

「集落」から「集楽」

熊本県山都町で見つけた、地域の集い場&支え合い



集落を集楽に！

元気な取り組みが たくさん広がっています



人口減少・少子高齢化がすすむ日本で、特に、中山間地域では集落の維持・存続さえ懸念される状況になっています。熊本県山都町は、総面積の約7割を山林が占め、中山間地域に多くの集落が点在しています。それぞれの集落は、長い歴史のなかで受け継いできた多様な伝統と文化をもっています。

意識しないで行っている日常の交流こそが、支え合い活動の基盤です

健康長寿のためには、第一に社会参加、次に運動、栄養の3つが欠かせません。家から出て仲間と集い、おしゃべりや食事を楽しむ社会性がある、家事や散歩などで体を動かし、動物性たんぱく質をしっかりと摂ることが、介護予防につながります。

山都町にも、たくさんの集い場があり、社会性が保たれています。そして、そうした地域での日常の住民間のふれあいは、支え合い活動の基盤になります。



日常の交流を、意味づけ・意識化しましょう

たとえば、隣近所とのあいさつやお茶飲みは、ゆるやかな見守りにつながっていますし、立ち話や趣味のサークルは情報交換の場でもあります。犬の散歩は、健康づくりや見守り活動・見守られ活動、防犯パトロールになっているかもしれませんし、町内会の花壇づくりは環境美化だけでなく、地域の社交場・情報交換になっているかもしれません。

山都町（やまとちょう）の紹介

熊本県東部にあり、九州のほぼ真ん中に位置する「九州のへそ」。

世界最大級の阿蘇カルデラを形成する南外輪山のほぼ全域をおさめ、熊本県内市町村で3番目の広さを誇る。主産業は農業。

2005年2月に上益城郡矢部町、清和村、阿蘇郡蘇陽町が合併して誕生した。本紙では旧3町村ごとに、住民の活動を紹介する。

人口 15,088人

高齢化率 46.4% (2018年9月30日時点)

これらは日常のあたり前の営みであるため、住民自身、この大切さに気づいていない場合が多いのです。このような特段意識しないで行っているつながりを見つけ、その活動にどんな効用があるのかを考え、意味づけしてみましょう。その意義をみんなで意識することで、地域の支え合い活動に位置づけることができます。

次頁から、山都町民による元気な取り組みを紹介します。「こういう活動はいいね！」と認め合うことが、誰もが住みよい地域づくりへの第一歩となります。



田所地区の公民館で月に1回開かれる「おしゃべり会」は、会が始まる19時前には全員集合。なんでも5分遅刻したら罰金なのとか。声かけ人の荒木千幸さんが一通り近況を報告したあと、体の運動をし、舌の体操、頭の体操と続きます。皆さんにとって、時間を忘れて笑いながら過ごせる心の拠りどころなのが伝わってきました。参加費は一人200円。荒木さんお手製のお茶うけの料理が2、3品並びます。

もともとは、地域の姑さんたちが集う「姑会」が会の始まりとありますが、現在特に縛りはありません。今日参加出来ていない方の事情を皆さんご存知で、声をかけ合いながら会場まで来られます。最年長93歳の今村チリ子さんが今も地下足袋で畑仕事に出られる姿は「私たちのお手本」と会の仲間は微笑みます。荒木さんの「母親のように自分を育ててくれた地域のお婆さんたちが私は大好きだから」という言葉が印象的です。



菅地区の渡邊セツ子さん宅の庭先では、毎週火曜と金曜の朝8時になると、各々収穫した野菜を持ってご近所さんが集まります。これらの野菜を熊本市帯山の商店で販売するために、商店が買い取りに来る時間なのです。この日は4人が採れたての野菜を籠いっぱいを持ち寄りました。売上から運搬代が引かれるため、渡邊さんたちの収入はわずかです。それでも続ける理由は、「せっかく作った野菜を捨てるのはもったいない」「ちょっとでも菅の野菜が欲しいと言ってくれるなら」「待っている間のおしゃべりも楽しい」という声。野菜を出荷した後も、残っておしゃべりをしていることが多いそう。野菜を作ることをとおして、売るというよりも、生きがいにつながっているように感じました。

矢部／川内 御岳ゲートボール仲間

開催 ほぼ毎日 15:00～ 場所 ゲートボール場

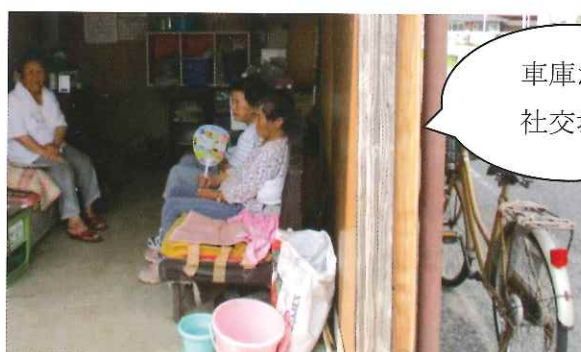


川内地区では、ほぼ毎日午後3時からゲートボールが行われています。発起人である東 明さんが地区社会福祉協議会会長だった頃から、制度やしぐみに捉われずに、ゲートボール仲間の集まりを楽しもうと始めて15年以上続いています。いつもお馴染みの顔ぶれなので、来ていない人がいると「じゃあ、帰りに様子見ていこうか」と自然と見守りにつながっています。その活動が認められ、ゲートボール場の一角に集会場が建ち、テーブルやイスも置かれるようになりました。

ちょうど国道沿いにその場所があるため、地域の方々も「今日もやってるな」といつもの風景を見守ります。皆さんが元気で楽しんでおられる姿が、地域の方へ元気を与えてくれているように思いました。

矢部／千滝 えっちゃんサロン

開催 ほぼ毎日夕方 場所 田嶋さん宅の車庫



千滝地区の田嶋さん宅の車庫では、夕方になると楽しそうな笑い声が聞こえてきます。写真左の左端にいるのが、この車庫の持ち主である田嶋えつこさん。通称「えっちゃん」です。そのえっちゃんを囲んで、お友達が2～3人集っています。朝はそれぞれ畑仕事をして午後の水戸黄門が終わる頃にこうしてえっちゃんのところに集まっておしゃべりをするのが日課です。ちょうど夕方になる時間なので、近所の小学生が学校帰りに顔を出すこともあるそうです。屋内でも屋外でもない車庫という場所も魅力ですが、やはり一番はえっちゃんの人柄。えっちゃんがいないと皆は集まれないので、「自分がしゃんとしとかんと迷惑がかかる」とえっちゃんは言います。皆との時間を大切にするために健康でいたいという思いに、生きがいの原点を感じました。



下鶴地区では毎月 8 日に地域の女性たちが集まり、自宅で作った野菜から作った料理を持ち寄って、おしゃべりの会が行われています。会の名前は、8 日に集まることにちなんで「八日会」。会の始まりは 1985（昭和 60）年、働くこと以外に楽しみのなかった農家の女性たちが何か一つでも楽しみを考え始まったもので、毎月欠かさず行なわれています。70 歳代から 90 歳代まで約 10 人が集まり、先人たちの知恵の伝達や、最近あった笑い話まで、穏やかな時間が流れます。月に 1,000 円の積み立てもしていて、貯まったら皆で温泉に行ったり、ゴキブリ団子を作って地域に配るなどの活動もしています。お話をしてくださった渡邊美恵子さんは、「今は外に出ていろんなことを楽しむことができるけれども、私たちの元気の源になっている八日会はまた違った魅力がある」と素敵なお話を聞かせてくださいました。



瀬峰地区の津川さん宅では、自宅の一室を使ってカラオケやビデオ鑑賞の集まりが行われています。皆さん若い頃から仕事も一緒にしてきたご近所同士。子育ての時期を経て、親の介護も落ち着き、現在は我が身を考える年になり、同じ思いを共有している仲間たちです。最近はカラオケよりも、お祭りなど昔の地域の行事の映像を見て昔話に花を咲かせています。途中から映像はそっちのけで、おしゃべりに夢中になることがしばしば。集まりは不定期で、津川さんが声をかけて集まれる人が集まります。苦楽を共にした仲間と年をとっても一緒に過ごす、この地域で住み続ける・住み残るという思いを感じました。



馬見原商店街にある「森商店」。ここは買い物に来たお客さんの集いの場となっています。馬見原地区在住の森さんは週に数回、実家である「森商店」に通っています。森さんが店先に座っていると、買い物に来たお客さんとのおしゃべりが始まり、1人、2人と次第に増え、多い時には7～8人が店先に並び、店番もしながら（！？）おしゃべりに花を咲かせます。「昔話をしたり、たまにはおやつを一緒に食べたり、なんでもない時間が楽しみ」という声も。ちょっとしたおしゃべりの場が「集いの場」や「楽しみ」「安否確認」「困りごと相談」の場にもなっているように感じました。



柏溜淵（上・中）地区では20年程前から毎月1日、不動堂（神社）の掃除をしています。掃除が終わると、7～8人で持ち寄ったお茶菓子をお供にお茶飲み会が始まります。雨が降って掃除ができない時でも集まり、お茶飲み会は必ず開いています。「どうかするとここ（公民館）に1日座っとる」と皆さん笑います。お茶飲みの帰り際には、自宅で採れた野菜のおすそ分けをする場面も。田舎ならではの光景ですが、何気ないやり取りが住民同士のつながりを強め、支え合いや助け合いにつながっていることが伝わってきました。

蘇陽／大野 大野はっぴいランチ会

開催 月1回

場所 旧大野小学校



集う人たちの
交流や健康づ
くりにも！

大野地区では、廃校になった旧大野小学校の校舎を活用し、月に1回「大野はっぴいランチ会」を開催しています。一人暮らしの高齢者への昼食提供と安否確認を目的に始めましたが、今では提供する側の生きがいや健康づくりにもなっています。当初は女性会員が主でしたが、男性会員も増え、役割をもって活躍しています。また、大野地区以外（町内外）からのお客さんが増え、地域住民はもちろんのこと、さまざまな人との交流の場にもなり、廃校の活用とともに地域の活性化につながっています。

蘇陽／長崎 長崎おもてなし倶楽部

開催 不定期

場所 キャンプ場



長崎地区の有志で結成された、名付けて「長崎おもてなし倶楽部」。2018（平成 30）年4月に発足し、女性 19 人の会員で活動を始めたばかり。倶楽部のリーダーは、「キャンプ場の清掃や整備を手伝っていたことから、キャンプ場の来場者におもてなしをすることになったとたい」と始まったいきさつを話します。皆で「さっき袋詰めしてきたけん、忙しかった」と言いながら採れたての野菜を並べ、「このトマトは熟れ過ぎて市場に出せんとたい」「値段をいくらいにしようかな」とマジック片手に思案するなど、明るくにぎやかです。

長崎地区の高齢化率は 50%を超えており、人口が年々減少しています。そんな中、長崎地区の自然にふれようと訪れた人々を笑顔でもてなす「長崎おもてなし倶楽部」。そこには、おもてなしを通じて生き生きと輝く暮らしがあります。

蘇陽／花上

竹箒と籠バッグ作りの名人ご夫婦

開催

通年

場所

有働さん宅

竹箒を作り続
けて 74 年！



独学で学ん
だ籠バック
づくり

有働さんご夫妻は、ご主人の好幸さんが竹箒の、奥さまのヤエ子さんが籠バッグ作りの名人です。好幸さんは竹箒を作り続けて 74 年。作られた箒は地区の全世帯に配っており、地域住民にとっても喜ばれています。また、ヤエ子さんは籠バッグの作り方を独学で覚え、自宅にはたくさんの作品が並んでいます。ご夫婦そろって 90 歳代ですが、竹箒と籠バッグ作りのおかげか、とてもお元気です。ご夫婦にとっての生きがいや楽しみとなり、皆さんに喜んでもらえることへの喜びやさらなる意欲にもつながっていると感じました。

蘇陽／橘桃山

水田の水当番で井戸端会議

開催

5～7月

場所

バス停



のんびり
おしゃべり♪

水田や畑に囲まれた自然豊かな桃山地区では5月から7月までの期間、大型ポンプで川から引き上げられた水が水田を潤します。集落の住民が水の当番にやって来て、休憩のついでにバス停に立ち寄ることで、自然と人が集まり、集落の井戸端会議の場となっています。

どんな話をされているのか聞いてみると、「日頃の話しや桃山地区の将来ば話しよる」「桃山地区には 90 歳代の人何人もおるばい」。収穫したばかりのミニトマトを皆に手渡し、日に焼けた顔が笑顔に変わる場面も。1964 (昭和 39) 年に総事業費 1,830 万円を投じ大型ポンプが設置され潤いを保ち続ける水田、そして人々の集まりが桃山地区の集落を支えています。

清和／安方

誕生会

開催

月末の日曜日

場所

外出&公民館



15 世帯が暮らす安方地区では、3 年ほど前から毎月月末の日曜日に女性数人で道の駅等の買い物巡りをしたのち、夕方から公民館に全世帯で集まり、その月に誕生日を迎えられた方のお祝いをされています。お酒を飲みながら日頃の世間話や地域の様子について話がはずみます。12 月には餅つきをして全世帯に配られました。「婦人会もなくなり、地元には子どももいませんが、住んでいる者同士で楽しく過ごすことが大事」と話され、毎月の集まりを大事にされています。

清和／井無田

木曜サロン ^{みず} 水

開催

毎月 1 回（冬を除く）

場所

空き家を活用



57 世帯が暮らす井無田地区では、2017（平成 29）年から、改築した空き家で月に 1 回（毎月第 3 木曜日・冬場を除く）、サロンが開かれています。来られた方同士でお話したり、コーヒーを飲んだり、9 時から 17 時まで自由に利用することができます。開設した前田和興さんは、「好きな時間に好きな人が集まり、好きなことをして過ごす。集まった人でこれがしたいと話題ができれば、それを行いたいと思う。ルールは 1 つだけ、ケンカをしないこと」と話します。季節のものを飾りつけ、血圧計、脳トレ、折り紙、お茶・コーヒー（セルフサービス）を準備されています。

清和／小峰 **カラオケ花**

開催 月に数日

場所 カラオケ花



83 世帯が暮らす小峰地区では、店主の倉岡妙子さん（86 歳）が 20 年前からカラオケ店「花」を営んでいます。経営が赤字にならない程度の金額で店を開けられ、カラオケ好きな皆さんが月に数日集まっています。この日は、月 2 回利用している講のメンバーでカラオケを楽しまれていました。個人ごとに今まで歌われた曲名と番号を記入した手作りカードを作っておられ、そのカードを見ながらそれぞれ歌う曲を選曲されています。倉岡さんは「皆さんが来られるのが私の楽しみ。地域の皆さんに支えられています」と話します。カラオケ機材の設置や飾り付けなどは近所の友人や同級生がされています。利用される方の生きがいと健康づくり、介護予防につながっています。

清和／川の口 **集金とお茶会**

開催 毎月 1 回

場所 公民館



15 世帯が暮らす川の口地区では、毎月第 3 日曜日の午後に全世帯から一人ずつが公民館に集まり、多目的集会所の会費・水道代・募金等の集金を行います。その後、持ち寄った料理とお菓子でお茶を飲みながら、日が暮れるまで語り合うのです。農休日の制度があった何十年も前から続いていて、用事で集まらない人は近所の方にお金を預けます。お茶会では「若やあ者は居らんし、いつどぎゃんなるか分からんけん、皆で話してよかごつしていこい」「こないだ〇〇さんとこの電気が点いとらんけん、△△さんば呼んで一緒に見にいった。風邪ひいて寝とらしたけん、おかずは持っていったたい」と自然に見守りのお話をされていました。皆さんが互いに「ひでちゃん」「やすちゃん」「まるちゃん」とちゃん付けで呼び合っておられ、一つの家族のようでした。



歌うと気持ち
のよかー

7世帯が暮らす沢津地区では、農閑期の毎週日曜日に、公民館でカラオケ会やお茶会を開催しています。30年くらい前、熊本市に通って舞踊を習われた高橋フデ子さんが地区の女性に伝えて練習で集まるようになったのがきっかけ。当時を振り返り、「舞踊の依頼が町内外からあり、みんなで踊りに行くことが楽しかった」と話されます。年を重ねて踊るのが難しくなってからは、カラオケを楽しむようになり、集落の理解を得てカラオケ機材を購入して公民館に設置。最近は歌う機会が少なくなりましたが、集まってお茶飲みをしたり、1週間の出来事や今後の予定を確認し合うのが楽しみだと皆さん話されます。



35世帯が暮らす仏原地区では、2年前、江戸末期から伝わる地元の「佛原大太鼓」を住民の皆さんで修復しました。修復には、財団法人自治総合センターの助成金を活用。大太鼓の胴内には「安政3年」（1856年）との墨書きがあり、区長さんが用事のある時に鳴らすふれ太鼓や雨乞い太鼓として使用されていたとのこと。2016（平成28）年10月23日に公民館で開催された「復活祝賀会」には地元住民が集まり、大太鼓の伝統の音を堪能しました。その後、地元の小学生5人が練習を重ねて、2018（平成30）年8月10日には、清和地域の夏祭りで初披露しました。復活した大太鼓も、伝統を受け継いでいく住民の思いも、地域のお宝だと感じました。

清和／小峰

保育園児との交流

開催

通年

場所

小峰保育園近く



小峰へき地保育所では、地域との交流が盛んに行われています。子どもたちのお散歩コースには、一人暮らしのおばあちゃんが住んでおられます。声をかけると、おばあちゃんが家から出てきてくれます。「子どもの笑顔に元気をもらいます」とおばあちゃんもニコニコです。近所のおじいちゃんは、コスモスの苗を持って来られ、子どもたちと一緒に庭園に植えられました。花が咲くのを楽しみに時々見に来られます。隣の建物は老人会の集会所になっており、例会が終わると、子どもたちとひと時のおしゃべりタイムが始まります。自然と笑顔があふれます。

清和全城

清和地区退職者友の会

開催

年数回

場所

町内



清和地区退職者友の会は、清和地区で役場、郵便局、農協、民間会社等を退職し、会の目的に賛同された人で構成されています。年に3回、ボランティア活動として、社協や保健センター、文楽館等の公共施設周辺の草切りを実施しています。また、年に2回、花見と紅葉狩りを行い、会員同士の親睦を深めています。25年前から活動をしており、現在の会員数は62人。活動に参加することで、会員の健康づくりにもつながっています。

「第6回町内・集落福祉全国サミット in 熊本・山都町」活動事例集

平成30年10月27日

発行：第6回町内・集落福祉全国サミット in 熊本・山都町実行委員会

山都町

山都町社会福祉協議会