

## 枕崎市

### 防災の心構え

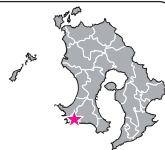
防災は「自らの身の安全は、自ら守る」  
互助、共助で安全・安心して暮らせる地域づくり！

## ひらた がたじ しゅほうさい そ しき 平田潟自主防災組織

総人口 20,033人  
高齢化率 41.0%  
(令和2年国勢調査)



- (1) 活動地域  
平田潟地区
- (2) 活動開始時期  
平成29年6月
- (3) 隊員  
12人（令和6年3月現在）



## 1 活動内容

- (1) 平常時の活動
  - 防災知識の普及
  - 家庭の安全点検
  - 避難経路等の確認
  - 備蓄確認
  - 隊員の定例会（3か月に1回）
- (2) 災害に備えた訓練活動
  - 地区防災計画の作成
  - 実施日：年1回（6月）
  - 内 容
    - ・ 消防団や民生委員との連携及び役割分担
    - ・ 要配慮者の抽出と名簿作成
    - ・ 支援者の確保
    - ・ 個別避難経路の把握
    - ・ 災害別経過想定訓練
  - 備蓄計画・炊きだし訓練
  - 災害図上演習
- (3) 訓練活動の記録
  - 訓練内容についてはUSBで記録保存



## 2 活動までの経緯

- ・ 平田潟地区は地名に潟が付くとおり低湿地で、また、花渡川沿いに位置している地域。
- ・ 枕崎市は台風常襲地帯で豪雨による浸水被害が頻発しており、近年は平成5年の13号、平成9年の19号、平成28年16号の台風による豪雨で多数浸水被害が出る状況であった。
- ・ そこで、平成29年6月に公民館長を中心に自主防災組織を公民館の組織内に立ち上げ、組織による防災計画に基づいた訓練を年1回実施している。

「地域のみなさんと自主訓練に参加することが、もしもの時に役立つ。隣近所で手を取り合って備えたい。」



## 3 これまでの活動

- (1) 工夫していること
  - 会長は公民館長  
自主防災組織を立ち上げるまでは、公民館長は地区の班ごとに1年おきの持ち回りであったため活動や責任感が希薄となっていたが、持ち回りをやめ兼務させることで人のつながりが生まれ地域活動が活発になった。
  - 要配慮者の抽出  
枕崎市担当課及び民生委員と連携して名簿と地図を作成し、毎年見直しを行っている。
  - 支援者の配置  
隊員以外で支援活動に参加できる方は、公民館を通して応募してもらい、名簿を作成している。
  - 防災訓練の広報  
班ごとの回覧板と共に、車にスピーカーを積み訓練日3日前から地区内で放送している。
  - 隊員間の連絡網  
ラインワークス（LINE WORKS）を利用して情報の共有を図り、3か月に1回定例会を行っている。
  - 避難力強化支援事業への参加  
県の「住民による避難力強化支援事業」に参加し、地区防災計画を作成するためのワークショップや防災訓練等を行った。
- (2) 苦労していること
  - 高齢者の訓練参加と避難
    - ・ 地域性からか70歳を過ぎると公民館活動や防災訓練に参加する方が少なくなる傾向がある。
    - ・ 水害時に比べ、台風時の避難に対しては経験値からか家に閉じこもり、避難者が少ない傾向にある。
- (3) 活動の成果
  - 訓練を重ねて
    - ・ 妊婦・高齢者・子ども・けが人などそれぞれの方々に対する処し方や訓練の大切さ・大事さに気づかされた。
    - ・ 訓練の積み重ねが、もしもの時に役立つので、日頃から隣近所で手を取り合って災害に備えたいとの声もあった。

## 4 今後の抱負

「自助・互助・共助」の精神で、自主防災・避難を推進！  
安全で安心して生活ができる地域づくりに更に貢献したいです！



## 指宿市

## かりや かい 仮屋おたすけ会

### お助け隊

地域内の見守り、清掃活動  
ちょこっとした困りごとを引き受けます！

総人口 39,011人  
高齢化率 39.6%  
(令和2年国勢調査)



- (1) 活動地域  
仮屋地区
- (2) 活動開始時期  
令和4年4月
- (3) 会員  
12人(令和6年3月現在)



## 1 活動内容

- (1) 「高齢者や障がい者との交流推進活動」の実施
  - ◎ 支え合い活動
    - 実施日：年3回(5・7・12月)
    - 内容：公民館及び通学路の清掃、公民館や市道・農道沿いの花壇等の整備(花の植栽、草取り)
  - ◎ 見守り活動
    - 実施日：会員によって毎日～不定期
    - 内容：支え合いマップづくり(令和6年9月作成)  
高齢者や障がい者への見守り訪問
  - ◎ 交流推進活動
    - 実施日：週1回(金曜日)
    - 内容：ころばん体操、屋内テーブルゲーム、ショートのグラウンド・ゴルフ
- (2) 「有償ボランティア活動」の実施
  - 実施日：随時
  - 時間：30分(最長で1回2時間以内)
  - 利用料：1人あたり30分200円
  - 場所：仮屋地区
  - 対象者：仮屋地区内の住民
  - 内容：草刈り、草取り、ゴミ出し、ゴミの分別、買い物代行、お墓掃除、外出時の同行、話し相手など



### <活動の流れ>

- ① 登録申込・依頼申込→仮屋おたすけ会事務局
- ② 依頼受付→隊員へ活動依頼・実施
- ③ 活動報告→隊員が口頭で仮屋おたすけ会事務局へ



## 2 活動までの経緯

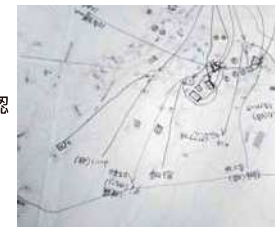
- ・ 仮屋地区は、世帯数が減少傾向、高齢化率も約60%と高いが全体的にまとまりのある地区で、リーダーシップのある方が長年公民館長と老人クラブ会長をしている。
- ・ 「令和3年度かごしまシニア人材育成活用事業」に参加し、半年後の活動目標として「住民参加の支援活動」を掲げた。
- ・ その後、市社協の支援・協力により、規約等を整備し、指宿市で最初となる住民による有償ボランティア組織「仮屋おたすけ会」を令和4年4月に立ち上げた。

「毎週、体操やレクリエーションができて楽しいです！」  
「地域のみなさんとの清掃活動や見守り活動などのボランティア活動することで元気がでます。」



## 3 これまでの活動

- (1) 工夫していること
  - 清掃範囲の分割  
3月の公民館総会において、7集落に担当範囲の割り振りを行い、支え合い活動への協力と担当範囲の同意をもらった。
  - 支え合いマップづくり
    - ① 要支援者の把握
      - ・ 市役所担当課との連携
      - ・ 要支援者等への聞き取り及び本人の意思確認
      - ・ 緊急連絡先及び家族構成等の情報確認
      - ・ 支援担当者の確認(平日及び休日等)
      - ・ マップの更新(不定期)
    - ② 避難経路の確認
      - ・ 火災・地震時における経路
      - ・ 持ち出し物の確認
  - 有償ボランティアの周知方法  
住民に理解と気軽な活用を促すため、チラシや戸別訪問で周知するほか、ケアマネジャーなどにも周知している。
- (2) 苦労していること  
親族及び親子間で、支援に対する認識や理解度に違いがあり、要支援者でも支え合いマップに記載されない事柄が出てくること。
- (3) 活動の成果  
支え合いマップを作ったことで、地域で要支援者の把握から見守り活動まで円滑にできるようになった。



## 4 今後の抱負

「健康・友愛・奉仕」の精神で、高齢者や障がい者の見守り活動等を積極的に推進し、安全で安心して生活ができる地域づくりに更に貢献したいです！



## 南さつま市

### お助け隊

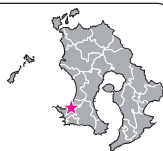
皆さんの困りごとを解決するお手伝いします！

## ボランティア南さつま

総人口 32,887人  
高齢化率 40.2%  
(令和2年国勢調査)



- (1) 活動地域  
加世田地域を中心に
- (2) 活動開始時期  
令和3年12月
- (3) 会員  
8人(令和6年3月現在)



## 1 活動内容

### (1) 「有償ボランティア」の実施

- 実施日：随時
- 時間：1時間程度
- 内容：自宅内・庭の清掃、草刈り、網戸修理  
粗大ごみ等の片づけ、話し相手など
- 対象者：南さつま市内の高齢者等
- 利用料：会員1人当たり200円  
(活動に必要な燃料費等は依頼者負担)

<活動の流れ>

- ① 利用希望者が市社協ボランティア活動センターに依頼する。
- ② ボランティア活動センターが会の代表者へ連絡する。
- ③ 代表者が、依頼内容と活動人数について、会員にライン(LINE)で連絡し作業の確認と作業人数を確定する。
- ④ 派遣された会員が作業活動を行う。
- ⑤ 作業終了後、会員が利用料を受け取り、代表者にライン(LINE)で報告する。



### (2) 「にじいろカフェ」の運営

- 実施日：週1回(金曜日)
- 場所：J A南さつま旧麓町出張所跡1F
- 時間：9:30~11:30
- 参加費：無料
- 参加者：高齢者及び地域住民
- 内容：話し相手、脳トレゲームなど



### (3) 「認知症カフェ」の実施

- 実施日：月1回(第2金曜日)
- 場所：南さつま市内カフェ
- 時間：1~2時間程度
- 内容：話し相手、相談など



## 2 活動までの経緯

- ・ 令和3年11月に市社協開催の「生活支援に関わるボランティア養成講座」を受講した9名で「ボランティア南さつま」を結成し、ボランティアの内容・案件について協議した。
- ・ 市社協の協力のもと、目的・活動方針や内容等についての規約を定めて、活動を始めた。



「地域のみなさんとカフェで話したり、困りごとを解決するボランティア活動することで仲間が増えて元気ができます。」



## 3 これまでの活動

### (1) 工夫していること

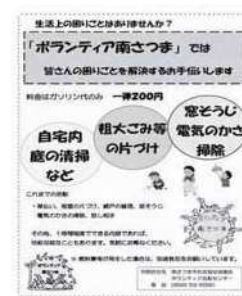
- 有償ボランティアで気をつけていること  
活動は2人以上で、できることをできる人が、できる時に協力し合って活動することを心がけ、依頼内容を検討してから引き受けている。
- 定例会の開催  
毎月、活動内容の報告や反省点などの意見交換を行いながら会員間のコミュニケーションを図り、定例会時に研鑽を積むための勉強会や研修も実施している。

### (2) 苦労していること

- 移動支援  
自力でにじいろカフェに来れない方の移動支援について、安全・安心の部分や車両保険に関することなどを市社協と協議を行い、また、空き時間の公用車使用についても交渉している。

### (3) 活動の成果

- 会員の活動意欲の向上  
有償ボランティア依頼のリピーターが増えたことや、また、ボランティア南さつまや市社協活動に対する感謝の電話があることが、活動意欲の向上につながっている。



草刈り



定例会

## 4 今後の抱負

ボランティア活動が自分を磨き、誰かの為に、「ほんの少しお役にたてばいい!!」



## 南九州市

## かい きのめ会サロン

### 交流の場

サロン活動を中心とした憩いの場で楽しく  
安全で安心して長く暮らせる地域づくり！

総人口 33,080人  
高齢化率 40.1%  
(令和2年国勢調査)



- (1) 活動地域  
御領校区
- (2) 活動開始時期  
平成28年4月
- (3) スタッフ  
4人(令和6年3月現在)



## 1 活動内容

「サロン」の実施

- 実施日：月1回(第2火曜日、5・9・11・1月は2回第1土曜日を追加)
- 時 間：2時間程度(14:00~16:00)
- 場 所：木之元自治公民館
- 参加者：14~20人程度
- 参加費：50円
- 内 容：

### ① レクリエーション活動

- ・ 花見会(4月、開園・池田湖などへ)
- ・ あみだくじ抽選会
- ・ くだものビンゴゲーム
- ・ お茶飲み会

### ② 団子づくり活動

- ・ あくまき
- ・ ぼたもち
- ・ 納豆もち・あんこもち
- ・ もちつき

### ③ 学習会活動

- ・ ゴミ分別の方法
- ・ 保健師による食生活健康講話
- ・ 御領校区の歴史について
- ・ 会員相互による勉強会

### ④ 脳トレ・健康アップ体操

- ・ 計算ドリルと絵思い出し競争で頭の体操
- ・ つま先から指先までのストレッチ体操
- ・ 筋トレ、歌体操



## 2 活動までの経緯

- ・ 地域の課題として、集落に小中学生が1人もおらず、高齢者のみの世帯や独居高齢者世帯が増加傾向にあり、地域での様々な交流や社会とのつながりが以前より少なくなり希薄化している状況だった。
- ・ 平成28年4月に、5年間活動が途絶えていた高齢者団体「かめんこ会」のメンバーと民生委員をしていたスタッフを中心にきのめ会サロンを結成し、高齢者の憩いの場と地域づくりを目指した活動を展開し、今日に至っている。



「毎月、色々な活動ができて  
楽しいです!」  
「サロンのみなさんとの活動  
をすることで元気がでます。」



## 3 これまでの活動

### (1) 工夫していること

- サロンの名称  
木之元地区の名称と木の芽が出るように「将来に希望があるように」と集落長を含めたみんなで命名した。
- 参加費は貯金箱に投入  
気兼ねなく参加できるように徴収方式でなく投入方式を採用した。  
(500円玉や1,000円札が入っているときもある。)



### ○ 助成金の有効活用

南九州市高齢者地域支え合いグループポイント事業(高齢者を含むグループでのボランティア活動等の互助活動に対してポイントが付与され地域商品券と交換可能)や市社協からのサロン助成金に会員からの参加費を加えて、活動で使用する消耗品や団子づくり等の食料費に充てている。

### ○ 学習活動は集落放送で全世帯に周知

校区の歴史やゴミ分別についての学習会では、地区の多くの方が参加された。

### ○ 活動のマナーリ化防止

スタッフが描いた絵を毎回10枚用意し、活動前に参加者に覚えてもらい、活動の終わりに一人一人が絵の内容を発表している。

### ○ 活動の終わりは、お茶会

手作りおやつを楽しみに参加される方もいる。



### (2) 活動の成果

- 参加者から喜びの声  
「サロンに来て、笑って活動し楽しく過ごせた。」、「月1回のサロンを楽しみにしている」という声が多く聞かれる。  
また、年1回の花見は毎年大好評の行事として、定着している。

## 4 今後の抱負

1回1回の活動を大切に、無理をしないで長く続けたいです!

