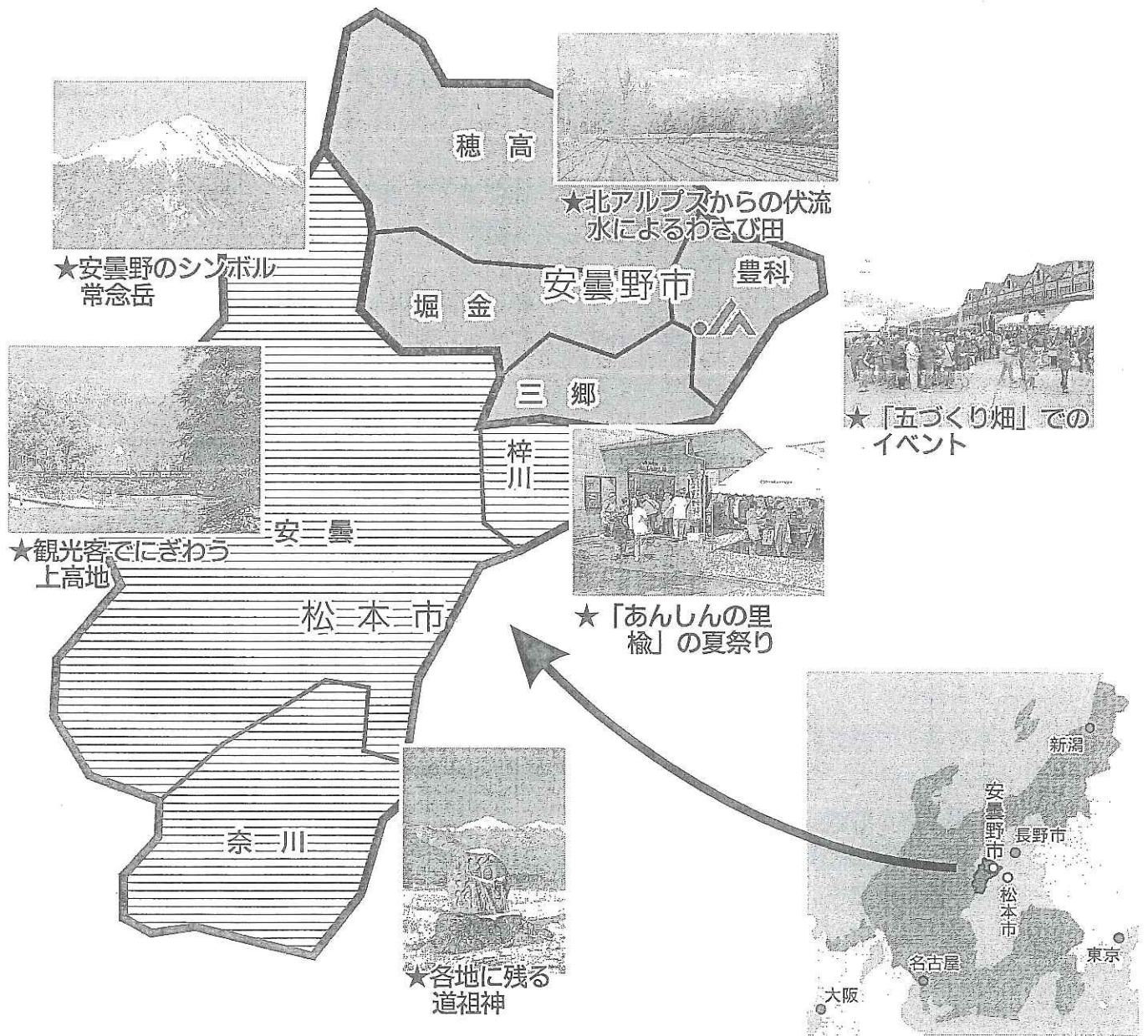


平成21年9月7日(月)

第3回JA組合員学習プログラム 検討会・現地検討会

JAあづみ管内



あづみ農業協同組合

あしたあんしんして生き活きと輝いていたい

J Aあづみ総務開発事業部福祉課 池田陽子

1. はじめに

2. なぜ、元気高齢者対策をJ Aですすめてきたか

(1) 取組のきっかけ、組合員の生活実態・要望は 組合員アンケート



(2) 『J Aあづみ長期構想21（平成13年度～18年度）』の策定

＝多彩な農業と人と自然と文化で作る新世紀の安曇野＝

3つの創造 ○多彩な農業が生きづく安曇野の創造

○人と自然、人と社会の絆を大切にした地域社会の創造

○参加・参画・連帯を基本とした新しい時代のJ Aの創造



(3) J Aあづみの高齢者福祉活動がめざす4つのコンセプト

① 活力ある高齢者づくり

高齢者の世紀といわれる21世紀を、明るく活力ある社会とするため、高齢者が生き甲斐を持って社会参加する支援をします。

② 高齢者の人格の尊重と自立支援

介護を受ける高齢者が、地域の中で生き活きと自立した生活ができるような介護サービスを目指します。

③ 支え合う地域社会の形成

地域において、住民相互が支え合うことのできる地域社会づくりを目指します。

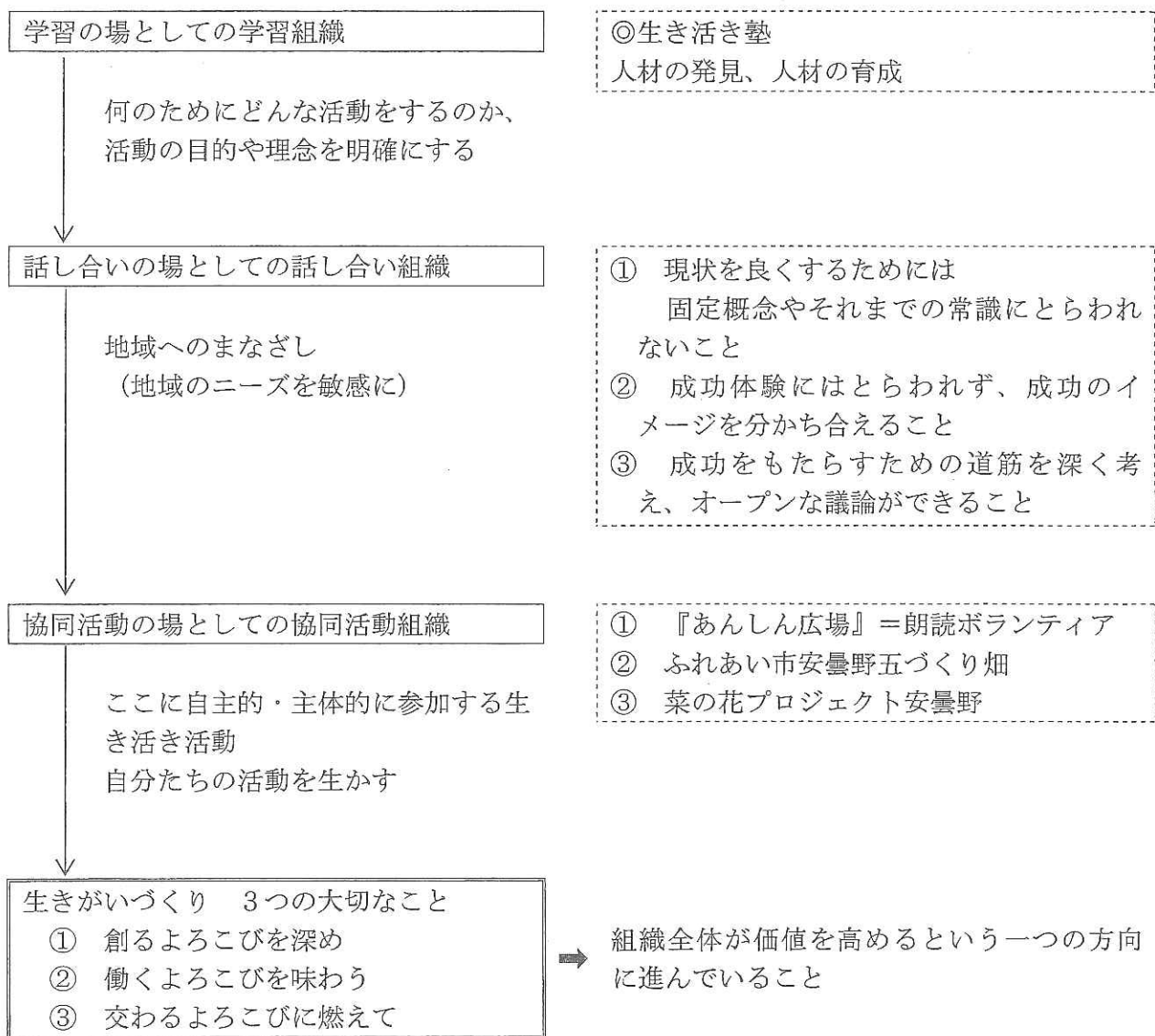
④ 利用者から信頼される介護サービスの確立

介護を受ける高齢者はもとより、介護家族へも支援が図られるよう、在宅介護サービスの質、量の確保を図ります。

3. 組合員の不安やニーズ、ウォンツから生まれた
「くらしの助け合いネットワーク “あんしん”」

4. 「生き生き塾」での学習と実践は、人材発見・人材育成の場
“やってみながら” 自分の目指すものを見つける

— 学びながら広げた “あんしんして暮らせる里” づくり —



5. 活動の目標は高く

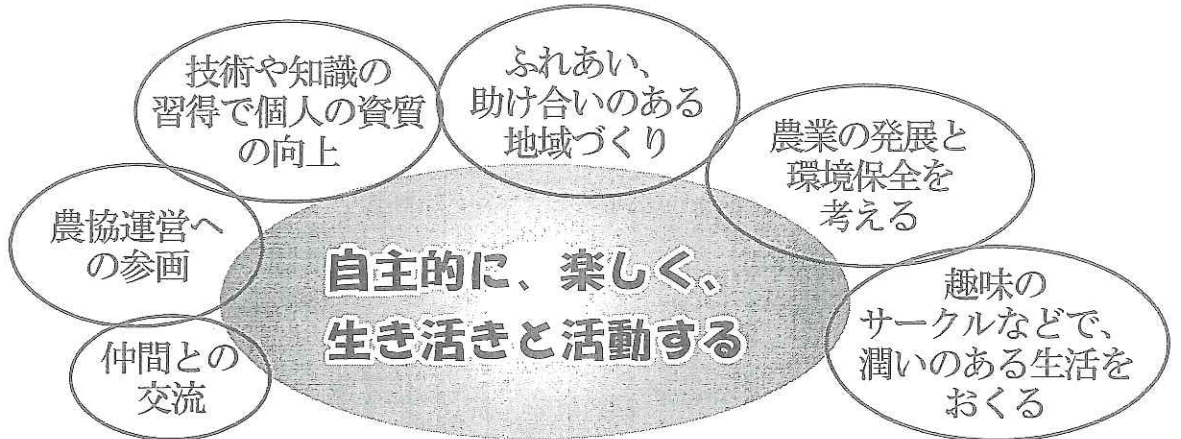
そして、活動の広がりがさらにメンバーの参加・参画意識を高める

- ・平成18年……J Aあづみ創立40周年記念式典、第59回J A長野県大会において、優良組合員組織としてそれぞれ表彰
- ・平成19年……2007年度毎日新聞社主催「毎日介護賞」奨励賞受賞
- ・安曇野ブランドデザイン会議（安曇野市安曇野ブランド推進室）、安曇野市内小学校、早稲田大学、松本大学、国営アルプスあづみの公園など、地域活動の連携

6. おわりに

今こそ農協らしい事業のあり方を問い続けたい

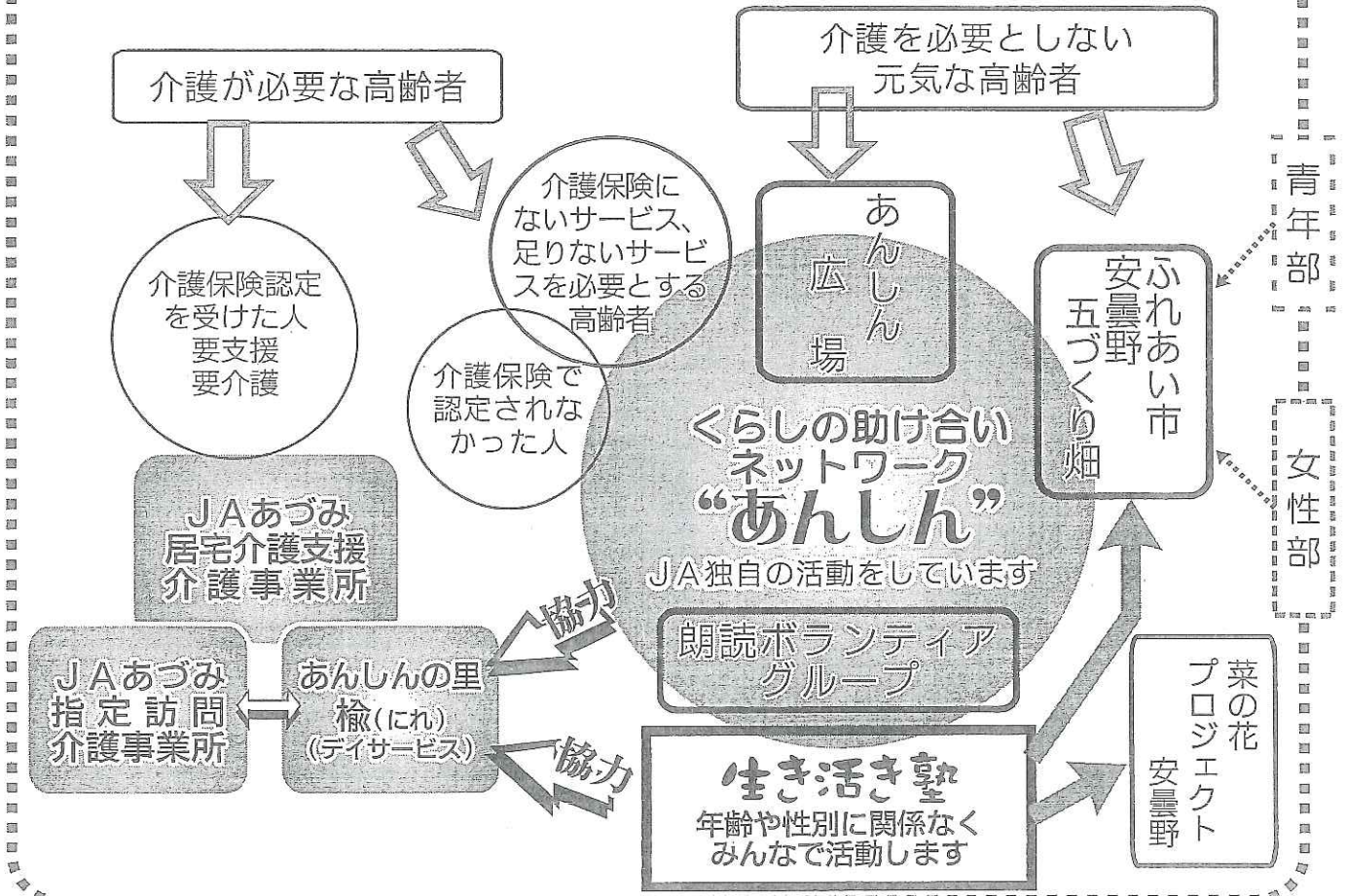
人と人とのネットワークで、人と自然、人と社会の絆（きずな）を大切にした地域社会を創造します。



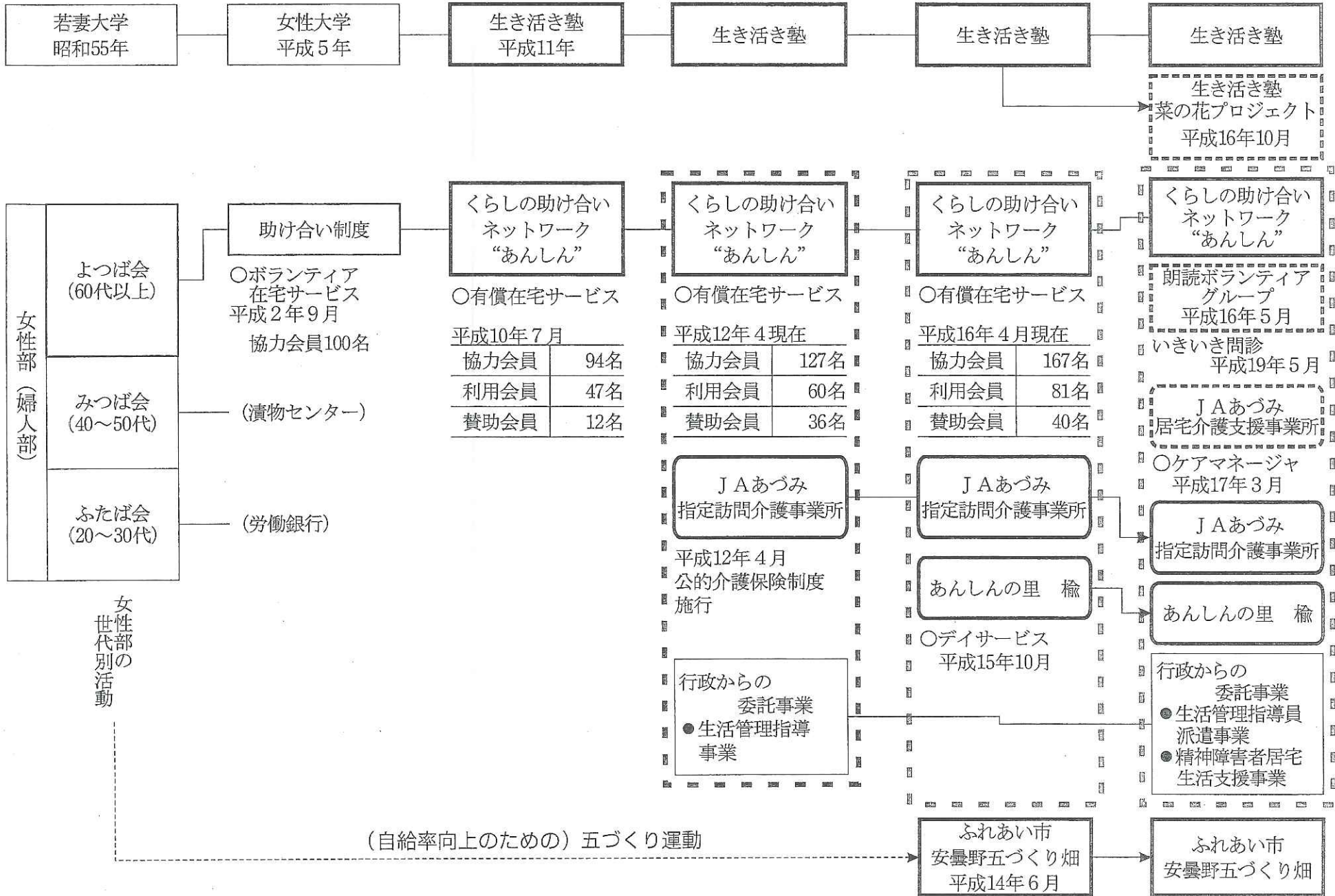
- 1 女性のJA運営への参画をすすめ、女性の感性や能力を活かしたJA運営をはかります。
- 2 ふれあい、助け合いのある地域づくりをすすめます。
- 3 健康管理や高齢者福祉など目的に応じた活動に取り組みます。
- 4 学習、文化、スポーツ活動などJAと一体となった活動にとりくみます。

JA生活活動の目指すもの

JAあづみの生活福祉活動



JAあづみ福祉活動の展開



『助け合い』から19年、

J A あづみ 暮らしの助け合いネットワーク “あんしん”

1 あづみ農協婦人部 よつば会「助け合い制度」

(1) 婦人部の世代別活動

- ふたば会 (20~30代) ……若妻の仲間づくりと親子の活動
- みつば会 (40~50代) ……農家の特性を活かした暮らしの追求
- よつば会 (60代以上) ……高齢化社会への取り組み、福祉基金の積立

(2) よつば会の助け合い制度

《ボランティアによる高齢者福祉制度》

平成2年9月発足。100人の協力会員と、2件の利用からスタート。

「介護」とか「お世話」と言うことの前に、仲間同士の些細な助け合いで住みよい地域をつくることを目的に発足。

当初は何をしたらいいのかもわからず、技能登録者から研修を受け、高齢者の身の回りの細かなお世話から始めた。

2 暮らしの助け合いネットワーク “あんしん”

平成10年7月発足 《会員制の有償在宅福祉サービス》

女性部の「助け合い」を、平成12年に始まる「公的介護保険制度」も視野に入れながら、J Aの福祉事業として再構築。

目 的

- ・ 家族による介護から、地域による介護への発想の転換
- ・ 元気なお年寄りには生きがいを見つけることのお手伝い
- ・ 介護される側にもする側にも快適な福祉用具の斡旋 など

地域に根ざした協同組合としてのJ A（農協）の存在理由をはっきりと意識した福祉事業という位置付け。

| | | |
|-------------|---------|--------|
| 協力会員 | 94名 | |
| 賛助会員 | 12名 | |
| 利用会員 | 47名 | |
| (うち行政からの委託) | (13名) | |
| 活動時間 | 576時間/月 | (発足当初) |

3 介護保険制度導入後の高齢者福祉活動

高齢者福祉活動、イコール訪問介護になってしまった。

(1) “あんしん” 訪問介護状況

| 月 | 19年度計 | 20年3月 | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 21年1月 | 2月 | 20年度累計 |
|----|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| 件数 | 527 | 52 | 49 | 49 | 52 | 59 | 61 | 57 | 60 | 48 | 51 | 47 | 47 | 632 |
| 時間 | 5763.5 | 531.5 | 602.5 | 586.5 | 548.0 | 771.5 | 664.0 | 727.5 | 739.0 | 563.0 | 640.0 | 564.0 | 522.5 | 7460.0 |

(2) 訪問介護の内容

| 買い物・食事・掃除 | 洗濯 | 農作業・草むしり | おむつ交換 | 話し相手・安否確認 | 通院介助 | 洋裁 | 髪カット |
|-----------|-------|----------|-------|-----------|------|------|------|
| 55.9% | 11.6% | 5.0% | 20.0% | 0.7% | 1.3% | 4.6% | 0.9% |

(3) 会員の内訳

| | |
|------|-----|
| 協力会員 | 184 |
| 利用会員 | 106 |
| 賛助会員 | 120 |
| 計 | 410 |

(平成21年3月現在)

4 “あんしん広場” の開設

地域には、もっともっと元気なお年寄りがいっぱいいたヘルパー以外の会員の活動の場がなかった



平成12年、地域の様々な人たちが集うことのできる活動をすすめるために、会員が自主的に運営委員会を設置して、以下の活動をすることを決めた。

- ① あんしん広場の開設（よりどころづくり）
- ② 介護教室の開催（より質の高いサービスをめざして）
- ③ あんしん交流会（会員が相互に意見交換し、よりよい“あんしん”の活動を築く）

“あんしん広場”

「住み慣れた地域で安心して生き活きと暮らすには、地域で独りぼっちをつくらない。」

「どこからでも、どなたでも」をキャッチフレーズにしている。

| | | | |
|--------------------|------|------|--------|
| ◎13年2月10日～14年2月28日 | 6ヶ所 | 60回 | 1,248人 |
| ◎14年3月1日～15年2月28日 | 15ヶ所 | 138回 | 2,400人 |
| ◎15年3月1日～16年2月29日 | 18ヶ所 | 248回 | 5,100人 |
| ◎16年3月1日～17年2月28日 | 20ヶ所 | 253回 | 5,500人 |
| ◎17年3月1日～18年2月28日 | 21ヶ所 | 282回 | 5,600人 |
| ◎18年3月1日～19年2月28日 | 22ヶ所 | 300回 | 5,800人 |
| ◎19年3月1日～20年2月29日 | 24ヶ所 | 325回 | 5,900人 |
| ◎20年3月1日～21年2月28日 | 24ヶ所 | 310回 | 6,000人 |

主な活動内容

(“あんしん広場”の運営は、お世話係が中心になって、会場によって様々な取り組み)

- ・当初は、おしゃべり、お茶会からスタート
- ・血圧測定、交通安全教室、太極拳、盆踊り、カラオケ大会、紙芝居、読書会など
- ・家庭ではやらなくなったモノづくりや、七夕やお彼岸などの行事や行事食をつくること
- ・畑を借りて協同で農作業（ひまわり、菜の花、黒大豆、大豆）



生き生き塾の伝統学習の場となり、「できること」への実践の“あんしん広場”

- ① 人と人との出会いをつくる
- ② お互い同士が、ふれあい、学び合い、高めあう
- ③ その人の生き方を大切にする

ことで、ひとりひとりが主役になって“あんしん広場”づくり

- ・要介護や寝たきりの高齢者を減らすこと、つぐらないこと。
 - ・自立に向けて元気な「生き生き」高齢者を地域に大勢「つくっていく」こと
 - ・「いきいき健診」を行い、健康寿命を延ばしたい。
- をめざしている。

“あんしん広場”に集う人たちの意見から活動の広がりがあった

- ・多くの会場で行っている間にいろいろな声が聞こえてきた。
- ・その声をみんなで活動計画として組んだ。
- (1) たまにはみんなよその地区の人たちと交流し、“あんしん広場”をやろうよ
「“あんしん広場”生き生き交流会」、地域の文化を生かした伝統食を伝えるため「おま
んじゅうフェスタ」「萬物づくりフェスタ」
- (2) 一年中旨い野菜づくりたい、冬は2間3間ハウスによる野菜づくり勉強しよう。
「五づくり畑の野菜出荷」、「生きがい野菜づくり研修会」、「ヒマワリを咲かせて油づく
り」
- (3) あまり豊かになりすぎてしまったよ。『足るを知る』の暮らしを知ろうよ。
ものを大切にする「ぞうり」づくり、生ゴミによる「ボカシ」づくり
- (4) 皆で一年に一回楽しいことやろう・・・「あんしん広場全員集合」の開催
「映画『荷車の歌』上映会」、「エッセイスト 海老名香葉子さん講演会」
「林家正蔵、林家三平（いっ平）ほか林家一門による『安曇野生き生き寄席』」



このように活動に拡がりを見せてきた。

- (5) 「お世話係研修会」の定期的な開催・・・あんしん広場の企画・運営の学習
 - (6) 「あんしん朗読ボランティア学習会」の活動・・・「家の光」や安曇野の昔話の朗読、あん
しん広場、デイサービス「あんしんの里 楡」での読み聞かせ
 - (7) 「あんしん広場コーディネーター」の活動・・・元保健師による健康相談、元教師によるス
トレッチ体操やレクリエーション、童謡唱歌の指導、伝統料理の指導
- “あんしん広場”のお助け係ができた
- ◎ “あんしん”発足8周年を記念して、『“あんしん”の輪を広げる集い』を開催。これまで
に瀬戸内寂聴さん、加藤登紀子さん、永六輔さんと竹熊宣孝さんをお招きする。

5 これからの“あんしん”がめざすもの

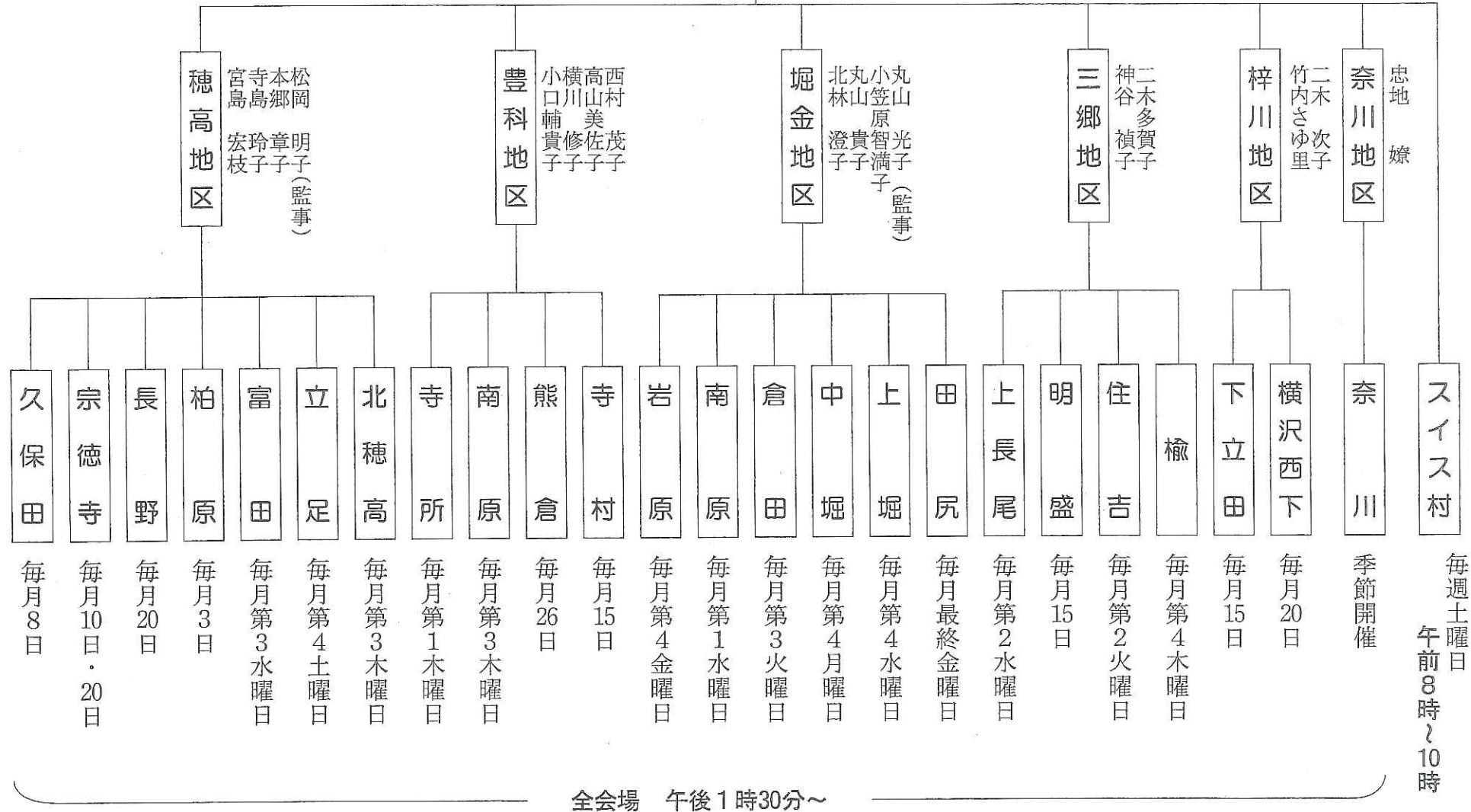
- (1) JA（農協）らしさを追求するなかで、高齢者が生きがいを持てる取り組み
- (2) 失われつつある、地域の「食」を中心にした生活文化を次代につなげる
- (3) JA（農協）が、地域のくらしのキーステーションになる

“あんしん広場”の輪が大きくなりました

平成21年5月現在

◆ “あんしん広場” 活動体制”

委員長 宮 島 宏 枝
副委員長 北 林 澄 子
副委員長 神 谷 禎 子
顧問 小口輔貴子



1. 「生き生き塾」…人材発見、人材育成の場

- ・若妻大学（昭和55年（1980））、女性大学（平成5年（1993））
※JAあづみの合併15周年を記念して開設

(1) 平成11年（1999）7月「生き生き塾」を開講…地域づくりの担い手づくり

- ・1期2年
定員100名でスタート…2期生（平成13年）154人、3期生（平成15年）234人
4期生（平成17年）183人、5期生（平成19年）153人

(2) 講義内容…毎月約1回、1期（2年間）22回

- ・地球（安曇野）にやさしい環境をつくる学習…食・農・環境
- ・福祉社会のあるべき姿…健康・生きがいづくり・ボランティア
- ・デイサービス「あんしんの里 楡」の畑実習

(3) 修学旅行も実施…

- 1期 中国蘇州と歴史の町上海の旅（葉物野菜づくり農家を見学）
- 2期 ハルピン・長春・瀋陽への旅（きのこ・野菜の農家見学）
- 3期 南九州霧島・指宿の旅（エネルギーの自給いのちの循環を体験）
- 4期 ベトナムへの旅（ベトナムの農業・葉菜）
- 5期 韓国農業体験の旅（農家訪問、農業公園・農業試験場見学）

(4) 平成15年にアンケート

- ① 参加者の多様性…従来の女性部員主体とは違う
 - ・農協女性部以外の場で活動している人
 - ・准組合員や組合員以外の人、
 - ・男性
- ② 参加者のニーズ、参加理由
 - ・食や農の知識や技術の習得
 - ・地域活動への参加意欲が高い
- ③ 農協に対する要望
 - ・食や農
 - ・高齢化問題

(5) 生き生き塾は、家庭での一人ひとりの実践と、地域での実践を目指した。

- ・塾への参加が契機となり、「あんしん」会員へ…活動家の養成
朗読ボランティア…「家の光」などを使って“あんしん広場”や「あんしんの里 楡」で読み聞かせを行っている
- ・直売所「ふれあい市 安曇野五づくり畑」の出荷者…学習の実践
- ・「菜の花プロジェクト安曇野」の誕生、菜種油・ひまわり油の商品化は循環型農業を学ぶ、環境づくりの実践

(6) 生き生き塾は、安曇野市ブランドデザイン会議と連携、地域に広がる。

生き生き塾から育った活動は、安曇野市ブランド会議と連携を持ち、活動は「菜の花咲かせ油をとろう」と、「菜の花プロジェクト」小林あや子リーダー、おいしいご飯を食べよう「ぬかくど隊」小口輔貴子リーダーと、地域活動を支えるリーダーが育ちました。

2. 「五づくり畑」…「生き生き塾」で習得したものを生かす実践の場

(1) 平成14年(2002)6月に直売所「JAあづみふれあい市 安曇野五づくり畑」を開設

- ・「あんしん」委員会、女性部や青年部、「生き生き塾」を運営委員
- ・年会費は1,000円
- ・会員51人と3団体(発足時)⇒平成19年3月現在 会員85人と3団体

(2) 一年中緑の野菜を作り食べて健康に暮らす「生きがい農業」を支援

- ・元気な高齢者が自分のペースにあった形で耕作し、「お裾分け」の気持ちで販売する
- ・高齢者といえども、「孫の小遣い銭くらい自分で稼げる」という、自立の気持ちが育まれてきた。
- ・旨い米を食べたいと「ぬか竈(くど)ご飯」を炊き始めた。

・「安曇野スイス村」前の広場で、毎週土曜日、8時～10時(2時間)

| | | | |
|------|-----|------|------------|
| 14年度 | 38回 | 491人 | 2,220,730円 |
| 15年度 | 52回 | 740人 | 4,419,913円 |
| 16年度 | 52回 | 785人 | 3,885,907円 |
| 17年度 | 51回 | 665人 | 4,349,337円 |
| 18年度 | 51回 | 650人 | 5,255,625円 |
| 19年度 | 51回 | 670人 | 5,470,652円 |
| 20年度 | 52回 | 614人 | 5,827,299円 |

(3) 目的(会則から)

……、5づくり運動の普及とともに、地域住民の健康で文化的な生活の一層の推進のため、地域で生産された農産物とその加工品を地域で消費することで、地域農業の活性化ばかりでなく、消費者との交流を通じて、地域に農業を基盤とした伝統文化の伝承と拡大に資する」

- ・女性部で取り組んできた自給率向上運動(=五づくり運動)の精神を受け継ぎ、その普及を図る

※五づくり運動 ① 家庭菜園を充実しましょう、② 家庭果木をつくりましょう
③ 雑穀・大豆をつくりましょう、④ ニワトリを5羽飼いましょう
⑤ 手作り加工をしましょう

(4) 常備品を開発…地元産の米や野菜等を使った五づくり畑オリジナルパン

- ・他農協(JA仁賀保、JAそうま、JAおちいまばり)の農産物や加工品(納豆)も仕入れ販売

(5) 平成15年(2003)4月から学校給食への食材供給も始める

- ・生涯フェスティバル(安曇野市)、武蔵野市(旧豊科町姉妹都市)でのイベントにも参加

(6) 「あんしん広場」を併設

- ・“あんしん”の委員が交代でお世話係
- ・全国各地からの観光客が多く見える場所柄、安曇野スイス村農産物直売所に出荷に来る生産者や、“あんしん広場”お世話係まで巻き込んで、地元農産物や地域の伝統的な食べ方などを全国に発信

- ・「五づくり畑」での直売と来店客との対応が、参加者の生きがい

3. 生き生き塾「菜の花プロジェクト安曇野」の誕生

- ・平成16年10月14～16日、第3期生き生き塾生の修学旅行が行われた。
- ・この修学旅行では、個人が家庭でどれだけのエネルギーを自給し、環境を汚さずに暮らせるかを学んだ。
- ・そこで、旅行に参加した人を中心に、まず自分たちでできることとして、スイス村前の休耕田を借りて、平成16年11月1日60アールにアブラナの種をまいた。
- ・「何か実践しなくては」、その心意気だけで取り組んだ。安曇野の休耕田を真っ黄色に染めよう運動は、平成17年春真っ黄色の菜の花を咲かせた。

平成17年5月連休……………雪解けの常念岳を背景に、真っ黄色の菜の花が畑一面に咲いた。

平成17年6月3日午前8時……………刈り取り作業…生き生き塾塾生43名参加

6月15・16日午後1時……………脱穀作業…延べ38名参加

10月17日……………信濃町(農)信州黒姫高原ファミリーファームに搾油依頼。菜種250kgから60ℓの菜種油

- ・平成17年度収穫した菜種でつくった油は、皆さんにどんどん食べていただいて試食用のみ。あっさり油ぎれよく、おいしいと大好評。この「おいしい油を食べたい」という思いが菜の花を咲かせ、油を絞るというエネルギーをつくりつづけている。

そこでの搾油業者との出会いが、ひまわりの食用油をつくるきっかけとなり、翌年(18年)からは、ひまわり油をとるために種を蒔き花を咲かせた。

■菜の花プロジェクトの作付け実績

| 年度 | ナタネ | | | ひまわり | | |
|-----|-------------------|-------------------|--------------------|-------------------|-------------------|--------------------|
| | 作付け | 収穫量 | 搾油量 | 作付け | 収穫量 | 搾油量 |
| 17年 | 60 ^{アール} | 250 ^{キロ} | 60 ^{リットル} | | | |
| 18年 | 50 | 900 | 270 | 15 ^{アール} | 210 ^{キロ} | 36 ^{リットル} |
| 19年 | 60 | 357 | 57 | 45 | 878 | 192 |
| 20年 | 250 | 2,500 | 700 | 15 | 600 | 150 |

※平成19年より安曇野市給食センターに、菜種油・ひまわり油のプレゼントを始める。

平成20年度より菜の花の作付面積も増えた。そこで、地元小学校の児童や早稲田大学の学生のための手刈り体験用圃場の他は汎用コンバインによる刈り入れを行った。

菜種の収穫量も増えたので、江戸時代からの伝統的な「玉締め絞り」で搾油を続けている福島県の『平出油屋』さんに搾油を依頼して、菜種油本来の味を皆さんに味わってもらうことができた。

平成19年12月27日

おいしい油を子どもたちに食べさせたいと、安曇野市中部給食センターに、菜種油15リットル、ひまわり油9リットルをプレゼントすることが出来た。

この油は1月の給食メニューに使われ、炒め油やサラダのドレッシングとして使われた。

ひじきの五目煮、ポークビーンズ、焼きそば、チーズサラダなど、小学1年生の給食の時間をのぞいてみると、子どもたちは「おいしい」「おいしい」を連発、ちょうどひじきの五目煮のメニューのときの声を聞いてみると、「今まで食べたひじきの中で一番おいしい」と、何とも可愛いことを言ってくれた。

この愛らしい、いとおしい子どもたちのために、もう一踏ん張りしたいとプロジェクトのメンバーは決意を新たにしている。

生き生き塾で みんな輝く！ 夢のある暮らしをめざして…

さあ、みんなの出番！

- おじいさん、おばあさんの自給と伝統食こそ、子どもの老化を解決する…
- 百歳になったとき、子ども、孫も健康…
住み慣れた家でくらす…
- 生き甲斐農業
上手な手抜きと工夫で
幾つになっても耕す。
(不耕起、草生、被覆、ごぼれ種)
- おばあちゃんの味こそ
家中を幸せにする…

五づくり畑 菜の花プロジェクト あんしん広場 朗読ボランティア

- 安全、安心な自給物を買う場
- 心の交流の場
- いのちの食、いのちの農の
発信の場
- 足を知る、あたり前のくらしの
発信の場

◦地域の

耕す文化
食の文化
くらしの文化

百姓とは、百の技なり

自立、共生、相互扶助

あんにして暮らせる里づくり
キーワードは
農と食と健康

豊かさ、便利さの中で 失った「あたり前」

- いのちの食←→
便利、安い、見た目、口当たり
- いのちの農←→経済性、効率、大型
- わが家自給～地域自給
- 循環のくらし、耕し、百姓の百の技
- 旬をつくる、旬を食べる。
- 伝統の食、◦安全性、
◦家族そろっての食卓

学校、保育園、若者に 食や農について語る、 ともに耕す

- 人は土の子ども
肉、乳、魚も…
みんな大地から
- 土から出たもの、土にお返し。
生ごみ、土手草、落葉、ワラ、
糠、とき汁、廃油…
みんな宝物
- 食、農、健康、
環境のかかわり合い
- 農こそ生きる原点
- 耕しているからこそその熱い思い

豊かな国の貧しい心、 貧しい国の豊かな心

- 人間が人間の心を失うのは
飢餓ではなく、飽食
- ものをどっさり買い込み、
水・石油・電気を浴びるように
使い、余らせ、捨て、
資源を無駄にし、環境を汚し、
——結果、いのちを縮めてく。

足るを知らず

子どもの食が、 未来が危ない

- 野菜、魚嫌い。肉、洋風好き。
- 朝食欠食（夜型）、個食、孤食…
- 好きなおやつ…スナック菓子、
チョコ、ポテトチップ、アイス、
菓子パン…
- 食べることを楽しいと感じていない。
- 家庭の食事より、コンビニの方が…

大企業に支配された食

子どもの老化現象が、 ジワジワと…

- 骨のもろさ、アレルギー、低体温、便秘…
- 子どもの成人病（高脂血症、
高血圧、肥満…
- 朝からアクビ、疲れ、イライラ、
やる気ない…
- まめまめしさの衰え、
眠い、眠れない。

JAあづみ生き生き塾

第5期 生き生き塾 講座内容

平成19年 一開校式ー

6月5日 第1回講義
「広げよう支えあい・つなごう地域の地力」
早稲田大学人間科学部 教授 加瀬裕子さん
「おいしい国産の菜種油を求めてニキザキノナタネとはニ」
独立行政法人東北農業研究センター
寒冷地特産物研究チーム 山守 誠さん

7月10日 第2回講義
「我が家の畑から自給を高めるPart1」
細井千重子さん

8月28日 第3回講義
「ここを声にのせて」
元SBCアナウンサー 大久保知恵子さん
「恐るべき輸入食材の実態！それでも食べますか」
農産食品分析センター 黒石昌孝さん

9月14日 第4回講義
「菜種栽培運動でおいしい油づくりニ菜種栽培技術ニ」
JA長野県営農センター技術審議役 塚田元尚さん
「冬場の野菜づくりニ我が家の畑から自給を高めるPart2ニ」
細井千重子さん

10月2日 第5回講義
横浜港視察研修会 ニ輸入農産物の現状と課題ニ

10月30日 第6回講義
「協同と参画による新しい時代の地域づくり」
(社)JA総合研究所 常務理事 櫻井 勇さん

11月13日 第7回講義
「食と農の教育」ニ地産地消で元気に長生きニ
郡山女子大学 准教授 平出美穂子さん
「デンマークに学ぶ豊かな老い方」
ユーロ・ジャパン・コミュニケーション社
小島ブンゴード孝子さん

12月14日 第8回講義 萬物づくりフェスタニ安曇野の伝統行事ニ
「伝統食は長寿食ニ8つの健康食で一先元気ニ」
食文化史研究者 永山久夫さん

平成20年

1月25日 第9回講義
「台所から地球環境」
(株)環境総合研究所 常務取締役
副所長 池田こみちさん
「協同の力を信じてニ地域に夢の花を咲かせようニ」
金城学院大学現代文化学部
准教授 朝倉美江さん

2月6日 第10回講義 (地域福祉フォーラム)
地域生き生き活動実践
「免疫を高めると病気は必ず治る」
新潟大学大学院医歯学総合研究科
免疫学・医動物学学科 教授 安保 徹さん

2月23日 第11回講義
「あづみ野環境フェア」環境活動発表会・菜の花プロジェクト
「ムツゴロウ。大いに語る！」 畑 正憲 氏

3月4日 第12回講義
「我が家の畑から自給を高めるPart3」
細井千重子さん
「黒大豆の栽培」
JAあづみ 穂高地域営農センター
次長 荷村健治さん

4月22日 第13回講義
「気をつけよう農薬事故・農業事故」
(財)日本農村医学研究所 臼田 誠さん

5月17日 第14回講義
第8回(2008)全国菜の花サミット in 信州・大町
分科会「生きがい」
キーワード：福祉や教育での取り組みと課題

6月27日 第15回講義
「学校給食の現状」
管理栄養士 横沢はまさん
安曇野市立堀金小学校管理栄養士 土屋純子さん
「心と身体の健康づくり」
鹿教湯三才山リハビリテーションセンター
元健康管理科長 奥原いずみさん

7月10日 第16回講義
「韓国から見た日本の食と農」
東京農業大学 名誉教授 白石正彦さん
「介護される人に優しい福祉用具」
高齢生活研究所 代表 浜田きよ子さん

7月20日 第17回講義
「食と農を生きる力に」
大阪千代田短大幼児教育科 講師 山崎万里さん
「地域に協同の輪を上げようニのちと食と農を結ぶ活動ニ」
(社)JA総合研究所 客員研究員 根岸久子さん

9月2日 第18回講義
「編集者から見た地域再生」
図書出版昭和堂 取締役編集長 鈴木了市さん
「菜種栽培で地域活性化を」
元JA高岡営農部営農課長 水越久男さん

10月27日 第19回講義
「人生に定年はない」
松本短期大学 学長 山崎健治さん
「タイ王国の協同組合とくらし」
JAあづみ総務開発事業部福祉課 池田陽子さん
「消費者の被害予防」
安曇野警察署 生活安全主任
巡査部長 佐藤由己子さん

11月4日 第20回講義
「有機農法とはどのような技術か」
鯉刈学園農業栄養専門学校 教授 涌井義郎さん
「市民と行政の協働による安曇野ブランド構築に向けて！」
安曇野市産業観光部安曇野ブランド推進室
室長 中川完治さん
企画員 宮澤万茂留さん

12月18日 第21回講義 萬物づくりフェスタニ安曇野の伝統行事ニ
「伝統食はすこやかな子供を育む」
食文化史研究者 永山久夫さん

平成21年

1月14日 第22回講義
「そうりづくりニ卒業作品ニ」
コットンBs 宮本羊子さん・塚本美保子さん

2月6日 第23回講義 (地域福祉フォーラム)
・地域生き生き活動実践
・調査報告から
① 住み良い地域づくりアンケート報告
(財)協同組合研究所
(社)JA総合研究所 主任研究員 櫻井 勇さん
② いきいき健診結果報告
佐久総合病院健康管理センター
保健師主任 中澤あけみさん
③ 住み慣れた地域での生きがい活動アンケート調査報告
早稲田大学人間科学部
教授 加瀬裕子さんと加瀬研究室の皆さん

2月17日 修了式
記念講演
「心豊かに生き活きと輝くために」
福井県立大学経済学部 教授 北川太一さん

第6期 塾生募集!

農業協同組合の原点は、
相互扶助の精神にあふれた
「こころ」

「心豊かなふれあいの里」を築くこと
をめざすものです。

JAあづみ生き生き塾では、その
「こころ」を共有する地域の人々が一
体（ひとつ）になって、この安曇野に

「農の心」を基本にして、年齢も性
別もさまざまな組合員・地域の人々が
持ついろいろな疑問・課題をみんなで
考え、みんなで活動します。

- 1 募集対象 組合員及び地域の皆様
- 2 受講期間 平成21年(2009年)6月～23年(2011年)2月…毎月1回程度
- 3 講座内容 目 標 **ぬくもりのある地域** ～あんしんして暮らせる里～
(1) 地球(安曇野)にやさしい環境をつくる学習…健康・農業・環境
(2) 福祉社会のあるべき姿…健康・生きがいつくり・ボランティア
- 4 経 費 原則としてJAが負担します。
ただし、教材や昼食の必要な場合には各自に負担していただきます。
- 5 申し込み受付 JAあづみ福祉課 (☎72-2148)
※支所経由でお送りください。
- 6 募集締め切り 平成21年5月11日(月)

「JAあづみ 生き生き塾」 受講申込書

生き生き塾塾長殿

「JAあづみ 生き生き塾」の受講を申し込みます

支 所

| | | | | | | |
|------|-----|-----|----------|---|---|---|
| お名前 | | 男・女 | 生年 月日 | 年 | 月 | 日 |
| ご住所 | 〒 | | | | | |
| 電話番号 | ご職業 | | | | | |

※どんな活動に参加したいですか。
参加したい活動に○印をつけて
ください。

- | | |
|----------------------|--------------|
| 1. あんしん広場(ミニデイサービス) | 2. 朗読ボランティア |
| 3. ふれあい市五づくり畑 | 4. 菜の花プロジェクト |
| 5. 学教給食に食材を提供する会(仮称) | 6. その他 |

JA 綱 領

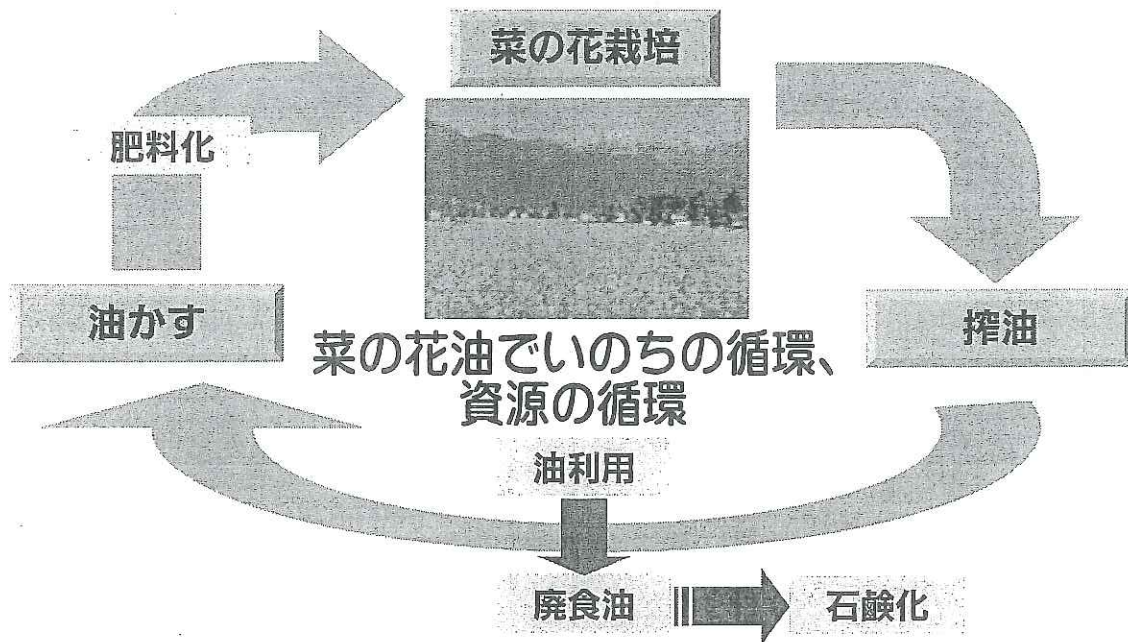
～ わたしたちJAのめざすもの ～

わたしたちJAの組合員・役職員は、協同組合運動の基本的な定義・価値・原則（自主、自立、参加、民主的運営、公正、連帯等）に基づき行動します。そして、地球的視野に立って環境変化を見通し、組織・事業・経営の革新をはかります。さらに、地域・全国・世界の協同組合の仲間と連携し、より民主的で公正な社会の実現に努めます。

このため、わたしたちは次のことを通じ、農業と地域社会に根ざした組織としての社会的役割を誠実に果たします。

1. わたしたちは、地域の農業を振興し、
わが国の食と緑と水を守ろう。
1. わたしたちは、環境・文化・福祉への貢献を通じて、
安心して暮らせる豊かな地域社会を築こう。
1. わたしたちは、JAへの積極的な参加と連帯によって、
協同の成果を実現しよう。
1. わたしたちは、自主・自立と民主的運営の基本に立ち、
JAを健全に経営し信頼を高めよう。
1. わたしたちは、協同の理念を学び実践を通じて、
共に生きがいを追求しよう。

「JAあづみ 生き生き塾 菜の花プロジェクト安曇野」の活動 ～私たちの菜の花畑からおいしさを搾ります～



1戸2a 菜種栽培運動に取り組みます

なぜ2a?

- ★各世帯が2aの菜の花栽培を行うことにより、食用油の自給が可能となります。
- ★長野市の1世帯当たりの年間食用油消費量(2004年度)は、13.3kgとなっています(全国平均は約9.4kg)。
- ★13.3kgの油を生産するには、約40kgの菜種が必要です。また、菜種の収量は150~200kg/10aとなっています。
- ★よって、自給の実現には約2aの栽培が必要となるわけです。

取り組みの効果

- ★食用油の自給によって、ポストハーベスト(殺虫剤、殺菌剤)、溶剤抽出(ヘキサン、ベンジン、ベンゾール)、遺伝子組み換え品種の混入といった輸入食用油の不安が解消されます。
- ★また、以下のような効果が期待されます。
 - ①菜の花による自然景観の創出(日本の原風景)
 - ②安全な飼料・肥料の供給(菜種粕)
 - ③水質汚染対策(窒素とリンの吸収)
 - ④食育(子供への環境教育)
 - ⑤耕作放棄地、遊休荒廃地の解消対策
 - ⑥安全・安心な食用油の供給

プロジェクトの課題

- 栽培面
栽培技術の確立、栽培地の確保、汎用コンバインの利用、輪作体系の確立
- 加工(搾油)
搾油プラントの検討
- イベントの企画
例) 菜の花祭り、灯明祭り、試食会
- 食育
環境学習など

年間スケジュール

- 6月中旬 栽培研修(スイス村)
- 6月中旬 刈り取り研修
- 6月中旬~7月中旬
収穫・乾燥・調製
- 9月下旬 播種
- 10月中旬 搾油

構成団体と支援団体

- 構成団体
JAあづみ
JAあづみ生き生き塾
JAあづみくらしの助け合い
ネットワーク“あんしん”
JAあづみふれあい市五づくり畑
国営アルプスあづみの公園
- 支援団体
松本農業改良普及センター安曇野支所
社団法人長野県農協地域開発機構

JAあづみの生活福祉活動

地域での生活活動

＝生きがいづくりに向けて＝

- ① 創るよろこびを深める
- ② 働くよろこびを味わう
- ③ 交わるよろこびに燃えて

＝JAが生活者と手を取り合ってつくり上げる＝

問題意識

解決能力

ネットワークづくり

プロデュース

リーダーに
求められること

くらしの助け合い
ネットワークあんしん
あんしん広場

くらしの助け合い
ネットワーク
“あんしん”

- 1 明確な活動目的を持った組織
 - 2 会員が主体的に活動・運営する組織
- ＝参加型の組織＝

“あんしん広場”

ふれあい市 安曇野五づくり畑
生き生き塾 菜の花プロジェクト安曇野
生き生き塾 朗読ボランティアグループ

生き生き塾

＝幸せづくりに向けて＝

- 1 生活の質を高める学習
 - 「あんしんの里 榎」菜園での実践
 - “あんしん広場”での朗読ボランティア
- 2 地域・社会を見つめ高める学習
 - 求められていることを知る
 - 自分たちの知りたいことを知る

“あんしん”
の有償在宅サービス
協力

実践

JAあづみの
高齢者福祉活動・事業

ヘルパーステーション
“あんしん”

デイサービス
あんしんの里 榎

協力

実践

JAあづみ
指定訪問
介護事業所

JAあづみ
居宅介護
支援事業所

ふれあい市
五づくり畑

菜の花
プロジェクト
安曇野

女性部

あしたへの「あんしん」

あづみ農業協同組合 ☎399-8283 長野県安曇野市豊科4,270-6 ☎0263-72-2148 (福祉課直通)

第6期 生き生き塾開講!!

経済評論家 内橋克人先生をお迎えして

JAあづみ生き生き塾は、第6期生百五十人を受講生に迎え、六月六日盛大に開講式が行われました。

今年は十一年目を迎えたことから、安曇野に暮らす人々が、「できる人が、できることを、できるときに」を大切に皆で支え合いながら、めくもりのある地域をさらに創り続けるために、評論家内橋克人先生を迎え、「共生経済が始まる、世界恐慌を生き抜く道」と題した記念講演をいただき、塾生三名の決意表明によって心新たにスタートを切りました。



この生き生き塾は、どんな時代にあっても、農業協同組合をよりどころにして相互扶助の精神にあふれた心を大切に仲間を育ててきました。そして、「あんしん広場」「ふれあい市安曇野五つくり畑」「菜の花プロジェクト安曇野」「朗読ボランティア」と、一人ひとりが主役になってその活動の価値を共有しながら、あんしんして暮らせる里の実現を図ってきました。

内橋先生は、「十年でよくここまでやりましたね」とまず「あんしん」の活動

を賞賛してくださいました。そして、この「あんしん」の活動こそが二十一世紀が失った社会的正義にかなう活動であり、先生が提言されている「FEC自給圏(食糧・エネルギー・ケアの自給圏)」のモデルとして全国に発信したい、人が人として生きるという普遍性とどこにもない先進性を持っている活動とまでおっしゃっていただきました。

さあ、これからも塾生一人ひとりが『創る喜び』『働く喜び』『交わる喜び』に燃えて、自らのこととして創り続けてきた絆を大切に、「賢さを伴った勇氣」を伴って頑張つて歩き続けましょう。この地で、だれでもない私自身が幸せに生き続けるために。

そんな塾生の熱い想いを三名の代表に語っていただきました。



白井節子さん

生き生き塾の活動の中で朗読を学んでいます。学習したことを「あんしん広場」やあんしんの里のデイサービスで聴いていただくという実践活動が徐々に定着してきました。聴いてくださった方に喜んでいただいたり、交流を重ねていくことが励みになっています。また活動

を通じて一緒に学ぶ仲間ができたことも喜びです。「あんしん広場」で生き生きと楽しく交流されている先輩方の姿に、元気をいただいています。

これから年を重ねていく私たちは、住みなれた所で元気に暮らしたいひとり一人の願いを大切に「困ったときはお互いさま」と「あんしん」有償在宅サービスを支えに、みんなで心も体もあんしんして暮らせる里を自らの手でつくり続けたい、そんな想いを込めて朗読します。

だれもが思う老後のこと お互いだった一度の人生を住みなれた土地 住みなれた家で つつがなく明るく いきいきと暮らしたい 人が人を援助する 困ったときはお互いさま 元気なときには協力を 困ったときは助けてもらう 人と人が自然のままに 心と体を支え合い みんなで力を出し合い 創ろう温もりのある地域と あんしんして暮らせる里を



細萱富子さん

私たちは、生き生き塾で学び、色々な食品の添加物を通して、食の安心・安全、農地の荒廃等による自給率の低下等、様々な事を知りました。

安心・安全でおいしい物、緑の野菜が一年中食べたいと、スイス村の前で、五つくり畑が始まり、又、薬品、添加物の入らない油が食べたいと、菜の花・ひまわりの栽培をして、本当の混ざりの無い油を食べる感動しました。

この味を、子供達にも食べさせたいと、学校給食を持って行き、食べた子供たちの素直なおいしいと云う言葉に嬉しい思いをしました。この活動が、小学校の子供達、早稲田大学の学生、そして地域へと広がりを見えています。

六期の開講にあたり、新しい塾生も増えました。二年間の学びを基に、食の安心・安全、農地の荒廃を減らし、自給率

を高め、循環型農業を目指しましょう。又、未来有る子供達の為に豊かな自然を守れるよう、皆さん力を合わせて頑張りましょう。

健康で、明るく「豊かな命は土から生まれる」という普遍的な言葉を大切に、小さなことを大切にしていきたいと思えます。



サラーリーマン生活で定年を迎え、残された人生を、生まれ故郷のこの安曇野で百姓をしながら生きようと田舎暮らしを始めた十年前、タイミンとよく、生き生き塾が開講され、第一期生として、二年間学びました。そこで学んだ無農薬有機栽培の実践は極めて健康的な生活スタイルとして私の暮らしに定着しつつあります。

あれから十年、時間の経過とともに世の中も大きく変わりました。安曇野市も誕生しました。

十年前には地産地消という言葉も、食育という言葉もまだなく、安全、安心に対する関心も環境問題も福祉政策も高齢化とともに非常に身近に感じられる様になりました。これからの社会は相互扶助、目指すは共生社会とされています。

本日は内橋克人先生の「共生経済が始まる」というお話、第六期の開講記念講演にふさわしいものと楽しみにしております。また、今期のメニューに「学校給食に食材を提供する会(仮称)」というのがあり、この塾で学びたいと思えます。



柴野道夫さん

第六期JAあづみ生き生き塾の開講に当たり、この塾の企画立案に携わった関係者のご努力に心から感謝申し上げます。この塾で学べる幸せと決意をひとこと申し上げます。

〈健康長寿は地域でつくる・守る〉

地域の高齢者を元気にし JAの仕事もつくり出す

——長野県、JAあづみ「くらしの助け合いネットワークあんしん」の取組み

雄大な北アルプスの山麓に広がるのどかな田園地帯、長野県安曇野市。行楽の車が行き交う長野自動車道や国道一四七号線からほんのわずかな距離だと、昔懐かしい農村の風景に出会える。そこに立てば、おそろく誰もが日々の緊張から解放されて、ほっとした心



「あんしん」して暮らせる地域は自分たちの手でつくり上げるもの、とJAあづみ福祉課の池田陽子さん

持ちになるに違いない。この地で「いつまでも、あんしん」して暮らし続けたい」と共に学び、ふれ合い、助け合ってきたJAあづみ「くらしの助け合いネットワークあんしん」を訪ねた。

「あしたへのあんしん」を目指して スタートしたJAの生活福祉活動

「あんしん」という言葉、これはJAあづみの展開する生活福祉活動の目標であり原点でもある。

平成十年、JAあづみに福祉課が新設された。その二年後に迫った介護保険制度導入に向け、同JAが打ち出した事業参入のための最初の一步だ。「しかし、

専門職はおらず、素人集団による手探りのスタートだった」と福祉課の池田陽子さんは振り返る。

「地域の中で展開するJAらしい高齢者福祉事業とは何か？ そのために、どのように取り組んだらいいのか？」

この答えを追求する池田さんにとって、ちょうどそのころJAあづみが組合員を対象に行なったアンケート結果は、その後の活動が進むべき方向を示す羅針盤となった。

「生活の三大関心事は、健康、老後の生活、農業の将来。多くの方が、生きていく不安、老いていく不安、暮らしていく不安を訴えていました。この不安を解消するために、JAには高齢者福祉事業や暮らしの助け合い活動を支援してほしいと望んでいたのです」と池田さん。

不安を解消すること、それは取りも直さず「安心」を生み出すことだ。「住み慣れた安曇野の地で安心して暮らし続けたい」という多くの人の思いを、池田さんは平仮名の「あんしん」という言葉に集約し、「あしたへのあんしん」と題した詩で表現した。

「誰だってみんな年を重ねていきます。元気なとき

は仲間とともに活動し、困ったときは支え合う。それは自然なことですし、そういう思いをもった人が地域にはたくさんいるはず。その人たちに横のつながりができれば、どんな活動も幅が広がり、助け合いの力も強くなって、次の世代へスムーズにバトンを渡すことができます。あんしんして暮らし続けるために、点と点を結んで線とし、丈夫で柔軟性も兼ね備えたネットワークをつくるのが私たちの仕事だと気づいたのです」（池田さん）

こうして平成十年七月、「くらしの助け合いネットワークあんしん」が産声を上げた。

「困ったときはお互い様」の精神が 支える有償在宅サービス

実は、あんしんには、JA女性部の六〇歳代以上のグループ「よつば会」という前身があり、すでに平成二年から助け合い制度を始めていた。そのため、あんしんの発足は、「よつば会」からの改称という格好をとっているが、実際には池田さんの地域に対する積年の思いが込められている。

「JA女性部、そして六〇歳代以上のグループによ



「くらしの助け合いネットワーク“あんしん”」委員長の宮島宏枝さん(左)から長寿まんじゅうを受け取る、「よつば会」のリーダーを務めた80歳の望月登志子さん

る活動では、参加する人が限られてしまいます。性別や年齢、組合員か非組合員かに関係なく、地域の誰でも参加できるようにしたかったのです。そもそもJAというのは、地域の方たちが自分たちの暮らしを支え合うために作った組織なのですから、JAが地域の方たち全員参加の活動をサポートするのは当然でしょう。そこにこそ、JAの存在理由があると思います」と池田さんは熱く語る。

産声を上げて間もない「あんしん」が最初に行なったのは、「困ったときはお互い様」の精神に基づいた有償在宅サービスだ。事務局は福祉課に置いた。サービスを提供する協力会員九四人、サービス利用を希望する利用会員四七人、資金を補助する賛助会員二二人、合計一五三人での船出だった。

発足当初の活動時間は、一カ月あたり五七六時間。まずまずの滑り出しだった。「あんしん」が、ハイハイからヨチヨチ歩きを始めたころ、公的介護保険がスタートし、一時的に有償在宅サービスの活動時間は減少した。が、その後は、障子はり、草むしり、買い物など、介護保険で足りない部分をカバーする助け合いとして、地域から「当てにされる」活動を続けている

けた現在は、介護保険のサービス以外に、週一程度「あんしん」の有償サービスを利用する利用会員だ。「障子はりや草取りをお願いします。気心の知れた顔触れが来てくれるので、いろいろな話ができるのが一番うれしんですよ」と望月さん。

池田さんによれば、望月さんのような年の重ね方は理想的なのだという。「元気なうちは地域の人と助け合い、困ったときは助けを求め。困ったときはお互い様」という有償在宅サービスの精神が、望月さんによって体现されているわけだ。

表1 「あんしん」の有償在宅サービスの活動実績

| 年度 | 件数 | 時間 | 備考 |
|-------|-----|--------|-------------|
| 平成11年 | 382 | 5200.0 | |
| 12 | 123 | 1800.0 | 公的介護保険制度の導入 |
| 13 | 153 | 2200.0 | |
| 14 | 162 | 2471.0 | |
| 15 | 270 | 3605.5 | |
| 16 | 359 | 3924.3 | |
| 17 | 353 | 4424.0 | |
| 18 | 364 | 4277.5 | |
| 19 | 527 | 5763.5 | |

表2 訪問介護の内容(平成19年度)

| | |
|-----------|-------|
| 買い物・食事・掃除 | 55.9% |
| 洗濯 | 11.6% |
| 農作業・草むしり | 5.0% |
| おむつ交換 | 20.0% |
| 話し相手・安否確認 | 0.7% |
| 通院介助 | 1.3% |
| 洋裁 | 4.6% |
| 髪カット | 0.9% |

(表1、2)。

このサービスを利用する一人、望月登志子さんは八〇歳。かつて「よつば会」のリーダーを務め、介護技術研修を受けるなどしてホームヘルパー二級の資格を取得。「あんしん」の協力会員として自転車をこいで利用者宅を訪問していた時期もある。要介護認定を受

介護を必要としない元気な高齢者が集まるミニデイサービス「あんしん広場」

「あんしん」の活動は好調に滑り出したかに見えるが、「高齢者福祉活動イコール訪問介護になってしまった」と池田さんは反省を口にする。福祉は、介護だけでなく、いきいきと活動しながら「あんしん」して暮らせるようにすることもある。その部分が欠落しているという思いが池田さんの言葉に込められている。

「地域には、介護する人と介護される人以外に、元気な高齢者がいっぱいいるのです。ヘルパー以外の活動の場が必要でした」

そこで「あんしん」は、元気高齢者活動としての取り組みを始めた。ミニデイサービス「あんしん広場」だ。「どこからでも、どなたでも」を合言葉に集落単位で自主的に集まり、気軽にお茶を飲みながら話をしようという触れ込みだった。

「内容や会費は自由、毎月一回開くこと以外、規則や決まりは設けませんでした。自立して活動できるようにするためです。最初は六カ所でスタートしました



ミニデイサービス「あんしん広場」では食事や歌、おしゃべりで1日楽しく過ごすことができる。「青い山脈」の歌に合わせて手先の体操をする「倉田あんしん広場」のみなさん

表3 あんしん広場の開催実績

| | | | |
|-----------------------|------|------|-------|
| 13年2月10日 ～14年2月28日 | 6カ所 | 60回 | 1248人 |
| 14年3月1日 ～15年2月28日 | 15カ所 | 138回 | 2400人 |
| 15年3月1日 ～16年2月29日 | 18カ所 | 248回 | 5100人 |
| 16年3月1日 ～17年2月28日 | 20カ所 | 253回 | 5500人 |
| 17年3月1日 ～18年2月28日 | 21カ所 | 282回 | 5600人 |
| 18年3月1日 ～19年2月28日 | 22カ所 | 300回 | 5800人 |
| 19年3月1日 ～20年2月29日 | 24カ所 | 325回 | 5900人 |

が、今では二四カ所、年間延べ三〇〇回あまり、六〇〇〇人が参加するまでになっています」（池田さん、表3）

毎月第三火曜日に開かれる「倉田あんしん広場」を訪ねた。改めて連絡するまでもなく、第三火曜日になると地域の高齢者が公民館に集まってくる。雨が降ろうが雪が降ろうが、毎月決まった日に必ず開かれる「あんしん広場」を心待ちにしているのだ。地域でとれたものを材料にした料理を食べながら、にぎやかにおしゃべりが続く。

夢を持って輝き続けるために、 年齢・性別に関係なく、 共に学び活動する「生き生き塾」

「くらしの助け合いネットワーク『あんしん』とともにJAあづみの生活福祉活動の二本柱を成すのは、人材発見、人材育成の場である「生き生き塾」だ。昭和五十五年に始まった「若妻大学」、それを受けた平成五年の「女性大学」が発展したもので、年齢や性別に関係なく、農業や食、福祉について共に学び、活動していこうという趣旨で設けられた。「生き生き塾」という漢字の名称には、「生きがいのある生活のために」という願いが込められている。

平成十一年の開講以来、一期二年の塾は四期までに延べ六七一人の修了者を教え、現在は五期生一五三人が毎月一回、座学や実習に励んでいる。

「くらしの助け合いネットワーク『あんしん』とはほぼ並行して歩んできただけに、「生き生き塾」への参加がきっかけで、あんしん会員となり、活動の中心的な担い手として、あんしんを支えている例が少なくない。現在、あんしんの委員長を務める宮島宏



「朗読ボランティア」の勉強会では、参加者が一人ひとりの学習の成果を発表し、朗読の技術と心を磨く

いで、平成十六年に生まれた活動だ。現在は二人のメンバーが毎月一回、元SBCアナウンサーの大久保千恵子さんを講師

「あんしん広場」やイベントに出前サービスをする「朗読ボランティア」

宮島さんの活動の一つに「朗読ボランティア」がある。「生き生き塾」から地域へ輪を広げようという思いで、平成十六年十数年前の私は、こんなふうには忙しくいきいきと活動している七〇代の自分の姿を想像することすらできませんでした。「生き生き塾」で学び、いろいろな方と触れ合って刺激を受けたおかげですね。あんしんの活動やボランティアなど、いくつもやることがあるって、一カ月のうち自宅にいるのは一日あるかどうか……」と宮島さん。夢を持って輝き続ける毎日だ。

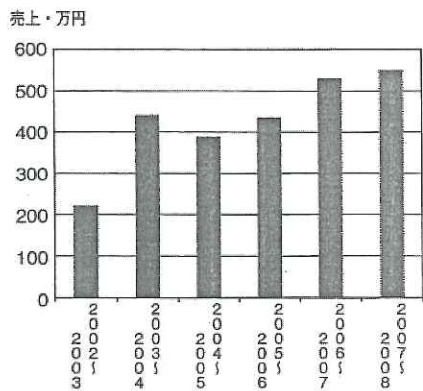
「内容がマンネリ化しないように、事務局では年回数回お世話係研修会を開き、自己研鑽に努めてもらっています。お世話係自身にも、地域で生きがいを感じながら活動を続けてもらう意味もあります」と池田さん。

お世話係自身が楽しいと感じ、活動意欲を持ち続けることが、「あんしん広場」の継続を可能にし、参加者の届託のない笑顔を生み出している。

「一人では遠くに出かけられないから、毎月一回「あんしん広場」でみんなに会って話をするのが一番の楽しみなんです」という声があちこちから聞こえてくる。

「あんしん広場」は、単に集まって、食べたりおしゃべりしたりするだけではない。あんしん全体で二〇人、各集落に少なくとも数人いるお世話係が中心になって、歌う、体操をする、紙芝居や読書会をする、健康や病気に

図1 五づくり畑の売上の推移 (別)



に迎えて朗読学習を重ね、五つのグループに分かれて「あんしん広場」や地域のイベントなどで朗読や紙芝居などの出前サービスを続けている。

リーダーの曾根原由美子さん(五八歳)は、義母の在宅介護の傍ら、朗読を学んできた。

「目の離せない状態の義母を抱え、わずか三〇分の外出もままならないのが以前の生活でした。そんなとき、朗読ボランティアに誘われたのです。参加を決めるまでは迷いもし、何回かお断りもしましたが、そのまま家にだけいたら、私の人生はそれだけで終わってしまっただろうと思います」と曾根原さんは振り返る。

現在は、朗読で出かけるときはデイサービスやショートステイに義母の介護を頼んでいるという曾根原さん。自らの生きがいとなった朗読で、地域の高齢者に心のぬくもりを届けている。

「おすそ分け」の心から、戸板一枚で始めた「ふれあい市安曇野五づくり畑」

「生き生き塾」から誕生した活動には、ほかに「ふれあい市安曇野五づくり畑」と「菜の花プロジェクト」

「はじめの一年間は、屋根もテントもない戸板一枚だけの直売所でした。その朝収穫したばかりの野菜を持ち寄って戸板に並べるんです。冬になると氷点下一四〜一五度に下がりますから、日の当るところを求めて、戸板を持って移動したものです」と小口さんは当時を懐かしむように語る。

「五づくり畑」には「あんしん広場」も併設され、参加者は「五づくり畑」の来客の応対を楽しみ、生きがいになっている。「五づくり畑」の会員や「あんしん広場」の参加者にとって、一週間は土曜日から始まる



毎週土曜日に開かれる「五づくり畑」の新鮮な野菜は飛ぶように売れる

がある。

「五づくり畑」は、「生き生き塾」で習得した農業技術を生かす実践の場として平成十四年に開設した直売所だ。多くの観光客が立ち寄る安曇野スイス村農産物

直売所前の駐車場で、毎週土曜日午前八時から十時まで、正月三が日以外は休むことなく続けている。

「五づくり」という名前は、農産物自給拡大のための「五づくり運動」からきている。「家庭菜園を充実させよう。家庭果木をつくらう。雑穀・大豆をつくらう。鶏を飼おう。手づくり加工をしよう」という五つの合言葉が叫ばれた。

「五づくり畑」のリーダーは小口輔貴子さん(六六歳)だ。「生き生き塾」でつくって余ったものを「おすそ分け」の気持ちで販売したのが「五づくり畑」の起りだという。

ようなものだという。

「五づくり畑」の会員は、現在八五人と三団体、年会費は一〇〇〇円だ。会員は、売上げの一五%を「五づくり畑」の活動費として納め、残りは各自の収入になる(図一)。

「ここからの補助金もなく戸板一枚で始めた自主自立の運営が、会員の意識を改革し、活動の推進力となってきたと思います。年をとっても、孫の小遣い銭くらいは稼げるという自負もあるようです」と池田さんは言う。

エネルギーの自給、食の安全・安心への関心の高まりが原動力となった「菜の花プロジェクト」

「菜の花プロジェクト」も「生き生き塾」から生まれた取組みだ。平成十六年、自然循環型農業を視察した塾の修学旅行からの帰り道、「菜の花で油をつくらう」と一気に盛り上がり、たちまち動き始めたという。「菜の花プロジェクト」リーダーの小林あや子さん(七〇歳)によれば、まず、スイス村前の休耕田を借りて菜の花の種子をまいたという。

