

地域の健康マイスター養成講座

ちょっとした健康相談から、ゴミ出し、移動や買い物のお手伝いまで――。地域の中で、住民同士ができる範囲で支え合う活動を担う「地域の健康マイスター」の養成講座が今年度からスタートしました。

このたび、3日間の集中講座を修了した1期生6名が誕生。講座では、歯科・栄養・睡眠・運動指導などの座学に加え、調理実習やグループディスカッションなど、実践的な学びも行われました。

今回誕生した6名が、すぐに一人で地域活動を担っていくわけではありません。まずは役場と一緒に「どんなことができるか」を話し合い、それぞれができることから少しずつ活動を始めていく予定。例えば、地域の介護者が集まり、悩みや思いを語り合う「ほけ出し会」を企画するなど、地域のニーズに寄り添いながら、できることから取り組んでいきます。

地域の健康マイスターは、地域の健康づくりだけでなく、「ちょっと困ったときに、お互いさまで支え合えるまち」をつくるための新たな担い手です。6名の1期生を中心に、これからどんな活動が生まれていくのか、今後の活躍が期待されます。











受講生の声　　**鳥浜自治会　礒口 けい子さん**

若い頃は、子育てや仕事に追われ、運動をすることもなく、食事も栄養を考えるより、「まずは家族にお腹いっぱい食べさせてあげたい」という思いが強くありました。でも、自分がこの年齢になって、「自分が健康でなければ、家族に何もしてあげられない」と思うようになりました。これから誰かのために何ができるかは分からないけれど、まずは自分自身の健康を大切にしたい。そんな思いから、自分のために受講しました。

＼２期生を募集します！ご応募お待ちしています／



募集期間▶11月～12月（広報紙に掲載）
養成講座▶1月～2月
※定員に満たない場合は来年度実施。

コミュニティ食堂

「コミュニティ食堂」は、子どもたちに温かい食事を届けるとともに、地域の誰もが気軽に集い、交流できる場所です。子どもたちの成長を見守りながら、地域のつながりを育んでいます。

錦江町でも「ゲストハウスよろっで」で開催されていましたが、担い手が見つからず、しばらく休止していました。そんな中、諏訪原実遥さんが活動を受け継ぎ、「もう一度、子どもたちや地域の皆さんが集まれる場所を」との思いから、コミュニティ食堂を復活させました。

活動は、地域の皆さんからの寄付に支えられています。寄付は一口250円からで、一口が子ども1人分の食事につながります。

一度途切れた活動が、諏訪原さんの思いによって再び動き始めました。子どもたちの笑顔を真ん中に、世代を超えて人がつながる場として、これからの活動が期待されます。

ふるさとワーキングホリデー

県外の若者たちが、2週間町内に滞在し、農業や建設業に従事しながら錦江町での暮らしを体験する「ふるさとワーキングホリデー」。参加者第1号となる関東在住の大学生5名が、9月1日から14日、錦江町を訪れました。



「ふるさとワーキングホリデー」は、単に観光するだけでは分からない、地域の日常や仕事、人とのつながりに触れられることが大きな魅力です。参加者にとっては、地域を知るきっかけになるだけでなく、移住や関係人口づくり、将来的な地域との関わりにつながる可能性もあります。



今回は「錦江町MIRAI（みらい）サポート協同組合」と連携し、鳥越農園、浜田農園、大山組に就労先としてご協力いただきました。

就労は5日間。鳥越農園では、ピーマンのハウスに肥料をまいたり、光を遮るネットを固定したりする作業を行いました。浜田農園では、ぶどうの収穫や選別、大山組では事務作業のほか現場見学なども体験。それぞれの仕事を通して地域の産業や人に触れ、地域で暮らし、働くことの魅力を実感しました。









参加者の声

・ハウスの中は暑くて、農家の方の大変さを実感しました。
・花瀬川を眺めながら食べるシャインマスカットは最高でした！
・入札の仕組みを学んだり、現場を見せていただいたりと貴重な経験をさせていただきました。
・よろっでできたくさんの町の方とつながることができました。人との距離感が近くて、温かい町だと感じました。

私自身、娘と一緒によろっでのコミュニティ食堂に参加していて、親子で楽しい時間を過ごしていました。前任の方が続けることができなくなり、「いつか復活してくれたら、誰かがやってくれたら」と思っていましたが、なかなかその兆しはなく…。そんなとき、「誰かがするのを待つのではなく、自分がやればいいんだ」と一念発起。町で開催されたローカルベンチャースクールや、県主催の地域プロデューサー実践講座に参加したことで、自分の想いが少しずつ形になっていきました。現在は、たくさんの方にお手伝いいただきながら運営しています。支えてくれる大人がいることを子どもたちに知ってもらい、いつか自分も誰かの力になれるような、親切の循環につながればと願っています。



麓自治会　諏訪原 実遥さん





現在、不定期で開催中。
詳しくはよろっでキッチンまで。
☎0994-27-4548





