

A close-up photograph of a blueberry branch with several ripe, dark blue berries and one unripe, light green berry. The background is a soft-focus green, suggesting a healthy bush.

# 「高齢者の生きがい作りは 地域の元気作り」

庄原市西城自治振興区  
地域マネージャー 上西みどり

# 庄原市西城自治振興区

## 地域に生きる 地域と生きる

～そうはゆうても、わしらでせにやあいけんじゃろう～

### 大きな3つの目標

1. 安心して暮らせる環境をつくる
2. 豊かな自然を守り、地域資源を活かす
3. 人を育て、地域をつくる

### 4つのプロジェクト

- ・ やすらぎプロジェクト
- ・ さとやまプロジェクト
- ・ もてなしプロジェクト
- ・ まなびとふれあいプロジェクト



# やすらぎプロジェクト

## 高齢者世帯の聞き取り調査実施（H24・9月～12月）

・アンケートではなく、実際に訪問し、直接話しを聞くことで本当に必要な情報が得られる。

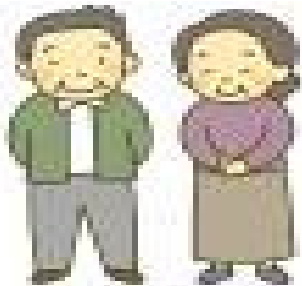
### 生きがい支援

- ・自家消費野菜のインターネット販
- ・農家民泊

### さりげない見守り活動

### 生活支援

- ・おでかけツアー
- ・サロン巡回出前講座  
ラフターヨガ講座



みんなが住みやすい、楽しい町づくり



## 『孫もたべる 安心野菜じゃけ～』

自家消費野菜の  
インターネット販売

平成25年 7月～スタート

約60軒の農家さんが参加

初年度 約240箱販売

昨年度 約180箱販売

50代～80代の農家さん

地域の加工所と連携して、春にはよもぎ餅セット、年末にはお正月餅セットを販売

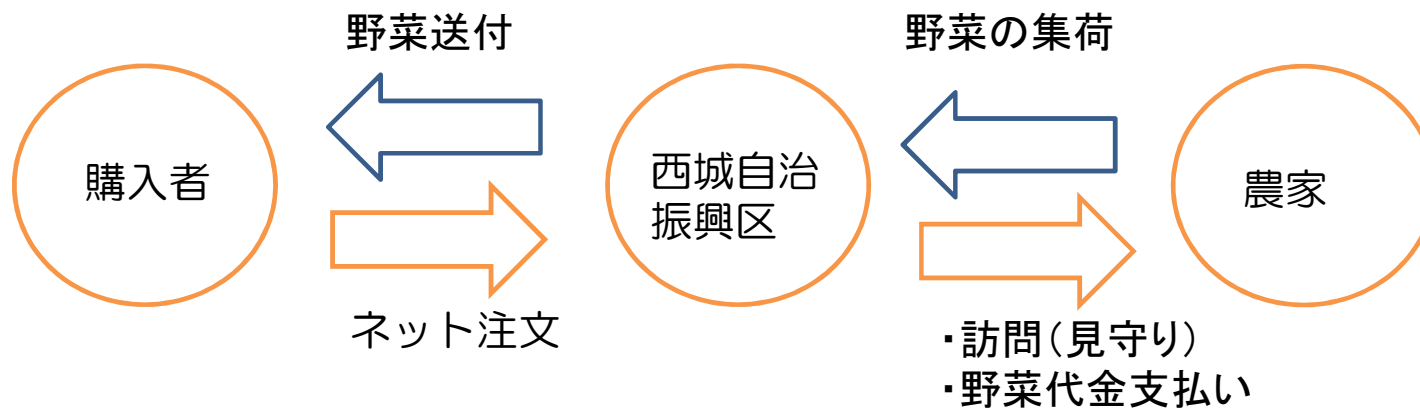
＼そうだ！／

**農家が食べる野菜を食べよう！**



## 今求められている野菜

- 西日本産の野菜（放射能の影響）
- 無農薬、無化学肥料の野菜（無農薬・無肥料の野菜）
- 安心・安全な野菜
- 新鮮で種類が豊富（産直市にあるような野菜）
- 安定価格



- 農家も購入者もみんなが幸せな関係がいい (win-winの関係)

















農家が食べる安心な野菜を皆さんの食卓へ お問い合わせ

### 孫も食べる安心野菜じゃけ～

ホーム | ご注文フォーム | 西城の野菜 お届け予定リスト | お支払方法について | お問い合わせ |



#### 告知情報

H26年は4月頃からです。

西城産コシヒカリ販売中

#### コンテンツ・ナビ

ホーム

ご注文フォーム

ありがとうございます。

「孫も食べる安心野菜じゃけ～」のホームページによろこそ！

おじいちゃん、おばあちゃんが家族や孫のために、できるだけ農薬を使わず、楽しみながら野菜を作っています。今年度は、12月27日で一旦終了します。来年度(平成26年)、4月頃からスタートしますので、引き続きご愛顧の程よろしく申し上げます。

旬の野菜の詰め合わせ販売(毎週金曜日発送)



### 旬の野菜の詰め合わせ申込

下記フォームへ入力し [確認] ボタンを押してください。

お名前	<input type="text"/> *
ふりがな	<input type="text"/> *
メールアドレス	<input type="text"/> *
住所	〒 <input type="text"/> - <input type="text"/> <input type="text"/> *
TEL	<input type="text"/> * 例) 123-456-7890
商品名(北海道+500円・沖縄+300円)	<input type="checkbox"/> 新米(コシヒカリ)玄米予約10kg4,500円(10kg単位で必要数をご要望欄にご記入下さい) *
発送希望日(毎週金曜日発送、土曜日着 *一部地域を除く)	<input type="checkbox"/> 新米コシヒカリ(玄米10kg)4,500円(12月27日の野菜の詰め合わせは申し込み多数により締切りしました) *
支払方法	<input type="radio"/> ゆうちょう銀行振込(前払い・ゆうちょう銀行間からの振込みは手数料がかかりません) <input type="radio"/> 代金引換 *
定期購入を利用する	<input type="radio"/> 毎週利用 <input type="radio"/> 隔週利用



# 地域ぐるみで高齢者支援

## 西城自治振興区 実態調査基に取り組み



自宅の畑に実った野菜を見ながら楽しそうに話す稲田さんと上西マネージャー

### 源流

同振興区は7月、一孫も食べる安心野菜じゃけ〜としてインターネットでのトマトやキュウリなどの野菜のセ

### 交流促進やツアー企画

庄原市西城町内の14自治会をつくる西城自治振興区が本年度、高齢者の生活実態調査を基にした、まちづくりを進めている。生きがいづくりと生活支援の二つが柱。外出が少なく孤立しがちなお年寄りの交流の場を増やし、自然なかたちで見守りにつなげる。(菊本志)

ット販売を始めた。生きがい支援の一環だ。

町内の一人暮らしの高齢者たち45人が自宅の畑で栽培し、食べ切れないものを集め1箱1980円で売る。

利益よりも狙いはお年寄り同士の交流や、やる気を刺激すること。同町入江に一人で暮らす稲田藤子さん(80)は約5坪で野菜など約40種類を育てる。

「食べてくれる人がいると作りがいがある。みんなと一緒に野菜を出し合えば、話をする場にもなる」と喜ぶ。

生活支援では、おでかけツアーを始めた。予定を詰めすぎず、歩行距離も短めにした高齢者向けの企画だ。6月には13人が高野町に行き、道の駅で買い物などをした。また、振

興区内の各地域への出前講座も始めた。

生活実態調査は昨年9〜12月に実施した。

振興区職員の上西みどり地域マネージャー(45)が、振興区内の75歳以上の1〜3人暮らし200世帯から聞き取った。

ほとんど外に出ない独居の高齢者など、早急に必要な世帯が多かったという。一方で、野菜作りを生きがいにする人が多く▽趣味を持ち、近所以外に友人がいる方が生き生きとしていること▽などが浮かんだ。

上西マネージャーは「生き生きと笑顔で暮らせることが大事。そのため支援が、さりげない見守りになれば」と話している。

調査では、女性を中心に移動手段を持たない人が多い中、地域にずっと住みたいとの希望が強いことも分かった。今後は通院など、移動手段の支援の充実などが必要になる。



ひろしま満点ママ tss放送局 平成25年9月放送

# テレビ放映で注文殺到

ピンチは  
チャンス!

ピンチピンチ!  
チャンス! チャンス!  
ラン・ラン・ラン

元気な町の情報発信を応援!  
観光スポットやイベント、ご当地グルメ・有名人な  
ど、さまざまな「まち自慢」を楽しく紹介します。

# 農家民泊

＼そうだ／  
農家に泊まろう！

今、農家が面白い！

ここで誰に出会い、

何を感じるのか？

























# 高齢者がどのように変わったか？

## 野菜のインターネット販売

- ・野菜を育てる意欲が更にわく。（新しい野菜にチャレンジ）
- ・種の交換など、常会を超えたつながりができた。

## 農家民泊

- ・福島や関東からの保養受入れにより、新聞やテレビでは報道されない現実を知ってもらうことができた。
- ・高齢者でもできることがあり、都市部の人との交流の楽しさを実感して、地域の人や地域外の人に自ら話を始められた。



高齢者の意識が変わることで、若い人たちも住みやすくなる

# 今後の課題

- 自家消費野菜のインターネット販売  
継続させるための組織作りと販売方法
- 農家民泊  
周知と地域の協力体制作り



定住につなげる



**ご清聴ありがとうございました**