

# おらんくの 自慢大会

報告書



高知市では毎年、地域活動に興味・関心のある皆様や、日頃から地域活動に携わっている皆様に、より詳しく地域活動について知ってもらうことや、お互いの連携・協力関係の構築を図っていただくことを目的とした全体交流会を開催しています。

第8回目となる今回は、令和5年11月5日(日)14時30分～17時に総合あしんセンターにて「おらんくの自慢大会」をテーマに各地域内連携協議会で力を入られたり、工夫して活動している事例を発表していただき、持続可能な地域づくりについて考えました。講師には、IIHOE[人と組織と地球のための国際研究所]代表者である川北秀人氏をお招きし、各地域からの発表へのアドバイスなどをご講演いただきました。

本報告書では、各地域内連携協議会の熱い思いが込められた発表や、その発表に対する参加者からのコメントや質問、また、川北講師からのアドバイスやご講演の一部をご紹介します。

## イントロダクション

「おらんくの自慢大会」の開催にあたり、各地域内連携協議会に対して令和5年7月末に実施した事前アンケートの調査結果を公表しました。アンケートでは、各団体で力を入られていること、工夫していること、それらを含めて「おらんくの自慢大会」で発表いただけるか、また、お困りごとや課題などをお伺いし、その結果を踏まえて、川北講師より、以下のアドバイスをいただきました。

### ① 中学生以上の全住民アンケート調査の実施

役員だけで今後何をやっていくかを決めるのは大変。大事なことは住民みんなの意見を聞くこと。

### ② 行事を「重ねる」「間引く」

運動会と防災訓練を「重ねる」、運動会を2年に1回にして「間引く」ことで負担軽減を。

### ③ 部会を活かした担い手育成

部会長を育てることで団体の役員が育つ仕組みづくりを。

### ④ 今までの取組を見直すためのコミュニティ計画づくり

新しいことをやるためではなく、今の体制を見直すために策定を。

事前アンケート結果の詳細は  
右の二次元コードからご覧いただけます！



# おらんくの自慢大会

## 取組事例の発表

7分間の持ち時間のなかで、各連携協議会で力を入れられたり、工夫して活動している事例を6団体の皆様に発表いただきました。参加者の皆様には、各発表を聞きながら「質問」と「ひとことメッセージ」を付箋に記入していただき、模造紙にとりまとめました。

川北講師には、たくさんの付箋の中からいくつか選んで質問をしてもらったほか、各団体へのアドバイスをいただきました。

次ページより、概要を掲載しておりますので、ぜひご覧ください！！

### 発表団体(6団体)

鏡地域連携協議会

下知地域内連携協議会

三里まちづくりの会

十津ふるさと会

第八ふれあいネットワークの会

介良地区連携協議会

潮江南地域連合会



6団体の発表資料は  
二次元コードから  
ご覧になれます！

まずは自己紹介！



発表に聞き入る参加者の皆様



質問やコメントを付箋に記入！



川北講師が質問をセレクト！



質問に回答♪



グループ内で意見交換♪





鏡地域連携協議会では、「それとなく」アイスブレイクする(例えば、「ミカンの皮は上下どちらから剥ぐ?」), 席の配置を変える(くじ引き・気まぐれ), 水分と糖분을補給する, ムードメーカーを大事にする, 参加団体の抱える問題を共有する, 会の様子を毎月発行している広報紙「かがみづくり」でお知らせするなどの工夫をしています。

その結果, 出席率が53%(H29)から86%(R5)まで向上しました。また, 会議に参加することが「な～んか楽しく」なり, 参加団体同士の情報共有が盛んになりました。今後は, 雑談や座談会だからこそ出てくる「ちょっとした困りごと」を放置せず, 地域活動応援隊の力も借りながらしっかり捉えていきたいと思えます。

(発表者: 鏡地域連携協議会 中嶋澄恵 事務局長)

## 質問

- ・ムードメーカーはどうやって見つけましたか?

(回答)湧いてきました。

- ・広報紙を毎月発行するのは大変ではないですか?

(回答)各団体が作成した記事をレイアウトするだけなので, 楽しんで作っています。

## 川北講師からのアドバイス

- ・ちょっとした困りごとを放置しないために, 困りごとへの対応事例を一つではなく, 複数示してはいかがでしょうか。地域活動応援隊には, 他地域の対応事例を調べてもらって, 地域の実情に合わせてできそうなことを提案してもらってはいかがでしょうか。



## 下知 地域内連携協議会 ～楽しく つながる コミュニティの種まき～

下知地域内連携協議会では, 代表に後押ししてもらいながら次世代メンバーを中心として「つながろう下知事業ヒトモノコト」事業を企画し, 令和5年2月に開催しました。下知地域にはたくさんの方がいていろんな人が住み, いろんなお仕事をしているので, それを知る機会にしようとして, 「楽しくつながろうコミュニティの種まき」(すぐには実らないが, 後に収穫として成果が得られる)として, 前半は, ピアノ調律師による講演会, 後半は懇親会を行いました。

事業の結果, 新しい人と出会えるきっかけになり, 濃く, 深い繋がりができました。違う年代, 違うジャンルの人と繋がれば, 今まで出なかったアイデアが生まれてくると思うので, 今後は繋がりができた方たちに下知地域内連携協議会や地域の団体について知ってもらい, 気軽に協力してもらえようような関係に発展できればいいなと思っています。

(発表者: 下知地域内連携協議会 伊藤雅俊 理事)

## 質問

- ・どのように参加を呼びかけましたか?

(回答)基本的に「すぐーる」(学校・家庭・地域をつなぐ連絡システム)を活用しました。

- ・今後どのような頻度で開催しますか?

(回答)今のところは年に1回の予定です。

## 川北講師からのアドバイス

- ・地域にどんなことをできる人がどのくらいいるのかをカタログにしていこう。取組は, 商店街版(まちゼミ), 飲み屋版(バル), 観光版(オンパク)などたくさんあります。ぜひ年に1回と言わず, 3か月に1回くらい開催してはいかがでしょうか。



## 三里 まちづくりの会 ・ 十津 ふるさと会 ～みさとフェア～

三里まちづくりの会と十津ふるさと会では、両地域のつながりづくりと防災意識の向上、地元小中学生に地区の良さを体験してもらうことを目的として、「みさとフェア」という防災イベントを合同で開催しています。今年度は11月26日(日)に十津小学校で開催し、防災に関する体験ブースなどを設けます。過去には、浦戸湾で三里中学校1年生を対象にシーカヤック体験も行っていました。また、餅投げをしたときには、たくさんの方が集まりましたが、餅投げが終わると潮が引いたように帰っていきました。これを我々の地域では、「餅逃げ」と呼んでいます。

三里と十津はひとつということ、協力して行っていますが、スタッフの高齢化が進んでおり、我々が頑張っている背中を見てくれたら誰か来てくれると思いつつ、どうやったら若い人を取り込むことができるのか考えています。(発表者：三里まちづくりの会 西森茂 会長，土居正治 常任理事)

### 質問

・シーカヤック体験ではどのような安全対策を行っていますか？

(回答)三里分団に監視船を2隻、スタッフにプレジャーボートを最低3隻出してもらい、海上を見回っています。

### 川北講師からのアドバイス

・部活動の参加率が低下しているの、学年を超えた交流として、過去にシーカヤック体験をした先輩が陸上で指導する形をとって先輩風を吹かせる機会を作ってはいかがでしょうか。また、地域の社会福祉法人に協力してもらって、行事に参加すると骨密度や血圧測定ができるなど高齢者にとってのメリットも設けてみることもぜひご検討ください。



## 第六 ふれあいネットワークの会 ～防災運動会～

第六ふれあいネットワークの会では、区民運動会に防災の要素を掛け合わせた「防災運動会」を開催しました。イベントを盛り上げるために、餅投げだけでなく、空くじなしのお楽しみ抽選会も実施し、最後まで参加者に残ってもらえるよう工夫をしました。また、参加者全員で人文字「六」を作ったり、小学生が考えた競技も実施しました。

事業の結果、小学校の卒業生やお年寄りを含め、多くの方の参加がありました。また、全員参加で人文字を作ることによって一体感が生まれました。マンションにお住まいの方の参加率が少ないという課題はありますが、今後は、常連さんはもちろん、初めての方も参加できる運動会、また、防災を通して地域の安全安心につなげていきたいと思つています。(発表者：第六ふれあいネットワークの会 末信力 副会長)

### 質問

・防災運動会を開催したことで参加者はどれくらい増えましたか？

(回答)例年200人前後ですが、300人近い方に参加していただきました。

・どのように参加を呼びかけましたか？

(回答)地域の掲示板を活用したり、マンションにはプログラムを全戸配布しました。

### 川北講師からのアドバイス

・マンションの単身中高年世帯に参加してもらえるように、例えば、安否確認訓練の速さや参加率を競って運動会当日に結果を発表してはいかがでしょうか。集まって行事に参加しなくても個人記録の集計で参加するというアプローチもご検討ください。



## 介良 地区連携協議会 ～介良・高知市合併50周年記念事業～

介良地区と高知市が合併して50周年を迎えたことから、介良地区連携協議会が音頭を取って「介良・高知市合併50周年記念事業実行委員会」を設立しました。コロナの感染拡大により、計画していたすべての事業の中止を覚悟しましたが、実行委員長の「延期でいきましょう」との言葉で記念式典や記念誌作成、史跡紹介掲示板の修繕、記念植樹などを実施しました。

様々な事業の準備を通して、日頃は接することの少ない保育園、小学校、中学校、地域の関係機関、行政等が、同じ目的に向かって汗をかいた事実は、確実に介良地区の団結力と教育力を高めました。今回の取組における住民の評価は、20年後、30年後に得られると思います。将来、70周年、80周年の機会に、今回の経験が活かされることを願っています。（発表者：介良地区連携協議会 岩井朗 会長，吉川清美 事務局員）

### 質問

- 50周年記念事業の成果をどう活かしますか？

(回答) 様々な団体関わって顔つなぎができたので、それをこれからの介良に繋いでいけるようにしたいです。さらには、介良地区のコミュニティ計画策定を視野に入れた活動をしていきたいです。

### 川北講師からのアドバイス

- 50周年プレミアム商品を作成してはいかがでしょう。地域で力を入れて作っているものを地域の人が食べていないかもしれません。地域の力を実感するという意味でも、限定100個などと制限して販売することを考えてみていただけると良いかと思います。



## 潮江南 地域連合会 ～成長過程に合わせた地域の支え～

潮江南地域連合会では、子どもの成長過程に合わせて小さいコミュニティから大きいコミュニティへと関わりながら、地域の団体も共に成長していこうという考え方を基本としています。地域で起こった課題に対して、課題解決型の活動と交流促進型の活動の双方を実施して、継続して課題に対応できるようにしています。事業ごとに実施するのではなく、「①子どもたちの学習支援②子どもたちの生活支援③地域防災の取組④地域コミュニティ強化⑤地域安全・環境整備⑥地域住民の健康増進⑦地域学校協働本部」の7つの柱で事業を実施し、柱ごとの課題解決に努めており、地域で課題があった時にサポートする体制をとっています。

最近では、イベントなどで中学生が手伝ってくれるようになりました。今後も人材を長い目で育てていこうと思います。（発表者：潮江南地域連合会 川上政寿 事務局長）

### 質問

- 7つの柱の優先順位はどうなっていますか？

(回答) 子どもに関することが中心です。

- 速いスピードで物事をどうやって判断し、連携・調整していますか？

(回答) 若い世代に判断を委ね、責任は自分たち先輩がとるという形をとっています。

### 川北講師からのアドバイス

- 課題に対する取組として、「課題解決」と「交流促進」という2つの軸に加えて、先輩後輩関係のような感じで継続的に住民が関与していく仕掛けとして「人材育成」という軸も加わると無敵だと思います。





# 発表団体へのひとことメッセージ (一部抜粋)

【鏡】  
会議へ参加したくなる  
ような「雰囲気づくり」  
が素晴らしいなと思い  
ました。

【鏡】  
広報誌「かがみづく  
り」による情報発信が  
素晴らしい取組だと思  
います。

【下知】  
新しい世代をメインに  
することで幅広い世  
代が参画できたので  
はないかと思います。

【下知】  
「コミュニティの種ま  
き」という表現がステ  
キでした！

【第六】  
全員参加の競技, 小  
学生発案の競技, 良  
いと思います。

【第六】  
成果として自主防や  
体育会の負担軽減に  
もつながっていると思  
いました。

【三里・十津】  
発表がフランクな感じ  
でとてもよかったです。  
三里・十津愛があ  
ふれる発表でした。

【三里・十津】  
楽しい, 面白いは  
人が集まる重要な  
ポイント! 参考にな  
りました!

【介良】  
地域を知る, 地域へ  
の愛情を生む良い取  
組と感じました。

【介良】  
“ベリー君”  
Very Goodですね。

【潮江南】  
暮らしに直結するよ  
うな支援ができてい  
るのがすごいと思い  
ました。

【潮江南】  
世代交代を考えて  
実施できていると思  
いました。



たくさんのメッセージ  
ありがとうございました!



# 川北講師によるご講演

今までの高齢化とこれからの高齢化は性質が違います。

高齢者の中でも、要介護度が高い方の比率が高い85歳以上は今後も着実に増え続けるのに対し、要介護度が低く、「元気高齢者」とも言うべき前期高齢者(65~74歳)は、2015年をピークに減り始めています。つまり、自治会長や民生委員の主力として地域づくりを支えてくださっている年齢層は減少し続けるのに対し、お世話される側に回ることが多くなる85歳以上はまだ増え続けるのです。さらに、2025年には、定年が70歳まで延長されることになっています。介護保険制度が始まった当初の2000年ごろは、60歳になれば定年で、元気なまま地域にデビューされた方もたくさんいらっしゃいました。しかし2023年時点で、60歳から64歳の就業率は5割を超えているそうです。この状態は、70歳定年の施行によって、さらに深刻化するでしょう。

このような状態に備えるためには、地域づくりの主役の担い手となる年齢層の負担を、今から減らしておくことが重要です。そのためには、防災運動会のように行事を「重ねる」、「間引く」ことが大事です。

もう一つ考えていただきたいのは、一人暮らしの方(独居者)の参加をどう促せるか。世帯に自分1人しかいないから、地域活動に参加できない方もいます。例えば、お茶会や健康づくりのサロンなどが有効でしょう。しかし、男性のなかには、サロンになかなか参加しづらい方もいます。これは全国共通です。

すでに日本の全世帯の4割近くが単身世帯であり、高知市にもその波は来ています。ぜひ未来に向けて考え、実践してみてください。



川北講師の講演資料は右の  
二次元コードからご覧になれます!



川北講師のご提案により、地域づくりの取組を進化させていくために、最後に「会場の10人と目と目を見つめ合って、『一緒に頑張ろうね』と言って握手・ひじタッチ」をしました!



# ご参加いただいた皆様



## 懇親会

今回は、4年ぶりに懇親会も開催しました！！

一ツ橋連携協議会 島田和宏会長による乾杯のご発声に始まり、中盤では、地域コミュニティ推進課が撮影した各地域の行事やイベントのスライドショーを音楽付き(演奏：flatfive jazz quartet)で上映し、大変盛り上がりました。来年度以降も懇親会の開催を予定しておりますので、ぜひご参加ください♪



とっても楽しそう！



川北講師にもご参加いただきました！



島田和宏会長

令和5年度 高知市地域内連携協議会全体交流会「おらんくの自慢大会」報告書 (発行：令和6年1月)

高知市市民協働部 地域コミュニティ推進課

〒780-8571 高知市鷹匠町2丁目1-43 たかじょう庁舎2階

TEL：088-823-9080 FAX：088-824-9794

E-Mail：kc-102000@city.kochi.lg.jp HPアドレス：https://www.city.kochi.kochi.jp/soshiki/21/