

団体名
特定非営利活動法人
雪氷環境プロジェクト

事業名
生きがいと健康を
育みながらつながる
コミュニティ
「さっぽろうたごえプロジェクト」

活動拠点 札幌市内(北海道全域・道外)

設立の経緯 北海道を中心とした積雪寒冷地で、自然の雪氷を都市部の冷熱エネルギー源や植物に対する散水に利用し、ヒートアイランド現象等の地球環境の保全に貢献するため設立。

私たちはこのような活動をしている団体です



雪氷冷熱エネルギーの普及・理解促進と、地域コミュニティ活性化を目指すNPO法人です。市民向けに雪氷冷熱エネルギーの理解を深める活動を行い、近年では「うたごえ」を中心としたまちづくりや福祉コミュニティの創出にも注力。地域全体での環境保全と福祉を両立します。



「歌声喫茶」をヒントに目指す、 高齢者の健康増進と地域交流

より多くの人に「雪氷エネルギー」に親しみを持ってもらうための活動を続ける過程で、次第に地域コミュニティとのつながりやまちづくりに関わる活動にも取り組むようになりました。そこで私たちが注目したのが、脳を活性化させ誤嚥・認知症予防にも効果があると言われる音楽療法です。高齢者にとって比較的なじみのあるコンテンツ「歌声喫茶」をヒントに、ピアノなどの生伴奏と司会者(歌声リーダー)のリードのもと、仲間と共に歌うことで、楽しみながら健康増進を目指しました。曲目は昭和30～40年代の唱歌を中心に選び、年齢問わず参加者を募って、世代間交流や新たな福祉コミュニティの創出を狙いました。家にこもりがちな高齢者が外への一歩を踏み出すきっかけを作るために、西区民センターや新善光寺などを会場としました。

生きがいや趣味の創出に加え、 将来的な「見守り」への期待も

全19回の開催で延べ547名が参加し、自宅(特に集合住宅)に引きこもりがちな方や地域との交流が少ない方たちにも多く来場していただきました。参加者が一緒に大きな声で楽しく歌うことでストレスも発散でき、脳の活性化などのトレーニングにつながれたと感じています。地域の高齢者(特に単身高齢者)同士の交流を育み、孤立していた方々の外とのつながりを作るきっかけも生まれました。歌声リーダーや伴奏者にはあえて若者を起用し、多世代交流の一助としました。参加者同士やスタッフらが「顔見知り」となることで「将来的に高齢者見守りの役割も果たせるのでは」という手応えも得ています。定期的な活動を通じて仲間をつくったり、歌声リーダーや伴奏者とのつながりも深まるなど、生きがいや趣味の創出をすることができました。

