

# town



小さな拠点づくり  
Creating a small base

私たちの町をご紹介します



奥出雲町

## 亀嵩地区

(亀嵩地区小さな拠点づくり委員会  
「きずなプロジェクト」)

## 無理なく楽しい “亀嵩流”の地域づくり

奥出雲町の北部に位置し、中国山地の山あいにある亀嵩地区は、松本清張のベストセラー小説の映画の舞台にもなりました。そのロケ地の湯野神社は『出雲国風土記』にも記載が見られ、亀嵩温泉の医薬の神様を祀っています。亀嵩温泉は古くから薬湯として用いられ、現代でも多くの人に愛されています。亀嵩地区では、その他にも酒蔵の「奥出雲酒造」や奥出雲そばなどが知られています。

亀嵩地区ではこうした地域資源を活かして地域を活性化しようという活動が盛んです。また、少子高齢化に伴って増加傾向にある一人暮らしの高齢者をサポートする取り組みもあり、その中心を担うのが亀嵩地区小さな拠点づくり委員会「きずなプロジェクト」です。旧高田小学校の活用や、世代間交流、買い物支援などを住民たちが無理のない範囲で楽しみながら地域を元気づける取り組みを進めています。



### 小さな拠点づくりとは？

住み慣れた地域で安心して暮らし続けるためには、様々な課題の解決が必要です。そのため知恵を出し合い、計画をつくって出来ることから少しずつ取り組んでいくことが「小さな拠点づくり」です。

小さな  
拠点  
づくり

# idea

## 小さな拠点づくり

Creating a small base

奥出雲町

### 亀嵩地区

(亀嵩地区小さな拠点づくり委員会  
「きずなプロジェクト」)



私たちの  
アイデア

高齢者の買い物  
支援する  
移動販売車  
「きずなくん号」



#### まちのひとの声



「きずなくん号」が家の前まで来てくれるので助かります。店員さんとの交流や、買い物ができる喜びがあり、毎週楽しみです。

#### 目標

亀嵩地区では、さらに少子高齢化が進んだ10年後の地域を見据え、今から準備を始めています。車が運転できないなど、一人での生活が難しくなる住民の増加や、活動の担い手の高齢化が予想されるため、今後、活動の担い手となる若い世代を巻き込んだ取り組みが重要と考えており、仕事や家庭で忙しい若い世代が無理なく、楽しんで地域活動に参加できる方法を模索しています。また、小中学校とも連携して、今の子どもたちが10年後も亀嵩地区で暮らしたいと思えるような地域づくりを目指しています。

#### 活動内容

移動販売車「きずなくん号」。買い物に不自由している高齢者のために2022年にスタートしました。三沢地区のNPO法人の協力も得ながら、「きずなプロジェクト」が地元の商店と連携し、毎週木曜日に亀嵩地区内を回って食料品や日用品を届けています。「あの商品がほしい」といったリクエストにも可能な範囲で応えて住民からも喜ばれ、買い物支援や見守りに貢献しています。

#### きっかけ

2016年に当時の自治会長の呼びかけで取組がスタート。亀嵩地区小さな拠点づくり委員会が発足し、中学生以上を対象とした住民アンケートを全戸に実施しました。その結果を踏まえて10年、20年先を見据えた地域づくりに取り組んでおり、発足した当初は4部会ありましたが、住民の負担を考えて2022年度から部を廃止。独自の活動も行いつつ、各地域団体の活動をバックアップする「亀嵩流」の地域活動にシフトチェンジしています。



#### 小さな拠点づくりとは？

住み慣れた地域で安心して暮らし続けるためには、様々な課題の解決が必要です。そのために知恵を出し合い、計画をつくって出来ることから少しずつ取り組んでいくことが「小さな拠点づくり」です。

小さな  
拠点  
づくり

# idea

## 小さな拠点づくり

Creating a small base

奥出雲町

### 亀嵩地区

(亀嵩地区小さな拠点づくり委員会  
「きずなプロジェクト」)



私たちの  
アイデア

高齢者のリフレッシュや  
交流の場「かめさんサロン」



#### 目標

亀嵩地区では、さらに少子高齢化が進んだ10年後の地域を見据え、今から準備を始めています。車が運転できないなど、一人での生活が難しくなる住民の増加や、活動の担い手の高齢化が予想されるため、今後、活動の担い手となる若い世代を巻き込んだ取り組みが重要と考えており、仕事や家庭で忙しい若い世代が無理なく、楽しんで地域活動に参加できる方法を模索しています。また、小中学校とも連携して、今の子どもたちが10年後も亀嵩地区で暮らしたいと思えるような地域づくりを目指しています。

#### 活動内容

「かめさんサロン」は高齢者を対象にした月1回の交流会です。毎回、平均35名の参加があり、レクリエーションを通じて参加者同士の交流を促しながら、心身の健康づくりを行っています。楽しんで参加してもらえるようにレクリエーションの内容は遠足や体操、健康教室など毎回異なり、コロナ禍でも工夫しながら継続して取り組んでいます。

#### きっかけ

2016年に当時の自治会長の呼びかけで取組がスタート。亀嵩地区小さな拠点づくり委員会が発足し、中学生以上を対象とした住民アンケートを全戸に実施しました。その結果を踏まえて10年、20年先を見据えた地域づくりに取り組んでおり、発足した当初は4部会ありましたが、住民の負担を考えて2022年度から部を廃止。独自の活動も行いつつ、各地域団体の活動をバックアップする「亀嵩流」の地域活動にシフトチェンジしています。



#### 小さな拠点づくりとは？

住み慣れた地域で安心して暮らし続けるためには、様々な課題の解決が必要です。そのため知恵を出し合い、計画をつくって出来ることから少しずつ取り組んでいくことが「小さな拠点づくり」です。

小さな  
拠点  
づくり