

令和2年度 県老人クラブ連合会 地域活動リーダー研修会

意見発表

「松友会(長瀬中部老人会) の活動について」

湯梨浜町高齢者クラブ連合会
副会長 水野 彰

と き: 令和2年11月30日(月)10:00~

ところ: 「県立福祉人材研修センター」(鳥取市伏野1729-5)

湯梨浜町の位置図



[H16.10.1 合併](#)
(東伯郡羽合町・泊村・東郷町)

長瀬中部区的位置図



長瀬中部区

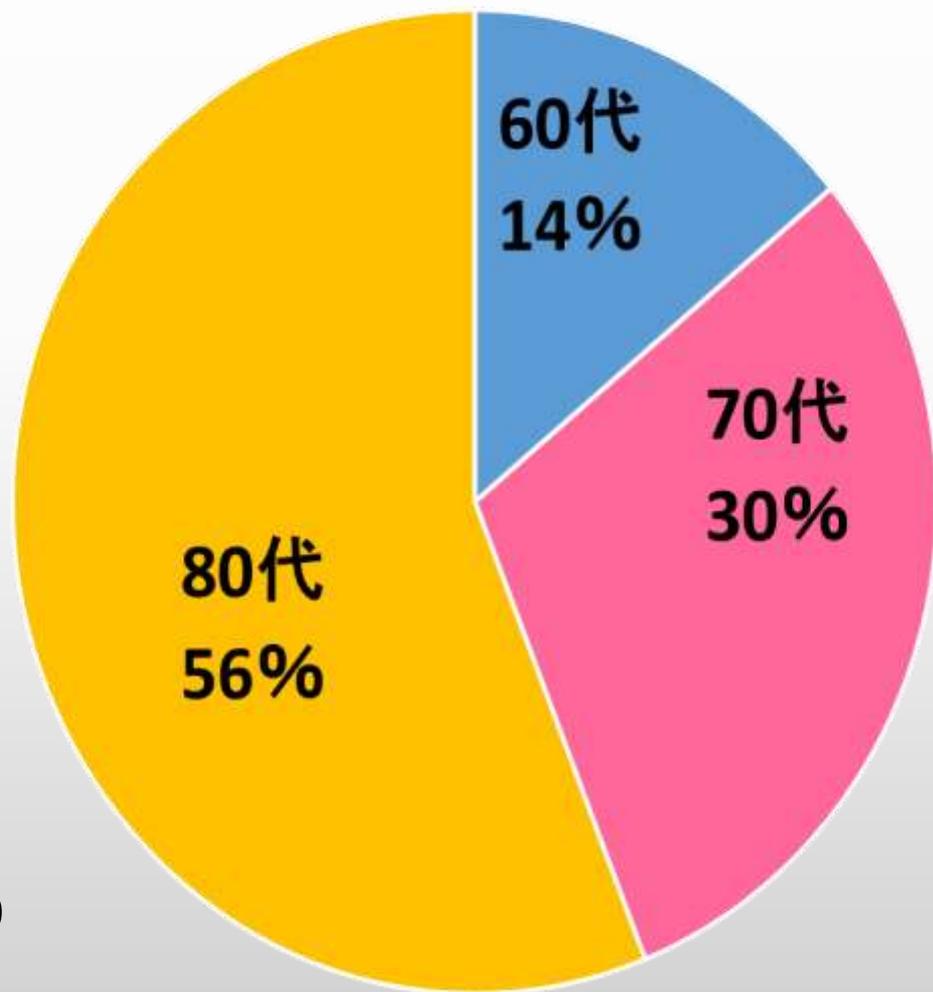


「松友会」について紹介

長瀬中部区の単位クラブ
会員 50名

(R2.4.1現在)

戸数	328戸
人口	909人
65才以上	169人
高齢化率	18.6%
要介護認定率	17.8%
認知低下率	14.2%



高齢化率等の一覧表

	長瀬中部	湯梨浜町	鳥取県	全国	備考
高齢化率	18.6%	31.5%	30.4%	27.5%	全国で2025年には高齢化率が33%見込 (3人に1人)
要介護認定率	17.8%	16.4%	(19.4%)	(18.5%)	全国で2025年には要介護認定率が20%見込 (5人に1人)
認知低下率	14.2%	13.0%			

要介護認定率の市町村比較

(厚生労働省 平成30年介護保険事業状況報告による)

	順位	市町村名	率	備考
要介護認定率	1位	北栄町	14.4%	農業の盛んな地域が上位 になっている (すいか、なし、ぶどう等)
	2位	琴浦町	15.8%	
	3位	智頭町	16.6%	
	4位	湯梨浜町	17.2%	
	5位	倉吉市	17.8%	
		鳥取県	19.4%	
		全国	18.5%	

「松友会」の年間事業

- 5月 第1回舟川花壇の除草作業
- 5月 ハイビスカス鉢植え作業
- 6月 春の研修旅行・・・千年亭で「三匹のこぶ座」
- 7月 ハイビスカス生育状況点検(ふれあい訪問)
- 8月 ハイビスカス生育状況点検(ふれあい訪問)
- 8月 第2回舟川花壇の除草作業
- 10月 長瀬神社及び第3回舟川花壇の除草作業
- 11月 秋の研修旅行・・・一昨年はキンビール岡山工場

「松友会」は令和2年度「2020活動賞」を受賞(全国老人クラブ連合会)
「ボランティア活動」として「ハイビスカスの見回り活動」を実施
「健康づくり活動」として「ゆりりんサロン活動」を実施

研修旅行(春と秋に2回実施)

昨年の春の研修旅行は20名が参加
東郷湖羽合臨海公園でグラウンドゴルフをした後、
千年亭で「三匹のこぶ座」の人情芝居と舞踊を鑑賞

(三匹のこぶ座)

(千年亭)



秋の研修旅行

一 昨年の秋の研修旅行は麒麟ビール岡山工場を見学
生ビールの試飲があり、とても美味しく頂きました。

次に、岡山城が望めるレストランで昼食後、
岡山後楽園をガイドの案内で歴史を学び菊花展も
見ることができ、奥津温泉の紅葉を見て帰りました。

(麒麟ビール岡山工場)

(岡山後楽園)



秋の研修旅行

今年の秋の研修旅行は大山の紅葉と「とっとり花回廊」の季節の花を鑑賞しました。

次に、「レストラン大山望」で昼食後、「水木しげるロード」「境港水産物直売センター」「お菓子の壽城」によって帰りました。

(展望駐車場「鬼女台」)

(とっとり花回廊)



「福祉会」の活動内容

「ゆりりんサロン」について

(健康づくり活動)

福祉会では毎月2回「ゆりりんサロン」を開催しています。
現在会員は14名です。

健康体操、脳トレ、ゆりりん体操を約1時間しています。

平成29年8月から始めて4年目になります。

一年間の成果をみるため毎年体力測定をしていて実年齢と体力年齢を比較して平均すると9才若い結果となっています。

湯梨浜町の介護予防対策

平成26年度 「ゆりりん体操」を考案

平成27年度～令和元年度(5年間)

リーダー(ゆりりんメイト)を100人養成

長瀬中部区での取り組み

平成29年度 リーダー(ゆりりんメイト)研修を受講

平成29年5月～7月 短期集中ゆりりんサロンを実施

平成29年8月～令和2年度「ゆりりんサロン」を実施

湯梨浜町の「ゆりりんサロン」

湯梨浜町地域介護予防活動支援補助金を活用
(高齢者の心身の健康維持、要介護状態の予防、
地域での支え合い体制の構築などを目的とする)

補助金の条件

- 1.月に2回以上活動
- 2.1回あたり1時間以上活動
- 3.運動、体操を実施
- 4.65才以上の人数が5人以上

65才以上の人数が5人以上で1回	1,000円
10人以上で1回	2,000円
15人以上で1回	3,000円

長瀬中部区の「ゆりりんサロン」

平成29年8月～令和2年度「ゆりりんサロン」を実施

令和2年度の計画

毎月2回、24回実施

毎回10人以上参加予定

年間予算48,000円(講師料、椅子、コピー代等)

令和2年2月に体力測定を実施

実年齢 66才～90才(平均79才)

体力年齢 57才～79才(平均70才)

年齢差 -2才～-21才(平均-9才)

ゆりりんサロン

「福祉会」では毎月2回「ゆりりんサロン」を開催
健康体操、脳トレ、ゆりりん体操を1時間実施
平成29年8月から始めて4年目になります

(ながせこども園との交流)

(長瀬中部公民館)



ゆりりんサロン



「ハイビスカスの見回り活動」



「緑の募金」緑化活動交付金を活用

「緑の募金」緑化活動交付金について

事業の目的	地域美化の一環として、緑化を推進
事業内容	樹木の植栽、花木等の植栽、 緑化関係のイベント、普及啓発活動
助成対象経費	苗木、種子、球根代、資料費、 作業用具、機械代、普及啓発経費等 (ジュース代などは対象外)

「ハイビスカスの見回り活動」



「松友会」の取り組みについて
(ボランティア活動)

- 「緑の募金」緑化活動交付金を活用
- ハイビスカスの苗(40本)と培養土等を購入
- 地域美化の一環として、地区内緑化を推進
- 「ハイビスカス」の苗を各会員が育てている
- 見回り活動を毎年2回(7月、8月)実施
- 管理アドバイザー2人と役員で各会員宅を訪問
- 水やりや、葉の生育状況、虫のつき具合等を点検指導
- 会員(一人世帯を含む)の友愛訪問を実施

「見回り活動」の取り組みの成果



- 各会員がハイビスカスの世話をすることにより、生きがいを感じていて、とても喜ばれている。
(5月から11月まで何回も花を咲かせる)
- 苗を育てる奉仕活動と見回り活動をとおして友愛訪問を実施しボランティアや仲間づくり活動につなげている。
- 特に、令和元年度は第20回ハワイアンフェスティバルがハワイアロハホールで開催され、その会場に約50鉢のハイビスカスを展示し、全国から参加の皆様に喜ばれて、会員一同感激しました。
- 令和2年10月30日に「鳥取県みどりの伝道師」による「ハイビスカスの上手な育て方について」研修会を実施。

ハイビスカス鉢植え作業

舟川花壇除草作業の後、実施している
長瀬中部公民館で腐葉土などを混ぜた
土で鉢植え作業を行い各戸に配布する

(長瀬中部公民館)

(鉢植え作業)



ハイビスカス生育状況点検(ふれあい訪問)

ハイビスカスの生育状況の点検と高齢者世帯
独居世帯のふれあい訪問を7月と8月に実施
今年度で6年目を迎えました

(佐野さん宅)



(河上さん宅)



第20回ハワイアンフェスティバルへの展示

令和元年7月5日から7月8日まで
会員が育てたハイビスカスを役場玄関前と
ハワイアロハホール玄関前に展示(48鉢)

(役場玄関前)

(ハワイアロハホール)



第20回ハワイアンフェスティバルへの展示



ハイビスカスの上手な育て方について(研修)

令和2年10月30日(金) 長瀬中部公民館
「鳥取県みどりの伝道師」による研修
土の改良、葉の害虫対応、枝の剪定について指導
剪定の時期や方法について具体的に現地指導
(講演) (研修)

