

当協会の小澤会長が市民大学で講演しました

「認知症を予防して健康寿命を延ばし、健全な社会をめざす」シリーズ全7回の講座のうちのひとつとして、小澤会長が桜ボランティア協会について報告し、約40名の受講者に“ボランティアをすると自分自身の健康寿命を延ばします”と話しました。

講演は、パワーポイントを使って進めました。特に高齢者の集いとしてのサロン「憩いの家」を詳しく話しました。まず受付で健康チェックを受け、全員で「百歳体操」をしてから、手芸、絵手紙教室、健康講座、農園活動など、毎週違うメニューの集いをします。百歳体操は、体操をする参加者の様子を動画で映しました。また受講者は病院への送迎活動やイオン尾平店への買い物送迎にも関心を持ったようでした。“送迎に使う自動車はどうしているのですか？”という質問も出ました。

これらの活動のお世話をする人たちにも大きく焦点を当て、協会の事務所内での様子や、憩いの家の受付をする人、農園作業をする人などを写真で見せました。特にボランティアをしている人へのインタビューを動画にして、それぞれに登場する支援者が「ボランティア活動は楽しい」「自分のためにやっている」と話しました。

講演の締めくくりは、小澤会長自身の経験をもとに、20年以上もボランティアを続けられたのは“無理をしないで、できる範囲のことをやったからです”と語り、「元気なうちはボランティア活動を」、そして「困ったらボランティアを頼る」ことを訴えました。



ボランティア活動を寄付金によって支援していただける賛助会員を募集しています。個人会員一口1,000円、法人会員一口5,000円です。桜地区はあなたのご支援を必要としています。

連合自治会の運営について

——桜地区連合自治会 伊藤隆夫会長にきく

桜地区には「桜連合自治会」、「桜台連合自治会」、「広域桜花台連合自治会」の三つの自治会があります。伊藤さんは「桜連合自治会」の会長であり、また三つの大きな自治会をまとめる桜地区連合自治会の会長として2年目を迎えています。



Q 三つの連合自治会をまとめるのは難しいですか？

桜地区は、昔から住んでいる人が多い智積・桜町地区と、新しく開発された住宅地である桜台地区、さらにその後開発された桜花台・桜新町地区の三つに分けられます。それぞれの地区によって自治に対する住民の考え方や地域のしきたりや慣習が違います。また同じ地区でも年配者と若い人との自治活動に対する意識や関心が違うので、それらをつなぎ、調整するのに難しいものがあります。私は長年、社会福祉協議会の活動に携わってきたので、人とのつながりが生かされています。

Q 具体的な例はありますか？

智積養水は日本の名水百選として桜地区だけでなく、四日市市全体で有名なところですが、しかし、その川ざらえや維持補修は智積町の一部の地域だけが行い、負担が大きいのです。高齢化しているので作業が大変です。水は菰野町の神森地区から流れており、管理については行政区域の違いが問題を複雑にしています。

Q 最近の自治会の特徴や傾向はありますか？

桜地区は災害の少ない地域です。かつては金溪川が氾濫したことがありましたが、地域住民の中には、防災に対する意識が薄いように思われます。地域によっては転居や人の移動が多く、近所付き合いが少なくなっているのでしょう。また、要望や苦情の何もかもを自治会や市民センターに依頼し、自分たちで解決しようとしにくい傾向があります。自治会の役員の人選には苦労します。

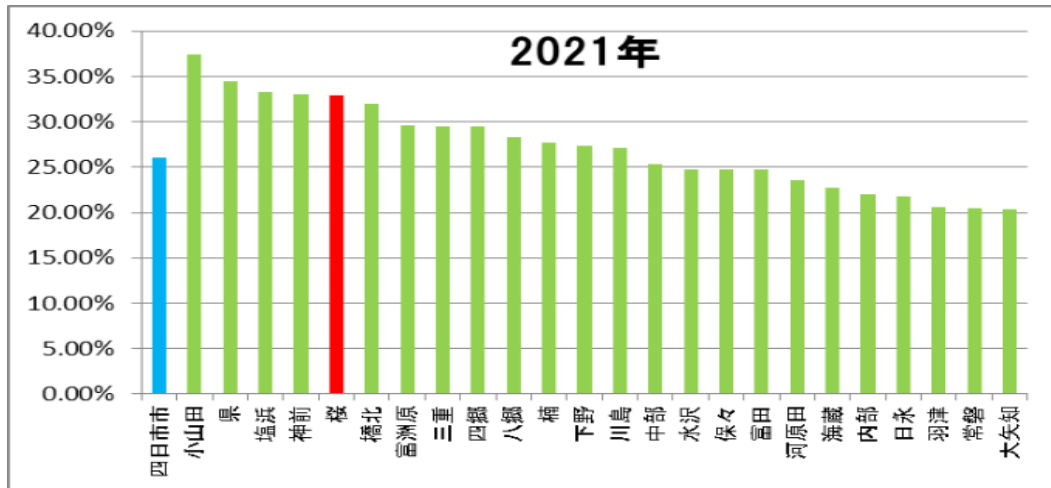
Q 今回のコロナ感染症対策はいかがでしたか？

コロナ影響のため多くの活動を中止し、延期しました。10月になって、段階的に元の姿に戻りつつあります。約2年間、イベントや集会などをしていなかったのも、うまく後継ぎができるかが心配です。事業を再開するエンジンをどのようにかけるかです。気持ちを一新し、コロナ禍を機会に、これまでの事業を見直し、力を合わせて桜地区を住みやすい町にしたいと願っています。

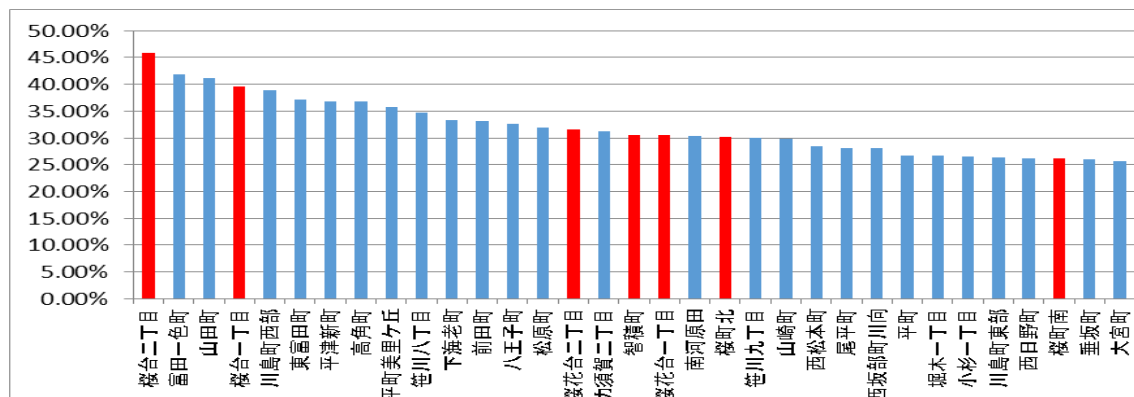
シリーズ高齢化 ①

グラフで見る桜地区の高齢化率(65歳以上)

桜地区は急速に高齢化が進んでいます。20年前は四日市市全24地区のなかで22位でしたが、現在では5位となっています。



なかでも桜台二丁目は四日市で一番で、桜地区の各町(赤い棒グラフ)が上位を占めています。(人口千人以上の町: 2020年)



「咲楽検定」…さくらのまちを知るための3択クイズ

- 桜花台の夏祭りをするグラウンドの正式名は？
A 桜ハイツ中央公園 B 桜花台中央公園 C 少年野球中央広場
- 桜駐在所のパトロールカーの車名は？
A トヨタ：レクサス B ダイハツ：タント C スズキ：ソリオ
- 桜地区のホームページの名前は何でしょう？
A ふれあいネット桜 B さくらコム C まちづくりコミュニティ桜
- 四日市西高校の北側に設置されている気象観測装置は何でしょう？
A 水位計 B 積雪計 C 雨量計

桜ボランティア協会の行事予定

【憩いの家】 毎回「百歳体操」から始まります。

月	日	火曜日 (9:30~)	日	木曜日 (9:30~)	日	金曜日 (9:00~)
12			2	健康講座	3	野菜作り研修
	7	踊り：さくら音頭	9	踊り：民謡 (開始 13時30分)	10	農園作業
	14	桜在宅 (出前講座)	16	手芸	17	農園作業
	21	手芸	23	絵手紙 (開始 13時30分)	24	農園作業
	28	スケッチ教室	30	休み	31	休み
1	4	踊り：民謡	6	健康教室	7	野菜作り研修
	11	手芸	13	詩吟・踊り (開始 13時30分)	14	農園作業
	18	ソプラノコンサート	20	手芸	21	農園作業
	25	スケッチ教室	27	絵手紙 (開始 13時30分)	28	農園作業
2	1	認知症予防	3	健康講座	4	野菜作り研修
	8	腹話術	10	ギター演奏会 (開始 13時30分)	11	休日 (建国記念日)
	15	手芸	17	手芸	18	農園作業
	22	スケッチ教室	24	絵手紙 (開始 13時30分)	25	農園作業

※ 新しく「憩いの家」に参加される方や送迎を希望する人はお電話ください。

【買物支援・送迎】 毎月第1木曜日 イオン四日市尾平店

12月	2日 (木)	申し込みは	1か月前から	11月	29日まで
1月	6日 (木)	申し込みは	1か月前から	1月	29日まで
2月	3日 (木)	申し込みは	1か月前から	1月	31日まで

【「咲楽検定」の答え】

1) A	2) C	3) B	4) C
------	------	------	------

事務所は12月30日(木)から1月3日(月)まで休みです

発行人：小澤優子 編集：広報部

イイフクシ
☎327-1294