

地	域	を	元	気	に
し	て	い	る		
活	動	事	例	集	
		2	0	2	0



ふくしまちづくり



■ はじめに ～コミュニティビジネス応援宣言！～

伊賀市では、誰もが安心して暮らせるまちにするために、その取り組みの方向性を示した「伊賀市地域福祉計画」を平成17年に策定しました。この計画に盛り込まれている理念を実現するために、「地域福祉活動計画」に基づき、地域の住民や団体、福祉サービス事業者、行政及び社会福祉協議会が中心となり推進を図っています。計画を推進するなかで、第1次計画から「コミュニティビジネス検討部会（現：コミュニティビジネス推進検討部会）」を設置し、第3次計画に至る15年間、先進事例を市内の取り組み団体に紹介したり、専門家による相談会を開催するなど、活動を応援してまいりました。

当部会が平成20年に発行した『地域を元気にしている活動事例集』から12年が経過し、伊賀市内でもコミュニティビジネスに取り組む地域がますます増えてきています。12年前にも取り上げた2つの事例“ういの丘”と“伊賀島ヶ原おかみさんの会”の現在をお伝えするとともに、魅力ある様々な事例を紹介するため、この度『地域を元気にしている活動事例集2020』の発刊に至りました。

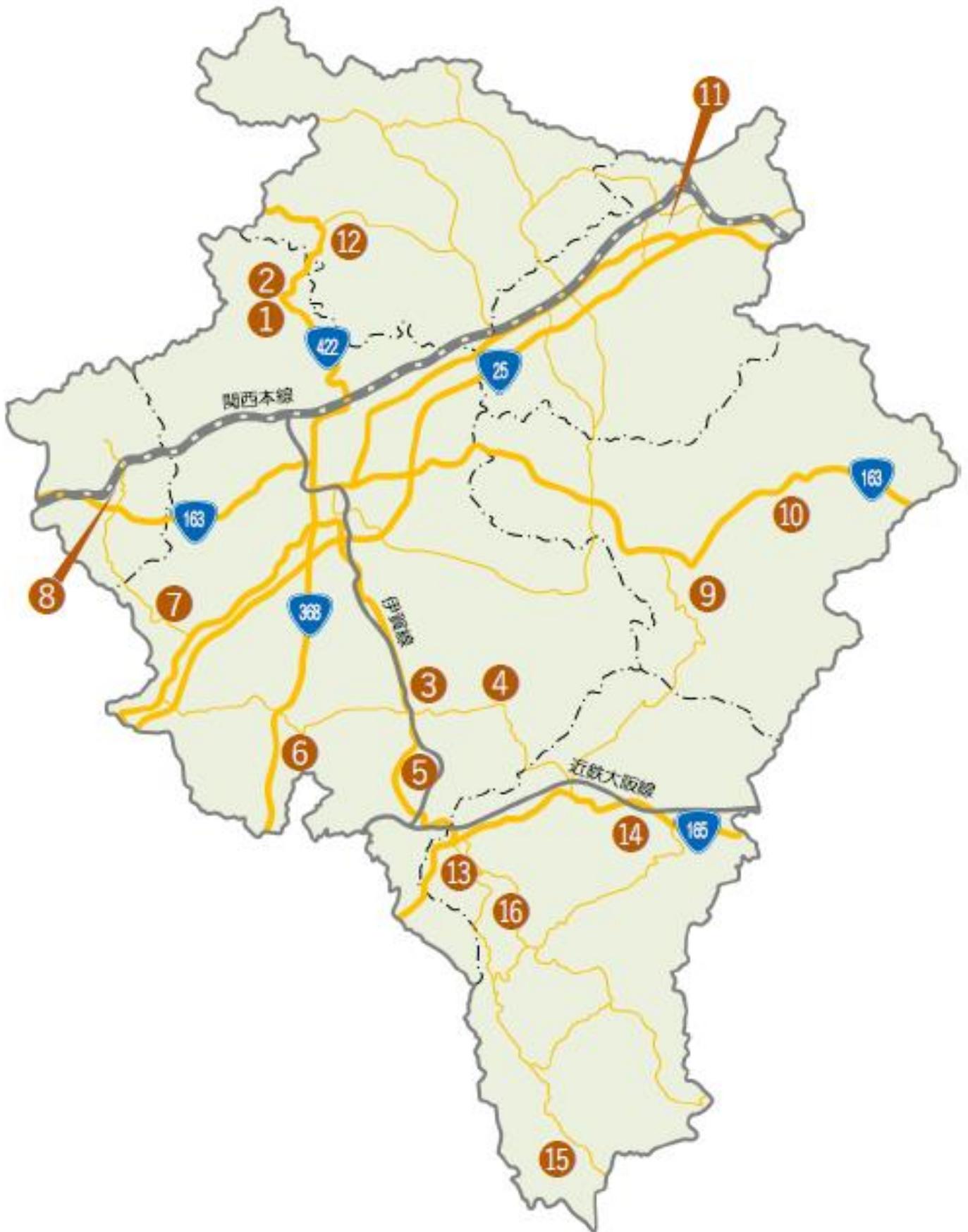
本冊子が、これからコミュニティビジネスに取り組もうと考えておられる方に、あるいは、うまくいかず悩んでおられる方にとって、何かのヒントやビジネスパートナーが見つかるなど、そのきっかけづくりや取り組みの一助になれば幸いです。

伊賀市社会福祉協議会の地域福祉コーディネーターも、地域課題を解決するためのアドバイスや情報提供、企業×福祉団体のマッチング等、地域がどんどん元気になるように支援させていただきますので、お気軽にご相談ください。



社会福祉法人 伊賀市社会福祉協議会
コミュニティビジネス推進部会 一同

1. コミュニティビジネス各拠点



2. コミュニティビジネス活動事例

- ① すわの郷 P1～2
- ② 特定非営利活動法人ささゆり P3～4
- ③ 農事組合法人あぐりぴあ伊賀ちよっくら市場 P5～6
- ④ 企業組合旬菜工房笑み P7～8
- ⑤ かんべいきいき市 P9～10
- ⑥ 野菜・果物・花市場うにの丘 P11～12
- ⑦ 白樫：福祉・防災ボランティアの会 P13～14
- ⑧ NPO 法人伊賀・島ヶ原おかみさんの会 P15～16
- ⑨ 布引地域住民自治協議会 P17～18
- ⑩ NPO 法人あわてんぼう P19～20
- ⑪ NPO 法人杜のカフェいこいこ P21～22
- ⑫ 丸柱地域まちづくり協議会 P23～24
- ⑬ いっぷくしてだあ～こ P25～26
- ⑭ こうづの郷ふれあい市場 P27～28
- ⑮ ふるさとづくり上高尾の会 P29～30
- ⑯ NPO 法人まちづくり桐ヶ丘 P31～32

* 本事例集内の写真には、新型コロナウイルス感染拡大以前に取材・撮影したものを
含みます。

3. 地域福祉コーディネーターより

- 地域福祉コーディネーターより P33～34

01

配食 × 見守り

配食サービスを活用した見守り活動

すわの郷

〒518-0021

三重県伊賀市諏訪 2438-1

■開催日時

毎週木曜日

13:00 ~ 17:00

■活動開始時期

平成 29 年 3 月 24 日

■週に 1 回の配食 1 食 500 円

■参考にした事例

・『かめっち』

(岡山県久米郡美咲町)

・鳥羽マルシェ

・あわてんぼう



■何気ない日常のつながりを大切に！

すわの郷では、配食サービスを行う中で、高齢者の「食」の支援をしながら見守りも兼ねる事ができ、時には話し相手にもなるという、何気ない日常のつながりを大切にしている。

配食サービスを心待ちにしてくれている人たちがいることがスタッフのやりがいにもなっている。上記写真の 4 名は、手作りのぬくもりのあるお弁当が配られると和やかな雰囲気の中、会食会がはじまる。

■地元野菜をふんだんに！

地元野菜をふんだんに使った、あっさりとしたメニューが人気の秘訣。

ある日のメニューは、サンマの煮つけ、かき揚げ、カボチャの天ぷら、里芋の煮つけ、茹でたブロッコリー、筑前煮、酢の物、ゼリー、漬物とバラエティ豊かである。





■活動を始めたきっかけ

諏訪地区高齢化率 50.3%と市内で5番目に高い状況がある。いっぷく茶屋「山のたまご」が閉店したが、平成28年にトンネルが完成し、なんとか活性化できないものかと考えていた。

活性化委員会が発足し、どぶろくやカフェ、配食サービス等が検討された。諏訪地域振興基金 100 万円、伊賀市地域活力支援事業補助金 50 万円、寄付金 10 万円の合計 160 万円を活用し、事業展開することとなった。

■高齢者の生きがいづくりにコミュニティビジネス

すわの郷のスタッフの要件は、性別・年齢不問！唯一、元気で働ける人！この条件のもと、高齢者雇用を推進することで、生きがいづくりとなっている。

調理場所として、閉園後の保育所施設を有効活用できたことによって、地域の活性化につながった。

農産物の食材は極力地産地消を心掛け、『普段着の食事』をコンセプトに提供している。

見守りも兼ねた訪問では、つつい長話になることもある。

■新たなスタッフを迎え入れ頑張っていきたい

スタッフは 60 歳～70 歳過ぎと比較的若いことが特徴であるが、新たな地域スタッフを迎え入れ、頑張っていきたいと考えている。

配食サービスを継続していくためにはどうしても厨房機器の更新をしていく必要が出てくることが予想される。余っている厨房機器の支援も募っている。



02

諏訪 × 外出支援 × 地域力

地域で福祉有償運送

特定非営利活動法人ささゆり

〒518-0021

三重県伊賀市諏訪 441-1

☎0595-51-0322

■開催日時

月曜日 ~ 金曜日

8:30 ~ 17:15

※時間は必要に応じて変更可
※利用がなければ普段も休み

■活動開始時期

平成 24 年 3 月 19 日



「地域の力でなんとかしたい！！」という思いから、“支え合い”と“譲り合い”を合言葉にお年寄りの外出支援や日常生活支援を行う NPO 法人ささゆりを平成 24 年に設立した。

諏訪地区は市街地から 10 キロも離れている。スーパーもないし、医療機関もない、今まで地区のことは自分たちでやってきた。

高齢化率が高くなるにつれて、将来は限界集落になると予想される。しかし、自治会では福祉サービスの提供までは手が届かない、でも誰かがやらなければならない。そのため、元気なお年寄りが移動支援を必要としているお年寄りを助けていこうと取り組みを進めた。

利用登録者も「立ち上げてもらって、ほんとにうれしい」と話し、当初の倍近くになってきている。担い手である運転者も女性を中心に増え、地域の中で支え合いの輪が広がってきている。



■活動を始めたきっかけ

当時の高齢化率が40%と、特に医療機関への通院に困っていた。併せて、バスの回数も減ってきており、何よりバス停までの道が狭く大変であった。そして、軽自動車で『ドア to ドア』の対応の必要が高まってきた。

そこで国の地域支え合い体制づくり事業補助金（2年間で1000万円）を活用し、運営の整備を行った。

■女性運転者の増加が女性利用者増加に！！

利用登録者は当初15人であったが、30人と増加してきている。

運転者は男性という固定観念にとらわれやすいが、ささゆりでは女性が運転者に参画する割合が増加してきており、現在所属している11名中5名が女性となっている。

女性運転者が増加することで、女性の利用者が増加するという好循環が生まれている。

運営は一人の運転者が三人程度の利用者を支援する状況で、ゆとりを持って取り組むことができている。

みんなが集まると男女問わず誰もがお茶くみを行っており、良い雰囲気の中、運営が行われていることも魅力である。

■誰でも利用できる移動手段を！

路線バスが廃止の危機に瀕している。「誰でも利用できる移動手段を地域の中で構築していきたい」「住民自治会と共に地域を挙げて検討を進めていきたい」と代表者は語る。



03

空き店舗 × 地元農家

空き店舗が市場に生まれ変わる

農事組合法人あぐりびあ伊賀
ちよつくら市場

〒518-0108

三重県伊賀市才良 65

(ちよつくら市場)

☎090-7038-7872 (仲川店長)

■開催日時

毎週土曜日・日曜日

9:00 ~ 15:00

■活動開始時期

平成 21 年 7 月

■モットー

「どこよりも」

「ここだけ」

■参考にした事例

・滋賀県、岡山県、和歌山県

(米の販売、加工)



■どこよりも！ここだけ！を目指して

この土地らしさを追求した独自性、他のどことも違う「どこよりも」「ここだけ」を目指している農事組合法人あぐりびあ伊賀は、生産・加工・販売の3部門を設けている。

生産：特別栽培米（レンゲ）大豆、麦、玉ねぎ

伊賀米コシヒカリ（三重初特 A ランクイン）

加工：もち、みそ、肉巻き寿司、コロケ、菓子、赤飯、そうざい、弁当

販売：直売所ちよつくら市場、伊賀地域内、県内、近畿東海圏中心に発送

ちよつくら市場は、あぐりびあ伊賀の販売部門を担い、店番2名でゆるやかに運営している。レジスターは最安値のものを導入し、バーコードを読み取れるソフトを入れた。





■活動を始めたきっかけ

地域の農業の担い手不足の課題が顕著となった 11～12 年前、その解決策として田の管理をする農事組合法人の立ち上げを検討した。

地域のなかで個別に懇談会を行い、理解を得られた 70%の農家と委託契約を結んだ。

立ち上げ当初は、農林水産省の補助金（6 次産業支援）を活用し、三重県普及センターから 6 名／月 1 回の人的支援があった。

■初めてのお客様にはサンプル米（2 合）をプレゼント！

古琵琶湖の底であったことから依那古地域の土地は保水力の高い土質であり、米作りに牛肥など有機肥料を使い、質の高い伊賀米が生産されている。

初めてのお客様へはサンプル米（2 合）をプレゼントしており、好評いただきリピーター獲得につながっている。

連携先としては、出荷生産者、あぐりぴあ伊賀の生産部及び加工部、加工食品の出荷先（マックスバリュ、イオンタウン、名張道の駅、道の駅あやま、ひぞっこ、伊賀の湯等）などである。

顧客は、リピーターがほとんどで、大阪・名古屋・奈良方面からの固定客や旅行者等、通りかかった人も立ち寄ってくれる。10～2 月は集客率が高い時期となっている。

■多くの人に美味しいお米を届けたい！

今すぐは難しいと考えているが、先々には伊賀米のネット通販を実現し、より多くの人に美味しいお米を届けたい。



04

地元拠点 × 元気なお母さん

女性パワーで地元活性化

企業組合旬菜工房笑み

〒518-0105

三重県伊賀市比自岐 706

☎090-5113-3934（代表森井さん）

■開催日時

比自岐コミュニティセンター
（ひじき笑みの市）
毎月第1土曜日
9：30 ～ 11：00

うえせん白鳳プラザ
毎週火曜日・金曜日
9：30 ～ 11：00

■活動開始時期

平成 20 年

■モットー

「安心安全の朝どり野菜」
「こだわりの減農薬野菜をお届け」

■参考にした事例

・加工品のこんにやくは、5 ～ 6 件の視察先を回り、一番良いと思われる方法を取り入れている



■元気なお母さん達が届ける、安心安全の減農薬野菜

「家族、孫に食べさせている安心安全な有機野菜を、より多くの人にお届けしたい」と、肥料は鶏肥などの有機肥料、土はこだわりの腐葉土を用いた野菜作りをしている。6次産業化を図っており、野菜だけでなく、佃煮や五目豆、日野菜漬けなどの加工品も開発し、1年を通じて販売可能な商品となっている。

防虫も安全安心を貫いており、唐辛子やにんにく・酢を混ぜ合わせた天然の虫よけ剤をみんなで手作りしている。

「ひじき笑みの市」、「うえせん白鳳プラザ」に加え、伊賀管内に多様な販路があり、売れ残りも少なく、野菜作りをすることが担い手自身の意欲と健康維持につながり、しっかり小遣い稼ぎが出来ている。



■活動を始めたきっかけ

平成 17 年に答志島との交流が始まり、海の幸と山の幸を定期的に交換する頒布会が比自岐で行われるようになった。また、同じ時期、休校となった比自岐小学校の利活用を検討するなかで、比自岐のこれからを考え「笑みの市運営委員会」を発足した。平成 20 年、50～70 代の元気なお母さんたちが「笑みの市」を開設した。

■交流・繋がりから生まれた目新しい商品も

地元の比自岐コミュニティセンター（旧比自岐保育所）での青空市に加え、中心市街地「うえせん白鳳プラザ」への出荷を週 2 回行っている。そのほか近郊店舗への出荷として、「ひぞっこ」「ほのぼの」「名張の湯」「A コープ」「さるびの」「あやま道の駅」「肉の奥田」「サンピア伊賀」と販路を拡大してきた。

また、比自岐と答志島との交流は 15 年以上続いている。秋のイベント「コスモス祭り」では答志島の海産物や奥田の精肉が購入でき、目新しさから人気商品となっている。

■今後の取り組みについて

当初からの担い手が高齢化しており、出荷時の車の運転も少し心配になってきている。仲間になってくれる野菜の生産者がもう少し増えてくれればと思う。



05

自治協産業部 × 地元農家

イベント出店から青空移動販売へ

かんべいきいき市

〒518-0116

三重県伊賀市上神戸 220-3

☎0595-38-1300

■開催日時

毎月第1土曜日

12月は第1・第3土曜日

1月は休み

■活動開始時期

平成21年9月

■モットー

「安心・安全・安価」



■青空移動販売開催中！！

かんべいきいき市では、毎月第1土曜日に、次の順番で移動販売している。

- ・ 9：00～10：00 JA 神戸ふれあい店
- ・ 10：15～10：45 朝日ヶ丘町公民館前
- ・ 11：00～11：30 きじが台地区市民センター前

きじが台では、サークルの参加者がお得意様であったが、令和2年はコロナ禍の影響でサークルが休止し、お客が減っている。しかし、このような中でも置き置き予約の電話がある。また、帰りの荷物を載せた送迎があるため、継続したお客もある。固定客の中には、開店を待ち構えて早く来られる方もいる。

売っているものは、野菜、答志島のちりめんじゃこ、生花、こんにやく、吊るし柿などで、出荷者と産業部が運営している。

価格は相談で決め、売り上げの15%をいきいき市へ出荷者が納めている。



■活動を始めたきっかけ

城之越遺跡でのイベント出店がきっかけで、住民自治協議会の産業部が中心となり、平成21年9月から神戸地域・きじが台を巡回する青空移動販売を行っている。

軽トラック2台と自治協所有車両などがそろって移動していく。

地元のものを「安心・安全・安価」で提供している。とにかく“やる気”と“意欲”があって立ち上げに至った。

県の助成を受け、デザイナーによるロゴを作成し、必要な備品を購入した。

■愛される青空市を目指して

2年に1回研修を行い、種苗店に出向いて勉強している。自治協産業部の事業として、京都や奈良の先進モデルの常設市場や種苗店を視察し、野菜の品種・病気対策などをメーカーから学び、作物づくりに反映させている。

車で通り過ぎても看板を見て折り返し、立ち寄ってもらえるような青空市を目指している。

■目玉商品を作りたい！！

「もう少し売れたらなあ」というのが正直な思いである。

「かんべいきいき市と言えばコレ！」といった目玉商品を作れたらと考えている。

現在はかきもちを販売しているが、あんこを作ることが出来ればお餅がもっと売れるのではと考えている。

加工場の許可と設備投資が課題となる。



06

古山 × 青空市

農業で地域おこし

野菜・果物・花市場
ういの丘

(販売所)

〒518-1147

三重県蔵繩手字小山 1223-2
R368 沿い

(事務局)

〒518-1147

三重県伊賀市蔵繩手 370-2

☎0595-39-0001

■開催日時

毎週土曜日・日曜日
9:00 ~ 正午

■活動開始時期

平成 19 年

■モットー

「一歩一会」

■参考にした事例

・津、松坂、鈴鹿などの青空市



■安い！安心！おいしい！！と好評

地元古山で採れた野菜と、近隣から入荷する野菜や花を青空市にて販売している。

9時開店であるが、8時半には駐車場は満車で店内はお客さんでぎっしり埋め尽くされる。9時ジャスト、店長の「それでは開始します！」の掛け声で、一斉にお客さんは商品に飛びつく。それぞれ目当ての商品があり、一目散に品物へ駆け寄り買い物かごへ入れ、気が付けばレジには長蛇の列である。まさにバーゲンセールのような勢いで、10~20分で8割は売れてしまう。

「安くておいしい」「生産者が表示されているので、安心できる」という声が聞かれ、常連となって来場される方がほとんどである。

名張街道沿いで立地条件も良く、伊賀市内外から多くのお客さんが訪れる。

また秋には新米祭りが行われ、毎年盛況となっている。



■活動を始めたきっかけ

活力ある元気なまちづくりを目指す古山地区住民自治協議会は、産業部会で地場農産物の直売所開設を検討していた。産業部会のメンバーが中心となってアンケート調査や農産物等直売所の先進地視察、場所の確保、野菜作りの講習会を行った。

この間の用地整備などで結束が強まり、資金募集には予想を超える30名から協力の申し出があった。平成19年に新設された伊賀市地域活動支援事業補助金に応募、多くの中から採択され、同年7月に「ういの丘」をオープンした。

■地域のために取り組みたい！

「人に恵まれている。」「地域のために取り組みたい。」という思いを持った人が多く、無償でも協力してくれる仲間がいることが強みである。

年に数回、酒を酌み交わして本音で話をする中で、互いの気持ちの理解や、方向性の統一がなされている。

また、組織の運営のため、たまにはメンバー同士で厳しく議論することもあるが、野菜の出来を褒めたり、栽培の方法を聞いたり、生産者同士コミュニケーションをとることを大切にしている。

■「一歩一会」を大切に

その場限りの関係でなく、1歩1歩積み重ねてできた関係を、長く続けていくことを大切にしている。今後さらに若い世代にも引き継いでもらい、活動を継続していきたい。



07

白樫 × 集い

廃品回収で運営資金獲得

白樫：
福祉・防災ボランティアの会

〒518-1151

三重県伊賀市白樫 3799 番地

☎0595-20-1803

■開催日時

毎週火曜日・木曜日・土曜日

13:00 ~ 15:30

■活動開始時期

平成 23 年 8 月

■モットー

- ・センターを「みんなの顔が見える場、みんなの声が聞こえる場に」
- ・緩やかな日常的な見守りを
- ・自立した会の経営と運営で



■廃品回収で財源確保

集いの拠点であるボランティアセンターでは、子どもから高齢者まで地域の人々の集まるサロン活動を実施している。介護予防事業に加え、夏休みには子ども向けの学習支援事業や木工教室が行われている。

その財源確保のために行われているのが廃品回収事業である。協力してくれる地域住民から集まった古新聞や段ボール、空き缶、ペットボトル等をリサイクル会社へ持参し、資金へと変える。

お金での協力はハードルが高いが、家にある“いらないもの”を出すという形なら、みんなの協力を得やすい。

補助金は不安定な側面もあり、自主財源があることの意味は大きい。現在、伊賀市の介護予防サロン支援事業補助金と廃品回収から得られた資金を併せて運営の財源としている。



■活動を始めたきっかけ

白樫には活断層が2本走っている。災害に備えるための拠点がほしい。平成24年、補助金を活用し、元JA空き家を活用して現ボランティアセンターが完成した。補助金はほとんど材料代に充てたため、建物内部の解体、基礎作りから内装まで、すべて住民のボランティアで行い、僅か半年余りで造り上げた。ここは、日頃から気軽に語り合える仲間が集う場所であるとともに、災害時の助け合いも見据えた拠点となっている。

■みんなで造った拠点を活用した事業展開

活動は多岐に渡る。福祉関連では、要介護高齢者、子ども、障がい者への日常的な見守りや声掛けを行い、つながりを大切にしている。また、介護予防「はつらつ体操」や高齢者には「なつかしい昔の映画会」を月1回、悪徳商法や認知症予防、介護保険に関する勉強会も行っている。夏休みには、子どもたちを集め、木工、手芸、宿題の場を設けている。こういった取り組みを通して、子どもたちと近所の人との関係づくりが自然にできている。

また、バスツアーで活断層の見学、講師を招いた防災に関する研修会の開催、文化財保存会と共同編集した「白樫の沿革史」の出版も行い、「地域を誇れる読み物」として残している。

住民への情報発信としては、広報「ボランティアだより」を定期的に発行している。

■この場を次世代にも！

若い世代に呼びかけ、今後もボランティアスタッフの人材を増やしていきたい。



08

おかみさんパワー × ランチ

おかみさんのパワーを次世代に

NPO 法人
伊賀・島ヶ原おかみさんの会

〒519-1711

三重県伊賀市島ヶ原 5844

☎0595-59-2024

■開催日時

喫茶・お食事処 夢の道
水曜日～日曜日
9:30～15:00

■活動開始時期

平成15年11月

■モットー

「地産地消」
「ひとり一役」



■10年を経ても変わらないおかみさんパワー

平成16年の市町村合併で、伊賀市の「西の玄関口」となった島ヶ原で、「自然いっぱいの島ヶ原の良さを知ってもらえる活動を」という熱い想いで結成した『伊賀島ヶ原おかみさんの会』は、12年前の『地域を元気にしている活動事例』集にも登場している。

今もおかみさんパワーで継続してさらに広がりを見せ、平成17年に商品化した酒粕パウンドケーキは、研究・改良を重ねて何度か商品名を変え、現在は「半蔵」という名前で販売されている。

このケーキは平成23年に「第4回みえの地産地消大賞」を受賞し、有名パティシエ鑑塚俊彦氏とのコラボレーション商品に選ばれた。東京の店舗では、「忍半蔵」の名で限定販売している。



■活動を始めたきっかけ

平成 14 年、伊賀女性サミットに参加した理事長が「おかみさんの会」構想を立案。

“島ヶ原の良さを知ってもらえる活動でまちおこしをしたい”という想いを抱き、島ヶ原村商工会女性部や婦人会などの人脈を通じて賛同者を募り、会員約 100 名で結成した。

以降、40～70 代の女性が、「ひとり一役」それぞれの出来ることを役割として会を支え合ってきた。

■今後に向けて

当初から掲げてきた 4 つの将来展望がある。

1 つ目は、伊賀市の西の玄関口として、島ヶ原小唄などこの地で受け継がれてきた歴史や文化を伝えていきたい。

2 つ目は居場所づくりとして、お客さんが集う場所、さらにはスタッフが楽しく集えて働ける「生きがいづくりの場」でありたい。

3 つ目、次の世代への継承としては、島ヶ原地域内の小中学校の子どもたちとの授業や交流を通して、子どもたちに活動を伝え、その中から新たな担い手につなげたい。

そして最後に、様々な人や団体と協働し、人々が伊賀を楽しみりフレッシュできるイベントなどを開催していきたいと考えている。



09

地元木材 × 地域活性化

地元資源を活用した地域活性化

布引地域住民自治協議会

〒518-1427

三重県伊賀市奥馬野 7-1

☎0595-47-0928

■開催日時

月曜日 ~ 金曜日

8:30 ~ 17:15

■活動開始時期

平成 27 年 6 月

■参考にした事例

滋賀県 東近江市

和歌山県 有田川町



■地域には“もったいないもの”がたくさん！！

高齢化が進み、タケノコや柿など収穫できないものが、地域には残っている。食品ロスの観点から、収穫隊の結成も考えている。伊賀では食べる文化がなかったため、山に残っている「コシアブラ」や「ヒラタケ」「オオイチョウダケ」間伐しなければならぬ杉や桧も財産である。昔の人たちが食したワラビやゼンマイ、ウドやフキは激減したが、復活させて山村文化の発信を検討している。

布引自治協では、杣人（そまびと）養成講座を開講し、チェーンソーの使い方、伐木技術の継承などを行っている。生産森林組合の山林で、間伐、搬出し、地元の製材で挽いてもらい木工教室を開催している。道具を揃えてあるので、500円を払えば好きな家具を製作することができる。

上野の街中にあるバツタリ床几も実は布引で作ったもので、板塀やベンチも製作しており、貸出も可能である。

近年はブドウ山椒の栽培、販売に力を入れており、地元の飲食店から大口の注文が入るようになってきている。他の生産物と加工し、6次産業化できたらと考えている。



■活動を始めたきっかけ

国の地方創生事業の受け皿づくりと、市民センターの自主運営が話題になったのがきっかけである。

布引は貸館事業などができず、財源確保のために、地域の資源を生かした取り組みが活性化への道だと考え、事業を展開することとなった。



■「いきつけの田舎」を目指して

毎年2月に実施しているキノコの菌打ち体験は500円で参加でき、シイタケ・ナメコ・ヒラタケの3種の原木を持って帰ることができる。遠方からも親子連れで参加している。「いきつけの田舎」として布引ファンが増えればと思う。

食文化の復活ということで杣人餅（いばらもち）を製造し、各種イベントで販売している。

森林整備は良木の生産ということだけでなく、防災や環境の視点からも必要であるため、山に関心を持ってもらう取り組みを実施したい。

小水力発電所も稼働し、バイオガス発電所、風力発電所もあり、再生可能エネルギーの里として、馬野溪の観光地化も考えている。

布引自治協会会長は「地域の自然や文化を再発掘し、子どもたちが地域に誇りを持つとともに、高齢者が生きがいを求め小銭を稼ぐことで、介護予防につながれば」と考えている。

■体験者募集！

布引地域では、ブドウ山椒の収穫体験や間伐の体験、釣り体験、菌打ち体験など様々な体験を検討している。

民泊をすることもできる。是非、お越しく下さい。お気軽にお電話を！



10

阿波 × 配食サービス

公共施設の利活用

NPO 法人あわてんぼう

〒518-1414

三重県伊賀市猿野 1332-1
(大山田東保育園跡地)

☎0595-48-0007

📠0595-48-0019

■開催日

配食：月・火・水・金・土曜日
約 60 食/1 日

■活動開始時期

平成 25 年 9 月設立

■モットー

女性グループとして地域の課題
解決を図りながら「食」活動の
展開

■参考にした事例

・おかみさんの会

■お弁当代

A おかずのみ 570 円/1 食

B ご飯付き 650 円/1 食



■地元農家とフレンドファーム契約！

*フレンドファーム契約とは・・・

現金授受のない、対価と対価の交換のこと。

あわてんぼうでは採れたて野菜と弁当券の引換えを実施。

事業所では 4 つの事業に力を入れている。

① お弁当給食と配食事業

地元食材を使った美味しい弁当作りとひと声かけた見守り配食。

② レストラン事業

季節行事などの集客事業やいがぶらへの参加等。

③ 地元イベント協賛事業

地域イベントや地元そばイベントの企画や協賛。

④ 情報発信事業

ブログやフェイスブックによる活動状況の発信。



■活動を始めたきっかけ

平成 24 年、阿波地域住民自治協議会の 5 つの部会に所属していた 12 名の女性委員が、「このままでは阿波地域が崩壊してしまうのでは・・・」と、いち早く危機感を抱き、女性委員会が発足した。

そして、「将来の阿波地域の未来を予想しながら活動を始めよう！」とあわ（阿波）てんぼう（展望）と団体の愛称を考え、ロゴマークも作成した。

平成 25 年 3 月に閉園となった保育園を拠点とし、活動を開始した。

仲間たちの間で自然に法人化する決意も芽生え、平成 25 年 9 月に NPO 法人あわてんぼうを設立した。

■仲間がいたから

女性グループとして、想いを一つに、心一つに、地域を愛して大切に思う仲間がたくさん集まってくれたお陰で、活動を推進している。また、事業性ビジネス研修に参加し、地域団体が NPO 法人化する役割や意義を理解し、女性ならではの視点を事業に取り入れることができた。

仲間がいたから、すべてのことを乗り越え、前に進むことができた。

■私たちの考える阿波の展望とは・・・

時代と共に求められることが多様化している中、高齢者の多い地域性も鑑み、シルバー食堂のような場所の提供と高齢者が望む企画の提供を通し、日々の居場所づくりに貢献したいと思っている。



11

柘植 × カフェ

カフェで地域活性化

NPO法人
社のカフェいこいこ

〒519-1402
三重県伊賀市柘植町 2357-1
☎0595-51-5551

■開催日時

月曜日 ~ 金曜日
10:00 ~ 16:00

・ランチタイム

11:30 ~ 14:00

■活動開始時期

平成29年12月1日



■朝採りされた野菜が地元住民から届く

強みは地元からの協力が多いことである。

採れたて食材が地元住民からカフェに届けられ、お昼のランチに提供される。

気を付けていることは、地元食材をいかに上手に活かせるかということ。そして、毎日「この味ええやろか」「あの味のがええやろか」「みんなに合う料理にするには？」とスタッフで話し合っている。

最近では、口コミにより、滋賀県からのお客さんも来てくれるようになった。

理事の一人は「地域の野菜を使い、毎日、家で食べるような家庭料理を提供している。気軽に立ち寄ってもらえるような、みんながまた来たいなって思えるような、そんな場所とランチを提供したい」と話す。



■活動を始めたきっかけ

柘植保育園が閉園になる前から、立ち上げメンバーとなるまちづくり協議会の5名が、地域の高齢者の居場所になるような、「ワイワイ」するところを作りたいと話していたところ、柘植保育園閉園のタイミングと重なり、コミュニティカフェの開催へとつながった。

保育園には調理施設があり、料理の提供が可能であったため、NPO法人の認可を受け運営を開始した。

■デイサービスの刻み食からお弁当の販売まで

現在、設立時のメンバーが中心となり、主旨に賛同してくれたボランティアを含め17名で運営を行っている。

同じ建物にあるデイサービスにも毎日ランチの提供をしており、刻み食にも対応している。また、注文があれば、お弁当の販売も行っている。

利用客からも「私、高齢で一人暮らしやから良かった。」「小鉢が多くてうれしい。」という声が聞かれる。

理事長は「『今日は家で食べるのがしんどいな』といった時にも気軽に寄ってもらえるような場所になれば。」と話す。

■配食サービスや相談窓口の開設を検討

配食サービス事業の立ち上げを検討している他、この場所で福祉に関する困りごとや心配事の相談などもやっていければと考えている。



12

丸柱 × 地域の福祉支援

地域のおたすけ隊

丸柱地域まちづくり協議会

〒518-1325

三重県伊賀市丸柱 831-1

☎0595-44-1444

■ ちょこっとお助け隊部会

- 1、ゴミ出し
- 2、掃除・雨どいの掃除
- 3、生活経路のみの草刈り作業
- 4、蛍光灯の交換作業
- 5、買い物代行

※全作業、10分 100円

■ 移送部会

- 1、送迎サービス（燃料費）
- 2、お買い物無料送迎サービス

■ めくもりの館おとまる

- 1、介護予防拠点
- 2、地域の交流の場
- 3、子育て支援の場
- 4、生きがいつくりの場
- 5、サロン活動の場

『サロンゆいっこ』

自分たちが楽しんでできることをやっていくことと笑顔をやささないように（ちょっとした笑顔でつくれる大きな幸せ）をモットーに



■ 丸柱まちづくり協議会

丸柱まちづくり協議会には8つの部会活動がある。それぞれの部会では地域課題の解決を目指し様々な活動に取り組んでいる。生活課題に直結した部会活動として移送部会、ちょこっとお助け隊部会がある。

ちょこっとお助け隊部会では、音羽・丸柱地区に居住する軽微な援助が必要な65歳以上の世帯を対象に、地域のちょっとした困りごとに対応している。例えば、集積所までゴミを持っていくことができない高齢者によって、ゴミを出しに行く、家の周りの草刈りなどの作業である。利用料金は10分100円（材料費別）となっている。

移送部会は、音羽・丸柱地区に居住する70歳以上の世帯を対象に、買い物や通院等の送迎サービスを行っている。利用料は燃料費のみとなっている。

また令和2年4月からNPO法人ゆいの里と協働でマックスバリュへのお買い物バスの運行（無料）も開始した。

さらには、令和元年4月に開設しためくもりの館おとまるでは地域の介護予防の取り組みとして介護予防サロンゆいっこが開催されている。ゆいっこは、参加者がお客ではなく運営に参加するような「お互いがお互いを支え合う仲間づくり」を目的に、気軽に集える居場所となっている。



■活動を始めたきっかけ

小学校が統合、保育所が閉園となり、地域の子どもや保護者の集うことのできる機会がなくなることに危機感を覚えた。また、市の包括交付金の大幅カット「自分たちの力で地域を元気にしなければいけない。」と、住民の中から課題に取り組む意識が生まれ、まちづくり協議会全体として動き始めた。



■社会福祉法人の社会貢献と地域の声が一致！

社会福祉法人あやまユートピア理事長の社会貢献活動と丸柱地域まちづくり協議会の熱意・要望がうまくかみ合い、タイミングが合ったこと。また、音羽と丸柱の両方の地域に思い入れのある場所を拠点とすることができた。



■地域の更なる挑戦は続く

丸柱まちづくり協議会では、団塊の世代が75歳以上となる2025年に向けて、公的なサービスでは対応できない日常生活の支援、地域住民が丸柱地域で楽しく生きがいを持って安心して暮らせる地域づくりを目指して取り組みを進めている。

地域福祉拠点の「おとまる」では、介護予防の取り組み、地域の子育て世代や子どもたちが気軽に集まれる場、拠点から遠い住民のための移動手段の確保や独居世帯等にこだわらず手作りお弁当の配食サービスなどの活動できればと思っている。「おとまる」で活動するサロンゆいっこの開所日も増やしていければとも考えている。

また生きがいづくりの活動として地域で採れた野菜や特産物の販売なども丸柱地域で取り組んでいきたい。



13

ふくし × 企業 × 連携

地域の活性化と絆づくり

いっぷくしてだあ〜こ

〒518-0226

三重県伊賀市阿保 798

☎090-4795-8868

■開催日時

月・水・木・金・土曜日

10:00 ~ 16:00

■活動開始時期

平成 28 年 11 月 2 日

■カフェ コーヒー 1 杯 100 円

■ランチ 1 食 500 円 (土曜日のみ)

・田楽定食 (10 月 ~ 5 月まで)

(季節により内容が変更になる)

■販売 要石 (1 個 170 円)

■モットー

失敗をおそれずに新しい取組みにも挑戦していくことと自分たちがやってみたいことを取り入れ楽しく活動していくこと



■自分たちの「やってみたい」を形に！挑戦は続く！！

いっぷくしてだあ〜こでは、「認知症予防」や「地域の活性化」「自主財源の確保」と、一石三鳥の効果が期待できると新たに厨房を改修して、サロンで和菓子作りを始め販売している。

その次なる挑戦は、ダムカレーだった。試食等をくり返し完成したダムカレーは、毎月第 3 日曜日に、サラダと要石 (サロンで作っている和菓子) とコーヒーが付いて 1,000 円で食べられる。限定 20 食ということもあり、予約をしておく方が確実だ。

そして、更なる挑戦は、令和 2 年 10 月から始まったモーニングである。平日の午前 10 時から 12 時で、トースト、サラダ、ゆで卵、コーヒーが付いて 300 円で食べられる。

また、青山をアピールするために作製したトートバッグや缶バッチも合わせて販売している。



■活動を始めたきっかけ

民生委員児童委員をしていて地区に一人暮らし高齢者が沢山いると感じたことから、「居場所を作ったら、色々な人とも話ができるし、閉じこもりや認知症予防につながるのでは。」と考えたことがきっかけである。また、集う場が出来れば、地域の活性化にもつながるとも思った。



■スタッフの負担なく、楽しく活動

スタッフの負担をなくすため、特に何かをしなければと思うより、みんなで話ができる空間を大切にしている。発想力や行動力（オリジナルメニューの開発）など、おもてなしの精神で活動している。

また、自主財源を獲得するために補助金申請をしたが、一度不採択になったものの諦めずに別の申請に再チャレンジし、改修費の一部助成として補助金を獲得できたことは、これから活動をしていく上で大きかった。



■一緒に活動を盛り上げてくれる方、連絡ください！

青山の魅力も発信していきたいとの思いがあるため、色々な団体や企業等との連携やコラボレーションをしながら、物品や食べ物等の開発をしアピールしていきたい。

私たちの活動を、一緒に盛り上げアピールしてくれる方々、ぜひお声がけ下さい。ご連絡お待ちしております！



14

野菜の直売所 × 高齢者の生きがい
高齢者の介護予防

こうづの郷ふれあい市場

〒518-0205

三重県伊賀市伊勢路 1610-1

☎0595-52-2802（営業日のみ）

■開催日時

毎週土曜日・日曜日

（夏期）

9：30 ～ 17：00

（冬期）

9：30 ～ 16：30

■活動開始時期

平成 19 年 11 月

■参考にした事例

伊賀市内の直売所やAコープを参考にした。遠いところでは、伊勢市の方にも見学に行った。



■野菜づくりが高齢者の生きがいづくりに！

こうづの郷ふれあい市場では、地元の高齢者が作っている新鮮な野菜や伊賀米こしひかり、原木しいたけや新鮮なたまご、はちみつや日曜大工用の材木などが並べられ、地元や近隣の人のもとより、遠方からも多くの人々が、それぞれのお目当てのモノを求め訪れる。

また直売所に入っているテナントでは、猪肉・鹿肉ベーコン、はさめず醤油や黒にんにく、ネパールの雑貨・帽子など、幅広い分野の品物が販売されており楽しめる。

新鮮な野菜等を作っている高齢者の人からは、「野菜を作って自分では食べきれない分を販売しているだけ。それが売れたら嬉しいし、嬉しいからまた作ろうという気にもなる。いつの間にか生きがいになっている。」との声も聞いている。

野菜を作って売ることが、高齢者の介護予防や生きがいに繋がっている。



■活動を始めたきっかけ

合併前に旧青山町がふるさと創生基金を配分、基金の活用法を探っている時に、国道165号沿いに土地が売りに出ているのを知った。奈良・名張・津へ向かう車が通る好立地のため、集客が期待できると「高齢者がつくった新鮮野菜を販売する市場をつくろう」と、地域が動き出したのがきっかけ。



■立地良く、集客あり！

桐ヶ丘や桔梗が丘、つつじが丘など名張方面からの固定客ができたことが大きい。また、国道165号線沿いで立地が良いことと駐車場が完備されていることで、行楽シーズンになると、大阪や奈良等の遠方からの立ち寄り客も見込めている。年間約2万5000人の来場がある。



さらには、テナントを借りてもらい出店できるシステムがあるので、安定した固定収入があることも上手くいった理由の一つである。



■こんな人を募っています！

後継者を育てていくことも、大事な役割の一つであると考えている。



また、上津地域の方で、野菜をつくってくれる人や販売するものを提供してくれる人を募っている。テナント出店は、どなたでも出店していただけるので、ご興味やご関心のある人は、ご連絡ください。



15

廃校舎 × ふるさとへの想い

ふるさと上高尾を残す

ふるさとづくり上高尾の会

〒518-0216

三重県伊賀市高尾 4503

☎ 設置なし

■開催日

シスターズレストラン

ランチ 毎月第2日曜日

定員 どちらも30名

■販売

レストラン開催時に販売

幻の藁灰こんにやく

販売期間は、10月～5月

2個入り 500円

■活動開始時期

平成22年1月

■参考にした事例

大学の先生や県職員など専門家を招き色々な事例を紹介してもらった。



■ランチの予約がとれないレストラン

女性メンバーで結成されたシスターズが中心となり、上高尾交流拠点施設ハナレで、毎月第2日曜日（1・2・8月は休み）に、第1部は午前11時30分から、第2部は午後1時から、シスターズレストランを開催している。

毎回、ランチの後に次の予約を入れて帰る人や口コミでどんどん広がっているため、予約が増え続けている状態で、定員がすぐにうまってしまうほどの人気である。

■さまざまな活動の展開

毎月開催されているサロン「にこにこルーム」についても、第1と第3月曜日（1・8月休み）の午後1時30分から午後3時30分まで開催している。

また、演奏会の開催やカレー対決、ピザ窯でのピザづくり、炭焼き、原木シイタケづくり、ミツバチ捕獲によるハチミツ収穫、ホテル観賞会、蕎麦栽培とそば打ち、いがぶら（干し柿づくり）への参加など、さまざまな活動も行っている。



■活動を始めたきっかけ

社会全体が疲れた今、上高尾は田舎の原風景が残された地域であり、時間がゆっくり流れていて人間らしさを取り戻せる場所である。そういった場所の存在は価値が大きく、ふるさと上高尾を残したいとの強い思いから、有志で設立した。



■みんなで決めて、みんなで動く！

毎月の会議を欠かさず開催し、その回数は100回以上にのぼる。交流事業の内容や時期など、みんなで決めてみんなで動いてきたことが大きい。

また、すべての活動にみんなが主体的に関わっているので、仲間意識も高く達成感も強く感じられることでうまくいっている。

更には、国、県の補助事業の採択を受け、資金調達が比較的順調だったこともうまくいった理由の一つであると考えられる。



■今の活動を継続していくために

どうすれば自分たちの気持ちを持続できるかを考えながら、気力と体力のバランスを大事にし、今の活動を継続できるようにしたい。あとは、この活動を受継ぐ後継者づくりが課題である。

また、補助金の申請や獲得方法などの色々な情報の提供や共有をしてくれるところがあれば有難い。



16

リサイクル活動 × 環境整備活動

たすけ愛活動

NPO 法人まちづくり桐ヶ丘

〒518-0225

三重県伊賀市桐ヶ丘 3-333

☎0595-52-4500

■リサイクル資源回収

毎週土曜日（第5土曜日除く）

第1・3土曜日は、新聞・雑誌・
段ボール・布類の回収

第2・4土曜日は、アルミ缶・
スチール缶・ペットボトル

→9:00までに指定場所へ出す

■活動開始時期

平成16年7月18日

■参考にした事例

他の地域の活動内容を、インターネット等で情報収集し参考にした。



■リサイクル資源を回収し、快適環境づくり！

平成20年4月より、毎月第1～4の土曜日に資源の有効利用を図るために、リサイクル資源回収を行っている。

また、桐ヶ丘の快適な環境づくりのため、リサイクル活動で得た収益をもとに、公共用地・空き地の草刈りを実施している。

そして、平成26年10月から、共助の精神を基本に「たすけ愛」活動を開始し、年間70件程度の依頼に対応している。

草刈り、たすけ愛活動のスタッフは、どちらも共に、定年退職した元気な高齢者が活動している。

その他、生涯学習推進やイベント時の飲食販売、駐車場の維持管理も行っている。



■活動を始めたきっかけ

平成14年「青山町ふるさと創生基金」を活用した地域ふるさと創生事業の受け皿として、地域活性化委員会を設立し、その後、平成16年に「NPO法人まちづくり桐ヶ丘」を設立した。



■団体と地域の想いが一致し事業展開に

地域の高齢化が進み、住民から求められているニーズと団体が始めようと考えていた活動内容がうまく合ったため、事業として運営していくことができた。

また、スタッフとして定年退職した高齢者が活動に関わっているため、生きがいや介護予防にもつながっている。



■団体のアピール強化が大事

活動についての理解を得るための周知が十分ではなかったこともあり、住民へのアピールを継続して進めていくことが大事と考えている。



■新規事業を開拓していきたい

自主財源を得るための新規事業の開拓を推進していくことと、広報活動を行っていくことが課題である。



■ 地域福祉コーディネーターより



地域特性や強みを活かしながら、地域のみなさまが無理なく・楽しく・いきいきと活動できるように応援します。

元気で活力のある地域、これからも住み続けたいと思える、誇れる地域づくりをお手伝いさせて下さい。

地域福祉部長 福永 悦子



伊賀市でもコミュニティビジネスの取り組みが増えています。地域での取り組みを続けることができるように、先進事例からコミュニティビジネスを学び、お手伝いしていきたいです。

生間慎二郎



地域の困りごとが、ビジネスチャンスになる！

困りごとは、ひょっとしたらダイヤモンドの原石かもしれません。行政に頼らず地域のみなさんで地域の課題を解決し、地域が元気になる活動のお手伝いが出来ればと考えています。

中西 正敏



地域のみなさんが、課題解決のためにビジネスの手法を取り入れながら、キラッと輝ける活動にするために、いつでも応援します！

吉田 文江



地域のみなさんの「やってみたいこと」を一緒に考え、その地域に応じた内容、方法でみなさんが楽しく、無理なく継続できるように支援をしていきたいと思っています。一緒に考えていきましょう！

奥田 詩織



社会性・事業性・継続性といった視点を大事にしながら、地域が元気になるように、地域らしさを出せるようなお手伝いをさせていただきます。

前田 友志



地域の課題解決のために、無理なく継続できる事業の展開に向けて、お手伝いさせていただきます。

猪岡恵理美



住んでいる地域に存在する輝ける素材の発見と共有を皆さんとともにしていきたいです。
そして、素材を生かして、より楽しく、元気な地域になるよう、お手伝いできるような頑張ります。

末廣 紀子



伊賀でもたくさんのコミュニティビジネスの取り組みが進められています。コミュニティビジネスの可能性は無限大です。

地域福祉コーディネーターと一緒に考えてみませんか。

中森 研



地域ごとの特性を尊重しながら、コミュニティビジネスを通じて、地域を豊かに、元気にする手法を発想し、企画し、行動し、実現していく過程をお手伝いします。

地域のミライを一緒に考えていきましょう！

野田 守



地域の課題を解決するにあたり、コミュニティビジネスの手法は不可欠になっていきます。地域の皆さんの知恵や経験を活かし、更に住みよい町になるよう力添えをしていきます。

小林 啓太



地域の“一生懸命”を発見し、一緒に関わり、魅力を発信していきます。取り組みが継続できるよう、肩の力を抜いて「ゆる～くなが～く」をモットーに、形式にこだわらないやり方でともに進めていきましょう。

山本 哲士



コミュニティビジネスには、地域のみなさんを元気にする力があります。地域活性化に、介護予防に、可能性は大です。「解決したい地域課題はあるけど、お金がない」で諦めてしまっていないですか？是非ご相談ください。

一見 俊介



課題解決のために、地域の特性を活かしながら地域が元気に持続していけるように、一緒に考えお手伝いさせていただきます。

恒岡 三恵

- | | |
|-------------|----------------|
| ○本部 | ☎ 0595-21-5866 |
| ○上野地域センター | ☎ 0595-21-1112 |
| ○島ヶ原地域センター | ☎ 0595-59-3132 |
| ○いがまち地域センター | ☎ 0595-45-1012 |
| ○阿山地域センター | ☎ 0595-43-1854 |
| ○大山田地域センター | ☎ 0595-47-0780 |
| ○青山地域センター | ☎ 0595-52-2999 |

 社会福祉法人 伊賀市社会福祉協議会

伊賀市地域福祉活動計画
コミュニティビジネス推進検討部会

令和3年3月発行

