

地域なんでも情報局

2025年
8月号
VOL.53

つながる学び、
広がるアイデア。
地域がもつと彩る

地域活動に取り組む皆さまへ

心機一転リニューアルした広報誌では「地域を元気にする」
「仲間とつながる」「ワクワクするアイデア」をぎゅっと凝縮！
手に取るだけで「次、何しよう？」と動き出す一冊。ぜひご一読ください！

「地域なんでも情報局」は市民の皆様からお寄せいただいた社協会費により発行しています。

バックナンバーはこちらから！



初開催
新しく立ち上がった取り組みを
紹介します

高浜 だっちゃん食堂 ～高齢者サロン×こども食堂～

《高齢者サロンが共催に！？》

高齢者サロンの参加者がスタッフとなったことで
普段サロンに通っている方もこの日は調理スタッフとして活躍されました！

エプロン姿で手際よく料理を進める姿は
とても頼もしく生き生きとしていました。

はやく食べたいな

《立ち上げるきっかけ》

「地域の人たちが気軽に集まって顔を合わせられる
場所がほしい」「参加者もただお客さんとして参加するの
ではなく手伝ってもらい、みんなでつくるこども食堂に
したい」という代表者の思いがありました。



地域住民の持ち寄りで
漬物の提供も

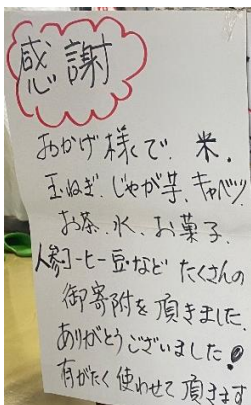
《地域を巻き込む》

会場に「食材寄付のかご」を設置した
ところ多くのご協力がありました。

地域住民一人ひとりの温かい気持ちが
集まり、“地域全体で作上げた食堂”
が実現しました。



高齢者
サロンの
普段の
活動は
こちらから
↓



「子どもから大人までふれあいの輪をつなぐ人」

今回、高齢者サロンの代表者の方にインタビューをしました。

「サロンやまびこ」

代表 湯川さん



Q. 湯川さんはどんな活動をしているの？

湯川さんは、サロンでの活動だけでなく、オカリナや
折り紙を通じて長崎市内の小学校などに足を運び、
地域の皆さんとの交流を大切にされています。



Q. 子供たちとの交流もしている??

夏休みには近くの学童の子どもたちとふれあいの機会を持ち、2学期には
小学4年生の福祉学習、5年生が平和学習の一環としてサロンやま
びこの皆さんとの交流を積極的に行っています。

Q. 心に残ったこと・頑張ってよかったと思うことはありますか？

長崎県赤十字奉仕団(赤十字の理念に基づく地域貢献活動を行うボラン
ティア団体)で60年、活動する中で、多くの世代の方と交流ができ、嬉しく思
います。今でも、その活動が役立ち、自分の活動が口コミで広まって、実際に来て
くださる方がいると、続けてきてよかったなと思います。

こうした取り組みを通じて、世代を超えたふれあいや、高齢者と子どもたちが
自然に関わる機会が生まれており、お互いにとって楽しく貴重な時間となっ
ています。

地域の高齢者をひとりにしないように声をかけたり、手作りチラシでサロンの
広報も行い、つながりを広げています。



サロンは地域のお助け隊？

楽しいサロン！ みんなのために集まりたい！

手熊地区では、数年前から10名程の皆さんが、自主的に仲間の自宅に集まっておられます。

民生委員の田中さんは、これを「手熊すいよう会サロン」としてR7から正式に立ち上げました。

今でも、サロンとは別日に継続して集まれ、歌や弁当を楽しまれるとともに、外出が億劫になった住民の情報などを共有され、お宅に立ち寄ってみるなどの気配り活動が行われています。

ご近所さんが、自分のことを知っていただくと、困った時は安心よねえ～！

この前、救急車ば呼んでやったとよ

地域の人たちのことをみんなで気にかけてくれてありがとう♡

民生委員の田中さん

民生委員の田中さんは、「サロン参加の皆さんと協力して、住民の方々を見守っていきける。参加者が、一役担ったサロンですよ！」と目を細められていました。



サロンの様子

シニアもはまる！TVゲームスポーツ

TVゲームスポーツとは

コントローラーを軽く振るだけで、ボウリングやテニスといったスポーツが楽しめたり、簡単な計算や記憶力を試すゲームで楽しく脳トレができます。



自分たちにもできるやろうか…

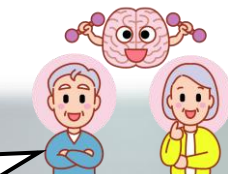
TVゲームを使って楽しく介護予防に取り組みましょう！

TVゲームスポーツを体験してみたの感想をお聞きしました！



ボウリングに挑戦！

ゲームで脳トレもできるとね！
おもしろい！



コツがわかれば簡単にできるとね！

ストライクのとれた～！



脳年齢を測定中…

実際の様子を
YouTubeにて公開中！





よか余暇ゲームが もたらす効果

1. 自分らしさの再発見

ゲームに夢中になるうちに、自分が何を大切にしているのか、どんな時に幸せを感じるのかを改めて考えるきっかけになります。

2. 自然なコミュニケーション

「あなたにとって大切なものは？」という少し照れくさいテーマも、ゲームなら自然に話せます。お互いをより深く知り、仲間との絆が深まります。

3. 地域の輪が広がる

サロンや人が集う場でこのゲームを行えば、新しい交流が生まれ、地域全体の活性化にも繋がります。



参加者の声

「楽しかった！自分のことをゆっくり考える良い機会になりました。」

「みんなが大切にしていることを聞けて、とても面白かったです。」

「今まで話したことがなかった人とも、打ち解けて話せました。」



あなたの地域でも「よか余暇ゲーム」をやってみませんか？

「よか余暇ゲーム」は、サロンや公民館、老人会など、人が集まる場所ならどこでも楽しめます。

ぜひお気軽に社協までお問い合わせください。

【問い合わせ先】 地域福祉係 ☎095-828-1281



～長崎市社協発！

社会参加促進カードゲーム～

あなたの大事な「よか余暇」は？

毎日を忙しく過ごしていると、自分にとって本当に大切なことを見つめ直す機会は意外と少ないのかもしれない。
「健康」「趣味」「人とのつながり」…あなたが一番大切にしているものは何ですか？
長崎市社協では、そんな「大切なこと」をゲームを通じて楽しく見つける「よか余暇ゲーム」という活動を広げています。今回は、笑顔と会話が生まれるこの素敵なゲームの魅力を紹介します。



「よか余暇ゲーム」って、どんなゲーム？

「よか余暇」という名前には、長崎弁の「よかよか（良い良い）」と、「楽しい余暇を過ごしてほしい」という思いが込められています。
ルールはとてもシンプル。様々な「大切にしたい余暇」が書かれたカードの中から、自分に一番ピンとくるカードを集めていくだけ。ゲーム

の後半には、選んだカードについて、他の参加者さんとお互いに紹介し合います。
「へえ、そんなことを大切にしているんだ！」「その気持ち、わかるなあ」「自然と会話が弾み、お互いの価値観に触れることで、これまで知らなかった自分や他者の一面を発見できるかもしれません。」