

宮城県色麻町

持続可能な未来をつくる、色麻のいま。

2023.12.01

Vol.

16

December, 2023

第16号
隔月1日発行

しかま支え合い 情報誌

特集

地域に居場所のある暮らし



地域の中に

仲間も居場所もある

充実した暮らし

In
清水

KIYOMIZU

3

すべての人に
健康と福祉を

SDGs 目標 3



たわわに実った鉢植えのミカン。

鑑賞用に買った
ミカンがどっさり

令和五年十月の末日、清水でミカンがなつたと聞き、早速取材に向かいました。向かったのは宮城県色麻町の清水地区の中村とよみさん（八〇）のお宅。ミカンは暖かい地域で育つもののため、東北の色麻でできるミカンは想像できま

せんでしたが、拝見すると立派なミカンが五つも実っていました。しかも鉢植えというのが驚きです。「去年は一つだけなつたんですが、今年

は暑かったせいか、五個もなりました」とのこと。「五個もなつたものだから、支え棒がないと重くて倒れてしまうんですよ」と、とよみさんは笑って話します。「鑑賞用のつもりで買ったので、本当に実がなるのか半信半疑でしたが、一つだけでしたがな

一人暮らしでも
充実した毎日

とよみさんは、今は一人暮らしですが、毎週月曜日から金曜日、近くのコミュニティセンターへ、ゲートボールに通っています。大雨や台風でなければ、滅多に休むことはありません。「冬は体育館でやりますから、毎日通ってます」と話すように、参加されている皆さんはとも元気に活動しています。

とよみさんは、ゲートボールだけでなく、

グラウンドゴルフやパークゴルフもできるスポーツウーマンです。そのため、ご自宅にいないことがしばしばあります。以前訪問した際に、「いつもいなくてごめんね」と言われたことがあり、いないということが元氣な証拠ですから、笑っておられました。「やっぱりスポーツは楽しいですからね。皆さんももっとや

つた方がいいと思いますよ」と、お一人でも充実した日々を過ごされているようです。

きよみず花壇で地域の皆さんと談笑するとよみさん（左から3人目）。



きよみず花壇で地域の皆さんと談笑するとよみさん（左から3人目）。



ゲートボールをするとよみさん（左から3人目）。

地域でも頼られる存在 充実した居場所のある暮らし

とよみさんは、老人クラブ活動にも積極的に参加しています。令和三年度までは、清水長命会の会長も務めておられました。長く所属している間に、町老連の設立五〇周年記念大会と六〇周年大会を経験しました。「老人クラブには五十代から入っていました。六〇周年大会を迎えた時は、もうそんなに経つのかなと思いましたが、なんだかあつと深そうに話します。」

令和三年には、町のお宝発表会にも、登壇者として参加しました。「出番がそんなに長い時間ではなかつたので、引き受けた時はどうってことはないと思っていました。が、いざ壇上に上がってみると、緊張するものですね。貴重な経験をさせていただきました」と話します。

老人クラブや地域の中でも頼られる存在のとよみさん。地域の中で充実した暮らしを送っています。

とよみさんは、老人クラブ活動にも積極的に参加しています。令和三年度までは、清水長命会の会長も務めておられました。長く所属している間に、町老連の設立五〇周年記念大会と六〇周年大会を経験しました。「老人クラブには五十代から入っていました。六〇周年大会を迎えた時は、もうそんなに経つのかなと思いましたが、なんだかあつと深そうに話します。」

←県シニアスポーツ大会での様子。



町老連 50 周年記念大会の際の様子。



SDGs 目標 11

令和3年度お宝発表会で発表するとよみさん。

しかま支え合い掲示板

地域の活動情報をお寄せください！
生活支援コーディネーターの菅原が伺います！

こんにちは！色麻町生活支援コーディネーターの菅原一杉です！

皆さんの地区で地域のために活動されている方や地区での活動、お茶飲み会や各種ものづくり等の情報がありましたら、色麻社協（65-2260）までご連絡ください。

生活支援コーディネーターの菅原が取材にお伺いし、支え合



色麻町社会福祉協議会
色麻町生活支援コーディネーター
菅原 一杉

情報誌にてご紹介させていただきます。

皆さんの地区の活動が、よりよい社会づくりに貢献していきます。ご協力よろしくお願いたします！

EYE'S



●ふれあいは一と訪問お弁当配達日●
今月は13日(水) 14日(木)です!!

町内の七十五才以上の一人暮らしの方のお宅に、協力員さんが訪問する「ふれあいは一と訪問」。十二月はお弁当配達の日になつていきます。

配達日は十三日の水曜日と、翌十四日の木曜日です。

今回は加美農生考案のお弁当です！いずれもお昼時にお伺いします。お楽しみ！

ふれあいは一と訪問



色麻町社会福祉協議会

このマークが目印です。

宮床から、こんにちは。

大和町は宮床にある山海里食堂。一見、不思議な佇まいの食堂ですが、そこにはハートウォーミングな支え合いの姿がありました。

県北西部生活支援コーディネーター活動

大和町宮床 山海里食堂

色麻町から車で二〇分ほどの大和町宮床に、ちよつと不思議な外観の山海里食堂があります。そこに、県北西部圏域（加美町・色麻町・大衡村・大和町・大郷町）の生活支援コーディネーターのみんなが訪れました。

ロジ風の店内には天然の食材が並び、エコな雰囲気満ちています。ここでは、配膳や時には調理もお客さんが一緒に手伝います。

この日も、コーディネーターのみんなで配膳・調理のお手伝い。並んだ料理は、ご主人が朝三時に採ってきた山菜やキノコをふんだんに使ったフルコース。そこへ常連さんからの柿の差し入れもあり、デザート付き。美味しさもさることながら、体にいいものばかりなのが嬉しいですね。天然食材と支え合いの店。一度訪れてみてはいかがでしょう。



調理をするご主人（中央）と女将さん（左）。



コーディネーターのみんなで配膳をしました。



山の幸いっぱいのフルコース。



県北西部生活支援コーディネーター地域別情報交換会

県北西部生活支援コーディネーター地域別情報交換会は、隣接する県北西部圏域の町村（加美町・色麻町・大衡村・大和町・大郷町）の生活支援コーディネーター同士が情報を共有し、顔の見える関係づくりを図ることで、より住民生活の実情に沿った支援に繋げることを目的として活動しています。

町村境を越えた連携のもと、包括的で柔軟な支援を目指します。



ふれあいはーと訪問～加美農生と鉢植え配達～



鉢植えを届ける加美農生の皆さん。



住民の皆さんと交流する加美農生の皆さん。

加美農生が地域交流 ミニシクラメンをお届け

十月二〇日（金）に行われたふれあいはーと訪問で、加美農高より、鉢植えを提供していただきました。鉢植えは生徒さんたちが育てたミニシクラメンで、白やピンクの花を咲かせています。一部の地区では、加美農高の生徒さんも配達に同行しました。思いがけない生徒さん達の訪問に、対象者の皆さんは、顔をほころばせて、庭の植木の話をしたり、学校生活の様子を聞いたり、加

美農生との交流を楽しまれていました。生徒さんたちも、住民の方々が話す様々な話を、興味深げに聞いていました。ふれあいはーと訪問は、七十五才以上の一人暮らしの方を、協力員さんたちが訪問します。年に四回、お弁当の配達もあります。十二月はお弁当配達の月になっており、十三・十四日に配達いたします。楽しみにお待ちください。



加美農高収穫感謝祭

十一月一日（水）、宮城県加美農高収穫感謝祭が同校グラウンドにて開催されました。このイベントは、加美農の農場で採れた作物を使って、おにぎりや豚汁を作って、今年もたくさんのお作物が収穫できたことに感謝しながら、いただくというものです。食事の前にはわら玉転がし競争がクラス対抗で行われます。元気に育った姿を見せて、大地の恵みに感謝します。

動いて 食べて 大地の恵みに感謝のイベント

おにぎりや豚汁はコンテスト形式になっており、どのクラスが一番おいしくできたか競います。審査員は伊藤教頭先生と農場部長の川口先生です。「ちょっとずつ食べる」といっても、九クラス分食べるとなると、結構お腹一杯になりますよ」と話す川口先生。この日、伊藤教頭先生は朝ご飯を抜いてきたそうです。秋の晴天の下、楽しいイベントになりました。



みんなで豚汁づくり。



抱腹絶倒のわら玉転がし競争。



月に一度のふれあい食堂 楽しくみんなで晩ごはん

十月二十六日(木)、毎月恒例のふれあい食堂が、町農村環境改善センターにて開催されました。七月までは、コロナ禍の影響もあり、お弁当を配達していましたが、八月からできたてをみんなで食べる会食スタイルになりました。

会食スタイルになると、子どもたちの遊び相手をするボランティアさんや、食事を作るボランティアさんなど、地域の大人の参加も増え、

家族や先生以外の大人と交流できる機会が広がっています。

また、原則的には四年生〜九年生が参加対象ですが、保護者同伴であれば、三年生以下でも参加できるようなったことで、交流する子ども幅も広がりました。

顔がつながることは、安心安全な地域づくりには必須です。今後も、地域の大人と子どもが交流できる場として続けていきます。



みんな揃って「いただきます！」。



仲良く話しながら食べる子どもたち。

加美商工会女性部色麻支部 福祉活動



加美商工会女性部色麻支部の皆さん。

お天気にも恵まれた 商工会女性部による環境美化

十月三十一日(火)に、加美商工会女性部色麻支部による福祉活動が行われました。この行事は、商工会女性部色麻支部の皆さんが、日頃の感謝を込めて、まちの福祉に貢献しようとの目的の下に行われたもので、役場本庁舎と、保健福祉センター周辺のゴミ拾いをしました。

一行は、役場正門からスタートし、役場西側道路を進み、さくら薬局のところまで二手に分かれ、一方は



ゴミを拾ってスッキリ！

保健福祉センターと加美病院の間の道路、もう一方はツルハドラッグ方面へ向かう道路を進み、最後は保健福祉センター北側駐車場で落ち合ってゴール、というコースになっています。

この日はお天気にも恵まれ、風もなく、絶好の活動日和となりました。環境の美化は、心の美化にもつながります。住みよいまちづくりに貢献されています。



ほりごめファーム収穫祭



食事の準備をするふれあいタウンの皆さん。



楽しそうに交流する皆さん。

優しい絆の恵み 噛みしめる収穫祭

十一月十八日(土)、向町地区集会所にて、ほりごめファーム収穫祭が開催されました。

ほりごめファームは、向町地区の堀籠文夫さんの土地を使って、ふれあいタウンの皆さんが共同で野菜を作っている畑です。町外からふれあいタウンに移住してきた方々と地元住民との、自然な交流の場となっています。

この日は、ほりごめファームで採

れた野菜を使い、宮城県風みそ味の芋煮と、山形県風しょうゆと里芋の芋煮の食べ比べをしました。

参加された皆さんは、二つの味わいの違いに舌鼓を打ちながら、今年の収穫に感謝し、交流を楽しんでいました。

移住してきた人が地域に自然と溶け込む仕組みとなっているほりごめファーム。これからも楽しく続いてほしいと思います。

12 つくろ高任
つかひ責任



志津地区秋まつり

伝統の味を受け継ぐ収穫祭 地域のみんなで未来へ

秋は収穫祭ラッシュの季節です。十一月十九日(日)、志津多目的集会所にて、秋まつりが開催されました。この日は地域の皆さんが一斉に集まって、今年採れたもち米で作ったお餅を食べながら、大地の恵みに感謝します。

当日は朝早くから、地域の女性たちが餅つきや料理の準備に取り掛かります。餅の味付けに使うあんこやえごまなどは、全て町内産のもの



お餅を頬張る地域の皆さん。



様々な味のお餅。

を使い、地産地消を心がけています。美味しくいただくばかりではなく、地元の伝統的な味を後世に受け継いでいくためにも、続けている行事です。

コロナ禍では、様々な制限があり、アルコール消費などの感染予防対策を徹底して開催し、地域住民のつながりを守ってきました。これから先も、地域の絆で乗り越えていってほしいと思います。



しかま支え合い掲示板

ヘルスメイト 加美農高で伝統料理講習会 開催

10月25日(水)、宮城県加美農業高校調理室にて、ヘルスメイトによる伝統料理講習会が開催されました。加美農高の生徒さんが、ヘルスメイトの皆さんの指導の下、伝統料理を作るというものです。今回のメニューは、えごま餅・小松菜の白和え・ひき菜汁の3品。野菜を切るのは皆さん上手でしたが、最大の難関はえごま餡作り。えごまはミキサー等を使わず、すり鉢とすりこぎ棒を使って作ります。生徒の皆さんはすりこぎ棒を扱うのが初めてという方が多く、使い方に悪戦苦闘していました。そこで、ヘルスメイトの皆さんが手本を見せると、いとも簡単にえごまが粉々になっていく様を見て、生徒さんたちは驚いていました。最後はみんなで美味しくいただきました。



ヘルスメイトの皆さんの指導の下、料理開始。



すりこぎ棒に悪戦苦闘する加美農高の生徒さん

かっぱクラブしかま 大河原町老連との交流座談会

10月27日(金)、色麻町保健福祉センターにて、かっぱクラブしかまの皆さんと大河原町老人クラブ連合会との交流座談会が行われました。今回は、大河原町老連の移動研修会の一環として行われたもので、大河原町老連の佐々木守伸会長が色麻町出身とのことで、研修先が色麻になったとのこと。

座談会で大河原町老連の方々からは、役員を引き受けてくれる人がいなくて解散してしまうクラブがあること、町の人口増加に伴って、顔の見える関係が薄れてしまい、入会する人が減ってしまったといった意見が出ました。色麻にもある悩みは共感し、異なる課題は意見を出し合いながら話すうちに、時間はあっという間に過ぎました。今後も親交が深まっていくのが楽しみです。



全員で記念写真。今後もよろしくお願ひします！



挨拶をする大河原町老連の佐々木守伸会長。

しかま支え合い情報誌 vol.16

発行：社会福祉法人色麻町社会福祉協議会

〒981-4122 宮城県加美郡色麻町四竈字杉成 27-2

TEL：0229-65-2260 FAX：0229-66-1713

E-mail：shikama.shakyo@vesta.ocn.ne.jp

URL：<http://www.shakyo.or.jp/hp/287/>

生活支援体制整備事業は、介護保険制度の地域支援事業の一つです。
しかま支え合い情報誌は、色麻町生活支援体制整備事業の一環として発行しています。