

団体名 龍谷大学 発酵醸造微生物リソース研究センター

事業タイトル 簡易フナズシ作製キットでフナズシ作り体験を普及

取組内容

滋賀県の伝統的な発酵食品である鮎寿司の健康への効果や発酵の仕組みについて理解してもらうため、簡易フナズシ作製キットを使って各家庭で鮎寿司作りを体験してもらうことを目的とした。八幡堀まつり（2023年10月14日、近江八幡市）、第18回ムギ類研究会（2023年12月24日、龍谷大学瀬田キャンパス）、食のなんじゃこりゃ～博覧会（2024年1月17日～22日、日本橋三越）にて販売した。また、本キットの使用方法和鮎寿司の新しい食べ方についてオンラインで配信を行った。

取組成果

実施期間を通じて、簡易フナズシ作製キット（正式名称：クラフト鮎寿司作製キット）を予定していた100セットすべて販売することができた。全国的に鮎寿司の存在と発酵の仕組みについて、一定のPRができたものと考えている。

連携した団体・連携内容

奥村佃煮様に塩切ニゴロブナ（塩漬けしたニゴロブナ）を準備いただき、真空包装、検品、保管を実施していただいた。キットを構成する残りの必要な部材（食品密封袋とポンプ、説明書など）を一つのパッケージにまとめて梱包した。八幡堀まつりおよび、食のなんじゃこりゃ～博覧会において奥村佃煮様の出展ブースにて、当該キットを展示販売させていただいた。

今後の展望・事業継続方法

2024年度に、本キットを用いた鮎寿司作り体験ワークショップの開催が予定されており、鮎寿司の知名度向上、発酵食品への興味関心を高めるのに貢献できるものと考えている。SNSを活用し、すでにキットを購入していただいた人、これから購入する人に対してフォローを継続していき、発酵食品に関心を持つ人を増やしていきたいと考えている。



キットの
パッケージデザイン



ムギ類研究会での
販売ブース

東草野まちづくり懇話会

地域の熟年層による山菜加工と移住者の促進

取組内容

令和3年まで滋賀県の「やまの健康&森の恵」事業を実施してきた。特産品にするためのミョウガと山椒の植栽・栽培を実施した。漸くこれらが収穫できるようになってきた。これを、加工食品にするための施設を作る事にした。建屋はあるので改装・増築して衛生管理の行き届いた設備を整えることに取り組んだ。

材料の柱材、床板材の大半は手持ちの材料で、メンバーの手伝いは無料奉仕にして、可能な限りコストの掛からないように実施した。また、大工等の指導手間賃も大幅に値引きしてもらった。しかしながら、他の材料の高騰で予定の予算がオーバーした。

取組成果

熟年者は力仕事ができないが、伝統の山菜加工等は得意であり食文化を伝えたり、山菜の加工食品を作りをしてほしいという意見が多かった。これを近くの道の駅等で販売することによって熟年者の生きがい作りと地域の活性化を図り健康維持につなげる目標で、加工場所を建築した。

開設を楽しみにして、「大根煮の胡桃和え」「山椒の佃煮」「蒼紫苑の佃煮」などの試作品を家庭で作って提供してくれるようになった。春になれば早速に、学び合いの場を開催して、商品化に繋げたい。また、地域の特産品である、そば打ちの体験実施場所としても利用したい。

連携した団体・連携内容

地域の老人会は勿論であるが、県立大学環境学部の45名の学生が訪れて地元の食文化を学んでいた。滋賀県農村振興課は、特産品作りと農泊について研修会を開催し高島市と日野町へ2回参加した。県森林整備課は、椎茸の栽培についての指導を、米原市シティセールス課は、移住の促進を、中尾コンサルタントは、山椒の特産品作りで兵庫県朝倉へ見学に、また、施設の保健所への許可申請についても指導して頂いた。

さらには、滋賀県農村振興課関係の、ワーキングホリデー事業では、京大院生や学部生4人が1週間滞在し、今後の商品開発・発展方向について検討し、アイデアを頂いた。

今後の展望・事業継続方法

山菜の商品化したものを、販売することによって少しでも自主財源を作ることができるようになれば、活動資金に回せる。山菜の栽培面積を徐々に増やしていき、販売の需要に答えられる資源作りをしていく。このような事例が成功すれば、移住者による地域の過疎対策、熟年層の生きがいづくり、などの地域活性化になり、四国の「葉っぱビジネス」とは違った町づくりの見本になる。また、左に記した、ワーキングホリデー事業で学生さんが「午後のカフェ」を開いてはどのアイデアを頂いた。これらを参考にしながら、地域の熟年層が健康で長生きできるような取り組みをしていきたい。



ナーシングクリエイト株式会社

保健師の公衆衛生活動の展開に向けて ～開業への手引書作成～

取組内容

- 【保健師のための起業塾開催】オンライン開催
 - 母子保健で起業を希望する保健師のための講座開催
- 【開業保健師協会からの委託による起業なんでも相談会】
 - (一社)開業保健師協会主催の保健師なんでも相談会の母子保健で起業を希望する保健師講座を担当
- 【ワークノートの作成・製本】
 - * 講座資料の内容を1冊にまとめ、冊子にするための作業
 - * デザイン・印刷・製本(50冊)

連携した団体・連携内容

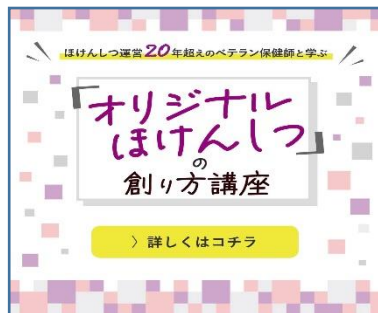
- 【(一社)日本開業保健師協会】
 - * 周知・広報
- 【NPO法人三重ナースマネジメント協会 デザインチーム】
 - * ワークノートの構成及び全体バランス
 - * 手引書となる「ワークノート」のデザインと作成
- 【保健室・笑顔の木 古木雅世】
 - * 講座サポートおよびアドバイス
- 【宮川印刷】
 - * 印刷・製本

取組成果

- 【起業塾開催】
 - 今回の期間内に起業を目指す保健師23名が講座を受講
開業保健師としての第一歩を目指した
 - 受講者の属性：保健師
 - 居住地：愛知・熊本・宮崎・福岡・長野・鳥取・石川・東京・大分・高知・山形
 - 保健師なんでも相談：実数15人 14回開催
 - 起業塾：実数8人 13回開催
- 【作成したワークノートの製本】50冊 今後の講座に使用

今後の展望・事業継続方法

1. 社会保障制度では賅えない保健分野における社会資源として開業保健師を増やし、予防的ケアが可能な社会をめざす。
2. 社会へ仕掛けていくための事業構想を打ちたてることのできる保健師の人材育成をする
3. 経営ができる保健師をふやし、費用対効果の向上を目指す
4. 社会によし・利用者によし・保健師によしの三方よし
5. 健康しがの一環として開業保健の活動を積極的に展開する



団体名：佐山学区自治振興会

事業タイトル：「めざせ！日本最北端宗谷岬！」バーチャルウォーキングによる継続した身体づくりと甲賀忍者も愛用した甲賀の薬草講座

取組内容

令和5年7月～令和6年1月まで、10回開催しました。

- ♥開催内訳：健康講演会3回、薬草講座5回、
びわこリアルウォーキング1回、丸薬づくり体験会1回
- ♥開催期間中の延べ252名の参加をいただきました。また、複数回参加は2回～8回で171名でした。
- ♥参加者252名の内241名からアンケートに回答をいただきました。参加内訳は75%が女性、25%が男性と言う結果でした。

取組成果

- 開催全体を通じて、参加者の87%は「満足」、12%は「やや満足」と好評でした。講座後の次回も参加したいですかの問に対し、70%が「参加したい」、28%は「内容によっては参加したい」と次回開催に向け好感触でした。
- ♪健康講演会では、健康作りの大切さを感じていただきました。
- ♪薬草講座を通じては、実習による具体的な健康になる方法と講習による体内からの健康作りの重要性を学んでいただきました。
- ♪リアルウォーキングでは、実際に屋外で足と五感をフル活動し歩く事で足は第二の心臓である事を実感していただきました。

連携した団体・連携内容

連携した団体：甲賀大原自治振興会、油日自治振興会

連携内容：開催チラシを作成し、全戸配布による参加促進を実施した。

今後の展望・事業継続方法

今後の展望：今回は甲賀町域の三振興会の共催として実施し、各実施事業には甲賀町域全般から参加があったものの、年度途中での開始となった事で事業の中心的自治振興会（佐山学区自治振興会）が参加者全体の約50%を占めており、甲賀町域全体への周知が結果として不十分となった。令和6年度は、事業計画策定段階から三振興会で情報共有を行い参加者を増やし健康づくりを広める。また、甲賀町全域の取組みを基に甲賀市全体に広める様甲賀市長寿福祉課と連携する。
事業継続方法：甲賀町域三振興会が中心となってまずは、甲賀町全域での健康づくりを実施する。



団体名 SHINPOU

事業タイトル 需要多し！「伊吹薬草を使ったフェムテック商品製作」で地域と女性のみらいに輝きを！

取組内容

<取り組み>

- ・よもぎ採取(7~11月初旬に取組/四季によるよもぎの確認)
- ・草刈り(外来種からよもぎが自生する環境を守る)
- ・“まこも”植え
- ・乾燥、裁断作業
- ・試作品作成と検証
- ・打合せ(商品ロゴやパンフレット)



取組成果



<成果物>

- ・IBUKIherbとしてのよもぎ蒸しの草商品完成
- ・自店ホームページによる活動・商品ページ作成

連携した団体・連携内容



- ◆株式会社style 米原顔戸にある
通所介護事業所『est』

米原市の福祉課への提案・認定を受けるため、施設の管理者と何度も打ち合わせを行いました。市だけでなく、利用者様へのご家族の理解、ヘルパー従事者の理解を得るためにデモンストレーションを行いました。(写真)

<連携内容>

- よもぎの加工途中で発生する作業を地域の介護施設へ委託(有償)
- ▶2種類ラベルの貼付作業、乾燥葉の袋詰め(報告時点)

今後の展望・事業継続方法

- ◆伊吹よもぎ乾燥葉の二次利用

<目的>

扱う商品を増やし、エンドユーザーの幅を広げ滋賀・伊吹を知る機会を増やす

購入の場が増えることで委託作業が増え高齢者の活躍の場を創る

【計画①よもぎ入アイピロー】

【計画②よもぎバスパック】

春以降は販路開拓とふるさと納税への登録を進めていきます。

取組内容

ワークショップ	●2023/8/9	【まるとしかく】 参加人数/ 6人
	●2023/8/11	【こなん SDGs カレッジ合宿】 参加人数/ 15人
	●2023/8/23	【まるとしかく】 参加人数/ 5人 【SKOPP】 参加人数/ 約20人
かけっこかるた	●2023/10/22 10:00-12:00	参加人数/ 15人
	●2023/11/18 10:00-12:00	参加人数/ 17人
湖南市ツアー	●2023/11/18 10:00-15:00	参加人数/ 7人

湖南市の小学校9校+まるとしかくにプレゼント

※まるとしかくで無料貸し出し



取組成果

- 湖南市をテーマにした「湖南かるた」が新しく10枚制作。
- 「かけっこかるた」で、スポーツではなく体を動かすイベントを提案できました。
- 「かけっこかるた」は、自分の体力に合わせて参加できるため、年齢や性別を問わず、家族で楽しく体を動かしてもらえました。
- 各小学校に「かけっこかるた」をプレゼント。子どもたちにも地元を知ってもらい、楽しく遊んでもらえることを期待しています。



連携した団体・連携内容

- ワークショップ等の全てのイベントの共同開催
- チラシの配布や SNS の更新等の広報活動

滋賀コレかるた × こにゃん®
<https://karuta.biz/> <https://neconeputa.com/>



今後の展望・事業継続方法

- 「ワークショップ→かるた作成→かけっこかるた→ツアー」という流れをパッケージにして、滋賀県他の市で協力してくれる団体と事業として継続していけることを目標としています。
- 滋賀県の各市で、「かけっこかるた」で体を動かすことが定番になるように、次年度以降も活動を続けていきます。

団体名 フリーバンクキャピタル株式会社

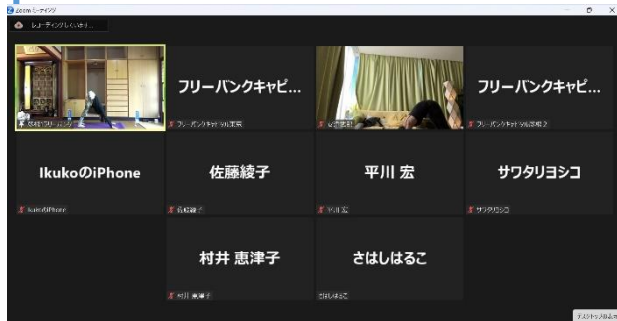
事業タイトル ヨガと瞑想、和ハーブで起業家支援と地域貢献。

取組内容

当社はベンチャーキャピタルであり、この4月に彦根市堀町の川分の実家を公的に開放し、インキュベーション施設を開所予定である。施設開所にあたって「健康しが」の視点を取り入れ、起業家や施設に関わる人々の心身の健康づくりの仕組みを導入していく。具体的にはヨガや瞑想の実施を行なった。地域住民との交流の場を作り「健康しが」に参加してもらい、起業家育成とともに地域の活性化＝健康に貢献する。

連携した団体・連携内容

連携した団体（ヨガ指導）yoga_trini（草津市、大津市）
滋賀県立大学等の学生（施設整備）



取組成果

第1回参加者 20名 第2回参加者 12名
健康しがポータルサイト、県のメーリングリスト、チラシで告知した結果、32名の方が参加された。
アンケート結果（17名）より 満足度 5段階評価の内 とても満足12名、まあ満足4名 どちらでもない1名 平均4.6。満足理由 「じっくりと時間をかけて、体を伸ばせてよかった」「自宅から手軽に参加できた」「講師の誘導の仕方等が優しくて丁寧だった」概ね好評であった。「健康のためになにかしていることはないか」の問いには「ヨガをしてみて、継続してやってみたいと思ったか」という問いには、17人全員が「はい」と答えた。一度、体験すれば、継続意向が高まることがわかった。

今後の展望・事業継続方法

今回はテスト的に日曜日の午前中に2回開催したが、ご協力いただいたyogatorini様と連携して、今後はインキュベーション施設「善」での現地開催、オンライン開催を定期的に行っていく（有料開催）。

ヨガ、瞑想等とともに、「善」が持っている畑でハーブの栽培を行い、ハーブを使った食品、茶などを提供し、施設に来てくれる地域のかた、施設を使用する起業家、学生、に提供したい。

団体名 未来看護塾

事業タイトル 地域に住む高齢者が心身ともに健康に過ごせる地域づくり

取組内容

看護学生による彦根市在住の高齢者を対象とした転倒予防体操、ハンドマッサージの実施によって高齢者の地域社会からの孤立を避け、転倒予防体操による健康長寿効果、ハンドマッサージによるストレス軽減、世代間交流による刺激によって、心身ともに健康に過ごせる地域づくりを目指す。

取組成果

取組初回時、終了時を比較してアンケートによる主観的調査の結果として、高齢者が「転倒することが少なくなった。」と答えた割合が増加し、緊張や怒りなど、攻撃的な情動を持つと答えた人の割合が0.5から1.80ポイント低下した。
歩行速度測定による客観的調査により、高齢者の歩行速度が取組初回時と終了時を比較して0.3ポイント低下した。

連携した団体・連携内容

- 彦根市平田町清草会（老人クラブ）
活動場所提供、事業参加者募集
- 株式会社バイサイドプランニング
（介護情報誌輪はっは編集部）
介護情報雑誌への掲載による広報活動

今後の展望・事業継続方法

事業終了後も住民が自ら定期的に体操に取り組めるように、事業後も平田町自治会会での活動を継続し、地域住民の健康に貢献していく。後任へ事業内容・運営方法の引き継ぎを行うとともに、健康イベントや大学祭で本事業を実施し、本事業の効果を地域住民に宣伝し、活動の場を広げていく。



団体名：和太鼓は世界をつなぐ滋賀夢プロジェクト

心と体にどんどこどん！みんなで作る「がんばれ太鼓祭」プロジェクト

取組内容

滋賀県内の和太鼓に関心のある様々な人を対象にした和太鼓ワークショップを実施し、和太鼓を通じた心と身体の健康度と幸福度を向上させる事業を実施しました。

2023年9月から2月にかけて計6回開催したワークショップでは、和太鼓を真ん中に、オリジナル曲『Cheer up～がんばれ～』を練習。最終回には取組の経緯も含めた成果発表として「(プレ)がんばれ太鼓祭」を開催しました。

今回の助成金を使って団体のホームページを作成し、取組の経過や成果をレポートとして広く情報発信しました。

取組成果

湖東・湖北にとどまらず、県南部のエリアからの参加があり、年齢や太鼓経験、障害の有無等様々な属性の参加者が集結。ワークショップでは身体と心を動かしながら楽しんで参画する様子が見られました。県内で活動する和太鼓団体にも企画の趣旨に賛同していただき、発展的な展開につながりました。

- ・和太鼓ワークショップ参加者数 のべ270名
- ・「プレがんばれ太鼓祭」参加者数 82名
- ・HP開設（2023/10/12）以降の閲覧者数 1322名（2024/2/19現在）
- ・心や体の健康度が上がったと感じる人の割合 94%
- ・心や体の幸福度が上がったと感じる人の割合 94%

連携した団体・連携内容

- ・社会福祉法人心暖まる会
(活動場所の提供・入所者や利用者のイベント参加)
- ・TEAM EMPOWERMENT (イベント開催への助言)
- ・彦根市 (発展的イベントの後援、広報協力)
- ・(株)ブリヂストン中日本生産本部
(主催イベント参加機会の提供による金銭的援助、広報協力)

今後の展望・事業継続方法

- ・趣旨を丁寧にアピールすることで参画者・賛同者を増やし、賛助費や企業協賛、参加費、他の補助金で財源を確保しながら活動を続けていきます。
- ・持続可能な取組となるよう行政とも連携し、他市町での開催も見据えています。
- ・県内外の和太鼓団体と連携して発展的に展開し、太鼓を真ん中にした共生社会の実現のメッセージを発信していきます。



団体名：びわ子ん家

事業タイトル：助産師が創る「3世代の家」びわ子ん家

取組内容

- ・多胎の会
- ・骨盤底筋トレーニング
- ・ベビーマッサージ教室
- ・離乳食教室
- ・骨盤ケア
- ・マタニティヨガ
- ・ベビーフォト
- ・おしゃべりカフェ
- ・マルシェへの参加
- ・助産師の会

取組成果

- ▶産後、ベビーとともに過ごせる場所が近隣に増えたこと
助産師等の医療専門職にいつでも相談出来る場所があることで
ママたちの心身の健康・安心感に繋がい、実際に
『この場所があってよかった』というお声をたくさんいただいた
- ▶骨盤ケア・骨盤底筋トレーニングを定期的に開催することで、
女性の未病ケア周知にもつながり、
「実は尿もれがあるんです…」と言った方の利用につながった

連携した団体・連携内容

- ・もも子助産院：ベビーマッサージ講師
- ・もえぎ助産院：離乳食教室講師
- ・HareSora：骨盤ケアの施術士
- ・KikimimiYoga：マタニティヨガ講師
- ・nanalamidwife：マルシェ参加
- ・ゆるまるマルシェ：マルシェ参加
- ・びわ子助産院：場所の提供
骨盤底筋トレーニング講師

今後の展望・事業継続方法

- ▶助産院併設場所として、
産前産後のママたちの憩いの場所としての定期的活動の継続
- ▶祖父母世代へのアプローチ強化のための広報媒体の配布
- ▶「産まない選択」をしている既婚・独身女性に対する活動の拡大
⇒全てのライフサイクルにある女子が『ホッと安心できる場所』を目指す
- ▶助産院とフェムケアサロンを運営することで継続的資金を得、
今後こちらの事業も継続していく



特定非営利活動法人縁活

いつまでもこの地域で健康に暮らし続けたい気持ちをはぐくむ

取組内容

栗東駅を中心に都市化の進む地域で暮らす、子供から高齢者に対し、“畑”“食”“集”をテーマにした気楽に気兼ねなく関わることができ、いつでも相手が居て、交流が出来る場所や機会として、子どもと大人が種苗から農作物の栽培に取組む「よりみち畑」、障害者と一緒に米麦大豆の生産活動に取組む「栽培サポーター」、収穫した食材を使って昔ながらの加工法で醤油をつくる「加工品づくり体験」、気軽に立ち寄れる場所で多様な人とおしゃべりできる「よりみち茶話会」などの取組みを実施した。

連携した団体・連携内容

- ・栗東農のある暮らし協議会（体験農園「よりみち畑」、栽培サポーターの取組み協力）
- ・FunFanHarmony／すこいち農園（栗東農のある暮らし協議会メンバーで農作業体験の取組み協力）
- ・大宝小学校（5年生のお米作り体験への協力）
- ・大宝神社（毎月1日に実施する朔朝市のよりみち茶話会の場所提供）

取組成果

「よりみち畑」では、農業への興味を促し、地産地消や食の安全安心や健康への関心づくり、「栽培サポーター」では、地域の食を守る喜びを感じる取組み、「加工品づくり体験」では、昔から伝えられる加工法で食の安全安心への関心づくり、「よりみち茶話会」では、気軽に立ち寄れてごちゃまぜで触れ合える時間で、人のつながりの大切さを実感でき、こころの健康を作り出すことが出来た。障害者就労支援や農福連携に取組む縁活にとって、心身が健康でよりよく暮らすきっかけを作り、子供には、人と人や人と地域の関わりに魅力を感じ、ここで暮らす心地よさから、郷土愛に目覚めるきっかけを作り出すなど、新しい地域福祉や地域活性に向けた新しい取組みへの可能性を見出すことが出来た。

今後の展望・事業継続方法

- ・縁活が実施する農・食に関わる障害者支援事業を中心に、障害者メンバーが担い手となって運営継続していく。
- ・「よりみち畑」では、栗東農のある暮らし協議会（農ある協）との共同した運営事業として継続実施していく。
- ・「栽培サポーター」では、農ある協と共同し、農作業ボランティア活動として継続実施していく。
- ・「よりみち茶話会」は、「月曜日のよりみち」や「大宝神社朔朝市」の場所を活用し、気楽に取組める雰囲気を作り継続実施していく。
- ・都市部に同様の需要があると考え、国のすすめる都市農業の多面的機能のモデルとして紹介し、他団体やほか地域への啓発に努める。



よりみち畑の農業体験



栽培サポーター



醤油づくり



よりみち茶話会

団体名 NPO法人レイカディアえにしの会

事業タイトル 何時までも健康で元気にシニア世代の出前公演等の推進

取組内容

- 1) 施設利用者の健康増進
- 2) 活動範囲の拡大（市町社会福祉協議会にボランティア登録）
- 3) 出前公演内容の充実と公演数増加
 - ・養成講座の設置
 - ・必要旅費支給

取組成果

- 1) 施設利用者の健康増進（県下公共性施設・介護施設・地域サロン・特殊学校児童）
- 2) 活動範囲の拡大（県下全範囲に拡大）
- 3) 出前公演内容の充実と講演数の増加（出前公演回数倍増）

連携した団体・連携内容

- 1) 県社会福祉協議会
子ども食堂フェスタの遊びコーナーを担当。
- 2) 県下市町社会福祉協議会にボランティア登録
登録時にボランティア可能な演目を連絡する。
社協を通じて、出前公演の要望を受け、公演を実施。
- 3) 県下市町社会福祉協議会
ボランティア登録を行い公演要請を受諾・実施。

今後の展望・事業継続方法

- 1) 市町社会福祉協議会とのさらなる連携
- 2) 出前コンテンツの充実（育成）
 - ・女性合唱団（コール笑夢）
 - ・折り紙研修会・バルーンアート・紙芝居づくり
指導者育成講座
- 3) ホームページの充実



子ども食堂フェスタ2023



お互いサロン（手遊び）



吉見スポキッズ保護者会

団体名 NPO法人コレジオ・サンタナ

事業タイトル ブラジル学校に通う外国人児童の心と体の健康促進のための情報発信基地をつくる取組

取組内容

- ① ブラジル学校サンタナ学園内の一部を借り常任し健康に対する観察と聞き取り調査、情報収集を行った。
- ② 健康フェスを開催。ポルトガル語で受けれる健康診断と健康相談、健康的な食の提案・試食、情報発信。
- ③ ポルトガル語の健康情報まとめサイト「Saúde Shiga」を作成。

取組成果

日本人住民と外国人住民が協働して県民の健康意識向上のため取組を行えた。外国人住民のライフスタイルに合わせた健康づくりの提案をすることが出来き、普段日本社会に関わりが少ない方々にも届けることができた。また地元医師やポルトガル語話者の医療従事者とコミュニティを繋ぐことができ、子ども達が母語で無料で健康診断を受診。

連携した団体・連携内容

愛荘町国際交流協会（企画・情報発信）
 滋賀ブラジル人若者ネットワーク：
 企画運営・情報発信・健康フェスの企画運営
 くわくわ企画：健康フェスの企画運営
 彦根市役所、愛荘町役場：広報活動や資料提供

今後の展望・事業継続方法

今回の取組で出会った仲間は宝である。引き続き協働関係を継続し、外国人県民に寄り添った健康情報や環境づくり、多言語化を推進し、滋賀に暮らす全ての外国人児童の健やかな育ちをサポートする。その為に、今回の取組を広く広報し協力者を得る。次年度は来場者を外国人県民だけと捉えず日本人住民も一緒に楽しめるイベントを企画し参加者数を増やす。



一般社団法人日本声ヨガ協会

介護予防カルタで楽しく元気に健康に！～歌って踊って学べる体操♪

取組内容

①健康コンテンツ事業（カルタ制作）

介護レクのマンネリ化などを解決するため「自走できる介護レク」を掲げ、カルタを取って終わりではなく、札に書かれた、呼吸・運動・挑戦・会話・歌をテーマにしたお題に挑戦し、交流の輪を生みだし楽しみながら健康づくりができる仕掛けのカルタを制作しました。

②出張イベント事業（カルタ大会）

サロンや高サ住などで、無料イベントを開催したり、12/12世界嚙下デーの日に合わせて実施したり、健康意識の拡大、交流の楽しさを実感して頂きました。

連携した団体・連携内容

1. 大津市社会福祉協議会...ふれあいサロンでのデモ実施の調整
2. (一社)日本介護美容セラピスト協会...共創会議のご縁でイベント協賛
3. 薬膳館(株)...共創会議のご縁でイベント協力
4. 大津市歯科医師会...会員の各病院でイベントポスター掲示協力
5. ほかにチラシ告知協力...大津市の増田耳鼻咽喉科医院、中老人福祉センター、中央学区・逢坂学区公民館、大津市民会館、旧大津公会堂、大津市立図書館、シルバー人材センター、中央学区回覧板など



取組成果

①カルタ制作の成果

- ・「喉トレ健康かるた」1,000部制作
- ・協賛と寄贈...おおつ介護フェスタへ物品協賛(30部) 県内関係者へ寄贈(5部) ・デモを通じた地域貢献

②イベント実施の成果

- ・実施場所...大津市民会館小ホール
- ・来場者数...会場参加33人、オンラインで全国53施設(約1,000人)

③メディア発信

カルタおよび「健康しが」のPRを通じて、県民の健康意識・介護予防意識の向上を働きかけました。

【新聞】読売新聞、中日新聞【テレビ】びわ湖放送、ZTV【ラジオ】KBS京都ラジオ、大津なかもち放送局、プレスリリースを2回実施して合計98箇所に掲載されました

今後の展望・事業継続方法

「喉トレ健康かるた」を大津市から滋賀県へ、そして全国へ！楽しみながら健康×交流ができるアイテムとして以下の活動を通じてPRし、販売や仕事依頼に繋げて参ります。

①自治体への協賛を通じた広報

BIWA-TEKUのような健康ポイント事業で、声ヨガ教室参加でポイントを貯めたり、商品リストに名を連ねまずは知って、使ってもらいます。

②「喉トレ健康かるた」ファシリテーター養成と県内横展開

健康しが参画団体、県社会福祉協議会や滋賀県介護福祉士会に働きかけて「喉トレ健康かるた」公式ファシリテーター養成講座をオンライン開催します。これにより県内の各自治体へも横展開したいです。

③近江神宮や地域の会場で「喉トレ健康かるた」大会の開催 / 嚙下デーイベント継続開催

大津市の「通いの場」主催者や高齢者施設の現場職員を対象にイベントを開催し、カルタの楽しさを実感して頂いたうえで現場への導入をご検討いただきます。

④「滋賀から全国へ」拡大

総務省の承認を経て滋賀県ふるさと納税返礼品に採択され全国へカルタと笑顔を広げていきます。

株式会社滋賀レイクスターズ

びわ湖一周クリーンウォーク

取組内容

滋賀レイクスは県民の健康増進に貢献するため、さらには「Lakes(湖)」の名前を背負うチームとしてびわ湖の美化に貢献するため、これまでホームタウンの天津市周辺で継続実施してきたクリーンウォーク活動をびわ湖沿岸全市町での「びわ湖一周クリーンウォーク」としてパワーアップして実施しました。

令和5年度においては2月までに大津、長浜、近江八幡、守山、草津、野洲(雨天延期)での実施を完了。各回で参加者を50名募集しましたが全て満員となりました。選手やチアリーダー、ファン、地元企業で交流しながら約1時間のウォーキングを楽しみました。

取組成果

選手やチアリーダーが参加することで普段は健康への関心が高くない人たちに参加いただく機会となり、ホームタウン周辺地域での実施に留まらず、全県で実施することで対象者を拡大することができました。また地元企業にも参加を呼びかけることで健康経営にも寄与しています。参加者アンケートでは「県民であっても琵琶湖岸に来る機会があまりなかったが、家族で琵琶湖に親しみ、心身ともにリフレッシュする良い機会になった」との声が聞かれました。参加者の健康意識のみならず、環境意識の高まりにも貢献することができました。

連携した団体・連携内容

<ゴミ収集補助>

大津市公園緑地協会、湖南湖東ゆうゆうパートナーズ、特定非営利活動法人ねっとわーく西の湖

<備品借用>

滋賀県循環社会推進課

今後の展望・事業継続方法

令和6年度6月までにびわ湖一周を達成するため、野洲、彦根、東近江、米原、高島にてクリーンウォークイベントを継続実施。また、事業内容に賛同してくださるパートナー企業を募り、令和6年7月以降に2周目を実施予定。その際各イベントの実施内容を参加者アンケートを元にブラッシュアップしていく。



団体名 株式会社Seventh Generation Project

事業タイトル ベンチで健康を考えるプロジェクト

取組内容

健康のためには適度な運動が必要だが、ほとんどの人が継続できません。継続するために一番効果的なのが「楽しいからまた行きたい」と思えること。楽しいと思うためにはコミュニティが必要であり、そのコミュニティを作るために、運動後おしゃべりができるベンチや、会話のきっかけとなるコミュニケーションカードを設置して、「楽しかった」と感じる体験を提供しました。

取組成果

カードがあることで質問に答える、というわかりやすいアクションが生まれるので、めちゃくちゃ盛り上がりました。利用してくれた方々は、参加後、違う日に同じ参加者と喋りやすくなったと話しており、いわゆるつながりを感じる場面は多くあったように思います。人とのつながりを感じることは社会的健康と位置づけた今回の実験でしたが、効果はあると感じました。

連携した団体・連携内容

(一社)社会的健康戦略研究所（連携内容：ワークショップの実施、コミュニケーションカードの製作）、大和リース株式会社（連携内容：場所の提供）

今後の展望・事業継続方法

今回、トランプ型のカードを制作した理由として、時事に合わせて質問を変えてすぐに印刷できるということがあります。定期的に質問を入れ替えることでコミュニケーションのきっかけとなるこのカードでマンネリを防ぎ、楽しみが生まれやすいと考えていますし、次年度以降は常時カードを設置するための最適な方法を模索していきたいと考えています。

