

第3回イベント 「くちわのつどい」

日時：平成22年3月19日（土）

場所：口和保健センター

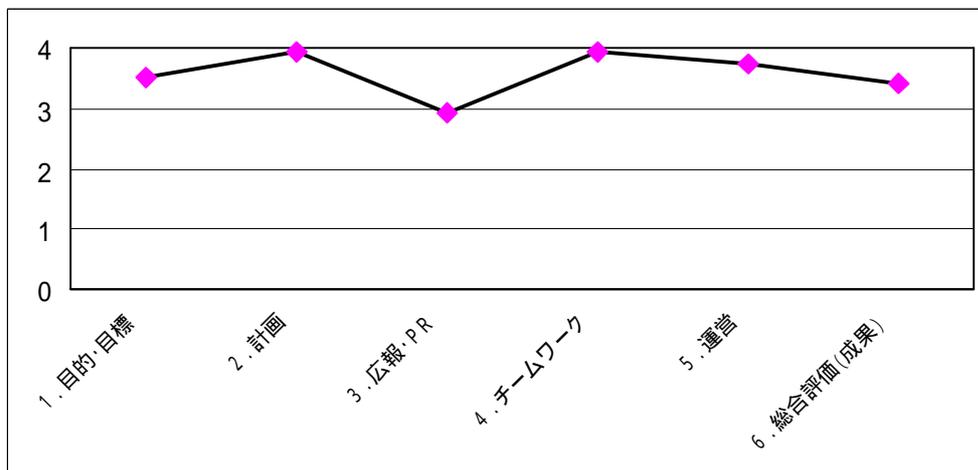
内容：くちわのつどい参加者へそばをふるまう

参加者：スタッフ7人，くちわのつどい参加者50人



* 蕎麦愉楽庵の活動記録は、インターネットのYou Tubeの“蕎麦愉楽庵活動記録22年度”をご覧ください。

自己評価



メンバーの感想

- ・ 2年目で町外の参加もあり良かったのでは。
- ・ メンバーで食べ歩きを予定していたが、実施出来なかった。

(5) 高野里山倶楽部

春待ち団子汁

活動の趣旨・概要	構成メンバー		
	市職員	社協職員	市民
3月5日に開催した元気はつらつコンサートで、里山鍋「春待ち団子汁」を作ってふるまった。	岸・森末・田辺		槇・清水

活動実績

「元気はつらつコンサート」に合わせて芋煮会チームは芋煮ならぬ「春待ち団子汁」と名づけた里山鍋50人分を作り、コンサート終了後参加者にふるまった。

元気はつらつコンサート

活動の趣旨・概要	構成メンバー		
	市職員	社協職員	市民
上高公民館と共催で「元気はつらつコンサート」を開催し、芋煮会チームが里山鍋「春待ち団子汁」を、伝えよう未来の高野へチームが民謡・民話の読み語りを披露した。	岸 ・小川 森末・森岡 西村・繁田 藤原	奥田・須安 繁山	山本・槇・高 根・坂口

活動実績

平成23年3月5日、里山倶楽部と上高公民館の共催で「元気はつらつコンサート」を開催し、子どもからお年寄りまで約150人が参加した。

「芋煮会チーム」が里山鍋「春待ち団子汁」50人分をつくり参加者にふるまい、「伝えよう未来の高野へチーム」が高野民謡の発表、高野民話「狼塚」の朗読を行った。

当日の朝はマイナス6度まで冷え込んだが、参加者からは「コンサートや団子汁で身も心も温まった」との感想があった。



ヒューマンソンググループ「ザ・わたしたち」の熱演



「元気はつらつコンサート」で盛り上がる参加者

(6) 比和里山倶楽部

秋の里山いただきます！

活動の趣旨・概要	構成メンバー		
	市職員	社協職員	市民
比和地域は、県内でも美味しいお米の産地であり、また野菜を作っている家庭も多い。お店に行くと年中様々な食材、野菜等が買い求められるなかで、素材の美味しさを最も味わえる「旬」を五感で楽しみたいと考え、自慢の新米を釜戸で炊いてご飯をつくり、持ち寄った漬物や野菜、一品料理等と一緒に味わいました。また、地元で生産した大豆を利用した豆腐づくりにチャレンジし、豆腐づくりの技術の伝承と昔ながらの手法を、次に伝えることが出来ました。	八谷・松島 加藤・中村 島津 小田(信)	荒木・松浦 藤野	田辺(静)・谷 田辺(治)・松永 小林(賢)・森山 奥田(絹)・松永 小林(明)・竹上 栄田・亀井・岡田

(活動実績)

と き 平成22年10月16日(土)9時から

ところ 比和町森脇 山王集会所・国指定重要文化財荒木家住宅

参加者 16名

自慢の新米をすくもクドで炊いてご飯づくり



(すくもくど)

すくもは、内側にすりきりまで入れました。

沢山すくもが必要かと思いましたが、少なくすみしました。

真ん中のところにへ新聞紙に火をつけて投げ込み、着火しました。火がついて、感激です。

(すくも釜戸でご飯を炊いています)

うまく炊くコツは、絶対に蓋をとらないこと。1時間10分、待ちました。蒸気が出ているとき、大変美味しい香りがしました。我が家にも1台ほしい、エコですね。



(おにぎりづくり)

炊き立てのご飯は、とても熱そうです。丁度いいおこげが出来ました。新米のご飯はとても香りがよく、イベントの成功を保証してくれました。

手づくり豆腐づくりにチャレンジ

～地元産の大豆を利用し、豆腐づくりのプロセスを学ぶ～



(豆腐づくりPart1 / 豆を潰しています)

一晩、水に浸した大豆をミキサーで潰しました。コツは、だだひたすらミキサーを押さえてスイッチを入れるだけです。早くできます。ここまでは、どの造り方もおなじですね。

(豆腐づくりPart1 / 豆乳を絞る)

潰した大豆を煮てから、布の袋に入れ絞りました。美味しそうな豆乳と、沢山のおからが出来ました。おからは、一品料理につかいました。捨てる場所がないですね。豆乳が美味しかったです。



(豆腐づくりPart1 / 出来上がり)

豆乳を型箱に入れ少し待ったら出来上がり。プルプルの温かい豆腐は、感動ものです。名人のアドバイスと指導から、参加者から「家で作ってみたい」と、沢山の声が出ていました。

(豆腐づくりPart2 / 煮る)

大豆を潰したものをすぐ絞り、絞った豆乳を温めています。煮た立たないように、名人の指導の下、気が抜けません。ポイントは、煮だつ前に水を打つと良いとのこと。ちょっとしてコツが大切ですね。



(豆腐づくりPart2 / 苦汁をうつ)

全体が温まったら、苦汁をうちます。全体に均等にうちますが、微妙な加減が大切です。名人に習おうと一生懸命です。

(豆腐づくりPart2 / 型箱に入れる)

苦汁を打ってから、豆乳が寄りだしたら、型箱に移して形をつくりました。型箱2個分の豆腐が出来ました。





(豆腐づくり / 出来上がり)

美味しい豆腐ができました。自然の中で、文化財を探訪しながら自慢の一品料理、猪なべを堪能しました。比和にも沢山の資源があることを知る機会となりました。



(秋の里山いただきます！！)

今回、豆腐づくりに参加した仲間です。豆腐づくりを引き継いで、地域や家庭で自慢の豆腐を造って行きたいと話されていました。

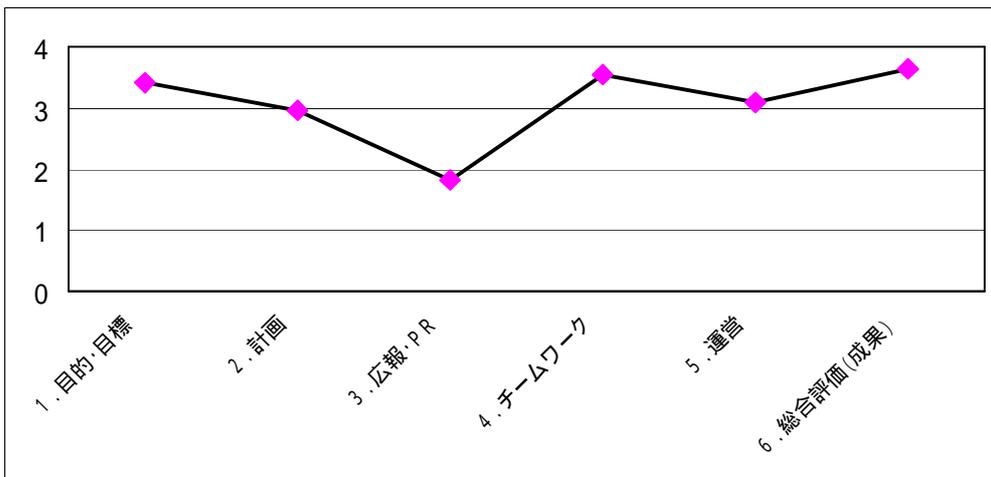
地元にある文化財の探訪(国指定重要文化財荒木家住宅)



比和町森脇にある国の重要文化財荒木家住宅です。

今は珍しい茅葺の屋根で、現在も住居として使用されています。

自己評価



メンバーの感想

- ・ とても楽しく作ることができました。地域でもすればいいと思います。
- ・ 味の濃い豆腐が二種類出来上がり、感動的だった。味の比較もでき手づくりの良さを感じた。
- ・ 美味だった。普段食べるものと大違い。
- ・ とても大豆の味のする豆腐が出来上がり、美味しく味わえたので満足でした。
- ・ いろんな話も出来てよかったです。
- ・ みんなで準備をし、みんなで作り、そしてみんなで食べる楽しさ、十分に感じられる会でした。
- ・ 大変美味しくいただきました。(秋の里山ごちそうさま~~)

(7) 総領里山倶楽部

楽しくリサイクル

活動の趣旨・概要	構成メンバー		
	市職員	社協職員	市民
今は使われていないモノ、眠っているモノにもう一度光を当て、モノを大切にすることから人を大切にすることを育む。	中井・島田	内平・岡	勢村

活動実績

1. 常設の図書コーナー設置

健康福祉センターのロビーに本棚と本を設置。

利用状況

月平均40冊程度の貸出利用があった。

ロビーで読む人は、月平均10名前後であった。

反応

定期的に借りて、入院中の家族へ届けている人があった。

数名から、読み終えた本の寄贈があった。

小学生には不適切な漫画があり、撤去した。



2. リサイクル普及活動

“里山倶楽部そうりょう”の他の活動チームと合同で実施したクリスマス会の一角にリサイクルコーナーを持ち、普及活動を行なった。

紹介した作品

新聞紙でバッグ

チラシで物立て

酒の箱でマガジンボックス



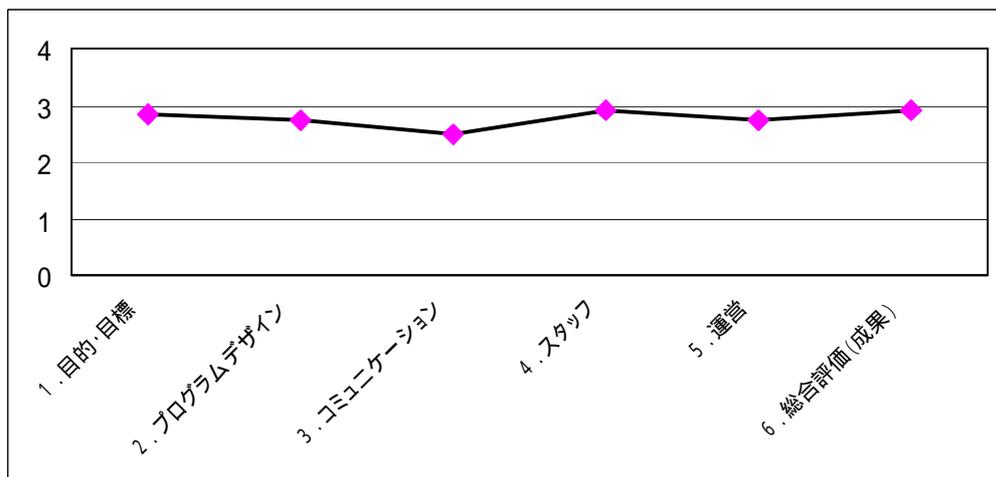
反応

事前に作品づくりを体験し、工程を確認した。

作るための道具も、紙ボンドやはさみ、カッターナイフ・・・と、どの家庭にもある道具なので、やってみようという人が多かった。

家にあるもの不要品を活用して、いろいろな作品ができる事に感心している人が多かった。

自己評価



メンバーの感想

図書コーナー

- ・ 少しずつではあるが冊数や種類が増えた。
- ・ 子ども用の本は傷みが出てきており、更新の必要もある。
- ・ 図書の更新などは、日程を決めておいて、取り組むべきだった。
- ・ 読み終えた本の寄贈は、ジャンルが広がったし、なによりこの活動の主旨「眠っているものに光をあてる」にマッチして良かった。

リサイクル普及活動

- ・ 酒の箱のマガジンラックは、丈夫で使い勝手も良く、好評であった。
- ・ どれも家にある不要品で、その活用に有益であった。
- ・ 新聞紙で作るバッグは、作り方資料を持ち帰る人が多く、関心の高さがうかがえた。
- ・ 他のグループとのコラボ行事で紹介したので、効率が良かった。

なんでも発見団！

活動の趣旨・概要	構成メンバー		
	市職員	社協職員	市民
総領に住んでいても端から端まではその良さを解っていないので、人つながりや自然つながりで知っていこう。	岡野・田邊 土井・高橋 山崎・島田	小島	延清

活動実績

1 "探検隊"

第1回 "桜巡り"

日 時：平成22年4月17日(土)10時～12時

参加者：メンバー4名、メンバーの家族1名

内 容：下領家のエドヒガン、木屋の木屋
癒香の杜のしだれ桜



第2回 "町内史跡巡り"

日 時：平成22年8月8日(日)8時～15時30分

参加者：メンバー2名、メンバーの家族1名

内 容：総領自治振興区主催の町内史跡巡りに参加し、史跡見学、世代間交流として竹で水鉄砲などを作った

下市：ねこ御堂・一本堂・龍興寺

上市：麦宇翁之碑・文塚

木屋：須賀神社・木屋癒香の杜

第3回 "帆立岩"

日 時：平成22年9月18日(土)8時～12時

参加者：メンバー4名

内 容：五箇に帆立岩と呼ばれる巨石があるが場所が特定できないため、位置確認のためピラミッド山頂へ行った。

帆立岩の位置確認はできなかったが、松山地区の方から情報を得ることができた。



2 ほっとふれあい美術館

期 間：平成22年8月5日～平成23年3月31日

内 容：総領地域の生活バス「ほっとふれ愛バス」に総領保育所の園児がクラスごとにテーマを決めて描いた絵を約1年間順次展示し、絵を通じて園児とバス利用者との交流を図った。



3 しめ縄づくり

日 時：平成22年12月12日(日) 9時30分～11時30分

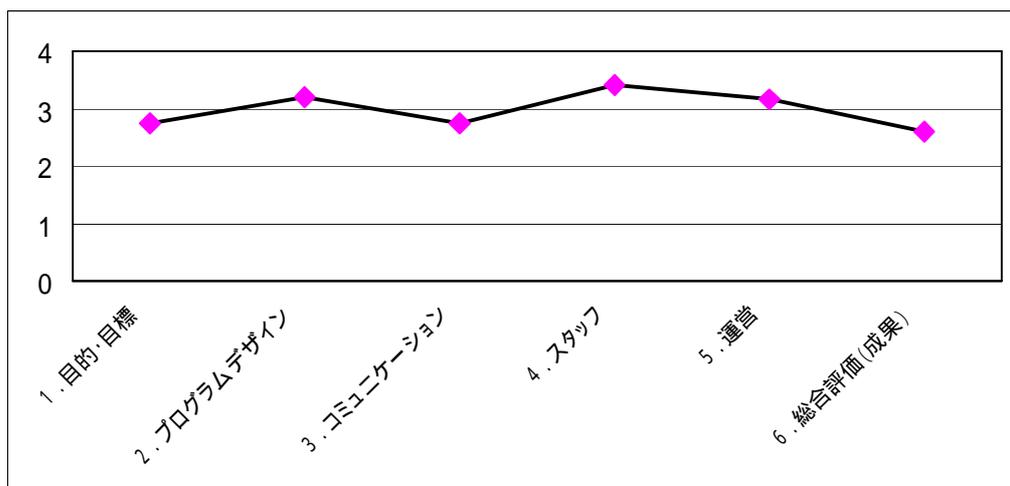
参加者：大人13名、中学生1名、小学生3名

メンバー5名、メンバーの家族4名(小学生3名、保育所園児1名)

内 容：総領高齢者活動センターの利活用と地域の方との交流を目的に、しめ縄教室を開催し技術の習得としめ縄づくりに挑戦した



自己評価



メンバーの感想

- ・ まずはメンバーが地域を知ることによって活動した。時期的なことを考えれば、市民と共に活動できる計画であると思った。

きてみて ほっと停留所

活動の趣旨・概要	構成メンバー		
	市職員	社協職員	市民
診療所・歯科診療所に併設する総領健康福祉センターに気軽に集まり、楽しみ、ちょっと立ち寄ってみようかなと思える空間を設けたい。	本山	角	永岡・宗兼 秋山・波多 蔵吉・山根

活動実績

1. 常設の停留所活動

総領健康福祉センター内に、気軽に集まれちょっと立ち寄れる休憩所を設け、喫茶コーナーを設置。募金箱を置き、みなさんのお気持ちの募金で運営（名称：ほっとちゃん募金）。毎週金曜日は「かわせみの家」さんのご協力でパンとお菓子の販売。



* 開催頻度

毎週 月曜・火曜・木曜・金曜の9:30～15:00

（寒い時期は午後の利用が少ないため9:30～12:00まで）

* 利用者数：開店回数（平成22年4月1日～平成23年3月31日）

利用者：延べ約1,871人 開店回数：190回

* 活動していくうちに…

- ・ 定着してきた。
- ・ ほっと停留所に立ち寄る事を楽しみにされる方も出てきた。
- ・ 喫茶コーナーの手伝いや話し相手、花を飾ってくださる方と、自主的に係わってくださる方が増えている。
- ・ 健康福祉センターの人の出入りが増え、賑わうようになった。
- ・ 一人暮らしでの困り事など相談にのってもらったり、相談窓口が分かったりし、解決につながっていくような事も出てきた。



2. イベント行事「クリスマス会」

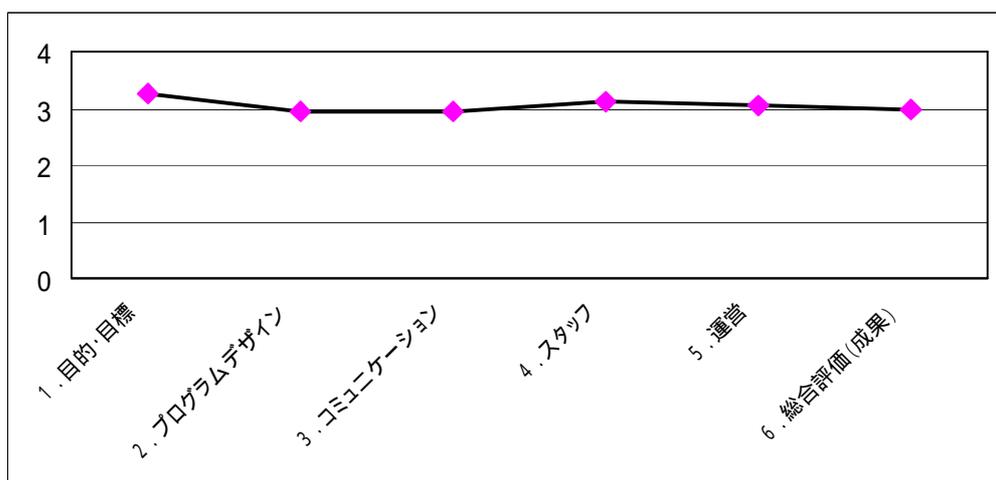
～世代間交流（地域の方・かわせみの家の方・子どもたちの交流）～

- ・ “里山倶楽部そうりょう”の他の活動チームと合同で開催。
- ・ チラシを作成し、地域の方に参加を呼びかけた。当日、スタッフを含め80名の参加となった。

- ・ 「ほっと停留所」では喫茶コーナーを開店。
- ・ ほっとちゃん募金から捻出し、「かわせみの家のプチケーキなど」を参加者全員にプレゼントした。また、かわせみの家のパン販売もしていただいた。
- ・ 参加者が、それぞれの活動分野で、クリスマス会へ向けての準備を進めていき、みんなで作り上げたクリスマス会となった。



自己評価



メンバーの感想

- ・ ほっと停留所を利用される方は大変喜んでおられます。仕事の都合などでメンバーが一同に集まり活動する事はできませんが、みんなで一緒に協力して、継続していきましょう。
- ・ 私は十分に自分なりにやらせてもらっています。来られたみなさんに「来て良かった」と思っただけだと思います。
- ・ 継続は力ですから、今後も計画内容に力を入れ多くの人に参加できるようにと願っています。
- ・ 参加者の笑顔増がねらいです。会場に花を飾り、美化に努めるのが自分の役割だと思っています。
- ・ 随分定着してきた。ただ誰もいないと“気兼ね”という声は聞こえてくる。ボランティアではなくても来られた方が手伝ってくださる方も出てきた。もう少しスタッフが充実していく方が良いと思う。

旬菜食堂

活動の趣旨・概要	構成メンバー		
	市職員	社協職員	市民
<ul style="list-style-type: none"> ・ 地元食材を無駄にすることなく、おいしくいただく。 ・ 手づくりで本物の味を知り、次世代へつなげる。 ・ 講師は、人生・調理の達人たち。達人に活躍の場を提供する。 ・ 食あるところに笑顔あり、食を通じて素敵な人間関係をすすめる。 	元永・本山 加藤・土居		栃木・奥 井上・永岡 食生活改善 推進員 生活研究グループ

活動実績

1. ゴーヤをおいしくいただく会

と き 平成22年 8月30日(月)

ところ 総領健康福祉センター

参加者 総領地域住民 24人

参加費 300円

内 容 料理と交流(ゴーヤチャンプルー・ゴーヤの佃煮・ゴーヤジュース・砂糖菓子)

2. さつまいものお菓子講座

と き 平成22年10月20日(水)

ところ 総領健康福祉センター

参加者 総領地域住民 25人

参加費 300円

内 容 料理と交流(焼き芋・スイートポテト・大学芋・蒸しパン)



3. 冬野菜の女王 白菜の料理教室

と き 平成22年12月8日(水)

ところ 総領健康福祉センター

参加者 総領地域住民 24人

参加費 300円

内 容 料理と交流(キムチ・餃子・ロール白菜・白菜の酢漬け・ポタージュスープ)



4. クリスマス会

と き 平成22年12月24日(金)

ところ 総領健康福祉センター

参加者 クリスマス会参加者

参加費 200円

内 容 昼食づくり(ピラフ・ミートボール・サラダ)



5. お疲れさま・来年度もよろしく会

と き 平成23年 3月16日 (水)

と ころ 総領健康福祉センター

参加者 旬菜食堂活動スタッフ 10人

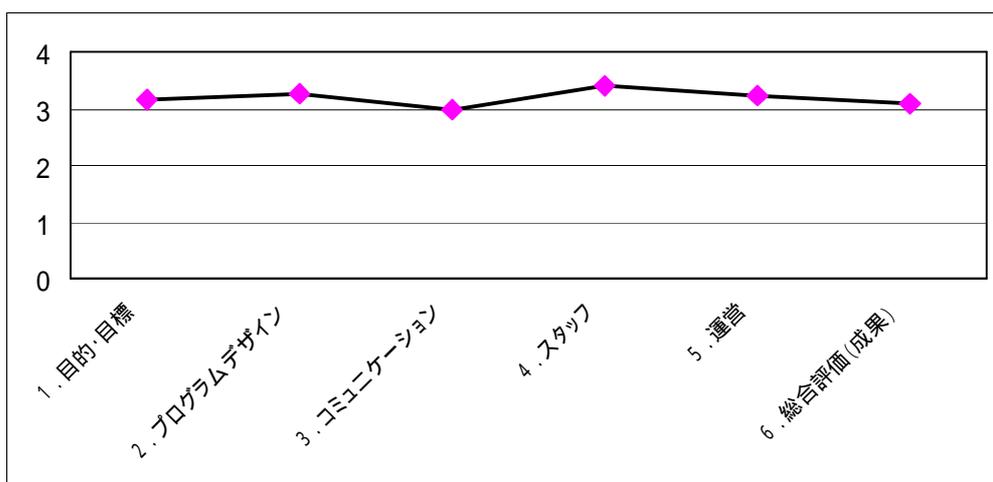
(旬菜食堂メンバー・食生活改善推進員・生活研究グループ)

参加費 300円

内 容 今年度のまとめと来年度の計画・料理(おはぎ)と交流



自己評価



メンバーの感想

- ・ 今年度の活動は、食生活改善推進員及び生活研究グループとの共催で行なったので、いろんなアイデアを出しあえた。
- ・ 2ヵ月ごとの開催は丁度良い。
- ・ ゴーヤの佃煮など好評で、家でも作ってみたいとの声を聞いた。
- ・ 平日の日中の開催なので、参加者が限られていた。しかし、スタッフはこの時間帯が良い。
- ・ 講師は地元の方なので、連絡がとりやすかった。
- ・ 何より、スタッフが楽しく参加できた。
- ・ 来年度も実施したい。(23年5月に実施を予定している)

自己評価の方法

メンバーが次の評価項目・評価の視点ごとに4点満点（0点～4点）で自己評価し、平均点を評価点としています。

評価項目	評価の視点
1 目的・目標	活動は地域福祉計画の趣旨にあっていましたか
	目的は住民のニーズにあっていましたか
	目標は明確でしたか
2 計画 (プログラムデザイン)	スタッフの人数は適切でしたか
	実施時期・場所は適切に計画されていましたか
	活動の手順や段取りはきちんとできましたか
3 広報・PR (スタッフ)	知ってほしい対象者にきちんと広報できましたか
	媒体や時期、方法は適切でしたか
	活動の目的や目標を明確に伝えることができましたか
4 チームワーク (コミュニケーション)	楽しく活動できましたか
	自由に意見を出したり、受けとめたりする雰囲気がありましたか
	一人ひとりが責任を持って行動できましたか
5 運営	事前準備は適切にできましたか
	計画に沿って運営することができましたか
	メンバー相互の役割分担は適切でしたか
6 総合評価(成果)	活動目標は達成できましたか
	この活動を通じて仲間は増えましたか
	メンバーの満足感・達成感がありましたか

新聞・広報紙への掲載（活動記録へ掲載したもの以外）