

# エクレール郡山自治会

代 表 者 : 会長 佐久間 昭

活 動 地 域 : エクレール郡山壺番館、弐番館、参番館 (郡山市富久山町)

会 員 数 : 441人 (うち60歳以上129人)

## 【会の特徴】

- 平成5年に建築分譲された全戸数220戸という、郡山市内でも指折りの大規模マンションである。
- 自治会は戸数や住民人口の関係から、地域から独立しマンション内単独で設立され今日に至っている。

## 事業名：エクレール郡山住民交流会

### ◇事業化の背景と動機

本マンションは築25年を経過し、入居当時と比較して住民の高齢化が進み、家族構成も変化してきた。居住者実態調査では、60歳以上の住民が34%を越え、そのうち高齢者の独居世帯が6% (26戸)、夫婦世帯が18% (38戸) という実態が判明した。

そこで、平成29年度に管理組合法人理事と自治会役員で高齢化対策会議を立ち上げ、進展する高齢化にどのように対処するのか検討を重ね、平成30年度からその具体化に努めた。

### ◇地域への効果

マンション内には、管理棟1階にコミュニティエリア、アスレチックルーム、体育館、2階に多目的ホール、和室等を備え、集会やスポーツ活動を行うには恵まれた環境であり、かつ集合住宅のメリットを生かした住民同士の交流を深める活動を通して、高齢者の見守りや防災に役立てていくよう心がけている。

## 活動内容

- ① 住民交流会「EKふれあいカフェ」月1回
- ② 「健康スポーツ教室」月2回、ヨガ・ストレッチ、ウォーキング、卓球等
- ③ 「健康講話」月1回
- ④ 「趣味の会」月1回  
(手芸の会、囲碁・将棋の会、カラオケ・コーラスの会、ゴルフ友の会)
- ⑤ 高齢者独居対策検討会 随時
- ⑥ 住民防災活動の実施 年1回
- ⑦ 大規模マンション自治会の管理運営と高齢化対策の先進地視察研修
- ⑧ 高齢者の買い物・通院付添、掃除等生活支援ボランティアの検討

## 事業の実績

### EKふれあいカフェ

- ◆ マンション内の多目的ホールやコミュニティラウンジにて、毎月1回開催。  
住民同士が顔を合わせる交流の場を設けることにより、良好な人間関係を作ることができた。



### 健康スポーツ教室

- ◆ 9～2月にかけて、ヨガ・ストレッチ教室を10回開催。  
延べ120人の参加があった。  
なかなかできないポーズがあり大変だったが、数を重ねるうちにできるようになり、毎回楽しくなってきた。



- ◆ 11月11日(日)空のみちウォーク2018(福島空港公園)に9人が参加。  
天候にも恵まれ、綺麗な晴れ空の下、気持ちよくウォーキングを楽しんだ。



## 健康講話

- ◆ 11月21日（水）現役の介護職員を講師に招き「介護について」講演いただいた。

住民30人が参加し、介護について知識を得ることができた。



- ◆ 1月13日（日）鍼灸医院院長を講師に招き「東洋医学ツボ教室」を開催。

住民10人が参加し、講師から施術のポイントを教わった。

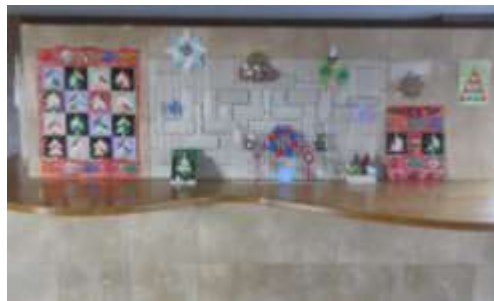


## 趣味の会（手芸の会）

- ◆ 9月に手芸の会を発足。全4回開催し延べ42人が参加した。同じ趣味を持つ仲間と定期的に顔を合わせ情報交換ができる趣味の会は、住民交流の場となっていた。



（作品作成の様子）



（クリスマス作品をマンション内エントランスに展示した）

## 事業に取り組んでみての感想

住民同士の交流会は以前から立ち上げの契機はあったが、なかなか実現しなかった。前述したとおりマンション内の環境には恵まれており、この環境を活かさない手はないことや、高齢化が進み、これからは相互の顔の見える関係が住みよいコミュニティを作ることがきるとの意識を持つ方々が積極的に参加して下さったことにより、予想以上のスタートができた。

イベントもできることから始めようとのことで、上記実績のようなことが行われた。今後は、まだ必要機材等が整わずスタートできていなかった事業を軌道に乗せるとともに、多くの住民の方々が参加できるような働きかけを心がけていきたい。