（様式第８号）

事業報告書（令和４年度）

事業名　コロナ禍で加速した「つながりの変化」に対応するために

団体名　地域社会学校－そらー　　担当者名　香川一美

※活動の様子がわかる写真と説明を必ず添付してください。

１．活動内容（日時、場所、参加対象者、人数、内容等）

居場所づくり・お話し会

2022 年 7 月 10 日、11 月 19 日

2023 年 2 月 26 日（全 28 名）参加費要

場所:団体会員自宅、公園、公民館行事やフリーマーケット参加等

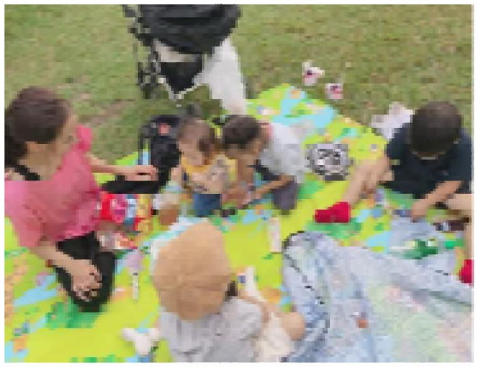
参加対象：誰でも

趣旨：「つながる・きく・はなす・くつろぐ」

人と人との触れ合いの尊さと大切さを再確認。

困ったときに相談し合える身近な（SNS ではない）人間関係の構築。

孤立せずに、人とつながる、地域とつながるための情報交換の場。



共食・食育活動

2022 年 8 月 27 日、12 月 18 日（全 16 名）参加費要

場所：団体会員自宅

参加対象：お子さんと一緒に

趣旨：体験活動を通じて食の学びと感謝の心を育む。

命のつながり（食物連鎖）を学ぶゲーム。

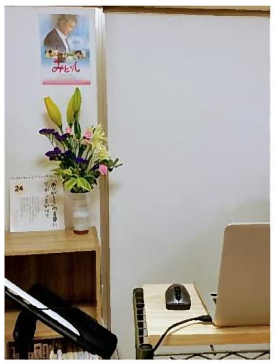
共同作業や人間関係をスムーズにするきっかけ作り。

みんなで食べること（共食）の楽しさを思い出す。

（様式第８号）

終活支援

2022 年 6 月 24 日、9 月 7 日、11 月 12 日（6 名）各自実費
場所：団体会員自宅、Zoom 等
趣旨：誰もがいつか迎える「死」を考える。
忌むものではなく、限られた自分の命を全うし、
人として生きていくために大切なことや、
終い支度について一緒に考える。
・介護をする側、介護を受ける側との
立場の違いによるそれぞれの葛藤と相談先の見つけ方
・エンディングノートの作成
・断捨離のすすめ
・相続は元気なうちに考えておく　　など



Zoom活用

意見交換会・勉強会

2022 年 6 月 16 日、9 月 17 日、2023 年 1 月 13 日（16 名）各自実費
場所：生涯学習センター、カフェなど
趣旨：「SDGｓに関与する活動について」「支援とは？」をはじめ、
「子育て」「引きこもり・うつ」「介護」等、意見を出し合い
テーマに沿って意見交換会や勉強会の開催

２．ESD の視点

①　事業を通じて、参加者にどのような気づきや意識・行動の変容があったか

「コロナ禍」だから心身に不調があるのではなくて、様々な行動規制や生活様式の変化により、外出機会が減り運動不足になっていたり、人と集ったり話したりすることが減って、孤立感や悲壮感が増し生きがいを見失ってしまっていることを共通認識としました。

苦しみ、悲しみや寂しさなど心に抱えているモヤモヤした心の葛藤は、自分だけではなくみんな同じであったということや、これからのアフターコロナの時代をどのように生き抜いてゆくのか知恵を出し合う場となり、希望を持つことができました。

知っているようで知らなかった「SDGｓ」についての理解を深めることができ「自分にできること」を考えていく動機付けとなりました。私たちひとりひとりの普段の行動が未来をつくっていくことや一人ひとりのつながりが社会をつくっていくことを教わりました。

（様式第８号）

② どのように学び合いを取り入れたか
年齢に関係なく心身ともに自律し健康的に日常生活が送れ、人生の最期まで希望を持って生きてゆけるように。身近な暮らしの生活課題の探り出しと解決に取り組んでいく。今年度は、ざっくばらんに話ができる少人数の会（コミュニケーションの場）を開きました。参加者同士が気付きや悩み事を共有し、相談し合える人間関係作りの場を提供。Zoom の活用で場所や時間に制限されることなく集うことができましたし、経費も大幅に削減することができました。専門家のアドバイスも取り入れ、自分たちの活動内容がぶれないように努めました。

③ どのような学びと実践を結び付ける工夫を行ったか
私たちは、コロナ禍で耳にすることが多くなった「フレイル」という言葉に注目しました。「この症状は高齢者だけなのか？」という疑問がわいて、これをヒントにして活動を工夫してみました。 ＜フレイルの要素＞ 身体的な衰え まず筋肉量の低下が挙げられます。 心理・精神的な衰え 認知機能の低下や「ボーッとする」「落ち着きがなくなる」などの変化。 うつ病を発症することもあります。引きこもりや不登校。 社会性の衰え 人や社会とのつながりが減っていくことです。また今であれば新型コロナウィルスによって、以前よりも人と会う機会が減っている現状があり深刻化しています。 本来、「フレイル」とは健康と要介護・寝たきりの間を指し、簡単にいうと「加齢によって心身が老い衰え、社会とのつながりが減少した状態」のことを指す言葉です。単なる身体的機能の衰えだけではなく、精神的脆弱や社会性低下なども生じることが特徴で、改善をせずにそのまま放置すると介護が必要な状態になる可能性が高く早期発見と適切な予防・改善をしていくことが大切になります。 「フレイル」の症状は、このコロナ禍においては高齢者だけではなく、年齢関係なく当てはまるのではないか！と考え、その中でも特に「社会性の衰え」に関し「であう・つながる・つながり続ける」ということを念頭に置いて活動を考えました。

（様式第８号）

３．取組の成果（事業計画書に記載した事業の目的・目標をどのように達成できたか。事業を実施してどのような成果があったか。）
・気兼ねなく自由に意見を交換できる場であった。 ・ZOOM も活用し、場所や時間に制限されることなく集うことができた。 ・相談者と同じ視点で見て考える「伴走型支援のすすめ」に関心を持った。 ・地域の中での自分たちの役割を発見するきっかけとなった。 「相手の立場になって考えてみる」「寄り添う」とはどういうことなのかと、深く考える機会となりました。「よりより支援とは何か」について考え、本人の状況に合った社会参加を目指しサポートしていくことの大切さを学びました。

４．今後の課題と展望（事業がどのように岡山地域の ESD の取組と持続可能な社会づくりの発展・継続につながるか）
コロナ禍で、外出意欲の低下や外出機会の減少でチラシ効果が薄く集客に苦戦しました。参加者が思うように集まらず開催予定をしていた専門家を招いての会場での講演会の開催は叶わず、Zoom 開催に変更しました。今年度は小さな活動ばかりで、参加者も子育て世帯に偏ってしまいました。今後の課題としては、思春期の子どもたちや心身の不調や生きづらさを感じている方々、情報や支援を必要としている方々と接点が持てるように、行政や機関との連携・関係構築し活動を広めてゆけるようにしていきたい。皆が、人生の最期まで安心して希望を持って生きてゆける岡山地域であってほしい。