

仕事のスキルを地域に生かす、働く世代のまちづくり

大阪 **ええまち**  
アカデミー



# つるみ ご近所さん

(米田智子・瀬崎麻美・古跡賀洋子・)



## ①実践プランの背景・課題

### 大阪市鶴見区 鶴見北地区での活動

仕事のスキルを地域に生かす、働く世代のまちづくり

大阪エスまち  
アカデミー



東大阪市

### 鶴見区



区役所や地域包括まで  
地下鉄一駅分離れている

城東区

東大阪市

花博記念公園鶴見緑地が区のシンボル

- ・高齡化が進み、2025年には後期高齡者が37%を超える
- ・単身者・独居率も増加傾向

## ①実践プランの背景・課題

### <背景>

- ・住民の**高齢化、一人暮らしの増加**の中で、地域の人同士のつながりは、どんどん希薄になり、孤立傾向。

### <解決したい地域課題> 自分で歩いて行ける場所に

- ・高齢者が**孤立しない**で地域の人と交流する
- ・生活上の**困りごとを解決**出来る
- ・いきがいや楽しみに繋がる**通いの場**を作る

## ②やってみようと思ったこと・着眼点

**実際に活動中のコミュニティを見学** し、行動指針を得る

### <知りたい事>

- ・活動目的
- ・活動の実際
- ・経費捻出方法

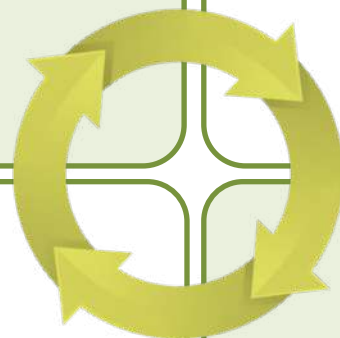
## ④トライアル

**まずは、地域住民の方と繋がる**

- \* 隣向いの同世代の方とお茶会
- \* 公民館で「おしゃべり会」を企画し2回実施

## ③現場見学・ヒアリング

- \* 10/28 同じ鶴見区で月1回**イベント活動**の「つどい場つる茶ん」
- \* 11/14 元看護師の有志で立ち上げた**コミュニティサロン**「わいわい」
- \* 11/17 マンション住民で構成された**町会活動** 厚生労働大臣表彰の「毛馬コーポゆうゆうクラブ」



	①つどい場つる茶ん	②お茶の間わいわい	③毛馬コーポゆうゆうクラブ
活動動機	地域での繋りづくり	高齢者支援	住民同士が助け合えるなかまづくり
組織	有志グループ	一般社団法人 (元同僚が理事)	町会=マンション管理組合 (住民の中の有志が世話人)
活動収入源	ボランティア助成	賛助会員会費(寄付) ボランティア助成	経費が必要なものは <b>有料メニュー</b> (講師料・旅費等)
場所	学童保育所	空き家を賃貸	マンションの集会所
活動内容	イベント(1回/月)	・サロン(イベント) ・よもやま相談 ・子ども食堂(月1回)	・セルフカフェ ・サークル(毎日) (体操、囲碁将棋、コーラス) ・在宅医療勉強会(月1回) ・お手伝いネット ・LINEで安否確認 など



コロナ禍で、いろんな活動が制限された三年でしたね。自粛ばかりでは身も心も縮こまってしまいそう。久しぶりに、ちょっとお話しませんか？皆様のご参加をお待ちしています。

\*\*\*\*\*

テーマ：この町で、こんな暮らしができたらいいな♪  
暮らしの中で「あったらいいな、できたらいいな」と思うことを話してみませんか？

内 容：・都島区 毛馬コーポの活動紹介  
・おしゃべり、意見交換

日 時：12月16日（金）午後2時より3時位迄

場 所：鶴見北公民館

参 加 費：無料

申し込み：不要（直接公民館までお越しください）

話題提供：米田智子



小4から鶴見で育ち鶴見で暮らす「つるみっ子」です。  
看護師・看護師長として約40年近く病院勤務を続けてきました。シニア世代となり、安心して楽しく暮らせる街づくりに参加したくなりました。



2024年 1月27日（金）  
14:00～15:00  
鶴見北公民館にて

テーマ：冬の健康注意報！  
ヒートショックに注意  
コロナ豆知識  
話題提供 米田智子



予約不要、無料です。  
お気軽に覗いてみてくださいね。  
皆様のお越しをお待ちしています。

## 12月・1月と地域の公民館で「おしゃべり会を開催

ええまちメンバー  
社協職員・町会長  
ご近所の住民の方々  
のご協力により開催

- ・なんでも気軽に相談できる所が欲しい
- ・病院受診の送迎をしたり、困った時の助けが欲しい



交流の場を持つことで、  
ニーズを聞くことが出来た

今後も、継続して地域の人と繋がりを続ける

## ⑤実践プランの再設定

<学び>

- ・始めは「お茶を飲むところから」**構えない**で繋がる
- ・サーポートメンバーの**得意を活かした役割分担とチームワーク**が活動の鍵
- ・リーダーが**抱え込まないで、任せる**ことが成功の秘訣

活動拠点となる場所



空き店舗を賃貸

**目標:「地域に暮らす人」を巻き込んで活動を、定着し継続していく**

コミュニティサロン開設  
にあたり準備すべき事

- ①賃貸契約
- ②**事業**計画立案
- ③**資金**調達
- ④店舗リフォーム
- ⑤備品整備
- ⑥ボランティア**スタッフ募集**
- ⑦法人化

## ⑥今後の活動プラン

- **カフェ** : 気軽にお茶を飲んで話せる場所を作る
- **ガレージセール** : 不用品寄付を募り、販売する
- **図書リサイクル** : 古本の寄付を募り、100円/冊程度で売り、資金源とする
- **まちの保健室** : 血圧測定等の健康チェック、健康相談
- **ワークショップ教室** : 体操、手芸、着付け、書写、料理等の教室、映画会等
- **困りごと支援** : 有償ボランティアによる、生活支援や  
病院受診、買い物付き添い等の互助活動
- **作業所** : 有償ボランティアによる、ちょっとお仕事
- **フリールームレンタル** : 会議、教室、パーティ等に貸出
- **おばんざい事業** : 有償ボランティアでおかずを作って販売する





実践リーダー  
米田智子

ええまちアカデミーを通して、チームになれたことで、支えられ活動することが出来ました。この繋がりを大切に本活動をスタートします。



実践メンバー  
瀬崎麻美

チームに参加させて頂きサポートすることによって勉強になることが増えました。益々のご活躍を期待し引き続きサポートさせて頂きたいと思っています。



実践メンバー  
古跡賀洋子

親世代の方々は日々どのように過ごされているのか関心を持ち参加しました。活動を間近で体感できたことは、大きかったです。これからも関わっていきたいと思います。

## 今後の活動案内

連絡先: 米田智子(よねださとこ)

Mail [yonesato39@gmail.com](mailto:yonesato39@gmail.com)

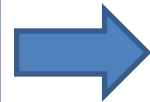
TEL 090-1156-7439

070-8955-8943

事始めとして、  
ガレージセールを開催します。  
不用品の寄付を募っています。

同時にボランティアスタッフ  
募集中です。

ご連絡お待ちしております。



# コミュニティサロン始めます サロン応援 ガレージセール 開催します

## 不用品の寄付募集中

開催日 令和5年4月2日(日)

時間 10:00~14:00

場所 鶴見4丁目12-14  
鶴見小学校正門前西側の通り

ボランティア  
スタッフ募集中

サロンの名前  
募集中

連絡先: 米田迄

物品引取りに伺います

070-8955-8943

仕事のスキルを地域に生かす、働く世代のまちづくり

大阪 **ええまち**  
アカデミー