

# 雲南市鍋山地区

住民の笑顔のために続けていきたい  
無理をしない地域づくり

地域自主組織「躍動と安らぎの里づくり鍋山」は“無理をしない”をモットーに地域福祉を中心とした取組を行っています。水道検針時に高齢者の見守り活動を行ったり、地区内に住む看護師が交流サロンを開催するなど、楽しみながら活動を続けています。

## これまでの地区のあゆみ

- H18 地域自主組織「躍動と安らぎの里づくり鍋山」を設立(以下、「躍動鍋山」)
- H21 鍋山交流センターにて郵便切手類の販売を開始  
年賀状は自治会を通じて案内・販売するなど住民の利便性が向上
- H24 「まめなか君の水道検針事業」を開始  
  
水道検針
- H24 「安心生活応援隊事業」を開始  
除雪作業や草刈りなど、地区内の困りごとに対応
- H27 「鍋山地区計画」を策定  
  
地区計画
- H29 「ちょんてごカフェ」を開催(毎月1回)
- R3 「深谷温泉 ふかたに荘」の指定管理業務を開始  
  
ふかたに荘

## Step 小さな拠点づくりのステップ

**step.1 課題** 自分たちでやらなければ  
雲南市が推進する地域自主組織の立ち上げに向けて設立準備委員会を発足。研修会・講演会・先進地視察を重ね、これからの鍋山地区に何が必要かを考えるなかで「自分たちの地域は、自分たちでよくしていこう」という意識が芽生えました。

**step.2 体制** 限りある住民の力を地域福祉へ  
住民同士の話し合いを重ね、地域自主組織「躍動と安らぎの里づくり鍋山」を設立。人口減少が進むなか、運動会・文化祭などの慣例行事を見直すことで住民の負担軽減を図り、地域福祉に注力する“無理をしない”地域づくりを始めました。  
  
話し合いの様子

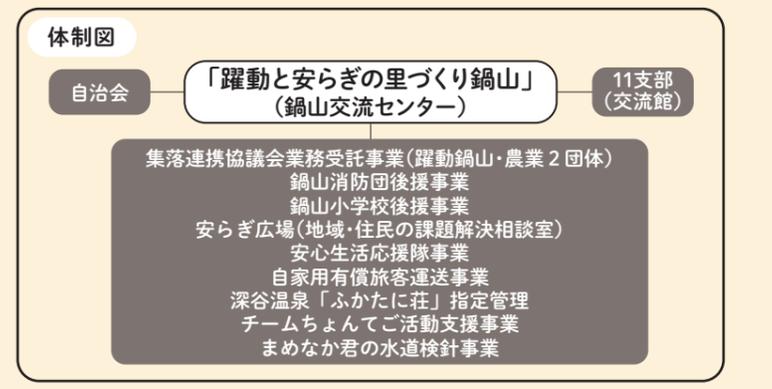
**step.3 計画** 住民の思いを丁寧に聴き取る  
「躍動鍋山」は平成20年～26年の間、2回に渡って住民アンケートを実施。地域福祉のどの分野に注力していくべきかなど、時間をかけて丁寧に住民の思いを聴き取りました。その後、中間報告を基に地域住民との意見交換を重ね、平成27年に鍋山地区計画を策定し、約400世帯に全戸配布しました。

**step.4 実践** 安らぎの里をめざして  
水道検針時の見守り「まめなか君の水道検針事業」やキッズ携帯を活用した見守り「まもる君のまかせて支援事業」を実施。平成29年には地区内の看護師によるボランティアチーム「ちょんてご」が中心となり健康相談ができる交流サロン「ちょんてごカフェ」を開始しました。

**step.5 発展** 笑顔のためにチャレンジを忘れない  
地域自主組織の持続的な運営と発展を目指し、令和3年度から地区内にある「深谷温泉 ふかたに荘」の指定管理を受けて運営を開始。「ふかたに荘」や「ちょんてごカフェ」の利用者などを送迎する有償運送も始めました。  
  
有償運送「よりそい号」



- 人口 1,305人(高齢化率 46.4%)
- 地域の特徴
  - ・地区の約85%が山林
  - ・松江市まで車で約1時間、出雲市まで約30分
  - ・自宅から雲南市街地等への移動手段として、市のデマンド型乗合タクシーが運行



## 私たちのやり方

### Our Project 看護師が住民の健康づくりをサポート「ちょんてごカフェ」



地区内の看護師資格をもつ住民が声をかけ合って結成した「ちょんてご」が、鍋山交流センターで交流サロン「ちょんてごカフェ」(月1回)を開催しています。シンボルマークのように、そっと心を寄せ合う“ちょんぼし(少し)”の“てご(お手伝い)”が住民にもボランティアにも心地良い。そんな気軽に身近な居場所づくりに取り組んでいます。



**まちのひとの声**  
参加者のみなさんの声  
毎月欠かさず参加しています。昼間は一人で過ごしているのですが、みなさんと会えて楽しいです。

**step.1 課題**  
水道検針時の声かけ見守り活動に取り組むなかで、多くの高齢者が健康面に不安を抱えていることが分かり、気軽に健康相談のできる仕組みが必要と考えました。

**step.2 計画**  
「躍動鍋山」が地区内の看護師資格者を把握しつつ連携の可能性を探るなか、住民に寄り添った健康相談の実施に思いを持つ看護師有志が「ちょんてご」を結成。両者の思いが重なって連携することになり、市・病院・社協等へも協力を呼びかけ仕組みを検討しました。

**step.3 トライ**  
「ちょんてごカフェ」では、医師による健康講座やお茶問屋のお茶入れ講座など、月ごとに様々なテーマの講座が開催されます。健康相談や個人別の「ちょんてご手帳(健康チェック票)」による観察記録を続け、住民の健康づくりを継続的に支援しています。  
  
ちょんてご手帳

**step.4 改善**  
「ちょんてごカフェ」の平均参加者は30名ですが、男性の参加が少ないことが課題でした。そこで、男性好みのテーマを模索。飲食(居酒屋風)を楽しむ企画をしたところ、19名の男性が参加して盛り上がりました。

**step.5 これから**  
若者の参加が少ないことも課題です。住民の健康意識向上をテーマに、20歳以上の住民へアンケートを実施し、若者が行きたくなる「ちょんてごカフェ」を検討するなど、参加者の性別や年代が偏らない工夫を凝らしていきたいと考えています。

### これぞ合わせ技! 「まめなか君の水道検針」

鍋山地区は起伏のある道が多く、水道検針業務を当時受託していた団体が撤退。「躍動鍋山」は、市水道局から水道検針事業を受託し、そこに高齢者見守り事業を組み合わせました。「躍動鍋山」の検針員12名が水道検針に合わせて「まめなかね!」と声かけをして、高齢者を見守ります。また、市の保健師も同行し、血圧測定や健康相談を行うことも。検針員は「もしも」に対応できるようにと、市の保健師による応急処置研修を受けています。  
  
水道検針に合わせて声かけ

### 地元手づくり温泉で心も体も温かく 深谷温泉「ふかたに荘」を運営開始

令和3年度より地区内温泉施設「深谷温泉 ふかたに荘」の指定管理業務を受託。住民との協働による温泉施設周辺でのイベント開催や地元野菜の産直販売など、「地元手づくり温泉」を目指しています。  
  
ふかたに荘