地域の元気の出発点

―協働で取り組む現場から―

レポート No.1

■問い合わせ
まちづくり協働課
☎ 23-1111（内線 142）

▲長年の経験とチームワークで、手際よく作業を進める皆さん。作業の合間に一枚

▲水の中に苛性ソーダを入れてかき混ぜます

▲何回か使用した油の方が作りやすいのだそう

▲市役所生活環境課で、3個100円で販売中

▲きれいに型に流し込みます

家庭から出た、処分に困る廃油。それを使い石けんを作っている人たちがいます。家庭排水浄化推進協議会の皆さん。市内で「暮らしや食」をテーマに活動する8つの団体で組織されています。

家庭排水をきちんと処理することで霞ヶ浦の水質浄化につなげようと、家庭廃油を使った石けん作りを始めて27年が経ちました。

市職員が各廃油ステーションから集めてきた廃油を使い、月に数回みんなで集まり、作業をします。6ℓの油が、50個ほどの石けんに生まれ変わります。

「この石けんは、靴の汚れやシャツの襟垢が良く落ちると評判。他にも、ガスコンロの油汚れのベタベタも落ちるんですよ。化学的なものが入っていないから手にも優しくておすすめです」と話してくれました。

霞ヶ浦を汚したくないという気持ちが活動の原点。家族を思う優しさと無駄なく使う知恵が込められた廃油石けん、ぜひお試しあれ。

地域の元気の出発点

―協働で取り組む現場から―

東光台交番連絡協議会

レポート No.2

■問い合わせ
まちづくり協働課
☎ 23-1111（内線 142）

▲「自分たちの暮らす地域は自分たちできれいにする」という思いから活動を続けています

▲色とりどりの花を楽しませてくれる花壇

▲交番のおまわりさんとの情報交換も大切

▲南小の児童から募集した防犯標語の看板

▲定期的に交番周辺の道路の草刈りも実施

「ここら辺には、大型スーパーやファミリーレストランがあるでしょう?この地域に来た人に、印象良く帰ってもらいたいんだよね」と語るのは、東光台交番連絡協議会の会長を務める鈴木さん（東光台在住）。協議会は、平成21年に東光台交番が開所したことをきっかけに発足。地域で農業や自営業を営む人を中心に、防犯・安全に関わる活動をしています。

発足した翌年には、1年をかけて草木で生い茂っていた交番周辺の環境整備を行いました。そのほか住宅を周り、空き巣に入られそうな場所の注意喚起を行う家庭訪問を行ったり、下校児童の見守りなども行っています。

定期的な活動としては、交番隣の花壇づくり。花を植えることで環境を整え、犯罪の種をつみ、安心して暮らせるようにという目的で行っています。6月にはマリーゴールドやサルビアなど350本を植えました。通りを歩く人が「今度手伝わせてね」と声を掛けてくれるようになったのが何よりの励みと話してくれました。

地域の元気の出発点

―協働で取り組む現場から―

備品貸し出し事業のご案内

レポート No. 3

■問い合わせ
まちづくり協働課
☎ 23-1111（内線 142）

協働の相談窓口を設置

▼市民活動に参加したいけど、どうしたら良いか分からない、どんなボランティア団体があるか分からないなど、気軽にご相談ください。

備品の貸し出し事業

▼協働を進める、市民公益活動団体を支援するため、市の備品を貸し出します。

対象／区・自治会、ボランティア団体、健康福祉団体、防犯・防災活動団体、教育関係団体、文化・スポーツ団体など

※営利、宗教、政治活動などを目的とする活動や団体は除く。

貸し出し品／刈り払い機、芝刈り機、脚立、高枝切りハサミ、カラーコーン、長テーブル、パイプイス、イベント用テント、発電機、炊き出しかまど、台車、誘導棒、車いす、ベビーベッドほか

使用料／無料

貸出期間／原則3日以内（土日祝日を含む場合は5日以内）

使用上の注意／備品の破損がないようご使用ください。備品の使用によって生じた事故などは各自の責任で処理してください。

地域の元気の出発点

―協働で取り組む現場から―

弓弦地区４班の道普請

レポート No.4

■問い合わせ
まちづくり協働課
☎ 23-1111（内線 142）

▲舗装作業を始める前は砂利道

▲コンクリートが流されると一斉に伸ばしていきます

▲息の合った作業が続きます

▲凸凹をなくすようにきれいに仕上げます

▲夏の日差しを受けながらの作業の合間に１枚

道

普請と書いて「みちぶしん」。これは地区の道路の修復や道路にせり出した木枝払いなど、昔から行われている地域の共同作業のことです。おそらく都会の人にはあまり馴染みのないものですが、市には、この共同作業が各地に残り、現在も行われています。

7月11日、朝日トンネルにほど近い弓弦地区で道普請が行われました。この日は、田んぼ沿いの道の舗装作業。地区で行う道普請には、市から舗装材料を提供しています。

弓弦地区では、道路の修復を行うだけでなく、地域で山の管理もしています。最近人気が高まっているトレイルラン大会のコースにもなっている弓弦の山。普段から山の草刈りを行い、大会時には地区の皆さんでランナーたちへの給水ボランティアも行っています。首都圏から参加するランナーたちからは「走りやすく眺めが良いし、何より地元の方の応援が温かい」と好評です。

弓弦に暮らす人の思いと行動が、人を惹きつける地域をつくり始めています。

地域の元気の出発点

―協働で取り組む現場から―

トレイルラン大会

レポート No.5

■問い合わせ
まちづくり協働課
☎23-1111（内線142）

▲給水ポイントでは拍手でねぎらいます

▲各ポイントでランナーを誘導

▲受付を手伝う高校生の姿も

▲スタッフTシャツにデザインされた大会ロゴ

▲8月30日に開催された大会。ゴールしたランナーからは「休憩ポイントで配られる梨やぶどうなど、地元ボランティアのもてなしが温かくてうれしい」という声が聞かれました。

野山を駆け抜けるスポーツ、トレイルランをご存知ですか。舗装された道を走るマラソンとは違い、山道を走るもので、近年、愛好者がどんどん増えています。

石岡市では9年前からトレイルランの大会が開かれています。今では石岡の山々を走りたいと1000人を超える参加者が集まるほど。大会の実行委員長を務めるのは山口実さん。「人が減り里山を守ることが困難になってきている状況で、何か月も前から地元の方の協力で、草刈りなど山のコースを整備してもらっているのは、とても有り難いこと」と話します。

受け付けや給水、選手誘導など、大会運営には毎回200人を超える地元ボランティアが参加しています。「山は石岡の地域資源。ボランティアを募集しているのを知り、これはお手伝いしなければと思い参加しました」というボランティアの声も聞かれました。

多くの力が集結し、開催されているトレイルラン大会から、四季折々の里山の魅力が発信されています。

地域の元気の出発点

―協働で取り組む現場から―

道路の里親

レポート No.6

■問い合わせ
まちづくり協働課
☎23-1111（内線142）

▲草刈り機の替え刃やガソリンの提供も受けられます

▲この制度に登録すると、清掃道具の提供を受けられます

みんなが使う道路を子どもに見立て、その清掃や管理など行う「道路の里親」という制度があります。

行里川の交差点から、小美玉市方面に進む石岡城里線。この道のおよそ1.2㎞にわたる区間には里親さんがいます。クリーンロード行里川（代表 高橋照雄さん）の皆さん。

クリーンロード行里川は、平成19年から里親制度に登録し、現在は、近隣住民160人ほどで結成されている団体。6・8・10月の年3回の草刈りと、毎月のゴミ拾い、花壇の管理などを行っています。

10月18日、今年最後の草刈りが行われました。

「里親になる前から年1回の草刈り清掃を行っていましたが、1回では不十分という声があり、今の形になりました。道路がきれいなるのが気持ち良いし、何より、地域の人との交流の機会になっています」と代表の高橋さんは話します。

みんなが使う道路だから、みんなできれいにする。皆さんも里親を始めてみませんか。

地域の元気の出発点

－協働で取り組む現場から－

地域の食を守る

レポート No. 7

■問い合わせ
石岡保健センター ☎ 24-1386
八郷保健センター ☎ 43-6655

▲1歳児健診を終えた赤ちゃんに、卵と牛乳を使わない、にんじんとバナナの蒸しパンの試食も実施

▲会長の桜井裕子さん（左）副会長の大岡芳子さん（右）
毎月「広報いしおかの1日号」にレシピを提供してくれています。

「私たちの健康は、私たちの手で」をスローガンに、地域の食育と健康づくりに取り組んでいるのは、食生活改善推進員（ヘルスメイト）の皆さん。

市内には122人の推進員がいて、地区ごとに活動しています。

食は、人の身体をつくる基本。その一方、食生活は偏り、忙しさにかまけて食事の時間をおろそかにしがちです。

そこでバランスの良い食事の大切さを広めようと、地区の公民館で、ヘルシー料理や適塩料理、親子料理などの講習会を行っています。若いお母さんから一人暮らしの高齢者まで幅広い世代を対象にしています。

家庭では、母として妻として食事を大切にしてきた推進員の皆さん。「ちゃんと食べてる？」と声をかけ、みんなで食べる喜びを教えてくれる姿は、お母さんのようであり、いわば地域の食の伝道師。そんな皆さんから料理作りを教わってみませんか？10人程度のグループで受講できます。子どもから大人まで大歓迎！

地域の元気の出発点

－協働で取り組む現場から－

レポート No. 8

地域のつながりと防災

■問い合わせ
まちづくり協働課
☎ 23-1111（内線 142）

▲自主防災組織の訓練時には、炊き出しの材料や飲料などの提供を行っています。

▲市では防災に関する出前講座を行っています。柿岡小学校での炊き出し訓練では、子どもたちが炊き出しを行いました。

▲市では防災訓練時に使用する備品の貸し出しを行っています。また、被害から身を守る防災マニュアルも作成しホームページに公開中。

もしもの時に、助け合えるつながり。皆さんの地域にはありますか？昨年、茨城県は大雨に見舞われ、常総市が大きな被害を受けました。

市内では、冠水した道路の通行止めが25か所。床下浸水した家屋5軒、土砂崩れ71か所などが発生しました。幸いにも、石岡市では負傷者は出なかったものの、災害はいつまた起こるか分かりません。普段からの備えが重要です。

そこで、各地区では、自主防災組織が防災訓練を行っています。自主防災組織とは、町内会単位で組織された防災活動を行う集まり。昨年は、南台、若松、小桜地区などの自主防災組織が防災訓練を行いました。

「防災には地域のつながりが大切」と、定期的に防災訓練を行う地区が増えています。

地域の元気の出発点

―協働で取り組む現場から―
レポート No.9
シルバーリハビリ体操

■問い合わせ
まちづくり協働課
☎ 23-1111（内線 142）

▲体操の種類自体は、椅子に座ってする運動、立ってする運動、寝てする運動など、92種類ほど。

▲手の平を返さないといったポイントを聞きながら、大胸筋のストレッチ。和気あいあいとした雰囲気で体操は進みます。

健高寿命とは、平均寿命のうち健康で活動的に過ごせる期間で、最後まで自分らしく暮らせるかの鍵になる指標。全国平均を上回る29・1％という高齢化率の石岡市にとって、健康寿命を延ばすための介護予防は市全体で考えなければならない大切な問題です。

10年にわたる地道な活動で、介護予防に取り組んできたのは、石岡市シルバーリハビリ体操指導士会の皆さん。シルバーリハビリ体操とは転倒を予防し、日常の動作に必要な筋力を衰えさせないための運動です。現在、地区公民館や集落センターなど市内56か所でそれぞれ月に1～2回、1時間程度の体操教室を開催しています。

会長の永井さんは「車を持たない人でも、歩いて来られるような距離感の場所で開催したいと思っています。10人程度のグループであれば教室を開けるのでぜひ申し込んでほしい」と話します。指導士の皆さんは、無理なく進めてくれるので、体力に自信のない人でも大丈夫。あなたの地域でも始めませんか。

地域の元気の出発点

―協働で取り組む現場から―
レポート No.10
110 番の家

■問い合わせ
生涯学習課
☎ 43-1111（内線 1366）

▲杉並支部あいさつ運動横断幕

▲東支部ゲーム大会

青少年を育てる石岡市民の会は、子どもたちが安心して暮らし成長することを願って、防犯パトロール、あいさつ運動などを行う団体です。

「こどもを守る110番の家」は、その活動の一つ。民家の軒先にカンガルーの看板を見たことはありませんか。

登下校中に不審者に会ってしまったり、天気の急変、体調不調などで助けを求めたい時、安心して避難できる家として1038世帯がボランティアとして協力してくれています。林地区の三輪さんは「生まれ育った地域の安全を守るために協力しています。庭先で作業していると子ども達から元気な挨拶をもらい地域を明るくしてくれていると感じますね」と話します。

設置してもらえる家を募集中です。詳しくは生涯学習課までお問い合わせください。

110 番の家に登録しませんか？

地域の元気の出発点

―協働で取り組む現場から―
レポート No.11
八郷すてき旅案内人の会

■問い合わせ
観光課
☎ 43-1111（内線 1133）

▲八郷地区に残る民話を集めて冊子も作成。全３冊は図書館などで閲覧できますよ

▲ 4~11 月の土・日・祝日は、県フラワーパークの駐車場内のトレタマーケット内で観光案内

「案内しているとね、家の門の大きさに驚いたり、立派な庭木に感動したりする、お客さんの反応が見られるのがうれしいんですよ」と話すのは、八郷すてき旅案内人の皆さん。

平成13年から八郷地区の観光案内のボランティア活動に取り組んでいます。メンバーは13人。知っているようで知らない地元のことを知りたいという思いから活動を始めたと話します。

「ここは大勢の人が集まるような、派手な観光スポットはないけど、田園の中の茅葺き民家などほっとする風景が残っているんですよね。地味だけど、そこがいいというか。だから案内する時は、日本の原風景を残した地域ということは必ず伝えているんです」

今年度は、鳴滝や球状花崗岩など市内のジオサイトの勉強も始まり、新たな視点から案内の幅を広げようと取り組んでいます。昨年11月、これまでの活動が認められ、一般社団法人茗渓会から顕彰を受けました。

地域の元気の出発点

―協働で取り組む現場から―
レポート No.12
石岡青年会議所

■問い合わせ
まちづくり協働課
☎ 23-1111（内線 140）

▲去年は会場の会議室に櫓をたてて、お祭りを演出。参加者が楽しく、意見の言いやすい雰囲気づくりを心掛けています。

▲ JC の会議の様子。子どもたちの職業体験や100㎞徒歩の旅などの企画を行っています。企画にあたり喧々諤々意見を戦わせることも。

「若者が住み続けられるまちにするにはどうしたら良いか。そのためのヒントを話し合いの中から探っていきたい」と話すのは石岡青年会議所（ＪＣ）の鈴木康之さん。７月に開催される市民討議会のリーダーを務めます。

ＪＣは石岡・小美玉・かすみがうら市の20～40代、42人で構成され、地域の人材育成をはじめ、様々な事業を行っています。その中の一つ、市民討議会は、市とＪＣが協働で実施。市内在住の２０００人に参加案内を郵送し、地区も年代もばらばらの皆さんで、まちについて話すというもの。

「進学で茨城を出るまで関心のなかった地元。でも戻ってきたら、ここの良さに気づきました。ＪＣの活動に参加するようになった今ではすっかり、まちのことばかり考えてます（笑）まちについて話すって楽しいじゃんと感じて、関わる若者が増えたら、最高です」と鈴木さんは話します。

今年は「若者が輝く石岡スタイルってなんだろう」がテーマ。現在、鋭意準備中です。

地域の元気の出発点

―協働で取り組む現場から―
レポート No.14
ブックスタート

■問い合わせ
中央図書館　☎24-1507

▲全身で絵本を楽しむ赤ちゃん。ページをめくる楽しさ、読む楽しさを味わいます。

▲赤ちゃんの一生懸命なまなざし。読んでる方も不思議と力が湧いてきます。

「絵本を開いて読んであげると、4か月の赤ちゃんが目で追ったり、笑ったり、そんな反応が嬉しいんです」

そう話すのは、ブックスタートボランティアの皆さん。ブックスタートとは、絵本を通して、親子のふれあいを持つきっかけを作る活動で、1992年にイギリスで始まりました。

石岡市では平成25年度から4か月児健診時に、赤ちゃんへの読み聞かせや絵本のプレゼントをしています。この活動を担うのは30人のブックスタートボランティア。

「早期教育ではないんです。おもちゃと同じように絵本にも親しんでもらえたら」と話すのは代表の山田英子さん。

「読んであげているつもりでいたけど、実際には、赤ちゃんからパワーをもらっています。読み聞かせには、不思議な力がありますね」とボランティアの皆さんは話します。

健診時には、2冊の本をプレゼント。お家でも、ぜひ読み聞かせてあげてくださいね。

地域の元気の出発点

―協働で取り組む現場から―
レポート No.13
美化クラブ

■問い合わせ
生活環境課
☎23-1111（内線144）

▲表彰式の様子。最優秀賞、優秀賞になった5団体の皆さん

▲最優秀賞になった行里川環境美化クラブの花壇

道路脇に美しい花を咲かせる花壇。パンジーやサルビア、マリーゴールドなど、きれいに咲く花が目に入ることはありませんか？

こうした花壇の清掃や手入れなどを行うのは地域の環境美化クラブなどの皆さん。地区単位で結成されています。

石岡市では、花いっぱい運動を進めるため、年に1度、花壇表彰を行っています。今年の1月末まで募集し、2月に審査会を実施、5月の美しい石岡をつくる市民の会総会時に表彰式を行いました。

今年、最優秀賞に輝いたのは、行里川環境美化クラブ。優秀賞は、東ノ辻2部環境美化クラブ、星の宮環境美化クラブ、宿山崎環境美化クラブ、染谷地区資源保全活動組織の5つです。

花壇づくりにあたり、市から花の苗などが提供され、皆さんの活動をサポート。活動に関わる皆さんは、道行く人に喜んでもらえるのは嬉しいし、活動することで人とのつながりもできるのがいいと話しました。

地域の元気の出発点

―協働で取り組む現場から―
レポート No.15
女性ドライバー友の会

■問い合わせ
まちづくり協働課
☎ 23-1111（内線 142）

▲県の感謝状を受け取る左から藤井寛さん（交通安全協会）、村上くに子さん、三輪統子さん、猪又ひろ子さん（女性ドライバー友の会）中央は今泉市長

▲石岡運動公園近くの信号で停まるドライバーに啓発品を配りながら安全運転を呼び掛ける女性ドライバー友の会の皆さん

自動車保有率が群馬県、栃木県と続き全国3位の茨城県。移動手段として車が大きな位置を占める一方で、交通死亡事故が多いのも現状です。

「石岡の事故件数を少しでも減らしたい」と街頭で呼びかけるのは、女性ドライバー友の会の皆さん。月に一度、街頭で交通事故防止を呼びかける活動を交通安全協会などと一緒に行っています。メンバーは40人ほどの市内の女性たち。会が立ち上がって45年になります。会長を務める小貫妙子さんは「若い人はスピードの出し過ぎ、高齢者は安全不確認による事故が多いようです。運転には十分気を付けていただきたいですね」と話します。

こうした活動に、県交通対策協議会会長（県知事）から、交通安全県民運動模範者として感謝状が贈られました。これは平成27年中に地域で街頭立哨活動や交通安全キャンペーンなどを率先して行い、交通安全の推進に貢献したことが認められたものです。

地域の元気の出発点

―協働で取り組む現場から―
レポート No.16
まちかど情報センター

■問い合わせ
まちかど情報センター
☎ 27-5171

▲お店のお姉さんもハロウィンの恰好をして待っていてくれました

▲まちかど情報センターを意気揚揚と出発！

「トリックオアトリート！ハッピーハロウィン！」石岡駅前の商店街に響く、子どもたちの元気な声。まちかど情報センターが主催するハロウィンイベントの一場面です。

中心市街地に若い親子を呼び込もうと、6年前から、ごく周辺の商店と一緒に始まり、今では30店舗ほどにまで増えました。昨年は過去最多の150人を超える親子が思い思いの仮装をし参加。店舗の前に立ち、冒頭の合い言葉を言えば、店主が笑顔で登場。お菓子をもらったら「ありがとうございます」とお行儀のよい子どもたち。

「お店の人まで、ハロウィンの恰好で待っていてくれるところも。参加する人も迎える人も楽しんでいる様子が嬉しいですね。この企画をきっかけに、まちのお店や人と出会い、まちなかに来てもらえたら」とまちかど情報センターのスタッフは話します。今年も10月30日に行う予定です。参加方法など、詳しくは上段のまちかど情報センターニュースをご確認ください。

地域の元気の出発点

―協働で取り組む現場から―
レポート No.17
石岡まちづくりアカデミーⅢ

■問い合わせ　秘書広聴課
☎23-1111（内線214）

▲「石岡浪漫」完成の報告に市役所を訪れたアカデミーⅢ代表の大久保さん（写真左）

▲まちかど情報センターで取り扱っています

毎月1日と15日に発行している広報紙。1日号は市内で撮影した写真、15日号は石岡の四季をテーマに水彩画のスケッチを表紙にしています。15日号のスケッチの題材を探し、表紙にするのは、石岡まちづくりアカデミーⅢの皆さん。平成14年に茨城県が主催した地域づくりリーダー養成講座に参加した市内在住の大久保純子さんが立ち上げました。広報紙の表紙絵に関わって13年になります。「絵の題材を見つけるために、たくさんの人にお話を伺ってきました。歴史のある寺社、昭和レトロな商店や茅葺き民家など、先代が残したものを受け継ぎ守る人。そういう人の思いに心を寄せてもらえたら」と話します。

昨年の合併10周年を記念し、合併後の表紙絵をまとめた記念誌を発行しました。今年の8月には、石岡まちづくりアカデミーⅢが、合併以前の2年分をまとめた「石岡浪漫」を発刊。ページをめくると回想の中の風景と出会えるかもしれません。