

もやい・ふれあい菜園の取り組み【水俣市】

(概要)

地域で暮らす高齢者が日常生活の中で肩に力を入れず、「もやい・ふれあい・支えあい」、当たり前前に継続して取り組むことが可能な「食・農・福」連携型の新たな介護予防・健康づくり活動。

(実施主体)

水俣市（事業受託先：水俣市久木野地域振興会、水俣市第1区自治会、水俣市第15区自治会、水俣市18区地域福祉事業会）
〒867-0005 熊本県水俣市牧ノ内3番1号
水俣市福祉環境部いきいき健康課高齢介護支援室
TEL 0966-63-3051 FAX 0966-62-3670 kenko@city.minamata.lg.jp

人口等（平成31年1月31日現在）

総人口：24,689人 世帯数：11,766世帯 高齢化率：38.14%
社会福祉施設数（高齢・介護関係）：包括1 居宅17 訪問介護9
定期巡回・随時対応1 訪問入浴1 訪問看護8 訪問リハ3 通所介護8
認知症対応型通所介護1 通所リハ7 短期入所生活介護3 短期入所療養介護3
グループホーム5 小規模多機能4 特養5 老健3 介護療養型2
地域密着型有料老人ホーム1 養護老人ホーム1 サ高住1 福祉用具2

連携協力団体等：水俣市指定地域密着型サービス事業所（くぎのの里、デイサービスセンター長寿村、グループホームふれあいの家）、湯の鶴ひまわり会

(取組内容等)

山間部や市街地、温泉地など4つの地域で実施している、日常生活の中で肩に力を入れず、当たり前前に継続できる取り組み。農業や地元食材・料理などを通じたさまざまな活動を、住民が一緒になって行いながら、介護予防・健康づくり活動を行っている。現在、市内4つの地域で実施しており、市内在住の65歳以上の人を対象とし、地域外の希望者も可能な限り受け入れ、誰もが気楽に参加することができる。

山間部では遊休農地を活用した野菜作りや、収穫した野菜を使った配食・会食、市街地ではプランターや花壇を活用した花や野菜作り、温泉地では景観整備の草刈り、間伐で出た材木を使った椎茸栽培などを、住民が主体となって行っている。介護予防事業は男性の参加が少ないとの声があるが、農作業や力仕事が必要な場面が多いため、男性の参加が多いのも特徴となっている。収穫した野菜を使った会食・配食は、高齢者の見守りや食の確保、また、保育園児の農業体験の受け入れを行うなど、世代を超えた交流にもつながっている。

本事業に参加することで、1人で農業をすることが難しくなった人も、みんなと一緒にできるということで、体を動かすきっかけにもなり、自らの経験を生かせる場ともなっている。作り方を教える側、教えられる側、になったりと参加の仕方も多様であり、誰もが講師役を担うことが可能であり、生きがいややりがいにつながるとともに、介護予防活動等の担い手としての役割も生まれている。

また、農業は年間を通して様々な準備や作業が必要となることから、過去の経験や知恵を思い出すことで脳の機能の活性化につながる「メモリーワーク」が自然と行われるとともに、体や指先を使った作業を行うことで、健康づくりにつながっている。

それぞれの地域が特色を生かし、「地元（ふるさと）力」を発揮することで、介護予防・健康づくりのみならず、地域おこしや生きがいづくりにもなっている。

熊本県水俣市 ～市内各地域で実施中！～



水俣市 もやい・ふれあい菜園



菜園の作物を使い、会食や配食をします。
 料理をする人、畑作業をする人、おいしく食べる人。
 それぞれができることを楽しみます。

収穫の喜び
 通学の児童や住民も生長を見守っています。