

まちづくり協議会の活動紹介

地域の課題や魅力は、地域に住んでいる人が一番よく知っています。そこで、高浜市では、それぞれの地域の特性をふまえながら、地域にとって一番ふさわしい方法で課題を解決していただき、元気で活力に満ちたまちづくりを推進するために「地域内分権」を進めてきました。その取組み内容や効果などをご紹介します。

いつまでも元気に若々しく!いきがい・健康づくり



平成24年度から、吉浜まち協でもスタート!活動が広がっています。



南部まちづくり協議会では、主に男性シニア層を対象として「男のレシピ研究会」を月1回開催しています。老後、1人でも生活できるように…、冷蔵庫の残り物を活用したい…、料理をすることで脳を活性化させ、ボケ防止につなげたい…など、さまざまな効果を目指して活動中です。研究会メンバーが、自ら栽培している野菜を持ち寄ることも。研究会で鍛えた腕は、地域のイベントや宅老所などでも活かされ、1年の成果発表会も行っています。

吉浜まちづくり協議会では、「健康づくりは足腰を鍛えるところから」ということで、日常生活の中で身近な運動であるウォーキングを、月2回開催しています。毎回1時間程度、コースを変えて吉浜小学校区内のいくつかのコースを歩くことで、地域の良いところを再発見できます。万歩計を利用した成果の確認や仲間同士のコミュニケーションを図りながら年1回、吉浜小学校区全域を歩くロングコースのウォーキング大会も実施しています。



高浜まちづくり協議会では、子どもたちとお年寄りと一緒に、将棋や折り紙、紙芝居などをして過ごす「おじいちゃん・おばあちゃんと遊ぼう教室」を、年1回開催しています。最近では、核家族化により、子どもとお年寄りに関わる機会が減っている中、世代間交流を図る貴重な機会となっています。3月に開催した教室では、頭や体を使ったゲーム、紙芝居などを行い、楽しく過ごしました。

南部まちづくり協議会、吉浜まちづくり協議会では、保育園の園児とお年寄りと一緒に、農園での作物の栽培・収穫などを行っています。園児にとっては、食育や命の大切さを学ぶ機会となり、お年寄りにとっては、子どもたちとのふれあいや、体を動かすことで、楽しみ・生きがいにつながっています。



仲間と一緒に体を動かしたり、おしゃべりをしたり、子どもたちとふれあうことで、いきいきと楽しく生活ができ、心と体の健康につながっています。豊富な知識や技術を次世代に伝えていくためにも、いつまでも元気に活動していただくと良いですね。