

# 仙台市泉区 連合町内会長協議会だより

第46号 令和6年3月

## 目次

連合町内会紹介	1
会長挨拶、泉区連合町内会長協議会事業	2・3
【特集】まちの「わ」題	
「ひまわり」でつながる地域コミュニティ	4
新しい集会所ができました!	4
泉区役所建て替えに向けて敷地内の 土木工事が始まる!	5
会員一覧、市政功労者表彰、泉区連協表彰	6

## 連合町内会紹介



### 地域みんなが笑顔で挨拶する町を目指して!

向陽台連合町内会 会長 緑川 武夫

#### <『過去と云う柵の無い 向陽台』の現状>

向陽台団地は、仙台市及び泉区の最北部に位置し、雑木林を切り開いて造成された団地です(『柵の無い向陽台』という由縁です)。およそ50年前に開発されたこの地に多方面から同年代の若者が新天地を求めて移り住み、地域コミュニティづくりに取り組みながら、現在は約2,500世帯、約5,600人が暮らしています。

定住後20～30年は活気のあるミニタウンでしたが、店主の高齢化や近隣への大型店の進出により団地内の商店は減少しています。しかしながら近年は若い住民たちから再興の声が高まっており、地域の他の連合町内会などとも協力しながらこれからの向陽台を構築すべく頑張っているところです。

#### <活動状況>

団地内の住民全体に占める65歳以上の割合は約30%と高齢化が進んでいることから、連合町内会の活動で特に力を入れているのが福祉面です。また、今後懸念される大規模災害について、東日本大震災では団地内で倒壊家屋が1軒もなかったことから自宅避難が住民にとって良い避難場所の一つと考えられますが、そのために必要な情報や物資のリスト化を進めているところです。

連合町内会も間もなく創設50周年の節目を迎えようとしています。向陽台の



▲向陽台相撲やぐら解体

シンボルだった相撲櫓が老朽化により取り壊されるなど、50年という年月の間に様々な面で変化しなければならないと痛切に感じるがありました。そのため、令和5年の夏祭りを従来の『櫓を組んで輪になっ



▲ひまわりフェスタ(会場の様子)



▲ひまわりフェスタ(竹灯籠)

て』ではなく『ひまわりフェスタ』の名のもと、参加団体を公募で集め、キッチンカーを導入するなど新しい趣向で行いました。今後も地域で試行錯誤しながら新たな挑戦や活動を続けていきたいと思っています。

#### <結びとして>

向陽台団地には、潜在能力やパワーがあふれています。新型コロナウイルス感染症対策で実施を見合わせていたどんと祭や防災訓練、フェスタ、あそびの天国、福祉サロン、その他数々のイベントをこれから順次復活させる予定です。

「コロナ禍前のような活気ある向陽台に戻そう!」、「誰からも魅力ある向陽台団地と言われるようにしよう!」という思いのもと、子どもから高齢者まで地域全体が腕を組みながら自治会活動が続けていきたいと思っています。

## 会長挨拶



## ごあいさつ

仙台市泉区連合町内会長協議会 会長 傳野 貞雄

泉区内にお住まいの町内会の皆様には、日頃から泉区連合町内会長協議会の運営等にご協力いただき、心から感謝申し上げます。

また、皆様が日々取り組んでおられる町内会活動において、様々な地域課題があり、その解決に力を注がれていることに、敬意を表するものです。

さて、この3年余り、町内会役員の皆様は新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、地域の各種イベントの開催中止や延期、地域活動・交流の拠点となる施設の利用自粛など、大変なご苦勞をされてきたことと思います。昨年、感染症の法律上の位置づけが季節性インフルエンザと同じ5類へと移行され、行動制限も大幅に緩和されたことから、各地域ではお祭りやレクリエーション等、コロナ以前の活動を再開されているのではないのでしょうか。

一方で、住民の少子高齢化やライフスタイルの多様化など地域を取り巻く環境が大きく変化する中、多くの町内会では町内会加入率の低下や役員の担い手不足といった課題を抱えており、今後の町内会運営において難しいかじ取りを迫られることが想定されます。こうした状況のもと、いくつかの町内会で

は電子化による町内会運営の効率化や前例にとられない新たな手法でイベントを開催するなど、試行錯誤を行いながら新たな取組みに挑戦する町内会も増えています。

環境美化活動、防災対策、避難所運営、防犯活動、高齢者の見守りなど、多岐に渡る地域活動を進めていくためには、町内会の持続可能な組織としての対応が重要になってくるものと考えております。

当協議会としましては、意見交換や研修の場を設けるなど、町内会活動の充実やコミュニティの活性化に資する取り組みを引き続き進め、行政や各種団体と連携を図りながら「安全・安心で住みよいまちづくり」に向けて引き続き努力を重ねてまいります。

今後とも当協議会の運営等に対するご協力をお願いいたしますとともに、皆様の今後益々のご活躍とご健勝、そして各町内会の益々の発展を祈念してご挨拶といたします。

## 新任単位町内会役員研修会

日時 令和5年6月28日(水)

会場 泉区役所東庁舎5階大会議室

参加者 29名

新しく町内会長になられた方や役員をされる方を対象に開催しました。初めに、当協議会の傳野貞雄会長が「町内会活動について」と題して、町内会の基礎的な役割や、町内会を取り巻く状況をデータ等でわかりやすく解説するとともに、発災時の町内会活動や最近の共通課題など、豊富な経験を基にお話ししました。

続けて、当協議会発行の「町内会活動の手引き」を基に、区役所担当課等から町内会への支援制度等について説明がありました。



▲新任単位町内会役員研修会の様子

## 連合町内会長研修会

日時 令和5年11月13日(月)～14日(火)

会場 山形県最上郡、鶴岡市  
(SDGsをテーマとした視察)

参加者 13名

1日目は最上郡の「ウッドトラス金山」、「(株)庄司製材所」を訪れ、製材で発生する樹皮等の廃棄物を木質バイオマス燃料のチップやペレットに製造する工程やバイオマスボイラーを視察しました。

2日目は鶴岡市の「鶴岡浄化センター」を訪れ、下水処理場から発生した汚泥を消化槽で発酵し、その際に生じるメタンガスを燃料として利用する発電所を見学しました。

本研修を通して、持続可能な開発目標(SDGs)に基づく事業が、資源の有効活用だけでなく、地域づくりや雇用創出、地場産業の振興等に繋がっていることを学びました。



▲鶴岡浄化センター



東北福祉大学 教授  
河村 孝幸氏

**日時**

令和5年  
9月6日(水)

**会場**

秋保リゾート  
ホテルプレゼント

**参加者**

45名

**単位町内会長研修会**

東北福祉大学 教授 河村 孝幸氏を講師にお招きし、当協議会に所属する単位町内会の会長を対象に、「今日から実践！健康長寿に向けたフレイル対策」と題して、最近よく耳にする「フレイル」とは何か、他地域の取り組みや対策、予防のための効果的な運動など実践も交えながらご講演いただきました。受講された方々からは、「フレイルへの気付きや予防法が参考になった」「これからの活動に役立つ」などの感想が寄せられました。以下に講演の一部を紹介します。

**▶フレイルとは？**

「フレイル」とは心身の活力が低下している状態のことで、次の3つの要素で構成されています。①身体(歩くのが遅くなった、力が弱くなった、疲れやすくなったなど)、②精神(心や認知機能の不安が出てきたなど)、③社会性(人付き合いや外出する機会が少なくなったなど)。例えば、感染症にかかった、転んで骨折した、親しい人を亡くしたなどの災難に直面した際に、通常であれば、ご自身の行動や周囲の関わりによって立ち直ることができますが、フレイル状態にある人はそのような出来事がきっかけで、ますますフレイルが進行し、介護を要する状態に陥りやすくなるため、全国的にフレイルに対する様々な取り組みが広がっています。

**▶フレイルに対する取り組み**

千葉県柏市での先進的な取り組みでは、東京大学高齢社会研究機構・飯島勝矢先生が、フレイルを見つける方法として、11のチェック項目を提案しています。柏市では、地域の集まりなどで定期的にチェックを行い、外出が減っている方には積極的に外出の機会を提供したり、栄養不足の方には食事会を開いたりしています。フレイルは病気ではないため、人とのかかわり次第で、フレイル状態から脱することも可能です。住民自身が身体や生活の状態を確認している地域では、

**◆イレブンチェック**

分類	No.	質問項目	回答	
栄養	1	ほぼ同じ年齢の同性と比較して、健康に気を付けた食事を心掛けていますか	はい	いいえ
	2	野菜料理と主菜(肉または魚)を両方とも毎日2回以上は食べていますか	はい	いいえ
口腔	3	「さきいか」「たくあん」くらいの硬さの食品を普通に噛み切れますか	はい	いいえ
	4	お茶や汁物でむせることがありますか	いいえ	はい
運動	5	1回30分以上の汗をかき運動を週2回以上、1年以上実施していますか	はい	いいえ
	6	日常生活において歩行または同等の身体活動を1日1時間以上実施していますか	はい	いいえ
	7	ほぼ同じ年齢の同性と比較して、歩く速度が速いと思いますか	はい	いいえ
社会性 こころ	8	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	いいえ	はい
	9	1日1回以上は、誰かと一緒に食事をしますか	はい	いいえ
	10	自分が活気に溢れていると思いますか	はい	いいえ
	11	何よりもまず、物忘れが気になりますか	いいえ	はい

回答の右側(ピンク色)に多く該当する人はフレイルの可能性がります。(東京大学高齢社会総合研究機構・飯島勝矢先生作成)

取り組みがうまくいっています。

また、寿命を延ばす秘訣の一つとして、社会とのつながりが影響していることが分かっています。身近なところで、近所の人が集まり、運動する機会を作ることなどが非常に大切だと言われています。

**▶自分の現状を知ろう**

筋肉、骨や軟骨、それらを動かす神経などは身体を支える・動かすために必要な「運動器」です。「運動器」の不具合が原因で移動動作に支障が出てくることを、「ロコモティブシンドローム」と言います。①歩く速さ、②握力の強さ、③立ち座りの速さ、④ふらつきやすさ、⑤ふくらはぎの太さ、の5つが代表的な「運動器」の調子の確認方法です。

健康づくりをしていく上で一番大切なのは、自分自身の身体の現状を知り、それを受け入れて、これからの過ごし方に生かしていくところが大切になります。

**▶フレイルを予防する動き方**

フレイル予防のための運動として、次の4つの動き方を日常生活に取り入れてみてください。①よく動く：横になる、座っている時間を減らす。運動と生活活動(労働・家事・趣味など)



で最低1日4,000歩歩く。②おおきくたくたく動く：姿勢を正し、縮こまった筋肉を伸ばす習慣をつける。③うまく動く：わざとバランスを取りにくい

▲フレイル予防の体操を行う様子  
立ち方などをして、バランス能力を保つ。④しっかり動く：筋肉を使わないと衰えていき、いざというときに動けないため、日々の生活の動作で、いつもよりも身体を大きく動かす、素早く動かすことにより、筋肉に適度な刺激を与えることで筋繊維を強く太くする。

**▶最後に**

「フレイル」とは何かと聞かれたときに、答えられるようになっていただき、フレイル予防の取り組みを皆さん自身が実践し、地域の活動にも取り入れていただければと思います。



## 『ひまわり』でつながる地域コミュニティ



向陽台学区町内会連絡協議会（以下、「協議会」）は、学区内の13町内会で構成する団体で、夏祭りやどんと祭、防災訓練などを行ってきました。しかし、町内会役員の高齢化

や人手不足、新型コロナの影響による開催自粛でイベント運営経験者が少なくなったことから、藤森さんは、これまで先輩たちが積み上げてきた経験やノウハウを大切にしながらも新たな方法が必要であると感じ、参加団体が自主的に運営を行いながらみんなで作り上げていく「学園祭」のようなイベント『ひまわりフェスタ』を企画しました（『ひまわり』は向陽台学区でシンボルとして使用されています）。

『ひまわりフェスタ』は、まずは自分たちが楽しめるイベントにしようという考えのもと、実行委員を各町内会の役職者以外の方から選出し、企画段階から運営に参画してもらうことにしました。実行委員のメンバーは比較的年代が近く、自由に意見交換を行い楽しみながらイベント運営に取り組むことができました。



▲ひまわりフェスタ（体育館の様子）

向陽台学区町内会連絡協議会 事務局 藤森さん

そして、これまでは各町内会に割り当てられていたブース出展や出し物、ステージ発表等を、地域の様々な団体から広く募集しました。すると、町内会だけではなく社会福祉協議会や子供会、地域で活動するサークル団体、小中学校の吹奏楽団など数多くの団体から申し込みがあり、会場である向陽台小学校のグラウンドや校舎全体を使用しながら盛大に開催することができました。

また、協議会では令和2年度から地域内の運動広場で、スポーツや様々な遊びに触れ合うイベント『ひまわり あそびの天国』を開催しています。3年目となる今年は、ティラノサウルスの着ぐるみを使用した「恐竜レース」や会場内に新たにキッチンカーを導入するなど、試行錯誤しながら取り組んでいます。

藤森さんは「イベントはあくまで手段であり、目的は地域のコミュニティづくりです。上手いかわかりませんが、まずはやってみよう、失敗したらその時考えようという発想のもと、これからもコミュニティづくりに取り組んでいきたいです。」と話してくれました。



▲ひまわりあそびの天国(恐竜レース)

## 新しい集会所ができました！

将監三丁目町内会 花淵会長(写真右)、佐竹副会長(写真左)



将監三丁目町内会にはこれまで町内会が単独で所有する集会所はなく、隣の町内会と共同で使用していましたが、その集会所も平成25年頃から老朽化のため改築されることになりました。当時の町内会長はかねてから町内会単独の集会所が必要と考えており、集会所建設について、会員の意思を確認するため全戸アンケートを行いました。その結果、建設を希望する回答が多数を占めたことから平成27年12月に「集会所建設準備委員会」を立ち上げ（平成30年に「集会所建設委員会」に改名）、集会所の建設用地や広さ、予算や具体的な施工内容など検討を重ねてきました。委員会の中心的な役割を担っていた佐竹副会長は、「集会所の建築工事を依頼する住宅メーカーを探していましたが、予算を提示したところほとんどの会社から断られてしまいました。それでも20社以上に声をかけ、何とか2社から良い回答をいただき、業者のプレゼンによって決定することができました。」と建設に至るまで多大な苦勞があったことを話してくれました。「バリアフリーや広々トイレの設

置など誰もが利用しやすい集会所になるように心がけたほか、なるべく費用を抑えるためにもロールカーテンやエアコン、室内のセンサーライト、入口に設置した集会所の看板など、可能なものは町内会に在住する方々の力を結集して作り上げました。」と話してくれた花淵会長。町内会には様々な知見や技術を持った方がいるので、その方々の協力を得ながら、「おらほの集会所」にしたかったとのことでした。令和5年2月から稼働し始めた集会所。花淵会長は「町内のコミュニティ活動の拠点としてこれから多くの方々に利用してもらい、町内会の活性化に繋がりたい。」と今後の抱負について話してくれました。



▲玄関内側のスロープ



▲集会所正面

集会所看板▶





仙台市泉区連合町内会長協議会 会員一覧 (令和6年1月1日現在)

連合町内会等名			氏名	役職	連合町内会等名			氏名	役職
1	泉西部地区連合町内会	庄司一夫		16	虹の丘連合町内会	三澤吉雄			
2	泉ビレジ館連合町内会	高島美之		17	泉中央連合町内会	高橋喜悦			
3	住吉台連合町内会	後藤郁雄	理事	18	向陽台連合町内会	緑川武夫	理事		
4	北中山連合町内会	佐藤重子	監事	19	山の寺連合町内会	山内功			
5	南中山連合町内会	原和子		20	泉中東地区連合町内会	草貴子	理事		
6	野村・上谷刈西連合町内会	早坂明		21	松森・鶴が丘連合町内会	鈴木英雄			
7	寺岡連合町内会	橋伸一		22	黒松連合町内会	白木新一郎			
8	高森連合町内会	太田國夫		23	南光台地区連合町内会	佐藤正治			
9	高森東連合町内会	傳野貞雄	会長	24	南光台東部連合町内会	熊谷早希子	理事		
10	泉ヶ丘連合町内会	田村守		25	八乙女地区連合町内会	小野諄一	副会長		
11	大沢・新田連合町内会	笹羅悟		26	桂連合町内会	山本寿充			
12	将監町内会自治会連絡協議会	樋口稔夫	理事	27	泉松陵連合町内会	高橋秀幸			
13	長命ヶ丘連合町内会	伊藤勝行		28	明石南連合町内会	塚本進	監事		
14	加茂連合町内会	阿部晃	副会長	29	紫山連合町内会	齊藤勉			
15	上谷刈連合町内会	本郷克美							

※南中山連合町内会については、会長代行

市政功勞者の表彰

市政の発展に貢献のあった方の表彰式が、令和5年7月3日に仙台国際センターで開催され、次の方が受彰されました。【順不同・敬称略】

- 山の寺連合町内会 山内 功
- 黒松連合町内会 白木新一郎
- 泉松陵連合町内会 高橋 秀幸

泉区連協表彰

令和5年度泉区連協総会において、当協議会の振興発展に寄与され、退会された方を表彰しました。【敬称略】

- ◆ 表彰状 (3年以上在職退会)  
高森連合町内会 日渡 清一
- ◆ 感謝状 (1年以上在職退会)  
泉ヶ丘連合町内会 鈴木 茂  
松森・鶴が丘連合町内会 山田 広

泉区連協

1年の動き

区連協では、総会で決定された事業計画に基づき、事業を行っています。

- ◆ 5月15日..... 総会
- ◆ 6月28日..... 新任単位町内会役員研修会
- ◆ 8月2日..... 第一回全体会
- ◆ 9月6日..... 単位町内会長研修会
- ◆ 11月13日~14日..... 連合町内会長研修会
- ◆ 3月..... 仙台市泉区連合町内会長協議会だより 第46号発行
- ◆ 3月15日..... 第二回全体会
- ◆ 年6回 (4・6・7・9・11・2月)..... 役員会

