

地域の支えあい活動や介護予防活動をご紹介します

見~つけた!

地域の活動



Vol.19

2018年2月発行

～住民力で地域を元気に！～ 活力ある地域づくりを目指す口屋内地区



今回の地域のいきいき活動は、地域が一丸となって介護予防や居場所づくりに取り組まれている口屋内地区の活動を紹介します。口屋内地区は、市街地から国道沿いに車を走らせること約30分の場所にある地区です。地区は四万十川を挟んで大きく2つに分かれており、沈下橋が集落同士を結んでいます。また、口屋内地区活性化協議会と地区健康福祉委員会が協力し合いながら、廃校となった口屋内小学校を拠点に、いなかの台所や良心市の営業、環境美化運動など地域おこしの活動を展開しています。

ランチの後は、小学校の空き教室で地区健康福祉委員会の体操が行われます。この日は、地域おこし協力隊のメンバーも参加し、リンパケア体操やゴム体操を実施していました。体操中は、誰がリーダーだというわけでもなく、1・2・3・4という自然と出るかけ声に参加者全員が体を動かしていました。口屋内地区の高齢化率は60%を超えており、課題も山積みですが、住民自らが、「地域のために」と活動しており、活力ある地域づくりを目指しています。

いなかの台所とは、毎週水曜日（11時30分から13時）に口屋内小学校でランチを提供している「水曜ランチ」と呼ばれているもので、地元の人が作った作物などを中心に献立が考えられており、地元のおんちゃん、おばちゃんたちの居場所にもなっています。この日のメニューはチキンカレーで、地元の茎ブロッコリーがたくさん使われおり、地産地消の取り組みにも一役買っているそうです。

