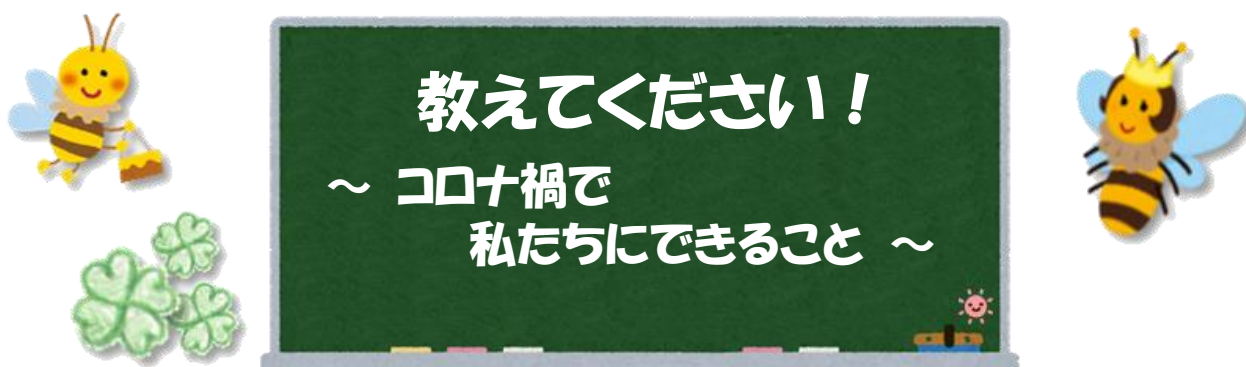


令和3年度
みつばちカフェ 報告書
(井戸端会議・地域福祉座談会)

テーマ



ひたちなか市地域福祉課
社会福祉法人ひたちなか市社会福祉協議会

～目 次～

開催趣旨	1 ページ
みつばちカフェの進め方	2 ページ
成果物の見方	3 ページ
各地区開催状況一覧	4 ページ
各地区成果物の紹介	5 ページ
アンケートまとめ	36 ページ
できていること・できていないこと一覧	42 ページ
みつばちカフェを実施して	46 ページ

～開催趣旨～

みつばちカフェは、おしゃべりをしながら地域の福祉課題について考える多世代交流の場として、平成27年度より、市地域福祉課（旧：社会福祉課）と（福）市社会福祉協議会が共催で実施しています。

学生・高齢者・子育て世代の方々など、様々な立場の方にご参加いただき、自分の地域について日頃思っていることをみんなで一緒に考え、地域のつながりの大切さに気づくきっかけの一つとなるよう開催してきました。

今年度は「教えてください！～コロナ禍で私たちにできること～」をテーマに話し合いを行っていただきました。



～みつばちカフェの進め方～

STEP1 (約15分)

グループで「コロナ禍でできなくなって残念なこと」を共有し、A4用紙に書き出す。

その中から「特にできるようにしたいこと」を1つ選ぶ。

コロナ禍で、
「できていなくて残念なこと」を
たくさん話してみましょう!

オンライン
授業で学校に
行けなくなった

近所の体操教室
が中止になった

自治会のお祭りが
開催できなかった

外出ができず
息抜きができなかった

STEP2 (約10分)

STEP1で選んだ「できていないこと」によって、「どんな不安や心配事、支障が生じているか？」考えられるものを用紙に書き出す。

「できていないこと」によって生じている
不安や心配事、どんな支障があるか？
考えられるものを書いてみましょう♪

物忘れが
多くなった

一緒に
運動していた
仲間が心配

運動不足で
身体の衰え
が心配

近所の
体操教室が
中止になった

人と会えず
さみしい

STEP3 (約20分)

STEP2で書き出した不安や心配事の「解消方法」などのアイデアを、付箋に書き出す。

最後は各グループの作成した模造紙を見て回り、内容を共有する。

不安や心配事の「解消方法」など
アイデアをどんどん書き、
貼りだしましょう♪

物忘れが
多くなった

一緒に
運動していた
仲間が心配

運動不足で
身体の衰え
が心配

近所の
体操教室が
中止になった

人と会えず
さみしい

- ・ファシリテーター（店長：話し合いの手助け役）が全体進行を担当する
- ・グループファシリテーター（店員：各グループに1人、グループの手助け役）がグループでの進行を担当する
- ・1グループ3～4人で話し合いを行う


～成果物の見方～

【 ◇◇中学校区 】

□班 : ○○・○○・○○・○○ (メンバー)

<STEP1> → Q. コロナ禍で「出来なくて残念なこと」

<STEP2> → Q. どんな不安や心配事、支障がある？

<STEP3> → A. 解決するためのアイデア 

✿印: グループファシリテーターの気になった意見。



店員

【店員のみと言】

グループファシリテーター(店員:各グループに1人,グループの手助け役)の感想。

写真①

(グループの成果物)

写真②

(話合いの様子)

～各地区開催状況一覧～

※新型コロナウイルス感染拡大防止対策として、各地区定員20人で実施

	地区 (中学校区)	開催日時	会場	参加者 状況(人)
第1回	佐野	令和3年7月26日(月) 10:00~11:00	佐野 コミュニティセンター 大会議室(1F)	16
第2回	那珂湊	令和3年7月27日(火) 10:00~11:00	那珂湊 コミュニティセンター 大ホール(1F)	— ※新型コロナウイルス感染拡大防止のため 開催中止
第3回	勝田第二	令和3年7月28日(水) 10:00~11:00	市毛 コミュニティセンター 集会室(1F)	12
第4回	勝田第三	令和3年7月29日(木) 10:00~11:00	前渡 コミュニティセンター 大会議室(2F)	9
第5回	美乃浜	令和3年7月30日(金) 13:30~14:30	美乃浜学園 大会議室(1F)	17
第6回	田彦	令和3年8月2日(月) 10:00~11:00	田彦 コミュニティセンター 集会室1,2,3(1F)	18
第7回	勝田第一	令和3年8月3日(火) 10:00~11:00	1中地区 コミュニティセンター 集会室2,3(1F)	14
第8回	大島	令和3年8月4日(水) 13:30~14:30	大島 コミュニティセンター 研修室(1F)	— ※新型コロナウイルス感染拡大防止のため 開催中止

8地区合計 86人

(※内2地区中止)

～各地区成果物の紹介～

1.佐野中学校区

2.勝田第二中学校区

3.勝田第三中学校区

4.美乃浜学園校区

5.田彦中学校区

6.勝田第一中学校区

1. 佐野中学校区

【佐野中学校区】

A班: /ザワ・グンジ・タカノクラ・サクライ

Q. コロナ禍で「出来なくて残念なこと」

毎年行っていたお祭りやお手伝い、花火ができない

Q. どんな不安や心配事、支障がある？

A. 解決するためのアイデア


 思い出がない

★何もない日をお祭りにする

- ・思い出に残るような写真を撮る;みんなで浴衣を着る
- ・個人宅で夏祭りの出店にあるような料理をつくり、友達同士で持ち寄る


★地域住民の夏の思い出写真をコミセンに貼る

- ・季節に縛られずに、何もない日にあえて小規模イベントを企画し実践する
- ・普段料理をしない息子と一緒に料理を作る

 ひとり暮らしのご高齢の方の楽しみがなくなり、家にこもっているのが心配


・バス送迎でお風呂に行く

・体操の曲を流す;みんなで運動する意識を高める!

 地域の人とのつながりがなくなる

・小規模イベントを開催し、つながりを作る(新たな友人作り)

・近所を散歩する;出会った人と積極的にあいさつし交友関係を広げる!

 さみしい気持ちになる

・みんなと一緒に仕事をする;リモートや手仕事など

・家庭菜園;作物を作り、友達と一緒に食べる

・友達と一緒に行えるような、共通の趣味を探す



店員

【店員のひと言】

⇒友達同士で浴衣を着て写真を撮ったり、自分たちで夏祭りの出店にあるような料理を作り持ち寄ったりなどの少人数で思い出を作るためのアイデアが出ました。
「思い出の写真」を地域で集め、コミセンなどに掲示すれば、住民同士の交流のきっかけになるかもしれませんね。



【佐野中学校区】

B班: ゆうな・スナオシ・ふっちゃん・ミヤチ

Q. コロナ禍で「出来なくて残念なこと」

おとしよりの集まり(サロン)ができない

Q. どんな不安や心配事、支障がある？



A. 解決するためのアイデア

不安が心配

- ・高齢者宅に訪問して情報を聞く!
- ・ビデオ通話をして安否を確認する

情報が入らない

- ・地域新聞通信の作成
- ・掲示板の設置;住民に利用してもらい地域の状況を確認したい!
- ・グループLINEで情報を共有

心と身体がすさむ

- ・散歩する ・勉強する ・おいしいものを食べる
- ・オンライン飲み会 ・ビデオ通話する

さみしい

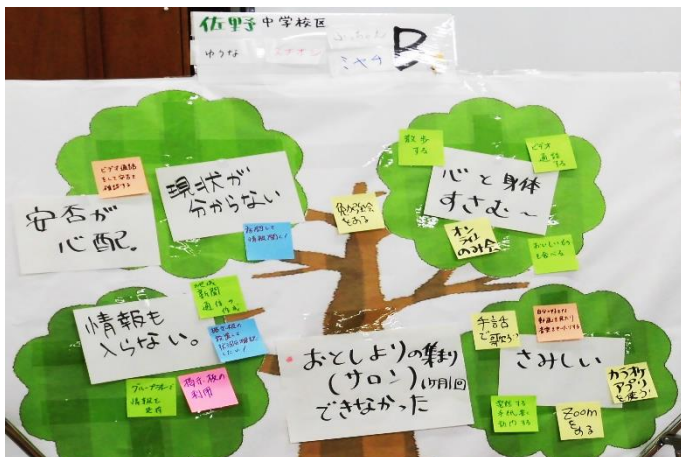
- ・電話をする ・手紙を書く ・訪問する ・ZOOMをする
- ★カラオケアプリを使う!
- ・声を出さずに手話で歌う
- ・自分の好きな動画を観たり,音楽を聴いたりする



【店員のひと言】

⇒オンラインを活用したアイデアが多く出ました。

直接会うことは難しいかもしれませんが、オンラインを活用すれば日本中!世界中!の人達と知り合うチャンスがあります。コロナ禍ならではの、新しい繋がりの開拓ができれば素敵ですね。



【佐野中学校区】

C 班:りお・やまもと・シモジユウ・にしの

Q. コロナ禍で「出来なくて残念なこと」

地域の集まりが少なかった

Q. どんな不安や心配事、支障がある？

A. 解決するためのアイデア



見守りができない

- ✿ 高校生が、高齢者対象の SNS 講座を開く
- ・オンライン通話
- ・グループ LINE

周囲の人たちがどんな生活をしているのか気になる(特に老人)

- ・地域のお手紙を作る
- ・手書きの手紙を書く
- ✿ 旅行体験記をお手紙に書き、旅行の気分を味わう

皆さんの近況がわからない

- ・オンラインサロン ・屋外サロン
- ・声を掛け合い、公園集合で友達と一緒にウォーキングをする
- ・公園で、距離をとって、みんなでラジオ体操をする

おいちゃんやおばあちゃんに会いにくくなって心配

- ・消毒、マスクで対策しながら会う



【店員のひと言】

⇒どこにも旅行に行くことができない時期だからこそ、地域のお手紙に旅行体験記の欄を作り、広く紹介する事で、旅行の気分を味わうことができると思います。さらに、今後行きたいところの予習にもなるでしょう！

また、高校生が高齢者対象の SNS 講座を開くと、高齢者が SNS の使い方が分かるようになるだけでなく、多世代交流もできて良いことがたくさんありそうですね。



【佐野中学校区】


D班: テルマ・タカノクラ・ゆーき・ぶっち

Q. コロナ禍で「出来なくて残念なこと」


笑って話ができない、普通に人と会えない

Q. どんな不安や心配事、支障がある？


A. 解決するためのアイデア

 人との距離を感じるようになった
(顔の表情筋が衰えた)


- ・リモートでお話する
- ・文通する

 散歩が気楽にできない
運動不足になりがちになる

- ・家の中での動きを増やす工夫をする
- ・ラジオ体操やテレビ体操をやってみる
- ・人気のないところを散歩する

 マスクをしているから表情が読みづらい

✿まずは十分に距離を確保して、マスクを外して挨拶し、お互いの表情を確認する

 気軽に隣の家にも行けなくなった

- ・見かけた時には一声かけるようにする
- ・訪問することはお互いに遠慮しがちになるので、お互いの想いが一緒なら、ゴミ出しの時間を合わせ、屋外でマスクを着け、話をする



【店員のみと言】

⇒新型コロナウイルスの出現により、マスクが必須となり、お互いの素顔を見る機会は少なくなりました。十分な距離を確保して、マスクを外して挨拶することにより素顔を確認ができ認識されやすくなります。ちょっとした工夫で交流も深まると感じました。



2. 勝田第二中学校区

【勝田第二中学校区】

A班: やっちゃん・いそぎき・武田・森くん

Q. コロナ禍で「出来なくて残念なこと」

多世代での居場所(サロン)が開催できない

Q. どんな不安や心配事、支障がある?

A. 解決するためのアイデア



何かストレスがたまる

- ・楽器を弾く
- ・犬と遊ぶ(家のドッグランで)
- ・友達とオンラインゲームをする

つまらなくなる

- ・散歩をする
- ・音楽を聴く
- ・読書をする

体操や歌う機会が無くなり、楽しみが減った

<場所ある?>
・たまり場「いちげ」があり交流できる

仲良しの友達と会えずさみしい

- ・絵手紙の交換をする
- ・グループ分けして少人数のミニサロンをする
- ★コロナ後の準備をする



【店員のひと言】

⇒世代を問わず、人と会う事は難しくなっています。

今はさみしい気持ちが強いですが、我慢せずに友達に会えるようになるコロナ後のことを考え、未来の楽しみの予定を書き出すことで、気持ちが前向きになるかもしれませんね!



【勝田第二中学校区】

B班: せきやま・たえさん・まじめちゃん・ハシモ君

Q. コロナ禍で「出来なくて残念なこと」

運動不足が目立ってきた

Q. どんな不安や心配事、支障がある？

A. 解決するためのアイデア



筋力低下, 腰痛・腹痛・肩こり, 足腰が弱らないか心配

・決まった時間に集まって, みんなでラジオ体操をする

前向きに考えられず, 消極的になる, やる気が薄くなる

・自宅の掃除をする ・YouTubeを見る

・何かできたら, 自分をほめてあげる

・ごほうびを作る ・甘いものを食べる

ストレスが向上した

・包括が「今できる運動」を紹介している

・誰かと一緒に運動する

・好きな音楽を聴く ・ゲームをする

世の中の助け合い精神がギスギスしたようで, 住みにくくなりそうで心配

✿ 植物を育てる

・友達とは直接会うのではなく, LINE や電話をする



【店員のひと言】

⇒植物を見ることには癒し効果があり, 心が落ち着きます。水をあげたりかお良かったりと, 手塩にかけて育てるとその分だけ植物は成長するので, 観察していて楽しく, 嫌な気持ちも少しだけ解消されるかもしれませんね。



【勝田第二中学校区】

C班: イケダ・ガモウ・カナデ・おおはた

Q. コロナ禍で「出来なくて残念なこと」

地域の集まりができない(敬老会, 食事会, 祭り, 映画会等)

Q. どんな不安や心配事、支障がある?

A. 解決するためのアイデア



人とのつながり・コミュニケーション・楽しみが減り, さびしさが増えた

皆元気かなあ(鬱になったり, 倒れたりしてないかなあ)と心配になる

高齢者の生きがいがないことや, 生活面が不安

詐欺や犯罪が増える
ポケが進行する

- 趣味を広げる場を設ける ・少人数の集まりを何回もやる
- 犬の散歩をする; 地域住民との交流の時間になっていた
- 公園の草取り等のボランティアに参加してみる
- スマホ利用によるコミュニケーション ・家族内で共通の話題を話し合う
- 趣味を伸ばす(読書等) ・夫婦内で子どもの成長について話し合う
- リモートで連絡を取り合う ・電話やメールで連絡を取り合う
- 回覧板を回す際, コミュニケーションを取る; 普段は郵便箱に入れるだけだったが, 顔を見て寝すようにする
- 感染覚悟で行事やってみる; それぞれが対策をした上で行事を実施し, もし感染してしまった場合は周囲が受け入れることも必要ではないかという考え
- 若い人にもワクチンを接種してもらおう; 開催時, 若い世代への接種がまだ始まっていなかったため
- 家族で話す, 家族内の話をする ・リモート食事会を行う
- 家でできる運動, 密にならない運動をする



【店員のひと言】

⇒例えばコミセンや公園などに少人数で集まり, 定期的に趣味を広げる場を作るといいのでは?! 参加者のそれぞれが合気道やカクテル作りなどの趣味を持っており, 趣味を通して住民同士の交流ができたらいいな, という話になりました。



3. 勝田第三中学校区

【勝田第三中学校区】

A班: カワバタ・こばやし・しらはた

Q. コロナ禍で「出来なくて残念なこと」

人と会えない

Q. どんな不安や心配事、支障がある？

A. 解決するためのアイデア

他県に住む祖母に会えない、訪問に気を遣う

- ・電話, 手紙でのやり取り
- ・祖母宅の近くの職場に転職する(コロナ禍でも働きやすい職場探し)
- <訪問時, 電話時のポイント>
- ・自分がどんな感染症対策をしているか相手に伝えてから訪問する
- ・マスクの着用, 手指の消毒の徹底
- ・電話は相手のキャラクターに合わせてように工夫する

自治会の総会が書面評決になり, 意見が伝わらなかった

- ・ZOOMでの開催, ZOOMの使い方講座
- ・Wi-fi等のネット環境の整備(公費だと嬉しい)
- ・電話やオンラインで, 分かりやすく自分の気持ちを伝えられるよう練習する

心と体の衰えが心配

- ・お風呂の補助券配布
- ・ネットで体操動画を検索する
- ・歴史を勉強してみる: 「昔に流行したコレラウイルスにも打ち勝った!」という幕末の歴史を学び, 勇気が出た
- ・好きなことをする: 元気になるには何より食が大事!(好物を食べて元気を出す)
- ・自分の顔を見て, やる気スイッチを入れる: 科学的に自分の顔を見ることはいいことらしい

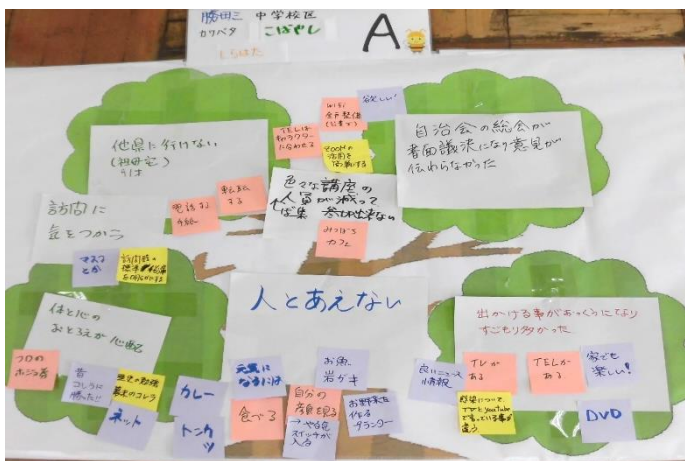
出かけることが億劫になり, 業籠が多くなった

- ・家でも楽しめることを探す: テレビを見る, 友達と電話する, DVD鑑賞
- ・世の中の良いニュースに目を向ける: TVやYouTube等
- ・野菜作り: プランターでの家庭菜園に挑戦



【店員のひと言】

⇒コロナウイルス感染症の報道が多くなっていますが, その中でも明るいニュースはあります。そこに目を向ける意識を持つことや, 過去同じような状態の時に昔の人がどう状況を打開したのかを知ることで, 前向きに生活できそうですね。



【勝田第三中学校区】

C班: てるぬま・秋ちゃん・大和田

Q. コロナ禍で「出来なくて残念なこと」

サロンで集まることができなかった

Q. どんな不安や心配事、支障がある？

A. 解決するためのアイデア

サロンの誕生日会やカラオケ等のイベントができない

<誕生日会での工夫>

- ・少人数で誕生会を行う。
- ・ラインでのやりとりが増えている中で、あえて手紙を書いて相手におめでとうの気持ちを伝える。

・室内ではなく、室外で行えることを探す

例) グラウンドゴルフ

<グラウンドゴルフの注意点>

- ・大きな声をださない(会話は小さな声で...)
- ・対人距離をなるべくとるようにする
- ・食事禁止
- ・移動手段がない人は、乗り合わせで行く



グラウンドゴルフに若い人が参加しない(多世代が参加するためには...)

・定年を迎える人等に、積極的に声掛けする(ロコミの力)

- ・平日以外にも活動を行い、参加しやすい雰囲気にする。
- ・移動手段がない人は、乗り合わせで行けるように関係性を築く
- ・グラウンドゴルフミニ大会を定期的に開催し、商品などを準備する。

外出の機会が少なくなった

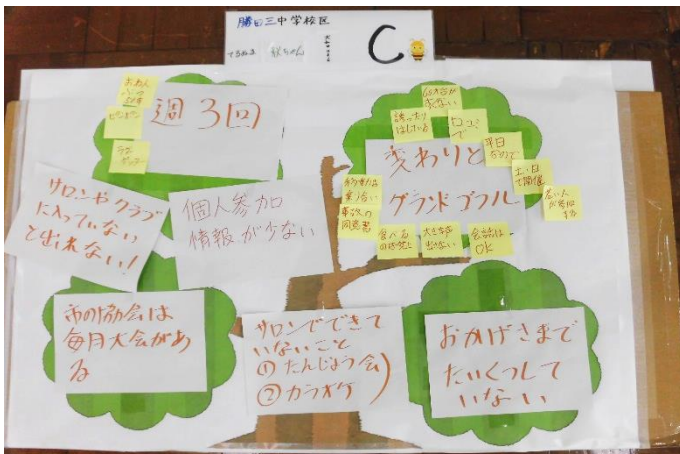
・外出の機会を自分でつくる!! (散歩しながら自分だけの好きなスポットを探す)



店員

【店員のひと言】

⇒自家用車の乗り合わせで、事故にあった時の同意書を書いてもらっていることにより、気軽に活動ができると思います。また、当班の参加者は、「グラウンドゴルフなど参加できる場所があるし、そのほかにも探せば場所はあるので、おかげ様で退屈していない」とのことでした。考え方や見方を変えることも大切ですね。



【勝田第三中学校区】


D班: 近藤・十十コ・ホンチャン

Q. コロナ禍で「出来なくて残念なこと」


外出することが減った

Q. どんな不安や心配事、支障がある？


A. 解決するためのアイデア

 考える能力が減り、物忘れが増える


- ・メモをする
- ・今までできなかった整理をする
- ・図書館に行く: 静かで落ち着く

 近所の人と話すことが少なくなった、友人との交流がなくなり心配

- ・料理に精を出し、ひとり暮らしの友人に届ける
- ・手紙やはがきを友人に出す
- ・メールやLINEで声をかける

 外出することが少ないので、運動不足になる

- ・ショッピングセンターで買い物をする(短時間で): 広いショッピングセンターだとかなり歩くと、運動になる
- ・楽しみながらできる運動を見つける

 外に出ることが苦

- ・なんとか一歩だけでも外に出る: 一歩でも外に出ると気持ちがプラスになる!



【店員のひと言】

⇒おうち時間が増えたからこそ、頻繁にするようになった料理。せっかく作った料理を友人にもおすそわけすると、届けに行くときに短時間でも友人と顔を合わせてお話しすることができすね。

また、今までできていなかった家の中の整理をする良い機会でもあります。おうち時間が増えたからこそできることもたくさんあるのではないのでしょうか。



4. 美乃浜学園校区

【美乃浜学園校区】


A班:磯崎・かとう・このあ

Q. コロナ禍で「出来なくて残念なこと」


人と会えないこと

Q. どんな不安や心配事、支障がある？


A. 解決するためのアイデア 


生活にメリハリがなく、身だしなみも気にしなくなった。

- ・意識的に体を動かす(動画を見てストレッチ)
- ・家事、掃除をする習慣つけ、心もリフレッシュ!
- ・鏡を見る習慣をつける

人とのつながりがなくなるような気がする。

- ・声を出さなくてもよい活動をする。
- ・人数を制限した活動をすることで、つながりを継続する。
- ・誕生日や結婚式など特別な日に手紙を出す。

家にいる時間が増えた。

- ・電話やリモートで友達と話しをする。
- ・趣味に没頭する。(読書、絵画、ひとりカラオケ、手芸)
- ・新たな趣味を見つけたり、昔趣味だったことを思い出し再度チャレンジする。
- (インターネットでの検索。興味がある分野に素早くトライ!!)
- ・コロナ禍だからこそ、親族との会話を楽しむ。



【店員のひと言】

⇒コロナ禍での過ごし方は人それぞれですが、趣味探しや昔の趣味の再チャレンジは、自宅で過ごす時間を有効活用するための良いアイデアだと思います。新たな趣味を探すこととともに、昔の自分を振り返ることも面白いですね。懐かしい思い出とともに趣味に没頭することができると、楽しい時間が過ぎせるかもしれませんね。



【美乃浜学園校区】


B班: ハシモト・松田・まお

Q. コロナ禍で「出来なくて残念なこと」


外出できない→行事ができない

Q. どんな不安や心配事、支障がある？

A. 解決するためのアイデア 

 人との関わりが持てない


- ・オンラインでの交流をする
- ・ビデオ通話
- ・直接会うことができない分、電話で話をする

 思い出が作れない

- ✿ フィルムカメラで写真を撮って友人と共有する
 - ・おすすめの映えスポットは湊公園。高台にあり、広大な海を見下ろすことができる

 さびしい

- ・趣味を見つける ・好きなことをする
- ・今だからこそ様々なことにチャレンジしてみて、好きなことを探す時間にする

 ストレスがたまる

- ・いつもよりせいたくする ・オンラインライブを見る
- ・長く電話をする ・少人数でカラオケに行く



【店員のひと言】

⇒今高校生たちの間で流行しているフィルムカメラのレトロに撮影でき、すぐに現像できるところが魅力。一人で行った場所を写真に撮って家族や友人と共有すれば、思い出のひとつになるかもしれませんね。



【美乃浜学園校区】

C班: クロ・ふじい・イケダ・オオガキ

Q. コロナ禍で「出来なくて残念なこと」

外に出て人と繋がる機会がなくなった

Q. どんな不安や心配事、支障がある？

A. 解決するためのアイデア



さみしさを感じる、
落ち込む

- ・オンラインゲーム
- ・離れて暮らす家族に電話する
- ・開放的なランチで井戸端会議(マスク着用で)

楽しみが減る

- ・ちょっとした出来事を写真で送って報告
- ・写真を海浜鉄道の車内に掲示する
- ・一人で楽しめる趣味を極める
- ・映画, バイク, ソロキャンプ
- ・本を読み, むしろ孤独を楽しむ

コミュニケーション
が取れなく, 独
居になりがち

- ・手紙で文通する
- ・回覧板で文通する
- ・毎朝テレビ体操をする
- ・電話で話し合うようにする
- ・蜜を避け少人数で集まる

脳が退化する

- ・庭でなわとび(体を動かす)



【店員のひと言】

⇒例えば夏祭りが中止になった代わりに, 子どもの浴衣の写真や花火をしている写真など, 夏祭りを連想した写真を各家庭で撮り, 海浜鉄道の車内に掲示することで, ①子どもの思い出づくり ②地域の繋がりがづくり ③地域資源の活用に繋げることが出来るかも!?



【美乃浜学園校区】

D班: ミサト・あきこ・うすい

Q. コロナ禍で「出来なくて残念なこと」

外食, 市外・県外への外出, 交流ができない

Q. どんな不安や心配事、支障がある?

A. 解決するためのアイデア

運動不足,
一人が多くて太る

- ・断捨離することで心も体もダイエット
- ・家や庭で運動する
- ・YouTubeの動画で運動, ストレッチ
- ・家事をする
- ・筋トレ
- ・無理のない範囲(1分からでも)いいので運動

孫たちの成長した姿が見られない, 楽しい団らんできずさみしい

- ・手紙のやり取り
- ・ビデオ通話する
- ・お孫さんと楽しむために: SNSにチャレンジ, アプリ(SNOWやTikTok)を始めてみる

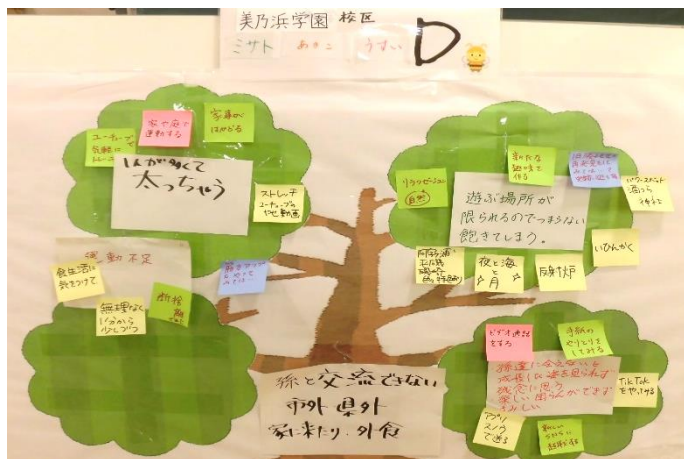
遊ぶ場所が限られてしまうのでつまらない, 飽きてしまう

- ・新たな趣味をつくる
- ・自然に触れてリラクゼーション
- ・旧漆地区の再発見してみては?
- ・阿字ヶ浦・平磯・磯崎, 特色がいろいろあるよ
- ・史跡巡り(反射炉, い賓閣, パワースポット酒列神社, 夜の海と月)



【店員のひと言】

⇒高校生が参加したグループ。旧漆地区のスポット(反射炉, い賓閣, 酒列神社, 海など)の地元の方ならではののおすすめを聞き, 「ぜひ行ってみたい♪遊ぶ場所に地元再発見を取り入れてみたいと思う^^」と話していました。



【美乃浜学園校区】

E班: にっしん・いよの・サイトウ・いそのぶ

Q. コロナ禍で「出来なくて残念なこと」

カラオケ・いきいき体操・子育てサロン(かもめ)が中止になった

Q. どんな不安や心配事、支障がある？

A. 解決するためのアイデア



子どもの行事が中止→家でゲームの時間が増えてしまった

- ・地域の人に相談してみる
- ・輪投げ, 玉入れを借りる(地域の活動団体から)
- ・募集の紙をつくる

気持ちが落ち込む

- ・ウォーキングなどをしてストレス解消
- ・朝・夕, 人の居ない所を散歩する(畑, 海岸)
- ・地域の広報誌で宣伝する

だらだらしている子供について口うるさく言ってしまう

- ・家に眠っていた不要な物を処分してスッキリ
- ・お弁当を頼む
- ・食に関心が持てた(梅)

会話が少なくなる

- ・知り合いとコロナ後の行動を話す

体力低下が心配

- ・草取りをする

健康・体力・太る

- ✿ 接骨院に通って, 体も心もおってきた

子供会が無くなるのではないかな？

- ・(子供)外遊びが少なく体力がついているのか？

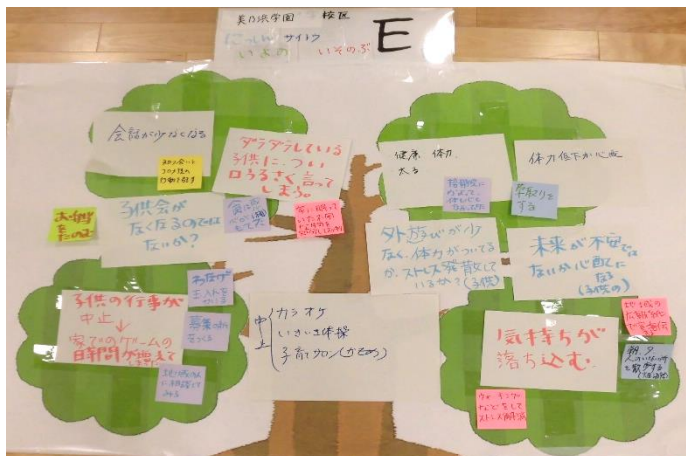
(子供)ストレス発散しているかな？

- ・(子供の)未来が不安ではないか心配になる



【店員のひと言】

⇒自分への治療として接骨院に行くのも良いですね。いろんな見方や考え方をもちながら、楽しみを見つけるのもコロナ禍を乗り切るうえでとても大切なことですね。また、コロナ禍で家にいる時間が長くなりがちですが、定期的に体を動かす習慣をみにつけるのも重要ですね。



5. 田彦中学校区

【田彦中学校区】

A班: 福有・坂本・fla・けんこ

Q. コロナ禍で「出来なくて残念なこと」

学校行事がなくなった, 高校生会の活動場所がない

Q. どんな不安や心配事、支障がある？

A. 解決するためのアイデア



健康に支障が出る
(たる, 運動不足)

- ・散歩に出かける(六ツ野グラウンド等)
- ・自主練習に付き合う(息子や孫と運動する)
- ・自分から積極的にあいさつをする(マスクを外して顔が見えるように)
- ・ポケモンGO: 息子や孫と一緒に出掛ける機会になる。ポケモンを探しに歩くことで運動不足解消となる

大人になってから思い出がない

- ・思い出となるような地域のスポットを見つけ, 写真を撮る
 <地域の魅力再発見>
 大島公園: 緑が多く癒しスポット, 夕暮れが綺麗, 時期によっては白鳥が一斉に飛び立つ様子が見られる
- ・おいしい飲食店めぐり

友達と楽しめない

- ・会って話せない分, 長電話を楽しむ ・DMでつながり, 友達の輪を広げる
- ・グループライン: クラス内グループラインを作成し, 定期的にイベントを開催する

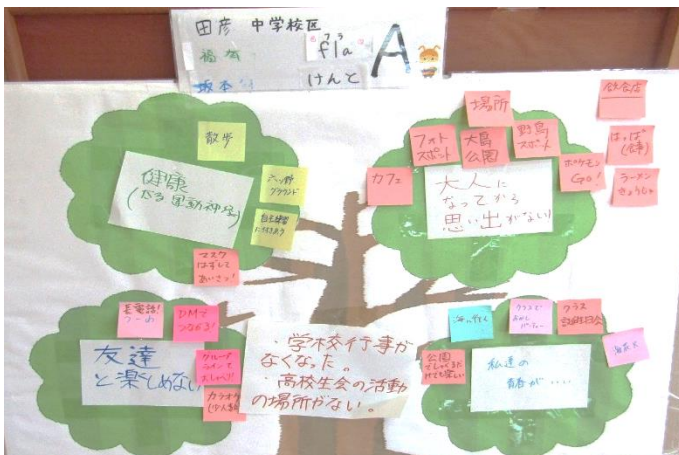
私たちの青春が無くなる...

- ・お気に入りの場所へ行く(海, 山, 花火を見に行く等)
- ・クラス内でイベントを開催する(お菓子パーティー, ビンゴ大会, 誕生日会)
- ・公園で友達とおしゃべり: コロナ禍でできないことが多くなっているが, 友達と話をするだけでも気持ちが落ち着くし, なにより楽しい



【店員のひと言】

⇒コロナ禍により、小中学生、高校生の特に1年生はなかなか友達を作りにくい環境になっているようです。お菓子パーティー等のイベントを実施することで、クラス担任も含め、クラスの団結を高めることができますね。



【田彦中学校区】

B班: ユキヒロ・カイト・宮本・安田

Q. コロナ禍で「出来なくて残念なこと」

県内外や海外の友人と会う機会が減った

Q. どんな不安や心配事、支障がある？

A. 解決するためのアイデア

友人関係が希薄になる

- ・手紙を書く(もらってうれしい) ・山登りなど密を避けて行う
- ・集まりの回数を減らして続ける
- ・外でできるスポーツをやってみる
 - ・ウォーキング ・ゴルフ ・野球 ・テニス ・サッカー
 - ・グラウンドゴルフ: みなちなか市の競技人口が多い
 - ・ホッケー: 東海村で盛ん。県内で唯一できる。国体の会場にもなった。



相手の安否や体調が不安、無事なのか心配

- ・ビデオ通話で確認する
- ・感染予防して会う・電話する: 心配することで、普段よりもおいちゃんおばあちゃんに連絡することが増え、交流が増えた

長く続いている集まりが途絶えてしまわないか心配

- ・人数を減らして会う ・リモート飲み会 ・室内ではなく、外で会う
- ・積極的に交わっていく

ストレスがたまる

- ・動画を見ながら運動 ・山登り: 車で日帰り, 旅行しない ・気にしすぎない
- ・ウォーキング: オンラインで時間ができたため始めたら, 家族との時間が増えた
- ・あまり行かないお店のテイクアウト
- ・義務ではない習慣を作る: ストレッチ, 散歩, 毎朝6時に勉強(心が落ち着く)



【店員のひと言】

⇒高校生からのアイデア。毎朝6時から勉強をすることで心が落ち着くそう。自分にとって、「これをすれば心が落ち着く」という簡単な行動を繰り返して行いながら、無理なく習慣化できるといいかもしれませんね。



【田彦中学校区】

C班: てっだ・たてのまこと・金澤さん・よねちゃん

Q. コロナ禍で「出来なくて残念なこと」

大切な人に会えない(お孫ちゃんに会えない)

Q. どんな不安や心配事、支障がある?

A. 解決するためのアイデア



体調が心配

- ・もし会いに行くとしたら...
ワクチンの接種やマスクなどの感染症対策が必要
- ・連絡を取るとしたら...
LINEで電話(事前に高齢者には教えてあげる)
※上手に連絡するコツとして、話す前に相手の都合を聞く
電話をまめにする
- ・家の中でこまめに動く

大切な人と時間を共有できずさびしい、施設の入居者の元気がない

- ・近場の思い出になるような場所に行ってみる(常陸那珂港など)
- ・オンラインで面会をする ・少人数でイベントをやる
- ★(高齢者施設の)行事の時に利用者のリクエスト料理を提供する
普段取り入れることの少ないお刺身を提供する
- ★思い出になるようなものを食べる
修学旅行で行くはずだった沖縄のゴハンを食べる

認知症の心配

- ・近所の人と会話する ・趣味や好きなことを実行する
- ・会話をする:周囲の人が高齢者を一人にしないよう、話し相手になる

運動不足になり、やる気が落ちる

- ・元気アップ体操に参加してみる ・人を避けてウォーキングを行う
- ・ポケモンGOをインストールし、ゲームをしながら散歩する
- ・一人でもラジオ体操に挑戦し、元気になる



【店員のひと言】

⇒コロナ禍で年代を問わず外出や修学旅行といった思い出になるようなイベントが中止になっています。そんな中、少人数で友人と集まり思い出になるようなものを食べることや、普段なかなか食べる機会がないものを食べることで、食を通じた思い出づくりをしてみてもいいかな?



【田彦中学校区】

D班:トヨサキ・藤咲・リコ

Q. コロナ禍で「出来なくて残念なこと」

自治会の中で人と人との絆がうまくいかない。
もっともっと知り合って入っていきたい。交流会ができない。

Q. どんな不安や心配事、支障がある？

A. 解決するためのアイデア

困結力がうすくなる

人との協力ができない。人間関係が広がらない

高齢者の方は一人でのいる時間が増えて体力・知力に問題が出てくる

人との信頼がうすれてしまう。和を保つことが出来ない

✿ 高齢者は SNS が苦手な人が多いので回覧板を活用して、情報交換を行う

- ・ SNS の活用
- ・ グループ LINE
- ・ オンラインリモートの活用

- ・ 小規模でのイベントを行う
- ・ オンラインリモートの活用

- ・ 少人数でラジオ体操
- ・ 外で行える運動や活動を増やす
- ・ 朝、早めに起きて散歩をする

- ・ 中止になっていない行事に参加する
- ・ 小規模でのイベントを行う
- ・ 電話でまめに連絡を取る
- ・ オンラインやリモートを使う



【店員のひと言】

⇒若い世代は、グループ LINE の活用により、情報共有・情報交換を行うことができ、実際に顔を合わせなくても繋がりを持つことができます。高齢者が気軽に状況を伝え、情報共有できる何か(工夫された様式への記入など)を回覧板で情報の提供をすることで、繋がりが希薄になることを防げるかもしれませんね。



【田彦中学校区】

E班:ケン・じゅんこ・ヤマ

Q. コロナ禍で「出来なくて残念なこと」

感染症が怖くて集まらない

Q. どんな不安や心配事、支障がある？

A. 解決するためのアイデア

旅行に行けなくてつまらない

★Googleのストリートビューを使用して、旅行に行った気分を味わう

- ・今後のために、行きたいところを探しておく
- ・写真等で世界遺産を見て、行った気分になる

ストレスで精神的にギスギスしてしまう

- ・外に出て散歩してリフレッシュをする；おすすめは大島公園！犬の散歩にも◎
- ・ペットを飼う
- ・誰かに今の悩みを話す

暑気払いや忘年会ができなくてつまらない

・ZOOM等のオンラインツールを利用する



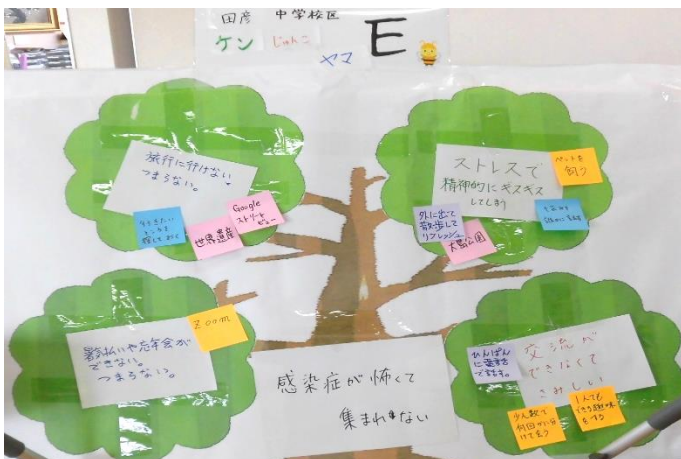
交流ができなくてさびしい

- ・一人でもできる趣味を探す
- ・少人数で、何回かに分けて会う
- ・頻繁に友人と電話で話す



【店員のひと言】

⇒Googleのストリートビューの機能を使えば、世界中どこへでも行った気分を味わうことができます。ストリートビューとは、世界中の道路沿いの風景をパノラマ写真で提供するサービス。行きたいところをどこでも散歩している気分になれます。今まで行って見たかったけど機会がなかったところや今後行ってみたいところをストリートビューで旅してみてもいい？！



6. 勝田第一中学校区

【勝田第一中学校区】


A班: あらぎ・山田・けいちゃん・さいとう

Q. コロナ禍で「出来なくて残念なこと」


自治会の行事, コミセンまつり, 運動会の中止

Q. どんな不安や心配事、支障がある？


A. 解決するためのアイデア

 自分の人生の目標が遠のく


- ・何事にもチャレンジする!
- ・現段階で自分のできることを探す
- ・行動に移せない分, 知識を増やす(読書やインターネットで)

 楽しいことがなくなる

- ・サブスクリクション, ネットフリックス, アマゾン等で映画を見る
- ・外で活動する趣味を見つける ・海に行く
- ・家族だけで, 家でバーベキュー大会を開く
- ★楽しめる場所を探す
- ＜場所＞
 - ・ふぁみりこらぼ
 - ・コミセン
 - ・ボウリング場
 - ・はにわ公園
 - ・ほしいも神社
 - ・酒列神社
 - ・天然水のかき氷を出すお店
- ※神社関係⇒受験の合格祈願
- かき氷⇒Instagramに掲載する

 地域の方々の暮らしづりが分らなくなる(困ってる方はいないか?)

- ・感染対策をしながら訪問する
- ・訪問時は大きな声で, ネームプレートを活用する

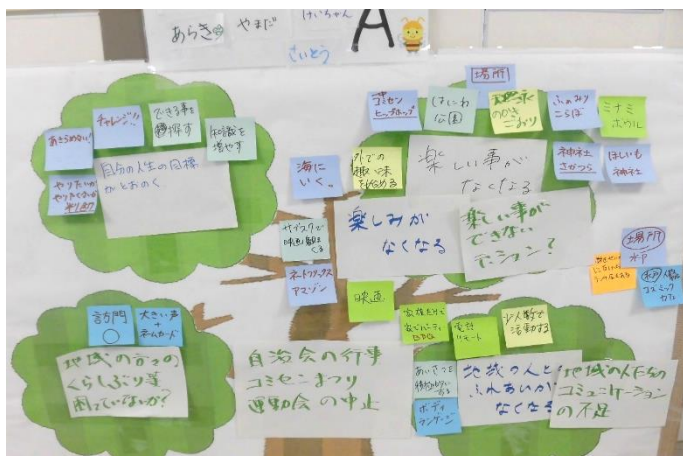
 地域の方とのふれあいがなくなる

- ・少人数での活動 ・SNSの活用(リモートでのイベント)
- ・自分から積極的にあいさつをする(マスクを外して, 笑顔で)



【店員のひと言】

⇒コロナ禍前までは気づかなかったが, 自分の住んでいる地域をよく見てみると, 身近なところにも楽しめる場所があることに気付きました。楽しめる場所だけでなく、「心が落ち着く場所」「自分だけのお気に入りスポット」「コロナ禍でもこどもと遊べる場所」など, 今一度地域の魅力を再発見してみてもよいですね。



【勝田第一中学校区】

B班:セキ・つじ・ヒロ

Q. コロナ禍で「出来なくて残念なこと」

人との交流が限られてしまった

Q. どんな不安や心配事、支障がある？

A. 解決するためのアイデア



困ってる人がいても気がきけない

- ・相手が嫌でも電話をかけ続ける(いつかでてくれるかも...)
- ・距離を取りながらあいさつし、近所の人の様子を見る
- ・外から家の様子を見る

気持ちが窮屈!

- ・韓国ドラマで再発見!
- ・近所を散歩。すれちがった人に挨拶。誰でも会話する。
- ・本を読む ・情報(不安)新聞を隈なく読む
- ・SNS や電話などつながる機会をつくる ・趣味の世界を深める
- ・今まで時間がなくて出来なかったことをする

話す機会が少なくなった

- ・元々つながっている人と連携を密に!!
- ・マスクなしの生活はどうなるか不安
- ・多くの友とメール(情報)交換

勉強, ゲーム, テレビなど, 文字を見続けていて目が痛くなる

- ・日ごろの何気ないことを写真に撮って思い出にする
- ・近くの自然を感じてみる!

介護関係面会なしでの情報入手なしの悩み事

記念になるもの(写真)運動会や球技の情報がない

- ・新しい方法を考える。工夫する。



店員

【店員のひと言】

⇒写真として残すことはとても大切だと思います。コロナ禍が収束したときに、写真を見返して、「あんな時もあったな〜…」と振り返れると、懐かしい気持ちを思い出せるかもしれません。また、道端に咲いている季節の花など、何気ない日常に幸せを見つけられると心の余裕にもつながりますね。



【勝田第一中学校区】

C班: ぽてと・イガラシ・てる・まるたか

Q. コロナ禍で「出来なくて残念なこと」

人と会えない→情報が入ってこない

Q. どんな不安や心配事、支障がある？

A. 解決するためのアイデア



新しい発見が得られない

✿ 服装を変えてみる

・いろいろなテレビ番組を見る

・バイクの免許を取る ・車で観光をする ・サイクリングをする

記憶力が低下する

・手指の運動をする

・パズルゲームや脳トレ, 計算ドリル等で楽しみながら頭を使う

会話する機会が減り, すぐに言葉が出てこなくなった

・クイズ番組を見る ・ツイッターでつぶやく

・本を読む; 図書館でおすすめの本の紹介がもっと充実しているといいな

考えが偏ったり, 生活がパターン化してしまったりする

・市報を隔々まで読む; 市内の出来事などのため, 身近に感じられる。市内のことでも, 自分が知らないことって意外とたくさんある!

・趣味の手芸をする ・友達とオンラインゲームをする

・友達と, ひとりでもできることを紹介しあう ・LINE等のSNSを活用する



【店員のひと言】

⇒家の中にいるだけだとしても, 服を着替えると気分も変わりますね。だらけていた気持ちも, 着替えるだけでピシッとした気持ちになり, 何かやってみよう, という前向きな気持ちになれるかも?!



【勝田第一中学校区】


D班: テルヌマ・トビタ・青ちゃん


Q. コロナ禍で「出来なくて残念なこと」

友達と会えない


Q. どんな不安や心配事、支障がある？

A. 解決するためのアイデア 

 会えないことで気持ちが落ち込む

 ストレスがたまる。先が見えず不安になる

 さみしい思いをしている

 物忘れが心配。言葉が出なくなる

ガーデニングで何かを作って友達に送る

- ・裁縫をする(趣味に没頭する) ・食べ物で少しせいたくをする(うなぎ等)
- ・ネットショッピングをする ・ポイントをためる

・オンライン飲み会 ・日記を書く

- ・近くに住んでいる友達と会って話す ・ビデオ通話等, オンラインで交流する
- ・メルカリ, ペイペイ等で手軽な投資をする ・家の片づけをする

・LINEで交流 ・こまめに電話をする

・ビデオ通話 ・オンライン飲み会をする

・携帯ゲームでストレス発散しながら, 頭を使う

・テレビゲーム(テトリス等のパズルゲーム)で頭を使う



【店員のひと言】

⇒ガーデニングで趣味に没頭し, 外出できない時間を有効に活用することができるとよいですね。また, 収穫した作物を友達等に送ることにより, 交流やつながりが生まれますね。余裕があれば, 友達だけでなく近所の方々におすそわけしてもよいかもしれませんね。

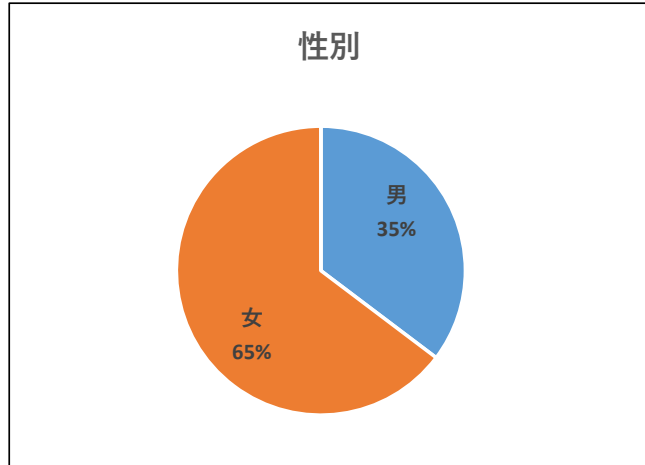


～アンケートまとめ～

日時	令和3年7月26日 ～ 令和3年8月3日 実施		
場所	各地区のコミュニティセンター		
受付人数	86名		
アンケート回収数	85名	アンケート回収率 回収枚数÷配布枚数×100	98.8%

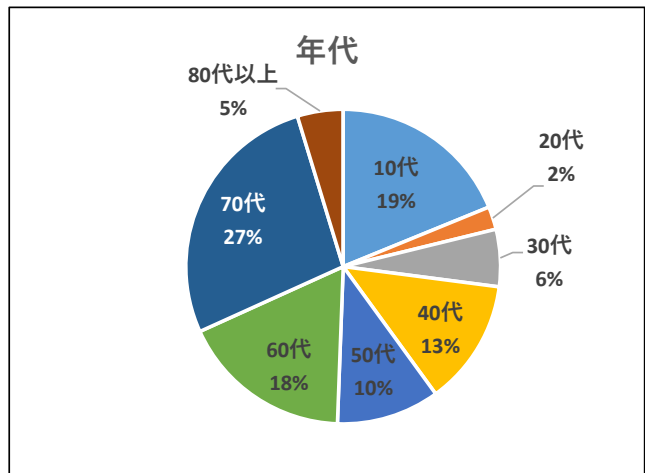
Q1. 性別

項目	回答数
男	30
女	55
無回答	0



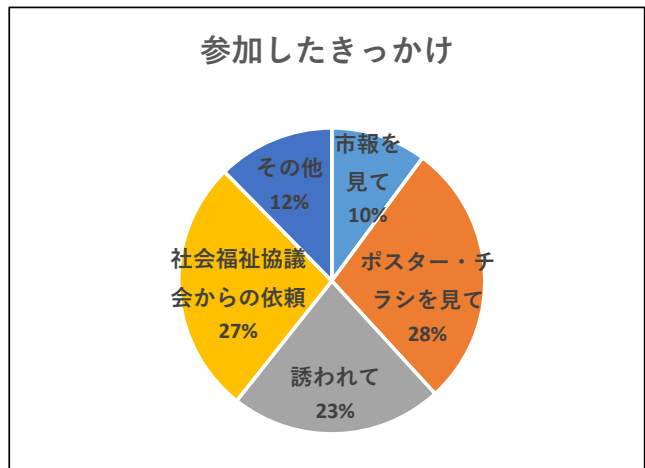
Q2. 年代

項目	回答数
10代	16
20代	2
30代	5
40代	11
50代	9
60代	15
70代	23
80代以上	4
無回答	0



Q3. 参加したきっかけ

項目	回答数
市報を見て	9
ポスター・チラシを見て	25
誘われて	20
社会福祉協議会からの依頼	24
その他	11
無回答	0

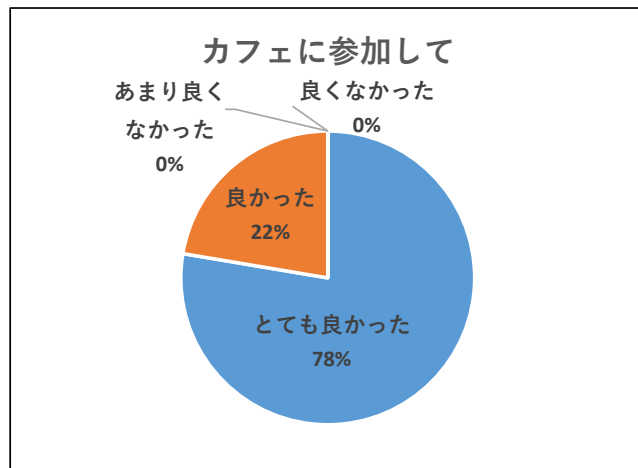


[コメント] (回答: その他)

- 自治会 (回答: 5名)
- 学校の先生にきいて
- 高齢者大学
- 大学の案内
- 子供会 (回答: 2名)

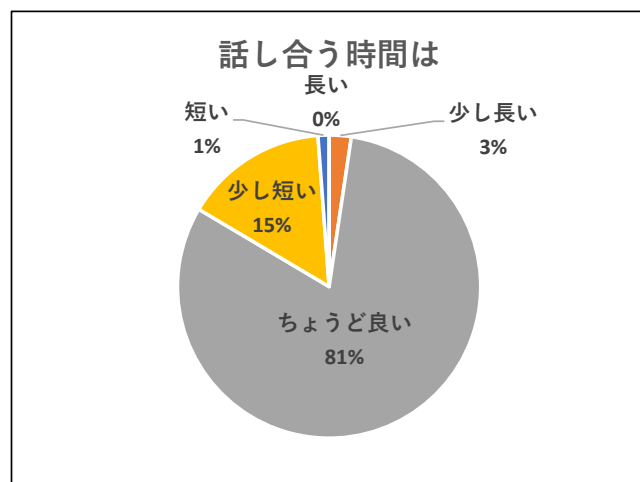
Q4. カフェに参加して

項目	回答数
とても良かった	66
良かった	19
あまり良くなかった	0
良くなかった	0
無回答	0



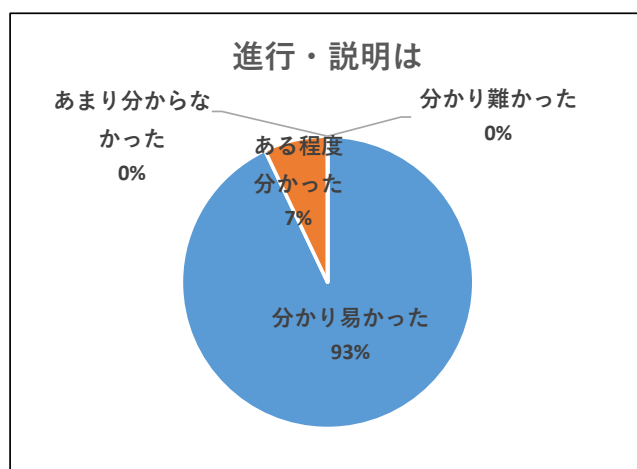
Q5. 話し合う時間は

項目	回答数
長い	0
少し長い	2
ちょうど良い	69
少し短い	13
短い	1
無回答	0



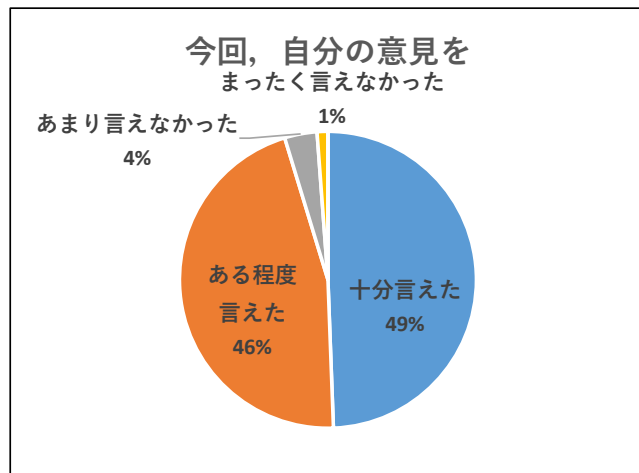
Q6. 進行・説明は

項目	回答数
分かり易かった	79
ある程度分かった	6
あまり分からなかった	0
分かり難かった	0
無回答	0



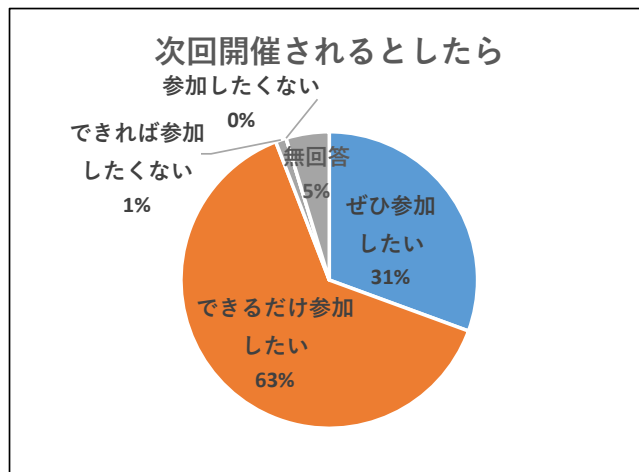
Q7. 今回、自分の意見を

項目	回答数
十分言えた	42
ある程度言えた	39
あまり言えなかった	3
まったく言えなかった	1
無回答	0



Q8. みつばちカフェが次回開催されるとしたら

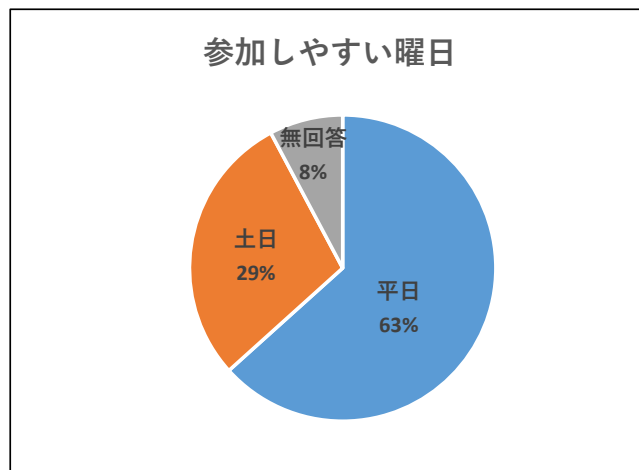
項目	回答数
ぜひ参加したい	26
できるだけ参加したい	54
できれば参加したくない	1
参加したくない	0
無回答	4



Q9. 参加しやすい曜日と時間帯は？

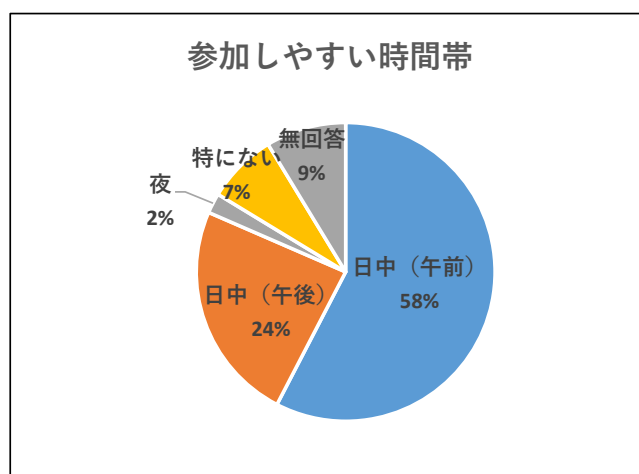
1. 曜日について

項目	回答数
平日	57
土日	26
無回答	7



2. 時間帯について

項目	回答数
日中 (午前)	53
日中 (午後)	22
夜	2
特にない	7
無回答	8



Q10. 今後、取り上げて欲しいテーマ

- 地域やまちづくりについての小・中・高校生の意見
- コロナが収束したらどんなイベントができるか
- 若い人たちが市に求めているもの・こと
- 支えあい活動
- コロナでよかったこと楽しかったこと、コロナでよくなかったこと楽しくなくなったこと
- 近所づきあいをもっと活発にするには！
- 地域の活動を取り上げてほしい、交流出来る場などの情報
- 健康管理について
- 地域参加のきっかけづくりを考える（現役世代から引退後、地域で活動できるきっかけを考えて！）
- 少子高齢化
- 買い物（子ども向けの駄菓子屋がなくなり、高齢者は足の問題がある）
- 障がい者が暮らしやすい街
- 各老人福祉センターの入浴施設を取り上げられるテーマ
- 都市開発
- 歴史とかも知ってみたい
- 老後の生き方
- 地域の福祉について
- ボランティア、こんな事あったらこんな事なら出来るかも
- 地域の高齢化が進むことによる悩み
- 時代の変化について
- 地域の活性化
- 三世代交流
- 地域で取り組んでほしいこと、取り組みたいこと等
- 地域ボランティア 私にできること
- 今後自分がしてみたいこと
- 50～60歳代が、10～20歳代に教わるような…年寄りが若者から説教されるようなものが楽しそう
- ボランティアの人たちにやってもらいたいこと
- どうやって住民主体のまちづくりをしていくか

◆参加者や話し合いに関すること

- 様々な年代の方たちの貴重な話や意見をきくことができてよかった。地域の人たちとの交流が持ててよかった。
- 若い世代の方，経験豊かな方，いろいろな話が聞かれてよい研修が出来ました。
- いろんな年代の方の話，意見を聞くことができる貴重な機会でした。楽しかったです。
- さまざまな年代の人と話あえてとてもうれしかったです。
- 世代の違う人と話ができとてもいい刺激になった。
- 今まで何回か参加しましたが，今回が一番良かった様な気がします。コロナ禍はマイナスだけではないなと思いました。ありがとうございました。
- 短い時間でしたが有意義な時間でした。早くコロナが終息して欲しいと思います。サロン，子供会，色々な行事が再開して欲しいです。
- 普段話さない年代の方とお話しできて楽しかったです。それぞれの方がコロナの影響を受けているのも分かって，それを共有できたのが良かったです。
- コロナ禍で，いろいろなことに制限がでています。改めて皆で話し合いをすることで，何ができなくて何ができるようになるか色々な意見を聴くことができ良かったと思います。
- 司会者，リーダーの打合せや室のレイアウト，ボードを使っての楽しい話し合いもあったという間でした。いろいろな年代の方と話せてよかった。
- 今日はとても楽しくすごせました。子供会行事や今後を悩んでいましたが色々な意見をきいてとても良かったです。ありがとうございました。
- 司会進行が分かりやすくてたくさん意見を出せた。
- たくさん意見が聞くことが出来，今後の活動の参考になりました。
- 1回目の参加だったのですが，とても勉強になりました。
- いろんな方と話せて楽しかったです。ありがとうございました！
- 初対面の方と話すということで緊張していましたが話しやすく，とても楽しかったです！ありがとうございました！
- すごく有意義な時間でした。ありがとうございました。
- 今回参加できて良かったです！
- 参加出来て良かったです。
- 市地域福祉課と社会福祉協議会との合同企画みつばちカフェ，準備ご苦労様でした。ありがとうございました。
- 企画運営ありがとうございました。
- 楽しかったです。ありがとうございました。
- 機会があったらまた参加したいです。
- 色々お話できて楽しかった。

- 様々な意見がきけて良かったです。これからの生活の参考にしたいです。
- 1時間という限られた時間のなかでスムーズな進行，スタッフの方の対応，素晴らしかったです。お疲れ様でした。
- 1時間の設定が良かった。
- 今回，初めての参加で不安でしたが，上手くみなさんの意見を引き出して頂いたスタッフのおかげで，良い話し合いが出来たと思います。ありがとうございました。
- とても良かったです。地域でも活用したいです。
- 楽しくできました。ありがとうございました。
- とても楽しかったです！ありがとうございました！
- 色々な方の意見，お話が聞けて楽しかったです。ありがとうございました。
- 他の人の意見をきけてすごく勉強になった。
- 短い時間でしたが，楽しく参加できました。ありがとうございました。
- いろいろな世代の方と話ができてよかったです。
- ちょうどよい人数で楽しく参加できました。ありがとうございました。
- 今日は，貴重なお話を伺えて，おもしろい，楽しいひと時になりました。ありがとうございました。
- いろいろな人のお話が聞けてとても楽しかったです。
- 初めて参加しましたが，とても話しやすく，緊張せず参加することができました。

◆今後の（取り組み、課題、要望）に関すること

- マスク着用で会話が聞こえづらい面もありグループの配置をもっと離して隣のグループの声が気にならないようにして頂ければと思いました。
- 流れがとても良かったです。これまでの休憩とかお茶の時間とか必要なかったのかも。お菓子はあってもOK！
- むずかしい問題を取り上げていただきありがとうございます。地域に住む住民の一人として，今後も社会の問題を取り上げ，色々な世代の方の考え方，意見を聞く機会を作ってください！

～できていること・できていないこと一覧～



参加者のみなさまからいただいた事前

* 学 校 生 活 *

できていなくて残念なこと

- * 修学旅行がなくなった。代替え案のディズニー旅行も中止になって寂しかった。
- * 体育祭や、クラスマッチがなくなり、クラスの仲を深めるきっかけがなくなった。
- * 行事が中止になった事で思い出が作れなかった。
- * みんなでご飯を食べることが減った。
- * 給食の時間はグループで食べる事ができず、楽しくなかった。
- * 学校に通えない時期があり、友達と会えず寂しかった。
- * 部活ができず、大会も中止になり、やる気がさかった。



できていること・工夫していること



- 🌸 友達と会う代わりに、LINEのオンライン会話で、顔を見ながら話げできた。
- 🌸 学校行事の代わりに、クラス内ビンゴ大会等の仲を深める行事を実施した。
- 🌸 コロナ禍だからこそ、普段話さないクラスメイトとつながれるようにクラス内グループLINEを作成した。
- 🌸 部活内で、ミニ大会を企画し、みんなが楽しめるようにした。
- 🌸 学校に通えている。
- 🌸 勉強の量がが増えて、沢山の学びを感じる事が出来た。



アンケートをまとめました。参考にしてください。



* サロン・子ども食堂・子ども会 *

できていなくて残念なこと

- * 開催することができなかったため、普段参加している方を思うと申し訳なかった。
- * いつも参加している子育てサロンが中止となり、同じ世代で悩みを共有できず寂しかった。
- * 高齢者サロンが中止となり、みんなで体を動かす機会がなくなり運動不足が心配。
- * サロン自体は実施していたが、感染が怖く参加できなかった。
- * 食事提供ができなかった。
- * 子どもたちが普段使っている遊具や、玩具(絵本等)を感染予防のため、使用中止とした。
- * クリスマス会やハロウィンイベントなどでお菓子などの提供ができなかった。
- * 子ども会のボウリング大会が中止となり、子どもたちが楽しむイベントが少なくなった。



できていること・工夫していること

- ☼ 人数制限、マスク着用、検温、手指消毒、対人距離をとる等の感染対策を行い実施した。
- ☼ 参加者とグループラインを作成し、オンライン子育て悩みお話を実施した。
- ☼ 各自が自宅で時間を合わせてリモートラジオ体操を実施した。体操時の写真をメールで送付、LINEの活用、ネット動画の活用の勉強と交流もできた。
- ☼ 実施場所を外にして、青空サロンを開催した。
- ☼ 中止連絡のチラシにクイズをつけ、回収するときに全問正解者にプレゼントを渡すなど、顔を合わせて話をする場づくりを行った。再開できたときに盛り上がった。
- ☼ 声を出さなくて済む「腹トレ」を実施した。
- ☼ 手紙やはがきでのやりとりをし、つながりを保つことができた。





参加者のみなさまからいただいた事前

* 自治会・支部 *

できていなくて残念なこと

- * 高齢者も多く、コロナウイルス感染対策方法を伝えられたら、少しでも不安を解消できるはずだが、知識が乏しくできなかった。
- * 行事(夏祭り、防災訓練、バス研修等)ができなかった。
- * 定例会が実施できず、年間の予定を組むのが難しくかった。
- * 自治会内でも行事の実施にあたり、さまざまな考えがあり、判断するのが難しくかった。
- * コロナ禍で一人暮らし高齢者宅への訪問がしにくい状況になっている。



できていること・工夫していること



- 🌸 保健所へ依頼し、まず役員で感染対策の具体的な方法を学び、回覧や掲示板を活用しながら、地域住民が感染対策の知識を高められるようにした。
- 🌸 自宅で仕事をする若年層に声をかけ、行事のアイデアをだしてもらうなど自治会行事に積極的に関わってもらえた。パソコンが得意な方もいて、周知チラシの作成もお願いするなど、今まで地域との関わりを持たなかった世帯ともつながることができた。
- 🌸 「町内だより」というブログを立ち上げ、情報発信を始めた。
- 🌸 自治会行事として、野外でできるウォークラリーを実施した。



アンケートをまとめました。参考にしてください。



* 日常生活 *

できていなくて残念なこと

- * 今まででは自由に買い物を楽しめたが、時間制限をしたりあらかじめ買うものをリストアップする必要があり、買い物を楽しめなくなった。
- * 外食ができず、息抜きができなくなり、家事のストレスがたまった。
- * 家族旅行や友人との飲み会にいけなかった。
- * 対人でのコミュニケーションを必要とする仕事だが、感染リスクがありスムーズに進めることができず戸惑った。
- * 老人施設での囲碁・将棋ができなくなり、楽しみが減った。
- * 県外での楽器演奏の機会がなくなった。



できていること・工夫していること



- 🌸 レンジで作れる料理を検索し、実践した。洗い物が減り、自分の時間を増えた。
- 🌸 旅行に行く代わりに、キャンプ用具を揃え、アウトドアを楽しんだ。
普段からバーベキューを行うようになった。
- 🌸 仕事仲間や友人とのオンライン飲み会。店よりも値段を抑えられ貯蓄も増えた。
- 🌸 手先が器用なのをいかして、裁縫(マスクづくり等)を行い、
家族や地域の方々に配布した。
- 🌸 家で過ごす時間が増え、オンラインゲームで外国の方と交流でき、
外国へ興味をもつきっかけとなった。
- 🌸 市内や近隣の市での楽器演奏の機会があり、練習の成果を演奏できた。
- 🌸 あまりやっていたなかった家事をたくさんやり始めた。
- 🌸 オンラインキャンプに参加した。
- 🌸 自分の時間が増え、自分と向き合う時間がふえた。
- 🌸 オレンジカフェ(認知症カフェ)を掲示板で交流した。



～みつばちカフェを実施して～

今年度は、新型コロナウイルス感染症の影響が長期化し、地域のお祭りやサロン活動など、人とつながる様々な活動が自粛を余儀なくされる中、地域のつながりを途切れさせないためにどうしたらよいか？を考えていただくため、『教えてください！～コロナ禍で私たちにできること～』をテーマに設定し、感染予防に留意しながら6地区（2地区は新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止）で開催し、86名の方々に参加していただきました。

カフェでは、「コロナ禍でできなくなって残念なこと」として、多くの方が「人と会えないこと」を挙げており、改めて人と人とのつながりの大切さを感じることができました。

「コロナ禍でできなくなったことによる不安や心配ごとの解消方法」としては、お祭りができない代わりに「地域住民の夏の思い出写真をコミュニティセンターに貼り共有する」、オンラインで離れた方とつながるために「高校生によるお年寄りのためのSNS講座を開催する」など、様々なアイデアが挙げられるとともに、話し合いを通して高校生から高齢者までの多世代で交流することができました。

市と社会福祉協議会では、地域住民が主体となり地域福祉活動を進めていく上で、多くの世代や異なる立場の方が集まり、地域における福祉の問題点や課題を話し合う“場”が重要であると考えています。住民のみなさんと一緒に“地域づくりを考えていく場”として、これからも“みつばちカフェ”を開催していきます。

