

令和4年度 第3回社会教育委員会議 会議録（要旨）

- 1 日 時：令和5年1月24日（火）10:00～11:30
- 2 場 所：北九州市立生涯学習総合センター 3階ホール
- 3 出席者 委 員 野依議長 他 12名
事務局 市民文化スポーツ局地域・人づくり部長 他13名
事例発表者 1名
- 4 議題、議事の概要
 - (1) 市民文化スポーツ局長あいさつ（地域・人づくり部長代読）
 - (2) 議題
 - ア 協議テーマに関する意見交換
 - ① 前回会議委員意見まとめ
 - ② 事例発表
 - ③ グループワーク
- 5 主な質疑応答、意見等

議題（ア）協議テーマに関する意見交換

（事務局：① 事務局から前回の協議のまとめの発表、及び本日の協議テーマについて説明）

② 事例発表

「地域の課題を地域で考え、地域で解決する～二つの柱で取組む地域の健康づくり活動～」
（沢見市民センター）

館 長： 沢見市民センターは戸畑区の中央にあり、地域には二つの自治区会がある。緑豊かで、こぢんまりとしているが、医療施設、保健施設、大学に囲まれ、買い物も便利で、大変住みやすい場所である。最近では代替わりが進み、マンション等の建設が多く行われている。

沢見のまちづくり協議会の（今年度の活動）テーマは、「いつまでも このまちで 自分らしく いきいきと！！～手をつなぐまち さわみ～」で、市民センターもこのまちづくり協議会のテーマに沿って、講座や事業を展開している。

沢見まちづくり協議会は、八つの部会で構成されている。

この中で一番大きく健康づくりに関わっているのは健康・保健部会で、まちづくり協議会の役員、健康づくり推進員（3名）、スポーツ推進委員（2名）、自治会（北沢見地区自治会、南沢見地区自治会）、二つの老人会、社会福祉協議会、そして地

域やまちづくり協議会からの推薦を得た委員で構成されている。もちろんこの中に市民センターも入っている。

次が食生活改善推進部会である。この部会は、ヘルスマイト7名、ボランティア15名で構成され、活躍している。

そして、沢見地区のまちづくり協議会には他の地区にないグループとして、地域ボランティアとワーキンググループがある。

ワーキンググループは、地域の中高年齢層や青少年との連携を図るため、また、次世代へバトンを渡せるまちづくりをしようということで、今年度立ち上がったものである。現在、10名ほどの保護者世代の男性が、まちづくり協議会の組織やまちのことを知っていきながら、子ども講座への参加や子どもたちの催し物の企画・実施をしている。

(次に、地域の健康づくりの一つ目の柱である)「地域でGO!GO!健康づくり事業」を説明する。

この事業は、市民センターを拠点として、まちづくり協議会が中心となり、地域担当保健師と密に連携しながら、地域の課題について話し合い、目標設定、計画づくり、実践、事業評価などを一つのサイクルとして、取り組むものである。沢見地区はいち早く、平成16年よりモデル事業として取り組み、現在に至っている。

事業の流れを紹介する。

まず、年度当初に昨年度のPDCAサイクル図を検証して、地域の実情把握を行い、その上で年間テーマを設定して、活動に入っていく。

このテーマが明確であることが参加者と企画する側の意識向上に繋がるという考え方のもと、私たちはテーマ設定を大変大切にしている。(決定した)年間テーマである「いつまでも このまちで 自分らしく いきいきと」を(まちづくり協議会と市民センターの)すべての活動における大きなテーマとし、「健康づくり」のテーマは昨年度から「減塩」としている。

また、計画前の会議及び(実施後の)振り返りも大切にしている。部会メンバーは現在15名。そこに市民センター、地域担当保健師、看護師が加わり、月1回必ず部会を行うようにしている。

次に、今年度の取り組みについて紹介する。

「他地区との交流」としては、5月に、ニュースポーツのクッブを体験した。

また、12月には、戸畑区主催の情報交換会が開かれ、他地区の活動を学習する大変良い機会となった。

「通年の活動」としては、「朝のラジオ体操」を9時15分から市民センターで行っている。市民センターには軒下があるため、年間通して途切れることなく行うことができ、年々参加者が増加している。

7月は「ふれあいニュースポーツ」として、高齢者だけでなく、小学生にも呼びかけて、一緒にトリコキューブやディスコンを行った。

そして、7月は「地域でGO!GO!健康づくり」の開級式もある。

開級式では、前年度取り組んだことの振り返りをまず行う。データに基づき、戸畑区全体ではどのような病気が多いか、どのくらい医療費がかかっているか、そし

て減塩に取り組んだことにより点数的にどのくらい良くなったのかななどを数字とともに目に見える形で提示して、保健師が現状を解説する（参考：配布資料「戸畑区減塩10のチャレンジ」）。

また、機械を準備していただき、（外部）講師とともにベジチェック、血管年齢チェックなどもしながら、（受講者が）興味を持てるような開級式にしている。

7、8月は、まちづくり協議会全体で取り組んでいる「夏休みラジオ体操」。二つの公園で1週間ずつ、ほとんど町中の人が出てきているのではないかというくらいの人数で取り組んでいる。

8月は「ふれあいニュースポーツ大会」。今年初めて日曜日に開催し、子どもたちと一緒に二つの種目で得点を競い合い、大変盛り上がったスポーツ大会となった。

9月は「ニュースポーツ」。子ども講座の中でも輪投げを練習した。10月に予定されていた区主催の輪投げ大会が中止になったため、市民センターで大会を開催して楽しんだ。

11月は「海を渡るウォーキング」。若松の若戸大橋の重要文化財指定記念を兼ねて若松を歩いたが、距離が長かったため、その距離を歩ける方の参加になった。

そして、12月から3月は、「沢見でGO!GO!健康づくり」の中の座学として、「沢見いちご講座」にオンラインで参加できるようにした。

これからの予定としては、2月に「梅見ウォーキング」。これは近くを歩くようにし、どなたでも参加できるものを計画している。

そして、3月は閉級式で「ミニミニ運動会」を行う。ミニミニ運動会は今年度初めて日曜日に企画し、小さな子どもから高齢者までの参加を狙っている。

次は、（地域の健康づくりの2つ目の柱として）戸畑リハビリテーション病院と連携して実施している、生涯学習市民講座の「沢見いちご講座」を紹介する。

この講座は、当初、戸畑区保健福祉課主催の認知症予防講座として始まり、その後自主運営に移行して、令和元年度まで「沢見いちご会」という市民センターのクラブであった。しかし、高齢化に伴い、企画運営が難しくなっていた。

その時、保健師の提案と私が前任の市民センターで同様な状況に取り組んだ経験から、「沢見いちご講座」を立ち上げた。

戸畑リハビリテーション病院とまちは以前から協力体制を確立していた。令和元年度に病院から、地域包括ケア推進チームを立ち上げるが、地域貢献するにはどうしたらいいだろうか、という相談があった際、「沢見いちご会」の後半の講座を依頼するとともに、戸畑区の市民センター館長や行政に繋ぐことにした。

（「沢見いちご講座」を）立ち上げるにあたって配慮したのは、「沢見いちご会」クラブ会員に生涯学習市民講座に移行することについて理解を得ること、そして市民センター職員の理解を得ること。これは病院の（理学療法士の）先生の魅力で難なくクリアできた。

しかし、法人との連携については、生涯学習の指針（「本市の生涯学習活動について（指針）」）の中で、NPOなどとの連携（を目指すこと）が明確に書いてあるものの、（法人の）宣伝活動になるのではという懸念を抱えたままの出発となった。

連携2年目（令和2年度）は、「コロナ禍で（講座などの）中止が多いが、それでも学びたい。」という声があった。また、戸畑リハビリテーション病院から、オンラインで戸畑区全体に広げないかという提案をいただいた。

しかし、市民センターの環境は整っておらず、自分の勉強不足もあり、難しいのではないかと考えていたところ、戸畑リハビリテーション病院広報課の全面協力によりオンライン配信が実現することになった。

そして、戸畑区の市民センターへ声かけした結果、現在、東戸畑市民センターに毎月1回、（講座を）配信をしている。

（事業の）実行前・後の取り組みとしては、課題及び目的をはっきりさせること、with コロナ対応と活動、それを踏まえた活動計画、実行、そして、受講生を交えた振り返りとアンケートからの声を大事にしている。

最後に、この活動の成果と学び、今後の取り組みを発表する。

参加者・受講生からは、「まだまだ地域の一員として活躍できる、と気持ちが前向きになってきた。」という声を聞いている。もちろん健康に対する意識向上、コロナ禍による生活の不活発の克服もできている。

市民センターの学びとしては、オンライン配信やデジタル化に少し自信が持てた。「情報を掴むためのアンテナを持つこと」は、とても大切ではないかと思う。

また、「今、地域に求められていることを掴み、一步を踏み出す勇気」、それも私たち（市民センター）に必要なものだろうと思っている。そして、「人をつなぐ（役割の）センターではなく、（各団体が）つながっている（中の一つである）センター（であることの大切さ）」、そういうことを意識できたことが成果と学びであった。

課題は、「コロナ禍での生活の質の低下」や「地域スタッフの高齢化」、（75歳以上は集団検診の対象とならないため）「健康診断受診の周知の難しさ」、「ライフステージを意識した活動が欠如しているため、参加者が固定化し、高齢者に偏りがちな活動になっている」こと。また、「オンラインの周知と拡大」も課題だと思っている。

今後の取り組みについては、オンラインの周知拡大や世代間交流を中心に、次世代へつなぐ活動、児童保護者が一緒に参加できる内容、声かけと誘い合いの展開、ニュースポーツの積極的な導入などを進めていきたい。

【事例発表についての質疑応答】

委員：（市民センターの成果と学びとして）「人をつなぐセンターではなく、つながっているセンター」を意識できた、とのことだったが、その意味をもう少し詳しく教えていただきたい。

館長：我々（市民センター）は、「繋いであげよう」という気持ちがどうしても強くなりがちだが、（多くの人に）いろいろ協力していただき、また、病院などとの連携をしていくうちに、お互い歩み寄って手をとらなければ物事は進んでいかない（ということを理解した）。「繋ぐ、繋ぐ」ではなく、「繋がっていよう」という気持ちを大切に、地域づくりをしていこうという意味である。

委員： 年間テーマの設定は、まちづくり協議会主導か、それとも市民センター主導か。

館長： 市民センターから課題の提示をし、まちづくり協議会会長が固めた提案を会議にかけていく流れになっており、まちづくり協議会主導といえる。

委員： やはり、地域の方の意見が多いということは、大切なことだと思う。
まちづくり協議会の組織として、新しくボランティアとワーキンググループがあるとの説明だったが、まちづくり協議会主導ということはこの二つのグループも一緒に活動しているのか。

館長： 一緒に活動しているが、ボランティアは「できる時にできることを」というコンセプトで活動している。

③ グループワーク

出席委員13名がA、B、Cの3グループに分かれ、各グループにファシリテーターとして社会教育主事が1名ずつ入り、グループワークを行った。

「健康増進のためのどのような学び・工夫が必要か」、「健康増進を図りながらどのように地域・人づくりへつなげていくか」について意見を出した。

【グループワーク内容の発表】

A グループ： 地域の健康増進のためにはどのような学びや工夫が必要かという論点について、多くの意見が出た。

(年間を通して講座を) 継続するには、やはりボランティア(の力)や準備が必要になる。(沢見まちづくり協議会の「地域ボランティア」、「ワーキンググループ」)はそこに新しい視線で取り組んでいるところがいい。

計画し、実施し、次年度に繋げていくというPDCAサイクルにおいては、何が有効か、何が良かったのかという点をしっかり話し合っていくことが大事で、それが地域の活性化にも繋がっていく。

そして、テーマをしっかり持つことも大切である。

特に健康づくりは、病院など専門性があるところと繋がるが必要で、学びを継続していくためには、数値を示すことも重要である。個人の健康度がどの程度上がったのか、参加者人数や参加者層、どのような関心を持つ人が参加したのかなど、成果を表すことが必要である。

そして、これを受けて、健康増進を図りながらどのように地域づくり・人づくりに繋げていくのか。

健康は関心の高いテーマのため、工夫によっては多くの人に学びを届け、地域づくり・人づくりに人を巻き込んでいくことができる。まずはプランをしっかり持ち、実施していくことが大事であるとともに、先ほどのPDCAサイクルのように地

域の人がそれを意識できるような仕掛けも必要である。

継続的な取り組みの具体的な例を挙げると、年度初めに参加者の血圧や健康状態を測定しておき、地域の専門性を持つ人を巻き込みながら、運動や座学などを進めていき、成果が出てくると、その参加者がほかの人に声掛けなどをして繋げていく、巻き込んでいくことができるのではないか。そして、最後は個人の成果をしっかりと出すことが大切である。

また、事業の中に参加者の企画を入れ、参加者からリーダーを出して、その人に進めてもらうのはどうだろうか。例えば、当番を決めてラジオ体操を行う、また、若い人の参加を考えると、夏休みに子どもの企画で健康づくりをするなどである。

そうすると、子どもから親への影響もあるのではないか。なかなか保護者が参加しないという問題があるが、まずは（このようなことに）関心が高い親子から始め、それから広げていけばいいのではないか。子どもの健康については、親の関心が高いので、その辺から親にアプローチするのもいいのではないか。若い人は健康意識が高いため、アプローチすることができれば、その地域に巻き込むこともできるのではないか。

ほかに、例えば介護などで家から出られず、なかなか健康づくりに参加できない人も、ボランティアの力でこの日だけは来られるようにするなど、細かい気配りの工夫もしていく。そうすれば、地域づくり・人づくりに繋げていけるのではないか。

B グループ： やはり（講座）参加者の固定化というのが課題であり、今後、いかに裾野を拡げていくかである。

（地域の健康増進のための工夫としては、健康状態の）データの可視化は大変良い。参加する人にもわかりやすく、意欲も増してくるのではないか。

そのデータの可視化については、運動能力測定を基に簡単に作れる「個人カルテ」を作成し、活用してはどうかという意見が出た。自分の健康の良い点、弱い点をカルテで示すことによって、意欲に繋がる。また、それ（その事業や健康への取り組み、その成果など）が友人などに伝わっていくと、自分も参加してみたいという気持ちに繋がっていくと思う。

そして、市民センターが核となるには、様々な社会教育施設や機関などとどれだけ多く繋がれるかである。それが、活性化に向けて大切なことである。

例えば、一人暮らしの人。その人と関わっている民生委員と市民センターを繋げる。一人では不安という人の背中を誰かが押してあげる、そういう人が地域にいるといい。

そのほか、スポーツの専門家ではないが、地域の人であるスポーツ推進委員は自分で研修など勉強しており、スポーツを通して、地域の人達の繋ぎ役の核になる人たちなのではないか。

やはり健康は、年齢にかかわらず誰もが興味があることで、（地域づくり・人づくりには）一番いい切り口だと思う。

（そこを切り口に、）家から出られない人や市民センターに行きたくない人、孤

立している人たちをどのように市民センターまで繋げるか。オンライン、デジタルを活用するなどの工夫をしていくことが大切であろう。

世代間交流をどのように地域・人づくりに繋げていくかについては、子どもを巻き込むのが良い。子どもが発端になれば、親が来る。若い世代層が来る。来ることによって、みんなでやる。一人一人が「あの人以上も頑張ろう。」というようなライバル心が出て、意欲が繋がる。そうなれば、(さらに) いろいろな人が来て、いろいろな声が出てくる。

今、自治会は高齢層が中心だが、地域にいろいろな世代の人が来たとき、その声をいかに吸収していくか。そこで出る声を大切にしていけば、スポーツは誰でも関心があることから、スポーツを切り口として、地域の活性化にも繋がっていくのではないか。

Cグループ： 学びや工夫について、目に見える資料というのが意識づけになるという意見があった。その資料を市民センターから(来館者に) 渡す、あるいは(館内に) 掲示するのもいいのではないか。

また、講座などわざわざ市民センターに行くようなものではなく、「健康まつり」のようなものであれば、近所の人などもちょっと寄って行くきっかけ、来られない人を引っ張り出すきっかけになるのではないか。

行政側もこのようなことをしているということをもとにプッシュしていく必要があるのではないかという意見が出た。

但し、健康になることが目的ではなく、「健康になってどう生きていくか」ということを考えていくことが必要である。

また、健康に関する講座やイベントに来た人をほかの講座やクラブなど他の「カルチャー」に繋げていくことも大事である。

やはり健康は一生涯のテーマであり、年間通して途切れなくやっていくこと、やりっ放しにならないことが大事である。

オンラインを活用した市民センター同士の連携は大変良い事例であった。市民センターはそれぞれ特色があるので、連携が難しい部分もあるかとは思いますが、このような事例を今後もどんどんやっていくのが良い。

また、病院を拠点に、専門家の力を借りることもとても良いことである。専門家という点では、学校の体育の先生やスポーツ指導者なども組み込んでいけると良いのではないか。

先生は忙しいので、地域の人たちに直接指導するのは難しいと思われる。直接ではなく、子どもを通して繋がっていく。子どもを経由して、親御さんやおじいちゃん、おばあちゃんにも(スポーツなどを) やってみるように働きかけるということも良いのではないか。それには教育委員会との連携というのも必要になってくる。

地域づくり・人づくりにどのように繋げていくかという点では、受講した人たちが受講生で終わらないこと、誰かにその楽しさを伝えるなど他に繋げていくことが大事である。また、次のステップとして、ボランティアや教える側になっていくということも大事ではないか。そうすることで市民センターに来る人や、地域で活躍

する人の流れを変えていくことができるのではないか。

高齢者の中には、市民センターまで行けない人がいるので、市民センターの機能を外に持ち出していくことができると良い。但し、これをセンターだけで行うのは、人手も足りず難しい。そこで、市民センターの中で、リーダーづくりをしていくことやボランティアを格上げしていくようなことが必要ではないかという意見が出た。

また、こうした取り組みに参加している人たちを市民センターだけで紹介すれば、その人自身の励みにもなり、地域の人たちも興味を持つのではないだろうか。

【議長総括】

議長： 地域づくり・人づくりにどう繋げるかという点で総括したい。

3グループの発表の中で共通して言える、三つのキーワードがある。

一つは「地域資源の活用」。もう一つは、「参加者から参画へ」、そして最後は、「子どもを対象にした取り組み」。

「地域資源の活用」は、病院がまず一つあるが、今回の発表の中であったような、保健師や看護師などの専門性を持つ人、そのほかスポーツ委員や学校の先生など地域の人材も含めて取り込んだらいいのではないか、ということ。

そして、人づくりに繋げていくためには、リーダーを作る、(講座などの)参加者が教える側になる、そういったことも必要なのではないか。

そして、子どもを核にするといろいろな世代が集まってくるため、子どもを対象にする。

子どもが抱えている課題には、SNSなど情報化社会の中でメディアの影響を受けたものがある。子どもを中心にするだけでなく、そのようなことを講座で取り入れると、関心のある親世代は集まってくるのではないか。

以上、三つがキーワードとして感じたことである。

【委員から地域の健康増進についての提案】

委員： 「地域資源の発掘」は大変重要と思う一方で、130もの市民センターの中には探すのが大変だということが出てくると思う。

この健康増進については、市の当局でサポートするのが包括的に有効ではないか。

この分野の専門家である生命保険会社が、全国的に(健康問題についての)取り組みを行っているという記事を最近見た。

例えば、日本生命は旭川市と包括連携協定を締結している。明治安田生命は、人づくり・繋がりづくり・地域づくりが自社のフィロソフィーと合うということで、健康増進や認知症、介護、子育て、保険に関わることをテーマに全国に1万4000ある公民館、ここ(北九州市)でいう市民センターで講座をサポートする活動をしているそうである。

地域資源がないような市民センターがあれば、市がサポート(生命保険会社と提携するなどして)し、選択肢として紹介するとよいのではないかと思う。