

事業報告書

1. 団体名	南つつじヶ丘悠遊倶楽部
2. 事業名	シニアいきいき塾
3. 対象	事業の対象となった地域や地域住民を記入してください。
<p>亀岡市在住の60歳以上の方（南つつじヶ丘地区を重点地区とします）</p>	
4. 期間	<p>実施期間を記入してください。 ※対象期間は最大で令和7年4月1日～令和8年3月31日までです。</p> <p>令和7年4月1日 ～ 令和8年3月31日</p>
6. 地域課題・事業目的	<p>支援金申請書に記入した、地域課題・事業目的を改めて記入してください。</p> <p>亀岡市の高齢化は急速に進展しており、令和5年の高齢化率は平成30年の28.7%から31.3%へ2.6ポイントの増加、伸び率は全国や京都府を上回っている状況です。（亀岡市いきいき長寿プラン令和6年度版～8年度版 12ページ、14ページ参照）</p> <p>特に私たちが活動の拠点としている南つつじヶ丘地域は、京都市や大阪方面のベッドタウンとして昭和40～50年代に開発された地域であり、初期入居者は既に多くの方が後期高齢者となり、子供たちは成人して市外に住むようになり、老人2人世帯や独居老人の世帯が増えてきています。</p> <p>亀岡市の高齢化率は平成29年が27.2%に対し南つつじヶ丘では21.2%でしたが、令和5年度になると亀岡市が31.3%、南つつじヶ丘は35.3%と高齢化がものすごい勢いで進んでいます。</p> <p>そのような中で、高齢者はまだまだ体力的には元気であり、地域社会の一員として災害時などで力を発揮できる年代であるにもかかわらず、自分の趣味のサークルや過去の仕事関係のグループとは付き合いがあっても、地域との関わりも少なく、自治会や町内会への参加も徐々に減ってきている状態です。</p> <p>また、2004年の「年金100年安心プラン」によって年金支給額が抑えられ、「老後資金200万円問題」では不安ばかりがつのり、高齢者の生活は苦しくなるばかりです。</p> <p>高齢者の多くは生活の不安が増す中で生きがいも地域との関わりも次第に希薄になってきます。</p> <p>このような状況の中で、もし、大災害等が発生した場合に地域コミュニティが重要な役割を担うと思われれます。</p> <p>そのためには、住民同士が交流を深め、高齢化する地域の活性化を図り、地域の課題を理解し行動する人材の確保が重要です。</p> <p>地域には、豊富な経験と知識を持った高齢者は多くいます。しかしながら、高齢者の地域活動への参加はまだまだ少ない状況です。元気な高齢者が、いきいきと生活するための生きがい作りと、地域との結びつきを強め、社会参加を促していく必要があります。</p> <p>そこで、今年度の「シニアいきいき塾」では、昨年度から実施してきた「男の料理教室」に加え、新たに「写真教室」を実施するとともにその成果を多くの住民の方に見ていただき、交流を図り地域の活性化につなげるための「ふれあい写真展」を開催しました。</p>

6. 実施内容	<p>実施した内容を具体的に記入してください。</p> <p>(実施日、場所、内容、講師名、参加者数、参加者の声、その他情報など)</p> <p>また、交付決定に記載の条件・アドバイスに対してどのように取り組んだのかについても記入してください。一つのイベントに対して1枠ずつ書いてください。</p>
イベント名	シニアいきいき塾「男の料理教室」の開催
事業概要	<p>「シニアいきいき塾」では、男性高齢者を対象にした「男の料理教室」を昨年度から実施しています。</p> <p>男性高齢者の一部には、料理は女性が作るもの、男子厨房に入るべからずといった考えを持っている方が未だにいます。一方で興味があるものの、なかなか手が出せないのが料理だと思っている男性が多いのも事実です。そこで、高齢者の生きがい作りであるとともに、食の大切さや家事の重要性、楽しさを体験できる男の料理教室を今年度も実施しました。</p> <p>講師は昨年度に引き続き、管理栄養士の竹岡順子さんをお願いしました。</p> <p>また、料理教室終了後は、参加者の皆さんで地域活動や社会参加について意見交換をしていただきました。</p>
交付決定に記載の条件・アドバイスに対する取り組み内容	<p>「男の料理教室」は、「料理を作るための方法を学び、参加者同士の交流を図ることを目的とした料理教室」(支援金対象事業)と、「一人でできるお酒のつまみ作りと参加者の本音トークで交流を図る料理教室」(支援金対象外事業)の2種類の方法で実施しました。(支援金対象外事業の概要は省略)</p> <p>交流会や本音トークでは、高齢化する南つつじヶ丘地域の課題に対して、亀岡市や自治会に対する要望や自分たちで何ができるかなど活発な意見が出ていました。</p> <p>今後、これらの意見や要望が地域活動に結びつくことが課題だと考えています。</p>
開催日時	<p>①令和7年9月21日(日)10時～14時</p> <p>②令和8年3月1日(日)10時～14時</p>
開催場所	南つつじヶ丘コミュニティーセンター
参加費	1人1,500円
参加者数及び事業の概要	<p>◆参加者</p> <p>①10名</p> <p>②9名</p> <p>◆料理教室で作ったメニュー</p> <p>①<魚料理に挑戦>(さんまの三枚おろしに苦戦しながらなんとかできました)</p> <p>さんまの南蛮漬、じゃこと胡瓜のもずく酢、マーボ茄子、豆乳のプリン</p> <p>②<本格中華に挑戦>(中華料理屋さんに少し近づきました)</p> <p>青椒肉絲、くらげと胡瓜の酢の物、えびチリソース、牛奶豆腐</p> <p>◆交流会で出た主な意見</p> <ul style="list-style-type: none"> ・マツモトが地域から撤退し買い物難民が出ている。 ・特に急な坂の住宅街なため、自治会運動会や夏祭りにさえ歩いて行けない高齢者がいる。 ・まだ元気な我々が行動を起こさないと、今後もっと大変なことになる。 <p>などの意見が出されました。</p>

イベント名	シニアいきいき塾「写真教室」及び「ふれあい写真展」の開催
事業概要	<p>高齢者にとって写真は生まれたときから身近にありました。写真はこれまであらゆる場面でその人の人生を印画紙に残してきました。現在は、スマホやSNSなどで、データとして残していますが、写真は人と人をつなぐ力があります。写真には物語があります。また、高齢者の楽しみや生きがい作りとして、カメラを持って外に出かける、友人と出かける時にカメラを持って行くなど高齢者の活動範囲が広がっていきます。</p> <p>そのため、フリーカメラマンの栗田一步さんに講師をお願いし、写真を楽しくとるためのコツを学ぶ「写真教室」を開催しました。</p> <p>また、写真教室参加者の写真を中心に、「私の亀岡再発見」をテーマにした「ふれあい写真展」を南つつじヶ丘コミュニティーセンターとガレリアかめおかで開催しました。</p>
交付決定に 記載の条件・ アドバイスに 対しての 取り組み 内容	<p>ふれあい写真展の参加者アンケートから、60歳以上の参加者が85%と地域行事への参加者の高齢化が顕著になっています。また、良かった企画については写真展の次に野菜のセット販売が多く、スーパーマツモトの撤退による買い物難民が増えているのではないかと考えられます。</p> <p>また、地域活性化のためには今回のような催しが必要だと答えた方は60%以上あり、今回の取り組みが一定評価されたものと考えています。</p>
開催日時	<p>◆写真教室</p> <p>①令和7年7月6日（日）13時～16時</p> <p>②令和7年9月7日（日）9時30分～12時</p> <p>③令和7年9月7日（日）13時～15時</p> <p>④令和7年12月7日（日）13時～16時</p> <p>◆ふれあい写真展</p> <p>①令和8年2月22日（日）10時～16時</p> <p>②令和8年3月20日（金）13時～22日（日）16時</p>
開催場所	<p>◆写真教室</p> <p>①南つつじヶ丘コミュニティーセンター</p> <p>②亀岡城址及び大本花明山植物園</p> <p>③南つつじヶ丘コミュニティーセンター</p> <p>④南つつじヶ丘コミュニティーセンター</p> <p>◆ふれあい写真展</p> <p>①南つつじヶ丘コミュニティーセンター</p> <p>②ガレリアかめおか ロビー</p>
参加費	<p>◆写真教室</p> <p>各回1人1,000円</p> <p>◆ふれあい写真展</p> <p>無料</p>
参加者数及 び事業の内 容	<p><参加者></p> <p>◆写真教室参加者</p> <p>①13名</p>

② 5名

③ 5名

④ 9名

◆亀岡祭り写真撮影会参加者

3名

◆ふれあい写真展来場者

①約80名

②ギャラリーかめおかロビー来館者

<事業内容>

◆写真教室の内容（講師：フリーカメラマン栗田一步さん）

①カメラと写真の基本について

- ・写真は光の記録
- ・良い写真ときれいな写真
- ・カメラマンと写真家
- ・カメラの基本
- ・撮影のワンポイント

②亀岡ガイドの会の案内により亀岡城址や大本花明山植物園をめぐりながら、撮影のポイントを講師から学びました。

③参加者が撮影した写真をもとに講師からポイントや改善点などのアドバイスをいただきました。

④講師から写真の基礎を学んだ後、会場周辺を歩きながら写真のポイントを教えてもらいました。

◆亀岡祭りの写真撮影会の実施

写真教室参加者を対象に、亀岡祭りの山鉾巡行に合わせて10月25日（土）に亀岡祭り写真撮影会を実施しました。3名の方が参加されました。

参加された方から、こういう機会でないとう亀岡祭りを見ることができないので、良かったとの感想をいただきました。

◆ふれあい写真展の内容

①写真教室参加者による「私の亀岡再発見」をテーマに写真48点の展示を行うとともに、亀岡市観光マスコット明智かめまるくんと一緒に写真を撮るコーナーを設けたり、きよしファームの協力により野菜のセット販売などを行っていただきました。

また、写真を展示している教室参加者と来場された隣近所の知り合いの方との交流もあり、にぎやかな1日になりました。

②南つつじヶ丘悠遊倶楽部のギャラリーかめおかでの写真展は、南つつじヶ丘地域での活動を多くの市民の方にも知ってもらい市民活動が活発になることを目的に実施しました。

7.成果と課題	事業の実施により、課題解決がどのように図られたのか、申請時の事業計画書と対比させるかたちで、事業の効果や成果と課題を下記の①～④ごとに記入してください。
① 実施結果数値（6.で記入した事業の回数や参加者数などをまとめてご記入ください）	<p>◆男の料理教室 2回実施 参加者延べ19名 （支援金対象外事業：2回実施 参加者延べ22名）</p> <p>◆写真教室 4回実施 参加者延べ32名</p> <p>◆亀岡祭り写真撮影会 3名参加</p> <p>◆ふれあい写真展 南つつじヶ丘コミュニティーセンター：来場者約80名 ギャラリーかめおかロビー：多数の方に見ていただきました</p>
② 事業による変化・成果（課題解決にどのような効果があったのか）	<p>◆男の料理教室の成果と課題 男の料理教室参加者のうち、これまで何度も参加された方も増えたことで、交流会での話題が自己紹介中心だったものが、地域の課題についても話題に出るようになってきました。 高齢者が増える中で、丘陵地に開発された住宅地特有の悩みや課題をストレートに話ができる雰囲気になってきました。中には自治会に要望してはどうかなどの意見も出るぐらい地域課題を真剣に話し合うこともありました。 しかしながら、短時間の交流会での話し合いだけでは、その後の具体的な行動までには至りませんでした。</p> <p>◆写真教室及びふれあい写真展の成果と課題 ひと昔前までは写真はカメラで撮るものでした。高齢者がもう一度カメラの基本を学びながら写真を撮る、外に出て写真を撮る、そのことを通じて高齢者の生きがいと健康づくりにもなると考え写真教室を実施しました。 教室参加者の半数以上はスマホでの参加者でしたが、最近のスマホのカメラ機能は優れていて、一眼レフカメラと同等の機能があることがわかりました。 写真教室参加者の写真を「ふれあい写真展」で展示し、多くの皆さんに見ていただきました。 南つつじヶ丘コミュニティーセンターでのふれあい写真展では、教室参加者が近隣の方と写真を見ながら話し合っている場面が多く見受けられました。 明智かめまるくんと写真を撮るコーナーでは、皆さん「かわいい」と言って一緒に写真を撮り野菜セットの販売コーナーでは多くの方が来られました。また、コミュニティーコーナーでは、来場者が集まり話が盛り上がりました。 また、南つつじヶ丘での活動をより多くの市民の方に見ていただくため、ギャラリーかめおかロビーにおいてもふれあい写真展を実施しました。 来場者の方からは、このような催しを毎年実施してほしいとの意見や、写真展に自分も出展したいなどの意見も寄せられました。</p>

③ 事業を実施しての課題

◆男の料理教室の課題

参加者が固定化しつつある中で、「男の料理教室」にこだわるのか、女性も対象にするのか、など今後の進め方を再検討する時期に来ていると思います。(女性からも料理教室の希望があります)

◆写真教室の課題

写真に興味のある方はもっと多いと考えていたのですが、参加者が思いのほか少なく、これまでのやり方では教室の継続が厳しい状況です。写真教室を「スマホ(インスタグラム)教室」にするなどの工夫が必要だと考えています。

◆ふれあい写真展の課題

写真展だけでは多くの来場者を見込むことは厳しいため、明智かめまるくんと写真コーナーや野菜のセット販売などを企画しましたが、より地域活動を進めるためには、南つつじヶ丘悠遊倶楽部が地域活動のプラットフォームとして、他の地域活動を行っている団体との協働を行うなど、今後の活動方法を検討する必要があります。

8. 協働の効果	今年度の事業実施にあたって、他団体等と協働(協力)された事例がある場合は、その効果や今後の関わり方について、記入してください。
-----------------	---

自治会の協力をいただき、募集チラシの全戸配布や、活動の内容を自治会だよりも掲載していただきました。

9. 今後の展開	事業の実施成果と課題を受けて、今後の事業展開をどのようにされるのか、申請時の事業計画書と対比させるかたちで、記入してください。
-----------------	---

	実施内容	資金獲得方法(助成金・寄附金)
2年目		
3年目	<p>これまでの男の料理教室参加者は40名を超えているため、これらのメンバーを中心に支援金対象外事業として実施していく予定</p> <p>写真教室については、写真展を見て教室に参加したいとの声もあり、引き続き参加者を募り教室を実施するとともに、ふれあい写真展については、他の多くの地域活動団体と一緒に「南つつじヶ丘ふれあい文化祭」(仮称)として幅広い地域活動の成果を見ていただく催しとして実施予定</p>	教室については参加費

※チラシや参加者への配布資料、事業実施写真など実施状況が分かる資料がある場合は添付してください。

※記載内容が本様式に入りきらない場合は、適宜追加してください。