを守る仕組みづくり

- ・街並みだけでなく心ゆたかに安心して暮らせるまちづくり

12

# 東松島市への視察研修 まとめ

★住民と行政、社会福祉協議会などの関係機関が一体となり  
まちづくりを行っている

⇒あおい地区、東松島市を日本一のまちに！という共通の想い

★自分たちが住むまちは自分たちで良くしたいという住民の行動を  
行政、社協がバックアップ。

## ●研修参加者からの声

・もっと早くにこうした話を聞いておきたかった。

・高田の現状とあまりに違う…。

⇒フォローアップ。今後のまちづくりに視察内容を活かしていただく。



## □視察研修を受けて…

研修に参加していただいた横田町では、「横田に住んでいがった！」を実現する会議（地域ケア会議）を9月から月1回開催し、住民が自分たちのまちの課題を話し合い、解決に導いていくための取り組みをスタート。

今後は横田町での取り組みをモデルとして市全域で展開していきたい。

●13

# ご清聴ありがとうございました！

「皆で話し合い、知恵を出し、自分たちのまちは  
自分たちでつくる」

「子や孫の時代の20年先、30年先も「日本一のまち」  
として全国から見学にきてもらえるまちをめざす」



小野竹一会長の言葉より。



●14

# 「地域ケア会議」を通じた 住民主体のまちづくり ～横田町の取り組み～ **住民が主人公の“はまかだ”実践！**



陸前高田市地域包括支援センター  
保健師 蒲生紋子

2015.10.29 未来図会議

## 「地域包括ケアシステム」とは？



●介護が必要になった高齢者も、住み慣れた自宅や地域で安心して暮らし続けられるように、「医療・介護・介護予防・生活支援・住まい」の五つのサービスを、一体的に受けられる支援体制のこと。

●厚生労働省は、高齢者が人生の最期まで住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを続けるために必要な支援体制を、2025年までに整えることを目指している。

.....2025年には団塊の世代が75歳を超える.....！

●保険者である市町村や都道府県が、**地域の自主性や主体性に基づき、地域の特性に応じて**「地域包括ケアシステム」をつくりあげていくことが求められる。

## 地域包括支援センターとは？

●地域包括支援センターは、市町村が設置主体となり、保健師・社会福祉士・主任介護支援専門員等を配置して、3職種のチームアプローチにより、住民の健康の保持及び生活の安定のために必要な援助を行うことにより、その保健医療の向上及び福祉の増進を包括的に支援することを目的とする施設である。（介護保険法第115条の46第1項）

●主な業務は、介護予防支援及び包括的支援事業（①介護予防ケアマネジメント業務、②総合相談支援業務、③権利擁護業務、④包括的・継続的ケアマネジメント支援業務）で、制度の横断的な連携ネットワークを構築して実施する。

→地域における高齢者のこと、介護相談等の最初の窓口

→高齢者が住み慣れた自宅や地域で生活できるように、必要な介護サービスや保健福祉サービス、その他、日常生活支援などの相談に応じる

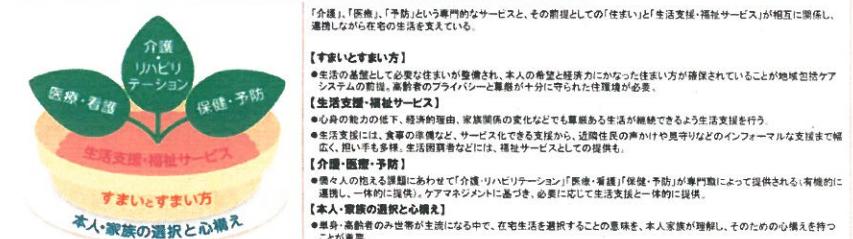
→地域包括システムの実現に向けた中核的な機能として位置づけ

## 厚労省HPより

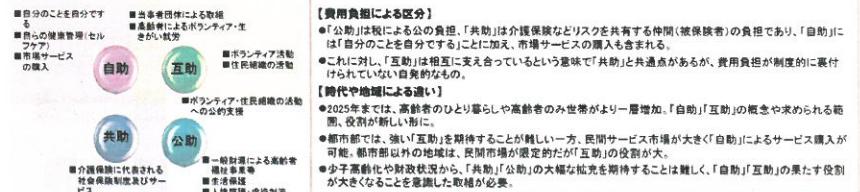
### 地域包括ケアシステムの5つの構成要素と「自助・互助・共助・公助」

○高齢者の尊厳の保持と自立生活の支援の目的のもとで、可能な限り住み慣れた地域で生活を継続することができるような包括的な支援・サービス提供体制の構築を目指す「地域包括ケアシステム」。

### 地域包括ケアシステムにおける「5つの構成要素」



### 「自助・互助・共助・公助」からみた地域包括ケアシステム



## 地域包括ケアシステムを実現するために！ ～地域ケア会議とは？～

- 「地域ケア会議」とは、地域包括ケアシステムを実現するための手法のひとつ。地域ケア会議を通して、高齢者個人に対する支援の充実と、それを支える社会基盤の整備を同時に進めていくことを目指す。
- 地域包括支援センターが主催し、個別課題の解決から、地域課題の把握、**地域づくりや資源開発**を行う。
- 地域課題を解決するための社会基盤の整備を進める。
- 地域に必要な資源開発や地域づくり、さらには介護保険事業計画への反映などの**政策形成**につなげる。

→2015年4月1日 介護保険法に「地域ケア会議」が規定された。  
地域包括ケア実現のために重要なものと位置づけ。

## 横田町における「地域ケア会議」では…

- 「地域ケア会議」という名称が、何をする会議なのかが伝わらない。
  - 名称を検討。会議の内容がわかり、何を目指すかがわかるもの。
  - 東松島市の視察研修に積極的に参加してくださった民生委員の方と事前に打ち合わせし、「横田に住んでいがった！を実現する会議」（仮称）と命名。
- 「住民が主役の会議」であることを伝える。
  - これまで行政等が主導してまちづくりを展開し、公的サービスが様々な役割を担ってきたが、本格的な少子高齢化の時代を迎えるにあたり、それだけでは対応が困難になる。
  - 住民が主体となって、その地域の実情に応じた独自の取り組みや地域力向上がカギ。
  - いま地域で起こっている問題や困りごとは、将来自分にも起こりうる問題かもしれない。他人事ではなく自分のこととして考える。
  - 「主人公は住民のみなさんです！」と伝え続けること、また会議に参加する誰もがそれを意識し実行していくことを目指す。

・・・息の長い取り組み！

## モデル地域における「地域ケア会議」の開催

### ●横田町における「地域ケア会議」開催までの経過等●

- ・8月4日（火）に東松島市視察研修を実施。住民主体のまちづくりの現場、自治会長等の話を聞く機会を設けた。横田町からは3名が参加。横田町の地域について、「どうにかしたい！」と声が上がった
- ・9月16日（水） 横田町コミュニティセンターにて、「第1回 地域ケア会議」を開催（市内で初）
- ・10月14日（水） 「第2回地域ケア会議を開催」
- ・地域包括支援センターが事務局となり、横田町に関係する団体、施設等に呼びかけた。第1回の参加者は23名（ほか市役所職員が6名）第2回の参加者は20名（ほか市役所職員が4名）

＜参考：参加呼びかけ団体＞

陸前高田市民生・児童委員協議会横田地区、横田地区コミュニティ推進協議会、横田女性会、横田保育園父母の会、横田保育園、だけのこ学童クラブ、横田小学校PTA、横田町保健推進員、陸前高田市社会福祉協議会、大船渡警察署高田幹部交番、横田長生クラブ、土筆の里あがらい家、たかた☆ハッピートゥエーヴ！、横田町食生活改善推進員協議会、横田青年会、NPO法人p@ct、健康推進課、地域包括支援センター

## 会議の参加者の共有・確認事項

- ①メンバーの意見を否定したり排除したりしない。  
～お互いを尊重し、メンバーの意見の傾聴を～
- ②積極的、主体的に参加を！  
～思いついたことは、失敗を恐れず恥ずかしがらず発言する～
- ③「できない」ではなく「どうしたらできるか」を考える。
- ④不平不満ではなく、前向きな発言を！
- ⑤個人的な情報は会議の外に持ち出さない。

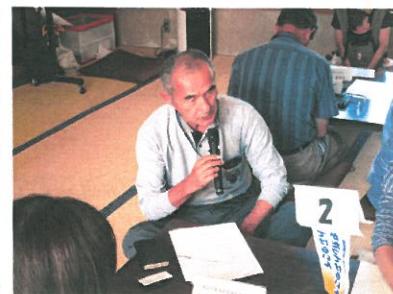
…大切なのは、「自分のまちづくり」を楽しむこと！



## 第1回「横田に住んでいた！を実現する会議」(後)

9月16日（水）13:30～15:30

- 1 挨拶
- 2 自己紹介
- 3 会議の目的・目指すところ
- 4 東松島市視察研修参加者からの報告
- 5 横田の強みを考えよう ～いいところ！自慢できるところ！～
- 6 横田で生活していく困っていることは？
- 7 その他（横田地区の健康状態報告や健診勧奨、地域行事の案内等）
- 8 次回の開催について（日程調整）



グループで意見を出し合って発表！



## 横田町の強みを考えよう

横田の良いところ

- ・自然が豊か 氷がキレイ 魚占が釣れる
- ・活かせる川の馬力
- ・県庁に近い
- ・野菜、新鮮魚
- ・住民との交流が盛ん
- ・人もあたたかい 優しい笑顔がいい カンペリしている！年にはまじめ
- ・外出はせず家族で食べる
- ・モノづくりが得意な人が多い
- ・自然を住民が支えている
- ・介護施設がある
- ・交通手段がない そう寄り合ない 自然環境がすばらしい
- ・自給自足が可能
- ・子どもたちがあいさつをしてくれる とても元気
- ・治安がいい 事故や犯罪がない

## 横田町の強みを考えよう

### ●環境面では...

自然が豊か 眺めが良い 川の資源 静かな夜 アユ釣りができる  
災害が起こりにくい（災害に強い） 犯罪が少ない（治安が良い）  
県庁に一番近い 畑のものをすぐ食べられる 水が豊富で農作に有利  
自給自足できる



### ●ハード面では...

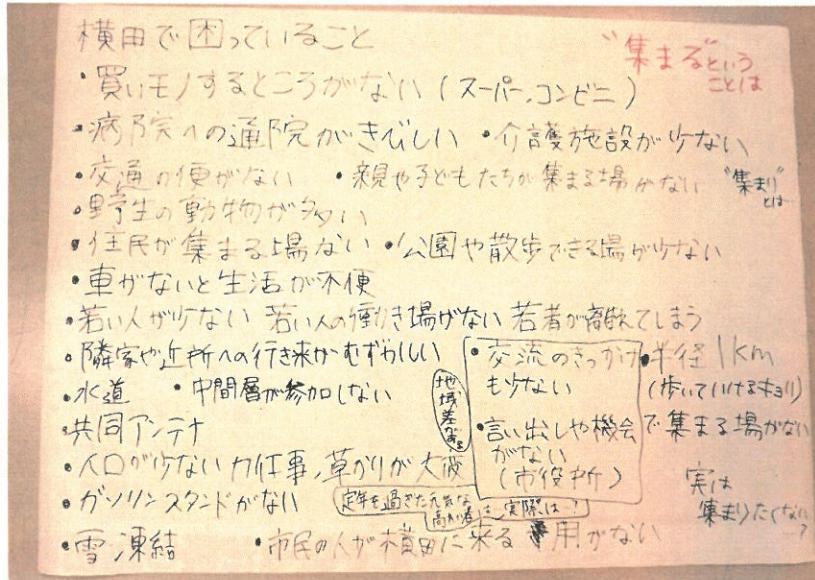
川の駅がある 介護施設（デイサービス） 交通量が少ない  
自転車や徒歩で用足しができる

### ●ソフト面では...

人柄が良い 気性が穏やか あたたかい 住民の結びつきが強い・関係が良好  
まじめ ものづくりができる人がいっぱい（野菜、しめ縄、手芸等）  
挨拶をしあう 子どもの元気がよい 地域で子どもをみててくれる  
自分の家の物をごちそうする 常に家族とご飯を食べる

★「いいところ」と言われても、生活していて当然のこと、気付かなかった...

## 横田町で生活して困っていること



## 第1回のまとめとして…

★見方を変えると、地域の強みが弱みになったり、弱みが強みになったりする



★人が集まる場所があるといい…集まる場所（ハード）はあるけど誰かが集まろうと言ってくれないと、なかなか集まらない。ただ「集まる」といっても奥が深い

★今回の参加者は、比較的若い人が多かったので、高齢者の方だったらもっといろいろな困りごとがあったはず

★年代によって困りごとは変わり、その齢でないと分からぬことがある

★参加しよう声をかけたが、高齢を理由に参加を遠慮する人がいた。そういう人の声が大切。次回の会議には参加してもらいたいので、声をかけてみる

★高校生が休みの期間などに、声をかけて参加してもらいたいのでは？

## 横田町で生活して困っていること

### ●環境面では…

病院が遠い 交通の便が悪い バス停に出るのに不便 バスの本数が少ない  
民家が分散しているので行き来が不便 お店が遠くて買い物が大変・不便  
何をするにも自動車での移動が必要（運転できなくなったら暮らしれない！）  
自然だらけで草刈りが大変 外灯が少ない 降雪・凍結

### ●ハード面では…

スーパーやコンビニがない 病気の時一人になると…食料の調達が大変  
介護施設が少ない 市の水道が無い場所がある 中学校がなくなる  
働く場が少ない 歩道にも段差がありベビーカーで散歩しづらい  
集いの場所が無い 学校以外の遊ぶ場が無い ガソリンスタンドがない

### ●ソフト面では…

人口が少ない 若者が少ない（力仕事が大変）次の世代の担い手不足  
仕事が少ない（収入を得る仕事がない） 高田市民が横田に来る用事が無い  
近所に同世代がいて話し相手がない 親子が集まる機会が無い

★高齢者の免許保有率が高い→返納すると暮らしに困る

★今は車で動けるが、年をとったら一人で暮らしれないという不安

## 第2回「横田に住んでいた！」を実現する会議（仮）

10月14日（水）13:30～15:30

- 1 挨拶
- 2 自己紹介
- 3 「横田に住んでいた！を実現する会議（仮称）」の目的、「この会議で守っていただきたいこと」の共有
- 4 第1回の報告～第1回目の会議内容を振り返ってみよう～
- 5 未来図会議での「第1回 横田町会議」に関する話し合い報告
- 6 自分の立場でもう一度「困りごと」を考えてみる
- 7 声をあげられない人の声、会議に参加できない人の困りごとを把握するためにはどうしたらよいかを考えよう～どんな方法がある？～
- 8 その他（報告・連絡事項等）
  - 会議の名称について
  - イベント告知や地域の情報など

## **6 自分の立場でもう一度 「困りごと」を考えてみる**

- 独居高齢者が引きこもっており、実態が分からぬ。
- 高齢者の今後が心配
- 高齢者の交通手段がない。
- 高齢のため班長ができない
- 高齢者は話をしたい方が多い（民生委員より）
- 祭り、町民運動会がなくなった
- 横田の名所や観光スポットを実はよく知らない。
- 困っていると言えない、言わない
- 近所の方と会話がない、付き合い方が難しい

## **7 声をあげられない人の声、会議に参加できない人の困りごとを把握するためにはどうしたらよいか**

- アンケート調査を行う。目安箱の設置。
- 老人クラブの会議や高齢者が集まるサロンや井戸端会議の場に参加してお年寄りの声を聞く。
- 健康診断の際、さりげなく聞いてみる。
- 小学校の授業で会議について取り上げてもらい、意見を出してもらう。
- 地域の信頼できる人に訪問してもらい、聞き取り調査。

## **7 声をあげられない人の声、会議に参加できない人の困りごとを把握するためにはどうしたらよいか**

- アンケートは回収率が悪い？本音を書けない？
- 聞き取り調査はマンパワーが必要？訪問する人の負担？

→地域の信頼できる方（民生委員、区長）が訪問してアンケートを回収するのが良いのでは。

→次回アンケートの具体案を提示し、  
配布から回収までの流れについて検討する。

## **自分のまちのことを、自分たちで考えて 「住んでいがった！」と安心して暮らせるまちに… ～はまって かだって つながって…の実現～**

- 横田町での「地域ケア会議」は1カ月に1回、継続して行う予定。
- 横田町の取り組みをモデルとして、将来的には市内全域に展開していく。



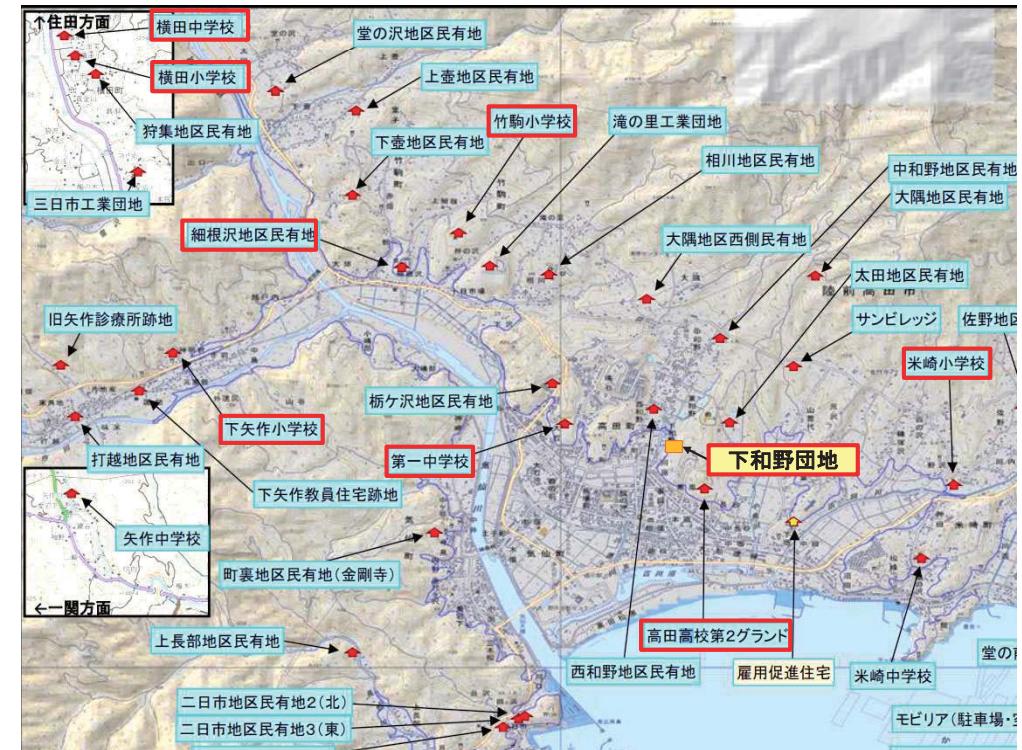
- 市として初めての試みであり、手探りしながら。
- あくまでもその地域に住む方々が主人公であり、住民主体の“まちづくり”につながる会議であること。
- 今後の「横田に住んでいがった！を実現する会議」の展開。課題を解決する方法の模索、さらに実際の解決（実践）へ。



ご清聴ありがとうございました！



高田に住んでいた！の笑顔のために…let's はまかだ



## 健康運動教室活動実績(H27.4~10)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	計
参加人数(延)	239	317	196	197	108	192	152	1,401
(内訳)								
大人(男)	40	70	36	34	28	49	35	292
大人(女)	176	227	156	161	77	126	99	1,022
高校生	10					6	13	29
こども	13	20	4	2	3	11	5	58
巡回会場数(延)	14	18	13	※13	※8	※13	11	

※ 雨天のため中止した会場は除く、雨天で集約したため巡回数が減った会場

## 健康運動教室11月活動計画

日	曜日	会場①	②	③	④	⑤
8	土			8:30~8:45 下和野公営住宅	9:00~9:15 第一中学校	9:30~9:45 高校2グランド
9	日	7:30~7:45 横田小学校	8:00~8:15 横田中学校	8:30~8:45 細根沢	9:00~9:15 竹駒小学校	
28	土	7:30~7:45 矢作小学校		8:30~8:45 下和野公営住宅	9:00~9:15 第一中学校	10:00~10:15 米崎小学校
29	日	7:30~7:45 横田小学校	8:00~8:15 横田中学校	8:30~8:45 細根沢	9:00~9:15 竹駒小学校	9:30~9:45 高校2グランド





## 下和野災害公営住宅

8:30～ 4月～月1回



## 矢作小学校

自主活動

第2・第4土曜日

7：30～7：45

4月～12月まで



## 米崎小学校

避難所から続いている  
ラジオ体操係 佐藤るなちゃん

体操いつでもいいよ…と





高校2グランド 雨天談話室で



突然の乱入



昇り旗 今日体操だよ!



## 細根沢

8:30～年間通して実施

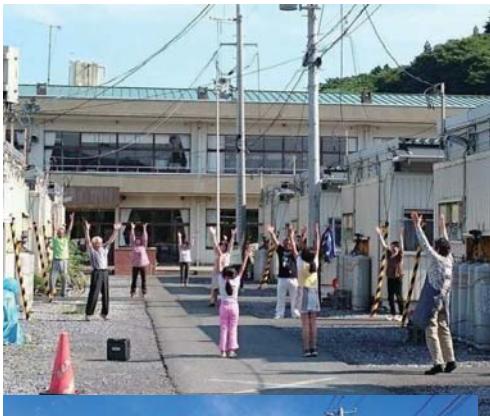
昇り旗が体操の合図



横田中学校

6月～自主活動  
月1回 日曜8時  
ラジオ体操とスクワット

男性が多い  
ストレッチ体操・足踏み  
踊りは無し



横田小学校 4月～12月  
子供の笑顔は大人の笑顔





運動サークル交流会  
国体デモスポーツ出場選手



日本の馴染みの楽曲で踊る、健康づくりダンスエクササイズ

# フィットネスダンスフェスティバルin陸前高田

日時：11月19日(木) 13:00～15:00

場所：陸前高田市コミュニティーホール シンガポールルーム

参加料 無料 定員 100人 持ち物 タオル、飲み物(水分補給用水)



どなたでも大歓迎！  
参加無料!!



## ★プログラム★

- 13:00～ 陸前高田市ご当地体操の体験『ゆめちゃん体操』 藤野恵美 富田タ子  
13:10～みんなでフィットネスダンスを楽しもう♪  
『ムーブメントスカーフで花を咲かせよう！』『花体操』『みんなみんな手話ダンス』  
和田左千子先生(東京都) 池田美知子先生(埼玉県)  
14:20～ みんなでスローエアロビックを楽しもう♪  
藤野恵美・阿部直美・富田タ子・石黒千恵子・佐藤恵  
15:00～ 閉会



主催：フィットネスダンスフェスティバル三陸海岸実行委員会

共催：公益社団法人日本フィットネス協会 JAFA 後援：陸前高田市、大船渡市、住田町



NO. 3

# あはみうさん

★★★ 9月10日堂の沢仮設「ハッピードールプロジェクト」開催 ★★★



「Arts for Hope」さん主催のイベント。『ハッピー・ドール・プロジェクト』が堂の沢仮設にて開催されました。このイベントは、手芸材料を使い自由な発想でオリジナルのマスコットを作成するというもの。みんな夢中になって針を動かし、それぞれ個性あふれる作品が仕上がりました。

## ◎中間支援イベント案内

「青空整骨院」による  
マッサージボランティア

- ① 10月 4日（日）米崎小学校仮設集会所
- ② 10月 18日（日）横田中学校仮設集会所

◆ 時 間：13:30～17:00頃まで

※無料マッサージです。

※来場者数によって、終了時間は変動があります。

～陸前高田の松の木を使った笛～  
ブルーレイバンクリエイション  
演奏会（入場無料）

■9月 21日（月）

- ①10:00～細根沢仮設集会所
- ②13:00～広田水産グランド仮設集会所
- ③19:00～矢作小学校仮設集会所

木製フルートとインディアンドラムの演奏です。

## ◎今月の催事

### 「ら・マロン」ふれあいコンサート（8月22日）



兵庫県加古川市からいらした『ら・マロン』のお二人がマンドリンとギターによるコンサートを開催しました。集まった住民さん達は皆歌詞カードを手にして懐メロや童謡を合唱したり、手拍子をしたり、中には踊り出す住民さんも。お二人の素晴らしい演奏と軽快なトークを満喫した一日となりました。

（旧矢作診療所跡地仮設にて）

### レインボー健康体操（9月1日）～レインボー健康体操で寝たきり0を目指す会～

NPO法人ウェルネスクラブさんが、健康体操交流会を開催しました。

リズムに合わせて手足を動かす、一見簡単そうに見える体操ですが、皆さん徐々について行けなくなり、うっすら汗も出てきました。  
脳トレーニングにも良いようです。

（米崎コミュニティーセンターにて）



## ◎災害公営住宅（小友編）

H27.9月現在

←西下災害公営住宅 40戸（4階建て）入居中



柳沢前災害公営住宅 28戸（3階建て）入居中→

#### 編集後記

すっかり秋らしくなり収穫物が楽しみな季節となりました。今年の夏は、各地で焼肉交流会が目白押しでしたが、これからは、芋煮会や果物の収穫祭で忙しくなりそうですね。皆さんのご意見・ご感想もお待ちしております。

NO. 4

# あはみゅうせん

～10月8日「健康づくり教室」開催～

いわてNPOフォーラム21さんによる「健康づくり教室」が小友コミセンにて、開催されました。

脳刺激健康体操で体を動かした後は、減塩とバランスのよい食事をテーマに調理実習を行いました。減塩料理のコツは、味付けにレモン汁や酢、香辛料を使う事。「たくあん」や「梅干し」といった素材を上手く利用する事です。出来上がったお弁当は、栄養士さんの講話を聴きながらおいしくいただきました。

調理実習中…



うす味と感じないほど  
おいしかったよ！



減塩食弁当・完成品！



## ◎中間支援イベント案内

### 「あおぞら整骨院」による マッサージボランティア

- ① 11月1日（日）中和野仮設集会所
- ② 11月15日（日）柳沢仮設集会所
- ◆ 時間：13:30～17:00頃まで

※無料マッサージです。

※来場者数によって、終了時間に変動があります。

### 八戸工業大学第一高等学校 『吹奏楽部演奏会』

日時：11月8日（日）

時間：15:00～16:00

場所：旧広田水産高校グランド仮設

高校生10名による楽しい演奏会です。  
是非、皆さんお誘い合わせの上、お越しください。

## ◎今月の催事



(写真：高田高校第2グランド仮設にて)

### 小物づくりワークショップ

「Home of Wisdom」主催（9月19・20日）

似顔絵を描いたり歌を歌ったりビーズでアクセサリーを作るなど、いろんな遊びを通して住民同士の交流を深めるワークショップを高田高校第2グランド仮設と二日市仮設にて開催しました。仮設暮らしの思い出を替え歌にし振りも自分達で考えて歌と踊りの披露をしました。

おみやげには、作成した「似顔絵」と「アクセサリー」をお持ち帰り頂きました。

## ◎災害公営住宅（気仙町） H27.10月現在 水上災害公営住宅 30戸（3階建て）入居募集中



### 編集後記

先日我が家周辺で住宅再建のため森林伐採が行われ部屋からの眺めが一変しました。見晴らしが良くなり遠く海も望めます。しかし、住家を追われた虫や動物達も引っ越しをしなければならないようで、我が家に珍客が訪れています。お互い住居問題は悩ましいですね。皆さんのご意見・ご感想をお待ちしております。

## フルーレイバンクリエーション 演奏会（9月21日）

被災した松の木を使って製作したフルートの演奏会が細根沢仮設・旧広田水産高校仮設・矢作小学校仮設の3ヶ所で開催されました。

澄み渡る繊細な音色に皆さん目を瞑つて聞き入っていました。住民さんの協力のもとインディアンドラムとの合奏もあり、住民・演奏者一体となる楽しい演奏会となりました。（写真：細根沢仮設にて）



## ◎復興現場 ありがとう、さようなら ベルトコンベア



9月15日をもって、土砂搬送が終了し解体となるベルトコンベア。復興へ向けて着々と歩みは進んでいます。

東日本大震災で求められている  
公衆衛生活動  
とは

## 健康づくり推進協議会、 健康のつどいが 目指すもの

佐々木亮平 (ささき・りょうへい)

岩手医科大学  
いわて東北メディカル・メガバンク機構  
臨床研究・疫学研究部門 特命助教  
●連絡先: 〒028-3694  
岩手県紫波郡矢巾町西徳田 2-1-1  
019-651-5110

岩室紳也 (いわむろ・しんや)

ヘルスプロモーション推進センター  
(オフィスいわむろ)  
●連絡先:  
<http://iwamuro.jp>

### 今月のポイント

- 健康づくり推進協議会がなければ進まないこと
- 発表と共有の場は元気づくりのために
- 全ての取り組みがつながっている

### 健康づくり推進協議会を 担当すると見えてくること

わが国の健康づくりは1978（昭和53）年の第一次国民健康づくり対策

に始まり、88（昭和63）年からの第二  
次国民健康づくり対策（アクティブ80  
ヘルスプラン）、2000（平成12）  
年からの第三次国民健康づくり対策  
(21世紀における国民健康づくり運動

（健康日本21））とつながり、13（平成  
25）年からは第四次国民健康づくり対  
策（健康日本21（第二次））で、健康  
寿命の延伸・健常格差の縮小、生活の  
質の向上、社会環境の整備といった目

標に向かって動いています。

その健康づくり対策を推進するため  
の内容を協議し、大きな運動に育てて  
いく審議の場として、「健康づくり推  
進協議会」が全国のどの自治体でも設  
置されています。健康づくり推進協議  
会はその自治体の健康づくりを推進し  
ていく上での最高決定機関であり、健  
康づくり関係団体以外の分野の団体に  
も委員委嘱をし、さまざまなご意見を  
いただきながら、地域診断や健診結果  
等に裏付けられた、その年だけではな  
く将来を見据えた、各自治体の実情に  
応じた健康づくり対策を話し合う場にな  
なっているはずです。

しかし、実際のところ、読者の皆様  
はこの場をどのように活用されている  
のでしょうか。言葉は乱暴ですが、行  
政にありがちな、年1回、必ずやらな  
ければならないもの、行政側の説明責  
任を最低限果たす、報告だけにとどま  
る、結論ありきの会議になり、設立当

初の目的や意義が形骸化してはいない  
でしょうか。実際に健康づくり推進協  
議会の事務局を担当し、日々の業務や  
事業の目的を確認する場となることを  
目指して協議会を活用するという視点  
で開催してみると、協議会の真の意味  
が見えてくると思います。

一方で、採用になつたばかりの若い  
保健師さんや栄養士さん、実際に健康  
づくり推進協議会事務局の担当を経験  
したことがない方は、なぜこの協議会  
があり、何のために開催されているの  
かイメージがしにくい部分があるのも  
事実だと思います。

陸前高田市では東日本大震災後、健  
康づくり推進協議会を開催できていま  
せんでしたが今年8月、10（平成22）  
年以来、実に5年ぶりに開催すること

### 健康づくり推進協議会が 「開催されないと できないこと」

ができました。この間、事務局となる  
健康推進課の職員の方々の並々ならぬ  
ご尽力と調整、準備があつたことは申  
し上げるまでもありません。  
ここで気がつかれた方もいると思い  
ます。陸前高田市は震災があつたから、  
健康づくり推進協議会を開催できずに  
いたのだと……と納得する反面、協議  
会を開催しなくても各種保健事業は復  
旧できていたのだ……と。ご指摘のと  
おりですが、実はわれわれも健康づく  
り推進協議会が「開催されなくてでも  
きること」と、健康づくり推進協議会  
が「開催されないとできないこと」が  
あることをあらためて気づかされました。  
皆様はそういう視点で日々の業務、  
活動を振り返つたことはあるでしょうか。  
そもそも日々の多くの事業は、健  
康づくり推進協議会が開催されなくとも  
行政として基本的に実施しなければ  
ならない、原則、全国一律で行われて  
いる、各種健診、健康相談、栄養相談、

家庭訪問などの業務だからです。

一方で、「健康づくり推進協議会がないと実施できない」内容は、まさしく、第一次国民健康づくり対策から盛り込まれている住民と共に進める健康づくりです。ヘルスプロモーションの推進や近年いわれているソーシャルキャピタルの醸成がこの部分になります。大きな市民運動として進めていくためには市民協働の視点で市民とどう考え、どう進めていくよいのか、そのためには市民に求められていること

は何か、関係機関に期待されている役割は何か、といった内容は健康づくり推進協議会の場で話し合い続け、確認し続けることが重要なのです（図）。

## 未来団会議と健康づくり 推進協議会の違い

陸前高田市では震災直後から陸前高田市保健医療福祉未来団会議を毎月開催してきたこともあり、健康づくり

健康づくり推進協議会の決定的な違いは、陸前高田市に対する決定や提言を行う力が十分はないことでした。一方でフリーな立場で議論ができるというメリットがあり、今後も未来団会議での議論を重ねながら、必要に応じて健康づくり推進協議会に確認や決定をしてもらう相互に補完する関係を保ち続けていきたいと考えています。

## 3・11前の陸前高田市健康づくり推進協議会

陸前高田市では、1978（昭和53）年12月に健康づくり推進協議会の設置要綱が告示され、所掌事項として

①健康づくりにかかる総合的な対策の審議企画に關すること②健康づくりにかかる知識等の啓蒙普及に関すること

③健康づくり意識の高揚と活動地区組織の育成に關すること④その他前各号に準ずる健康づくりに関すること、が掲げられました。委員は35人以内（一

に関する議論や方向性の確認はそれなりに行われてきたことも事実です。

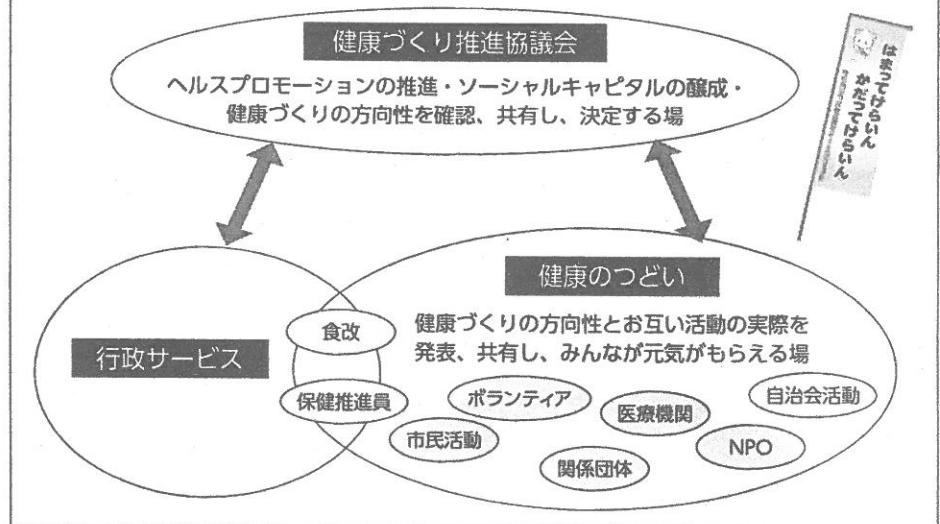
未来団会議の前身である「包括ケア会議」の場を利用した中長期展望の共有化り、包括ケア会議

という「場」が生む企画調整機能、理解と共感の必要性<sup>2)</sup>については当時から確認し続けていました。被災直後の2011（平成23）年5月の時点でも、被災自治体としての姿勢、方針を明確に打ち出していくことの重要性を、実はそのことは非常に難しいことであったことは理解しながらも本稿で報告し続けていると

しかし、未来団会議と ころです<sup>3)</sup>。

まことに難しいことであつたことは理解しながらも本稿で報告し続けていると

図 健康づくり推進協議会、健康のつどい、行政サービスの関係性



般公募の市民を含む）で構成し、年度始めに前年度の報告を行い、新年度の計画を示しながら、健康づくり対策を推進するための重要な手段の一つであり場である、年1回の「健康のつどい」を開催するための協議も併せて行つていきました。

96（平成8）年には、厚生省（当時）から「健康文化と快適なくらしとまち創造プラン」事業のモデル市の指定を受け「陸前高田市健康文化都市推進計画」を策定し、「健康で文化の薫る海浜・交流都市」をキヤツチフレーズにした「環境」「創造」をテーマに、市民自らが主体的に健康づくりを進めていけるよう市を挙げて推進してきた経緯があります。

その後、市民の健康文化意識の高揚を図り、市民自らがより良い健康文化のまちづくりを推進するために、2001（平成13）年には「健康文化

都市宣言」を行いました。02（平成14）年には、「健康りくぜんたかた21プラン」を策定し、疾病の早期発見、早期療養にとどまらず、健康を増進し、一次予防を積極的に推進し、「自分の健康は自分で守る・創る」を合言葉に、健康寿命を延ばすことを大きな目標としてきました。また、03（平成15）年には、全国の健康づくりに取り組んでいる各団体で組織している「第3回全国健康なまちづくりネットワーク大会」が陸前高田市を会場に開催され、健康なまちづくり、健康文化都市づくりを、なお一層進める契機となりました。

こうして、健康づくり推進協議会では基本的な日々の保健事業の評価と計画を確認し続けるだけでなく、市として目指す大きな健康づくりの方向性を確認できる場として運営されています。

## 「健康のつどい」 という 発表と共有の場

今年5月、陸前高田市で震災前の2010（平成22）年まで33年連続で開催し続けていた健康のつどい（図）がプレ実施という形で5年ぶりに開催されました。この健康のつどいは、第一次国民健康づくり対策が打ち出され康づくりを推進する上で重要な機会でした。健康づくりに関する活動を継続されている方々の表彰や前述の健康文化都市宣言を確認しながら、健康に関する基調講演を行い、市内で活動されている方々の発表と共有の場として、長く市民の皆さんに愛され続けてきました。

こうした普段の活動の内容を発表するだけではなく、お互いの活動を知り、みんなで陸前高田を健康にしていく意

味を共有できる場があるのは非常に重要であることを、読者の皆様もそれぞれの自治体で確認され実施し続けておられると思います。

東日本大震災の被災地の中でも元気な仮設住宅コミュニティとして注目さ

れているのが、陸前高田市米崎中学校仮設住宅団地（自治会長・金野廣悦さん）の活動です。震災後、米崎町内の生活が始まりましたが、仮設住宅のパ

トロールをする「防犯隊」、野菜の栽培指導をする「野菜を作り隊」、集会場で毎週金曜日に開催される「居酒屋ジューク」のほか、茶道教室や朝のラジオ体操など、「住民それぞがで生きることを……」の精神で15もの活動が生まれました。

しかし、特筆すべきは、そういった大小さまざまな活動の発表の場として、仮設住宅内で年1回、文化祭を開催し、日頃の活動を多くの皆さんにご生まされました。

IIDS対策関連のイベントは、青年会議所や高校生、地元市民の力とともに進められてきた活動であり、保健所や市役所とともに多機関連携の中で生まれました。また、その日指すところは、医療や保健、福祉の各関係機関の方々だけでなく、震災後に活動し続けておられるNPOの方々や地域で地道に活動をされている市民の皆さんなど、多くの方々に「はまって、かだつて」いたたく場にしなければなりません。そうすることで、真の意味での「はまってけらいん、かだつてけらいん」運動の確認につながり、地域づくりを通じた健康づくりにつながっていくと信じています。

が、単にAIDS予防と普及啓発ではなく、現在の陸前高田市が掲げている「ノーマライゼーション」という言葉の「いろいろなまちづくり」につながる「人ととのつながり、関係性を考える」事業・活動だったからこそ、健康のつどいとの同時開催へつながったのです。

### 全てはつながっている

この連載の中で、繰り返し「人は経験にしか学ぶことができない」ということに触れてきました。健康づくり推進協議会が目指してきたことに立ち返り、普段の事業を見直すと、実は全ての活動がつながっていることが理解できます。事業を通じて地域づくりや健康づくりを考え続けることで、何が目標・目的で、何が手段なのかが少しづつ整理していくはずです。

今年11月に行われる健康のつどい

ヤーが役割を終え、9月15日をもって主な稼働を停止しましたが、具体的な街の復興はまだこれからです。生活環境の改善の見通しが立たないことが、いかに毎日の生活に影響を与えるかに思いをめぐらせ、何気ない日常の大切さについてあらためてご理解をいただきながら、皆様の地域でも一つ一つの事業や活動の目標すこころと積み重ねつながりを一緒に考えていただければ幸いです。

震災から4年半がたち、時間とともに震災の記憶や経験の風化が進んでしまうことは全国いずれの被災地でも大きな課題です。岩手県内でも東日本大震災後に住宅の再建や災害公営住宅への入居など恒久住宅にめどがついた世帯は約半数で、今なお2万5000人以上の方々が不便な生活を余儀なくされています。陸前高田市では「希望のかけ橋」として稼働してきた市内かさ上げ工事のための巨大ベルトコンベ

### 文献

- 佐々木亮平, 岩室紳也. 災害を支える公衆衛生ネットワーク～東日本大震災からの復旧, 復興に学ぶ・2. 被災地の復旧, 復興に不可欠な公衆衛生機能とは. 公衆衛生, 2012, vol.76, no.5, p.63-63
- 佐々木亮平, 岩室紳也. 災害を支える公衆衛生ネットワーク～東日本大震災からの復旧, 復興に学ぶ・6. 「場」づくりを意識した企画調整機能の重要性. 公衆衛生, 2012, vol.76, no.9, p.52-56
- 佐々木亮平. 東日本大震災が警鐘する地域保健活動のこれから～岩手県陸前高田市の活動から見えてきた津波災害への対応. 月刊地域保健, 2011, vol.42, no.5号, p.72-79

陸前高田市地域包括支援センター発！

市民講座

# 認知症は予防できる！ 改善できる！



日時

平成27年 11月7日（土）

午後1時～4時30分

場所

陸前高田市コミュニティホール  
(シンガポールホール)

対象

認知症に関心のある方なら、どなたでも大歓迎！

★参加無料★

## ～内 容～

- 1 講話「高齢期の身体変化と認知症～認知症は予防できる！改善できる！」  
講師：金田弘子先生（鳥取県 森本外科脳神経外科医院 副院長）
- 2 講話「上手に老いるための自己点検」  
講師：石黒秀喜先生（東京都（財）長寿社会開発センター 審議役理事）
- 3 実践発表「認知症ケア実践塾を通して見えたこと」  
発表者：認知症ケア実践塾修了者
- 4 講話「認知症と運動」  
講師：森本益雄先生（鳥取県 森本外科脳神経外科医院 院長）

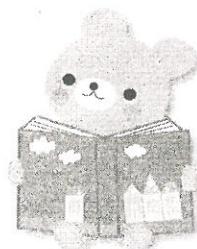
目からウロコ の  
講座です！

“認知症の予防や改善の方法”を実践の中から分かりやすくお伝えする市民講座を開催します。まさに「そうだったのか！」の知識がぎっしりつまつた講座です。みなさまのご参加をお待ちしています！

★お申込み・お問合せ先★

陸前高田市地域包括支援センター

☎0192-54-2111（内線205）



参加しませんか？



# りくカフェスマートクラブ

Rikucafe Smart Club

## 3期・4期のお知らせ

りくカフェでは、地域のみなさんと楽しく介護予防・健康づくりに取り組んでいます！  
気軽にできる体操、健康づくりのコツがわかる講座などの他、りくカフェ自慢の  
ヘルシーな和定食を参加者の皆さんと楽しむというプログラムです。  
りくカフェで身も心も健康に、スマートになりましょう！ぜひお気軽にご参加ください！

### <日 時>

3期：11月4日～12月16日

4期：2016年1月13日～2月24日

時間：11:00～13:00

(全7回 毎週水曜日)



### <会 場>

りくカフェ・もとカフェ（仮設りくカフェ）

陸前高田市高田町字鳴石22-9

Tel: 0192-22-7311

※料理教室は陸前高田市コミュニティホール  
にて行います。

会費：500円/回（りくカフェでの昼食代として）

対象：陸前高田市在住、

介護予防・健康づくりに興味がある方

定員：8名

主催：NPO法人 りくカフェ

### 各回の健康ミニ講座の内容（予定）

食事指導

ヨガの呼吸法

料理教室

ハーブ

咀嚼・口腔

睡眠

自分でできるツボ

冬の冷え対策

### 各回のプログラム

11:00～11:15 血圧、体重測定

11:15～11:35 運動

11:35～12:00 健康ミニ講座

12:00～13:00 昼食

### <お問い合わせ>

陸前高田市 長寿社会課 Tel: 0192-54-2111 (内線205) 担当: 千葉

