

それいけ! 社協



高鍋社協広報誌

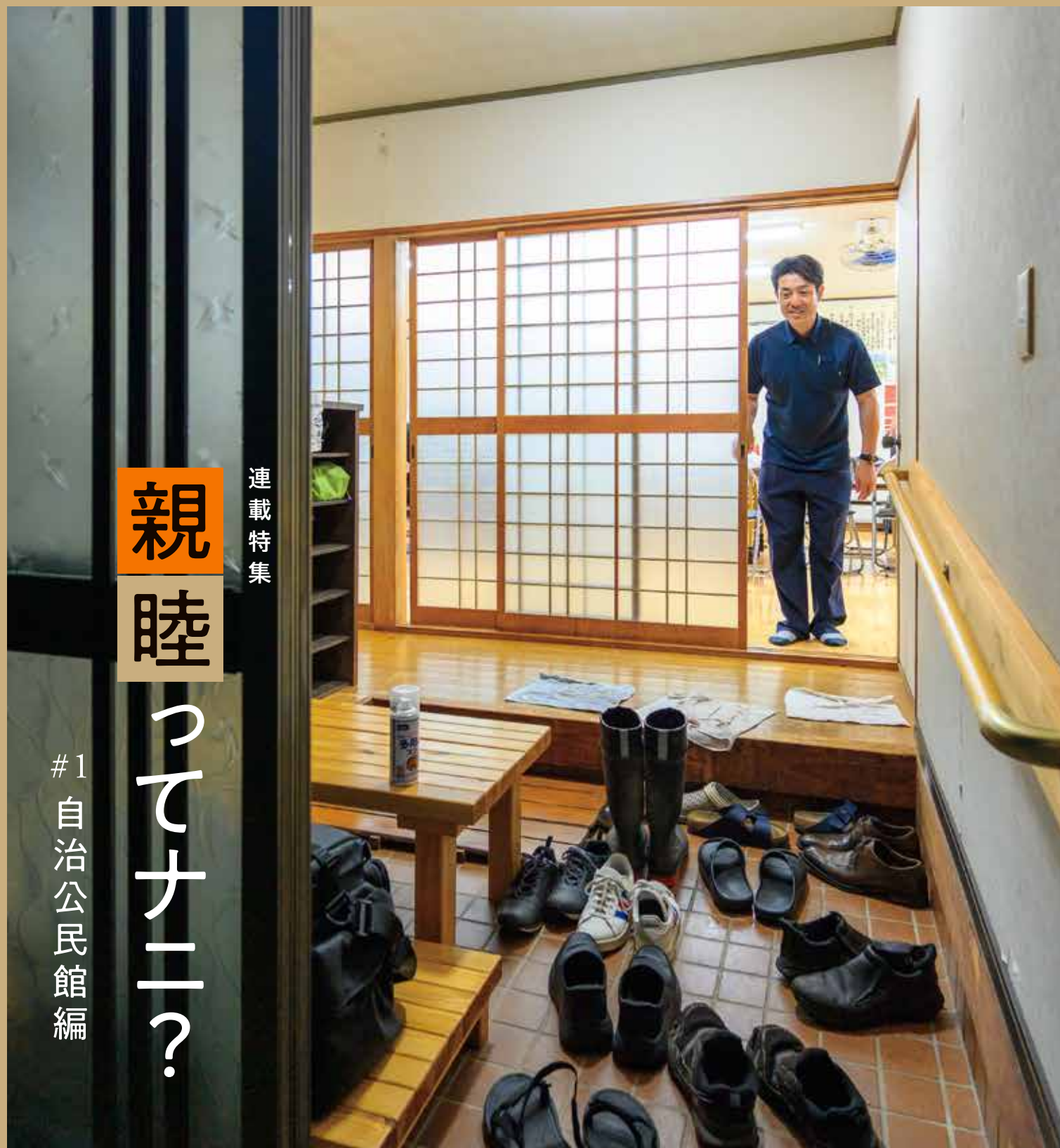
no.13 2025.10

親睦

連載特集

ってナニ?

#1 自治公民館編



親睦って ナニ?

- そこからはじまる地域のミライ -



写真左から順に小泉さん、館長の谷口さん、河野さん。三人のちょうどいい距離感に、普段の地域住民としての関係性が浮かびます。

#1 自治公民館編

互いに親しみ合うこと、仲良くすること。『親睦』を ネットで調べればそんな解説が目にとまります。でも最近では、この言葉自体あまり馴染みがなかったり？
今回は、^{みのえ} 蓑江地区自治公民館（以下、公民館）の 公民館長の谷口さんと、そこで役を担う河野さん、同じく蓑江地区に住む高鍋町社会福祉協議会の小泉さんと一緒に、親睦なくしては始まらない「公民館」というコミュニティとそこで紡がれる地域間でのつながりやこれからについて語り合いました。

谷：谷口 河：河野 小：小泉 ラ：ライター

公民館は未来への投資

ラ 早速ですが、公民館って皆さんにとってどんな存在なんでしょう？

河 うーん、公民館があるから誰かと知り合える。きっかけみたいなものですかね。

河 どの地区でも公民館の加入率の低さが課題になっていると思うけど、やっぱり楽しいことを企画していきたいですよね。夏祭りやイベントは、みんなにとって一つのきっかけや思い出になると思うので。

谷 そういえば、前に敬老会でバイオリンを演奏してもらったことがあったんだけど、そういう特技を持っている人の発表の場みたいなものもいいかもね。

河 いいですね！

谷 たくさんやりたいことはあるんだけど、実際にいろんな活動を見ると、公民館活動のメリットは何か？って聞く人も出てくる。でも、公民館活動は損得じゃなくて、未来への投資みたいなものなんです。

小 投資ですか。

谷 そう。すぐに成果が見えるわけではないけれど、役や清掃活動、イベントなどを通して人と人が出会い、きっかけが生まれる。長い目で見たときに、それが地域の未来を豊かにしていく力になると思っています。いずれは自然に活動が生まれていく地域になれば嬉しいですね。

-

きっかけは「やってみらんね？」

ラ そんなお二人は、どういう経緯で公民館に関わり始めたんですか？

河 公民館には「班長」という役割があるんですけど、私は、引っ越して2年目に班長をすることになったんです。

ラ え！

河 それから、今度は「体育部長をしてみらんね？」と声がかかり、担い手がいなかったので、引き受けて今年3年目になります。

小 それって最初は戸惑わなかった？

河 そうですね。やっぱり仕事をしながらなので、難しいかなと思ったんですが、どうしても人がいないならやってみようかなと。

谷 そうだね。私もここに住んで25年以上になるけど、公民館に関わってから地域や人をより知っていった気がする。

河 そうなんですね。

谷 あと、子どもや働き世代は、学校や職場があるけど、それ以上の世代は、地域の居場所みたいになっている人も多いと思います。清掃活動なんか、その世代の人たちが本当に一生懸命やってくれていてね。もし公民館がなくなると、地域の居場所を一つ失うことになるかもしれないなとも思う。

小 確かに。

小 やってみてどうだった？

河 引越して間もなく班長になった時は、大変でしたね。知り合いも少なく、地理もわからない状況だったので…。

小 そうだね。

河 でも、続けていると、いろんな人と知り合えて、コミュニティが増えました。もちろん、その土地のルールみたいなものはあるけど、外からやってきた僕にとって、人のつながりが自分の財産になっている部分があります。

ラ 谷口さんが館長になられたきっかけは？

谷 今から4年前、公民館長を決める側の役割が私に回って来たことがあって。その時に前任者に「公民館長になってほしい」と依頼したのが私でした。その流れで、今度は私に声がかかり、その役目を引き継ぐことになったんです。



自治公民館とは、地域に住む人々が親睦を深めながら、豊かで住みよいまちづくりのため自主的に運営する団体のこと。この日の菰江地区自治公民館では、夏祭り（写真右）に向けての準備や確認作業が夜な夜な開かれていました。仕事終わりにそのまま参加している人もちらばら。地域の人々が楽しめるための前準備に入念に向かっています。

ラ それは断りにくいですね（笑）

谷 一度はうやむやにしたんだけどね（笑）でも、教員時代にいろんな人に助けてもらったから、いつか何かなくちゃなとは思っていたんですよ。

小 やってみてどうですか？

谷 事務的なことから相談事までいろいろとあるので、仕事をしながら地区の役を担うのは大変だろうと思います。そんな中で、河野君の存在はありがたい。

河 とんでもないです。

-

公民館も社協も想いは同じ

ラ 社協と公民館の関わりはどんな感じなのでしょう？

小 社協としては、地域の方に福祉用具の貸し出しをしたり、地域（こども）食堂のお手伝いに行かせてもらったりしています。実は、社協も公民館も、住民主体で「地域の暮らしをよりよくしたい」という部分では同じなんですよ。

ラ なるほど。

小 まだまだ課題もあるんですが、これからは一緒にできることを増やしていきたいと思っています。

谷 それで言うと、災害時のことは、正直悩んでいるんだよね。自分の命を最優先にするのはもちろん大事だし、お互い助け合うのも大事だしさ。公民館として何ができるんだろうって。

河 災害がいつ起こるかわからないけど、もしかしたら、『そういえば、あの人が悪かったよね』とかって気にかけ合えるのも、顔見知りだからこそできるのかな。



小 そうですね。平時でも有事でも、地域のつながりが助けになることもあると思うので、社協としても一緒に取り組んで行きたいところです。

-

「親睦」と心地いい「距離感」

ラ 自治会に入る人が減ってきているという話もありましたが、実際はどうなのでしょう？

谷 そうですね。今この地区だけを見ると、加入率は50%を切っています。

小 どうして加入する人が減っているのだと思いますか？

河 やっぱ役割が回ってくる負担とか、近所付き合いが苦手な人もいらっしゃるんじゃないかなと。

ラ 河野さんはそうは感じなかったんですか？

河 僕は、川南町の消防団に21年入ってるのもあって、地区の活動自体には抵抗はそんなになかったんですよ。

谷 今と昔とは生活や価値観が変わって、多様になっているしね。

河 上下関係みたいなものも、昔と比べてゆるくなっていると思います。

小 公民館の在り方みたいなものも変わりました？

谷 変えたいとは思っているんだけど…

ラ というのは？

谷 地区の人がもっと楽しく暮らせるようにしたいん

だよ。 みんなが楽しめるようなことをもっとやってあげたいと思うわけよ。でも現実的には、資金の問題や物価高で難しい部分もあって。

ラ 悩ましいところですね。

谷 でも、そうすることで気軽に挨拶したり、心地いい距離感で暮らせるといいなと思う。それこそ、親睦につながってくるのかな？

河 親睦って、言葉としては今はあまり馴染みがないけど、なんとなくでも顔見知りだと声をかけやすい感じはありますよね。

小 確かに。

河 例えば、ちょっと離れた居酒屋とかで菰江の人に会って、なんか嬉しかったり。

小 でも、スーパーなんかで気を抜いている時に会って、ちょっと恥ずかしかったりね（笑）

谷 うん、そうだね。きっと地域で暮らすってそういうことだよ。



お話を伺った人



谷口清司（76歳）

高鍋町在住。元教職員で、現在は菰江地区自治公民館長を務め2年目になる。毎朝やっていることは新聞（2社）を読むこと。また、健康維持のため、軽い筋トレと室内ウォーキングを毎日継続している。



河野多加志（44歳）

川南町出身。約11年前、結婚を機に高鍋町へ移住。移住後も川南町消防団に在籍しながら、菰江地区体育部長を務め3年目となる。プライベートでは、娘の吹奏楽を応援することが楽しみとなっている。



小泉達成（49歳）

高鍋町社会福祉協議会事務局長。菰江地区の地域活動にも関わりながら、趣味の釣りとサッカー観戦を愛する3児の父の社協マン。高鍋社協HPにて「局長のひとり言」を随時更新中。

シユワッテ
インタビュー！



11つの世界

手話で重なる

もし、まちで耳の聞こえない人に
出会ったら、あなたならどうし
ますか？「何か伝えたいけど、どうすれ
ば…」。

そう思ったことがある人もいる
かもしれません。ここでは、高鍋手話
サークル「もくせい」の長友さん（聴者）
と山本さん（ろう者）のお二人に、手
話の世界について語っていただきました。

明日から使える意外なテクニックが見つ
かるかも。



長友 千恵子さん（左）

高鍋手話サークル「もくせい」会長 / 宮崎県登録手話通訳者。
宮崎市出身。約 20 年前に手話奉仕員養成講座に参加し、ろう者
との交流がきっかけで、手話の魅力にハマる。自分の手話表現に
不安を感じることもあったが、先輩から「あなたの手話とても表情豊
かでいいね!」と褒められたことが、現在の活動につながっている。

山本 美紗代さん（右）

1 級エクステリアプランナー / 2 級ビオトープ計画・施工管理士。
高鍋町在住。聴覚に障害を持ち、手話サークルを通じて地域
との交流を楽しむ。エクステリアプランナーとして、緑を取り入
れた心地よい住まいやまちづくりを考えるのが楽しみ。季節の移
ろいや生き物の営みを感じられる暮らしについても探求中。

——お二人が手話に出会ったきっかけは？

長友 私は 20 年ほど前、回覧板で講習会を知っ
たのがきっかけです。英語は苦手で「手話なら世
界中の人と話せるかも!」と思っていたんです。で
も、実際には、国によって手話が違うことがわかり、
野望果たせず（笑）それからどんどん手話の世界
の奥深さを知っていきました。

山本 私は、1 歳の時に耳が聞こえないと判明し、
小学校に上がるまでは、ろう学校の幼稚部に通い
ました。当時は、口の動きで言葉を読み取り、自
分の声で話す「口話」が重視されていて、手話は
教えてもらえなかったんです。だから、手話と出会っ
たのは、小 1 の時。母に勧められて通い始めた手
話サークルがきっかけでした。

長友 そうだったんだ! 知らなかった!

——長友さんのいう、手話の奥深さって？

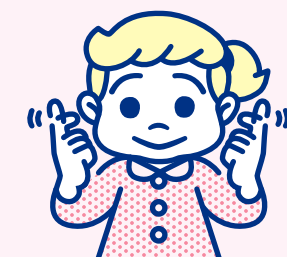
長友 ろうの方と手話で会話すると、手の動きだ
けでなく、心の奥も感じ取ってくれているような気
がするんです。手話が下手でも、表情や身振りで
「伝えたい」という感情を乗せるとわかってくれる。
手話のコミュニケーションは、ストレートに伝わる
ので「私が本当に言いたいことは何だろう?」と、
声で伝える時より考えているかもしれません。

こんにちわの手話

お昼間の挨拶



右手の人差し指と中指を重ねて自
分の額に当て、時計の正午を表
したあと、両手の人差し指を向か
い合わせておじぎのように曲げる。



ちがいの面白さ

コーヒーの手話



左手の 5 本の指を丸めてコップ
を持つように構え、右手の人差
し指と親指はスプーンを摘んだ
ような形にして、左手の上でく
ると回す。

コロナの手話



右手を指文字の「ア」にし、
右手の親指を下にしてかき混ぜ
るようにすると「ココア」になる。

山本 手話と表情はセットなんですよね。だか
ら、手の動きが少し間違っている、表情を見れ
ば「あ、これが言いたいんだな」とわかります。

長友 あとは、時代と共に新しい手話が生まれる
のも面白いよね!

山本 確かに。例えば「スタバ」や「コロナ」と
いう手話も、若い人たちの中から生まれてきたもの
なんですよ。

——面白い! 普段の生活で困ったことは？

山本 私は、口の動きで相手が何を言っているか
だいたいわかるので、聞こえていると思われること
があつて。早口で話されたり、口元が見えないと
読み取れません。あとは、「たまご」と「たばこ」
のように、母音が同じ言葉は判別が難しいので、
手話があるとわかりやすいですね。

長友 コロナ禍の時はマスクだったしね。

山本 そう。でも、最近では、スマートフォンの文
字起こしアプリが役立っています。笑い声もキャッ
チしてくれるんですよ。

——すごい! 逆に、嬉しかったことは？

山本 最近一番嬉しかったのは、10 年来の付き
合いがある東京の仕事相手が、リアルで会う前に
YouTube で挨拶や簡単な仕事の手話を覚えてきて

くれたことです。手話は、筆談や口話より言いた
いことがダイレクトに伝わるので、手話で話せて楽
しかったな。

長友 わー、それは嬉しいね。

——読者の皆さんにメッセージを

長友 私も最初は、手話を読み取れなくてもどか
しい思いをしました。でも、相手の話していること
をもっとわかりたいという気持ちが今につながって
います。少しでも手話に興味を持ってくれる人が増
えたら嬉しいです。

山本 もし、町で手話を使う人を見かけたら、間
違っていてもいいので、ここにある手話などを使っ
て話しかけてみてください。大事なものは「話したい」
という気持ち。それがとても嬉しいんです。

個性をなぞって

スターバックスの手話

両手を指文字の「ス」の形（親
指を伸ばし、薬指と小指は曲げ
る）にし、スターバックスのロゴ
の女性の髪の毛のようにふわふ
わとさせる。



高鍋手話サークル「もくせい」



毎週火曜日
19 時半～活動中
場所：高鍋町老人福祉館

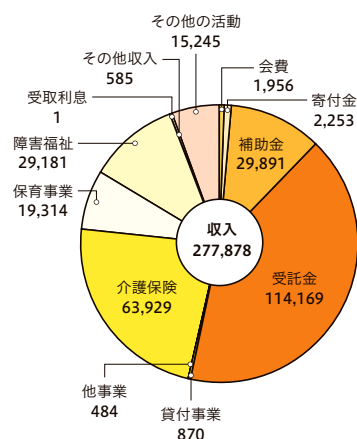
見学はお気軽に



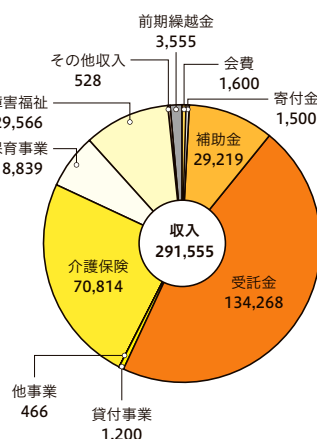
会計報告

町民のみなさまには年間を通して、ご支援・ご協力をいただき、誠にありがとうございます。心より感謝申し上げます。これからも「安心してともに暮らせる地域社会の実現」に向けて、積極的に取り組んで参りたいと思います。一層のご指導ご鞭撻を賜りますようお願いいたします。

令和6年度決算



令和7年度予算



単位：千円

新職員紹介

これからお世話になります！

Q. A：趣味・特技

B：高鍋社協で働こうと思ったきっかけ



白水 美幸
地域・総務係

A コーヒーを淹れる&読書

美味しいコーヒーを求めて探し回る日々です。オススメのコーヒー、本があれば教えてください。

B 地域のつながりを大切に、助け合う心を育むお手伝いがしたいと思っています。



高山 美由紀
まちなかコラボ

A 料理、温泉、旅行、コンサート

美味しい物を食べる幸せ！非日常を味わえる温泉や旅行、コンサートでの感動で心を豊かに。

B 見学させていただいた時、子供への愛情、子供への食育を大切にしていると感じたからです。



東 達也
子ども家庭支援センター「みらい」

A スポーツ観戦

最近は色々なスポーツがテレビで放送されているので、楽しみが増えています。

B 住民の方により近く、かゆい所に手が届く支援をしたいと思い入職しました。



大西 美和子
認知症初期集中支援員（地域包括支援センター）

A 推し活

かわいいものが大好きで、好きなキャラクター達の推し活をして、日々癒されています。

B 高齢なのに雇用していただいた事と、今までの経験を生かして仕事ができると思ったからです。



柳田 佑菜
こゆ成人後見支援センター

A 温泉施設のサウナ&カラオケ

カラオケは声出し！上手くなる事は目指さず、息子と二人ひたすらに歌って踊ってはっちゃけます。

B 成人後見制度に携わり自分を成長させたい！児湯郡で人脈や行動範囲を広げたい！



我那覇 美来
障がい者（児）等基幹相談支援センター

A 犬と猫と遊ぶこと

ひたすら癒されます。そこにいてくれるだけで幸せです。

B 様々な職場を見学しましたが、一番魅力的に感じました。実際良い方ばかりで働きやすいです。

6月

5月

4月

3月

2月

1月

篠志寄附金
久保田博
岡部ミエ子
泉勇一
金丸哲蔵
工藤裕子
鈴木民代
福永文子
工藤秀人
金丸イサ子
岡部一男
久保田すみえ
大福裕子
(株)笑ころ
東亮太

岩村ユミ子
河野重雄
松浦正晴
宇治橋智幸
多田澄子
矢野シナエ
松浦妙子
河野重雄
岩村進
下屋敷
多田樹寛
矢野清蔵
松浦輝美
上永谷
宮田
中鶴

篠志寄附金
永友尚志
北園幸子
松田幸子
杉英樹
黒木明
岸上直幹
河邊芳敬
河邊瑛樹
岸上ツヤ光
黒木和子
杉美代子
原千江子
北園一己
永友信博
石坂良雄
持田
舞鶴団地

篠志寄附金
小澤宏之
荒川利通
橋本重美
溝口裕子
前田ヨシ子
清水昭義
前田光子
平川ヨシ子
溝口芳男
橋本ユキ
荒川チハル
小澤方子
前田光子
(有)事務機のフクモト
篠志品
田口美香代

篠志寄附金
山下良二
矢野順子
松岡重企
間則夫
松岡功子
矢野陽子
山下健三郎
馬場原
鵜の会
(株)笑ころ
東亮太

乙野吉秀
税田竜司
税田洋美
乙野吉秀
坂本
日高恵美子
岩坊伸一
善家次雄
奥村通晃
鍾野恵利子
鍾野氏子
馬場原
下屋敷
日高ミチ
岩坊京
善家弘子
奥村弘子
老瀬
南町
馬場原
下屋敷

寄付者氏名 一故人一住所

忌明寄付

令和7年1月1日から6月30日まで次の方々からご寄付がありました。個人情報保護法に基づき了承を得た方のみ掲載しております。



高鍋町社会福祉協議会の財務情報は
ホームページに掲載しております。

発行 社会福祉法人 高鍋町社会福祉協議会
宮崎県児湯郡高鍋町大字北高鍋 300 番地 ☎0983-22-4076
令和7年10月発行



総合福祉
高鍋社協