



# 真地団地自治会

野菜たっぷり!愛情たっぷり!  
100円弁当が支える、安心な暮らし。

1980年に建てられた真地団地は高齢化が進み、様々な問題を抱えていた。そんな中、高齢者の健康面を気にかけて、安否確認の意味も込めて、ある一人の女性がおかずを作って団地内で配り始めた。2010年、それを知った当時の自治会長の声掛けで、自治会として取り組もうということになり、毎週金曜日の昼食を、団地自治会集会会場に1食100円で提供する「百金食堂」が誕生した。

現在(2021年)はコロナ禍での三密回避のため、食堂方式からお弁当に切り替えて運営している。(100円弁当

として、第1・3金曜日に実施。)

調理を取り仕切るのは、団地に住む7名のご婦人方。大人数の食事作りは経験がなく、参加するのに躊躇する気持ちもあったが、「みんな初めてだから、大丈夫よ〜」という声に押され、何となく始めてみたそうだ。活動は、当日の金曜日はもちろん、水曜日に買い出し、木曜日には下ごしらえ、と3日がかりの作業となるため大変なことも多いと思うが、楽しいから続けているのだという。

## 高齢者の健康作りの一助になれば

取材当日のメニューはカレーライス!玉ねぎ、冬瓜、じゃがいも、かぼちゃ、ニンジン…色とりどりの野菜がたっぷり入っている。高齢者向けの食事ということで、固さや味付けに気を配り、野菜中心のメニューを心がけている。

食材費については、他団体からのおすそ分けや、差し入

れしてくれる方の協力もあり、自治会からの持ち出しが出ないよう工夫してやりくりしている。用意した100食分はここ最近だとほぼ完売しているので、1万円の売り上げも担保でき、何とか赤字を出さずに成り立っている。



## 顔を合わせることで、見守りにもつながる大切な場所

時刻はAM11:30。「百金食堂よりお知らせします。お弁当の準備ができました。どうぞ、ご利用下さい。」というアナウンスを機に、お弁当を求める方が続々と集まってくる。いつも30分ほどで売り切れてしまう盛況ぶりで、食堂の時には(恥ずかしくて?! )なかなか参加してくれなかった一人暮らしの男性も、お弁当を買うことはハードルが低いのか、頻りにやってくるようになった。また、大体決まった顔ぶれが買いに来てくれるので、いつも来ていた方を見かけないことがあれば、隣近所から情報収集したり、自治会長が直接自宅を訪ねて状況確認するなど、見守りの一環としても機能している。



「この間のお弁当も美味しかったよ〜」など、楽しい会話も生まれる販売風景。

カテゴリー	健康・福祉				
住所	那覇市真地277番地				
電話番号	098-854-4721	設立	1980年	人数	655名
主な活動	百金食堂(百円弁当)の運営				
利用施策	那覇市自治会活動事業補助金				

## 日々の生活にも広がる交流の輪

頻繁には外出しづらい高齢者にとっては貴重なゆんたくの場にもなっているようで、お弁当を買った後、木陰に集まり「久しぶり～、元気だったね?」と声を掛け合う様子も見られる。

こうした場での接点がきっかけで、日常的にお互いの

家を行き来したりと、住民同士の交流も活発になってきているようだ。孤立しがちな高齢者の生活を相互に支える輪が広がっていることは、自治会としても非常にありがたいことだと捉えている。

## 共に活動してくれるボランティアも大募集!

真地団地は、約300世帯ある中のほぼ半数にあたる145世帯が70歳以上となっている。見守りや安否確認にも繋がっている百金食堂を今後も継続していきたいが、ボランティアの担い手不足という課題を抱えている。自治会だよりでも募集をかけているが、なかなか厳しい状況だ。

現在活動を支えているメンバーからは、「家に引きこもりがちになっていたが、ここに来るようになって生活に張り合いができた」「色々な調理法を学べるので、ためになっている」と前向きな発言が多く聞こえてきたし、「百金食堂の発足時から、もう10年以上関わっている。」というベテランもいれば、「孫の世話があるから、来られる時だけ手伝っている」と無理のない範囲で参加している方も。

「100%に近い自治会加入率を誇るこの団地は結束も強く、お互いを思い合う気持ちも十分にあるはず。自分にできることは何だろう、と一歩踏み出す勇気を持つこと



で、今後も安心して生活できる団地になっていって欲しい。」最後に、自治会長は思いを込めて語ってくれた。