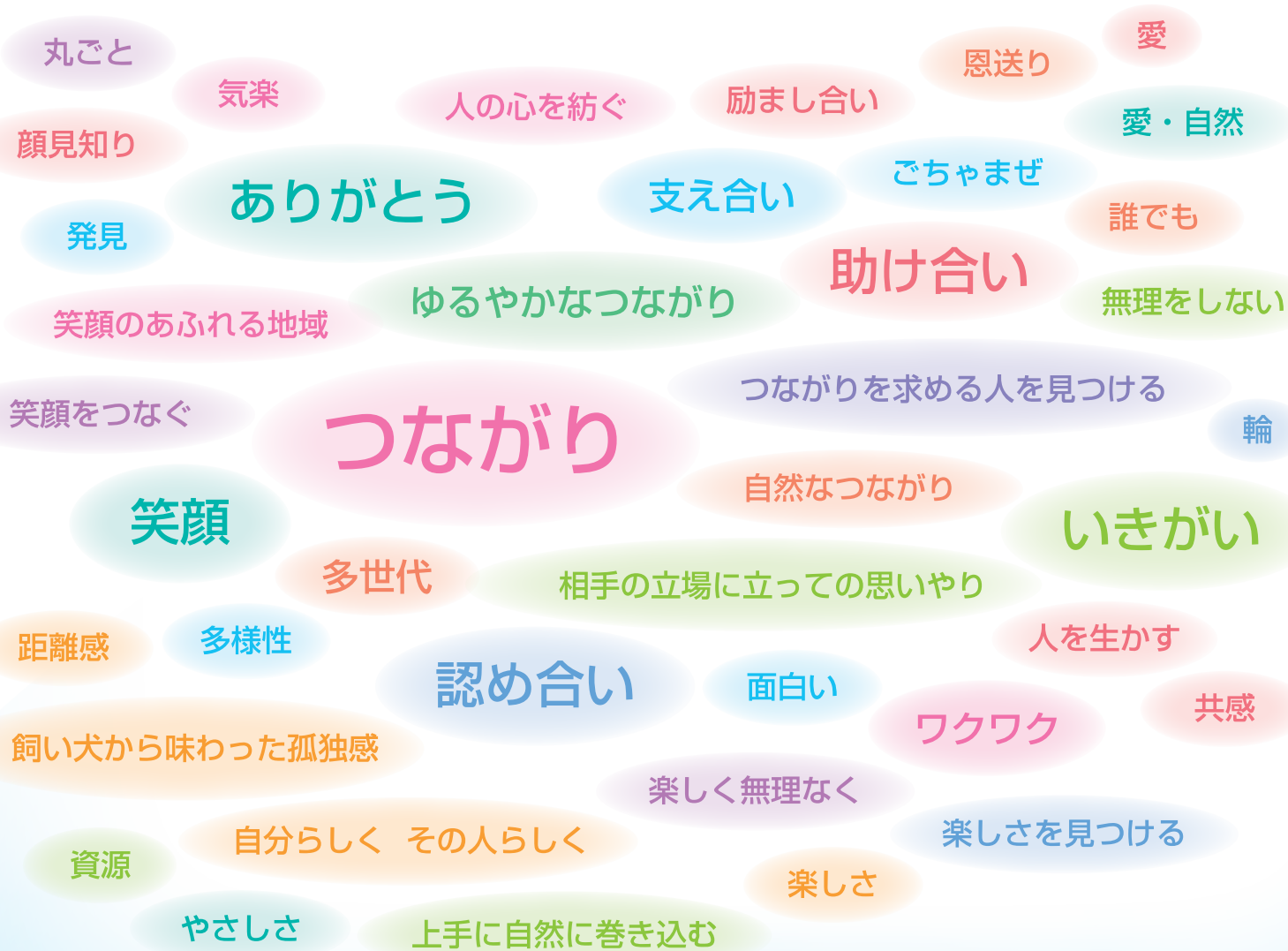




いきがい・助け合い オンラインフェスタ 2024

すべての人が幸せに暮らせる社会へ

ダイジェスト版



第1ふれあい社会



公益財団法人

さわやか福祉財団

皆で地域共生社会づくりを進めるために つながりからさらに助け合い・支え合いへ

「今回はちょっと派手な表紙だな」。本冊子を最初にご覧いただいた時にそのように感じた方は多いかもしれません。高齢社会は、よく暗いイメージとしてグレー・灰色とたとえられます。「高齢社会は何色だと思う?」。実際に、あるワークショップで参加していた中学生数人に聞いてみたところ、口をそろえてグレーと答えました。

超高齢社会の今、確かに課題は様々にあります。しかし長寿が喜べない社会は本当に不幸です。子どもから大人まで、誰もが自分を生かしていきいきと暮らせる新しい社会づくりをどう進めていけばよいのか。それには、固定された仕組みや考え方から脱却し、とにかく皆で試行錯誤しながら、取り組みを続けていくしか道はありません。明るいあたたかな地域づくりへのエールとして今回の表紙を作成しました。

記載している言葉の数々は、本フェスタの締めくくりのプログラム「つながりづくりの進め方」で、「これからの地域共生社会づくりで大切にしたいキーワードは何ですか?」との問いかけに対して参加者と登壇者の皆さんから寄せられた回答から作成しました。中には可愛らしい絵文字を送ってくれた方もいました。

問題に直面しながらも意欲的に取り組んでいる皆さんの事例発表は、手法が参考になることはもちろん、地域を思う情熱がひしひしと伝わってきて多くの力を与えてくれました。また、昨年の「応援メッセージ」を発展させた「特別トーク」の講演も各分野を代表する専門家の方々からの大変わかりやすいお話で、各プログラムいずれも大変好評をいただきました。ご参加・ご登壇いただいた皆様、ご支援いただいた皆様に厚く御礼申し上げます。

住民・市民が参加した地域づくりは、すぐに成果が見えないこともあり、確かに非常に時間がかかります。しかし、知恵と工夫で進めていけば、そして、そうした輪がさらに広がっていけば、地域は必ず明るくなっていくはずです。地域づくりは誰もが主役です。問題から逃げずに、そして失敗を恐れずに、楽しくみんなで取り組んでいきませんか?

今回も「参加型寄付」プログラムとして、参加費と同額を当財団の「地域助け合い基金」に拠出いたしました。皆様が地域づくりを進めていく中でご活用いただければ幸いです。

本ダイジェスト版をぜひ日々の活動にお役立ていただき、全国であたたかい地域づくりが進みますことを心から願っております。

■ 特別トーク

飯島 勝矢氏 … 2 / 辻 哲夫氏 …… 3 / 近藤 克則氏 … 4 / 杉山 孝博氏 … 5
中村 秀一氏 … 6 / 石山 麗子氏 … 7 / 高橋 陽子氏 … 8 / 田中 滋氏 …… 9

■ オープニングフォーラム …10

■ 学ぼう編

生活支援コーディネーターの任務と役割 …18
地域に根ざした協議体の構成と取り組み方 …22
共生型常設型居場所の広げ方 …26
有償ボランティアによる生活支援の広げ方 …30
近隣助け合いの広げ方 …34
認知症の人と共に生きる地域をどうつくるか …38
シニアの地域参加の広げ方 …42
子どもの育ちを地域で応援しよう …46

■ 語ろう編

生活支援コーディネーターと協議体はどう働きかけたらよいか …50
やらされ感を払拭していきいきと活動する地域づくりのコツや方策とは
居場所と有償ボランティアをどう広げたらよいか …57
誰もが助けてと言える場づくりと助け合い活動の進め方とは
つながりづくりの進め方 …64
地域共生社会づくりに向けたごちゃまぜの「つなげ方・つながり方」とは

参加者の皆様より …72 開催概要／後援 …74

プログラム・配信スケジュール …75 巻末に寄せて …76

「特別トーク」は、地域づくり関係者がぜひ学んでおきたいこれからの社会の動きや制度、考え方などを各分野を代表する方々から語ってもらった特別講演プログラムです。

「オープニングフォーラム」は、地域での取り組みを具体的に働きかけていく上で、これからの社会はどのような視点が重要かを「地域共生社会をみんなで作るための提言」として議論したプログラムです。

事前収録した「学ぼう編」は、住民主体の地域づくりを進める上で直面する課題の解決に向けて、考え方の基本や各地の様々な事例の情報を多様に紹介したプログラムです。

ライブ配信した「語ろう編」は、「実践編」として、さらなる事例の紹介と登壇者との質疑応答も含めて現場の活動を意識した議論を行い、リアルタイム・双方向性を意識した参加型のプログラムです。

※登壇者の肩書は登壇いただいた当時の肩書です。
また、生活支援コーディネーターは、本文ではSCと略しています。
文責・さわやか福祉財団



健康長寿と幸福長寿の両立を目指す ～フレイル対策へのポピュレーションアプローチ～

飯島 勝矢氏

東京大学高齢社会総合研究機構機構長・未来ビジョン研究センター教授

■ フレイル（虚弱）とサルコペニアはセットで伝えてほしい

フレイルは健常と要介護のちょうど中間地点で、まだ戻せる、可逆性が見込める時期です。早いうちに気づいて、少しでも戻り幅が大きくなるように頑張っていこうと、国民に対して明るい前向きな気持ちで予防意識を高めてほしいと考えています。身体的な衰えに加えて心の部分、人とのつながりの減少による社会性の部分、これが相まって自立度は落ちていきます。たんぱく質をしっかり摂り、運動習慣を持つことは間違いありませんが、どういう方々と一緒に活動し、次にまた何かがあるというように日常生活を立体的に見直してほしい、それがフレイルの考え方です。

そして、フレイルを学んで行く時には、サルコペニア（医学用語で筋肉減弱症）という言葉もセットで覚えていただきたい。老いは痛みや苦痛がなく気がついたらどんどん進んでしまいます。正常な方とサルコペニアの方の太もも周りのCTスキャンを撮ると、明らかに筋肉の面積が狭くなり、その分皮下脂肪が増えていきます。ところが太さは同じくらいなので一見ではわかりにくい。自然の加齢変化で1年間に筋肉は1%ずつ減っていく。これは30代以降、運動習慣の有無にかかわらずその下げ幅は大きくなる。また、人間ドックや1、2泊程度の短期入院でも、2泊で1年分の筋肉を失ってしまう。高齢期での2週間の寝たきり生活は、それまでアクティブだった方でも実に7年分の筋肉を失うと言われていています。大病をして体重がガクンと減ってしまい、今戻しているという方もいますが、万人に共通なのが「生活不活発（廃用）」で、筋肉がじわりじわりと減少してしまう。特に災害時の避難所生活やコロナの1年目に見られた現象です。是非フレイルと筋肉の衰えであるサルコペニアをセットで伝えていただきたい。

■ 住民パワーによる地域貢献

自分たちのまちは自分たちで守ろう、つくっていこうという取り組みを目指し、今住民ボランティアのシステムを構築して全国展開中です。これはシニアの方をメインにしたフレイルサポーターの活動で、サポーターの力を前面に出しながら、専門職種によるフレイルトレーナーと行政担当部署にバックアップをしてもらうというもので、住民の同じ世代で共感し合いながら、フレイル予防の3つの柱（右図）を築き合いたい。身体活動の部分に生活活動とありますが、これは庭仕事、お孫さんの世話、文化活動等、



運動のカテゴリーに入っていない活動を指します。運動習慣と共に、日々のちょっとした活動も推進してほしい。このフレイルサポーター活動は、27都道府県、105市区町村で導入されています。共通の黄緑色のユニフォームを着て、同世代同士でチェックし合い、仲間になっていただく。それだけでなく地元小学校に出張講義に行き、子どもたちにフレイルについて話して交流している。東京大学がある文京区にも地域の居場所がたくさんあり、サポーターたちが出張して住民に伝え、チェックをしてくれています。高知県仁淀川町ではフレイルチェックの後にハツラツ運動をしています。3か月のハツラツ運動を卒業した方々は赤いユニフォームを着て「お支えさん」という名前で、サポーターに交じって、新しく入ってくる住民をサポートしながら継続して活動しているそうです。80代、90代になってもエンドレスで活動できます。高齢になると転倒して怪我をしたら大変だ、責任問題だ等、参加を避けられてしまいがちですが、その考えのままでは日本はワンランク上には行けないと思います。高齢になってもいかに楽しく参加できるか、これを各地で目指したいと思っています。

フレイルの認知度が高いエリアと低いエリアの3年間の様子を比べてみると、要介護リスクが18%も違っていた。ですからまずは知ってもらうことが重要だと思っています。このサポーター導入はシステムになっているので、info@iog.u-tokyo.ac.jp（広報担当）までお問い合わせください。最新情報として医療経済研究機構と共同で産学官民連携による健康長寿まちづくり：フレイル予防推進会議を進めています。住民が活発に活動できる地域共生のまちづくり＝地域のプラットフォームをつくっていくために、ぜひ国、都道府県、市町村の方、多種多様な方々の力を貸していただきたいと思っています。



生活支援体制整備事業(協議体)とフレイル予防 ～S Cへの期待～

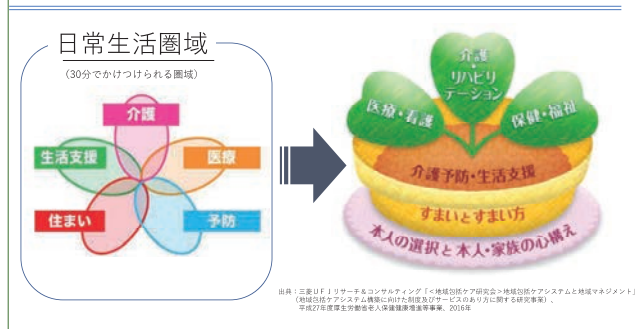
辻 哲夫氏

東京大学高齢社会総合研究機構・未来ビジョン研究センター客員研究員

■ 自助と互助は一对で成り立つ

昨年に続いて、生活支援体制整備事業、特に第2層の協議体とフレイル予防の関係、S Cへの期待ということでお話しします。日本の65歳以上の人口割合は現在世界一で、その人口は2040年に向けて歴史上のピークに達し、85歳以上が1000万人になります。こうなると高齢者の位置付けは変わり、大きな役割を占める主体です。地域包括ケアシステムはそれを背景に「深化」と言われていますが、右側の鉢植えの図のように説明の仕方が変わってきています。当初は日常生活圏ごとに30分で駆けつけられるというように、サービスが届くというニュアンスが強く出されていましたが、最近の説明ではまず自分がどういう暮らし方をしたいのかをきちんと決定し(お皿の部分)、住まいの中で自分の生活を繰り返していく(鉢の部分)。そしてできる限り弱らず、困り事が出たら助け合うコミュニティ(土の部分)。そこに共助の介護保険や医療保険のサービス、あるいは公助のサービスがきちんと出てくる(葉の部分)ということで、自助、互助、共助、公助の立体的な説明になってきました。土台のお皿、鉢、土は自助・互助で、この土台が生活支援体制整備事業です。

【図1-2】地域包括ケアシステムとその深化



私が関わっていた千葉県柏市の事例ですが、日常生活圏域で自治会関係者、助け合い組織関係者や民生委員、社会福祉協議会、地域包括支援センター等が助け合いのための「支えあい会議」(第2層協議体)をつくっています。これが鉢の図の大事な土の部分です。自助だから「頑張れ」と言われても高齢になるとなかなか頑張れません。しかし、励まし合えば頑張れます。自助は互助と一对で成り立つものだとも切実に感じます。それは土の部分の皆がつながる、ネットワークをつくるということです。この土台なくして

自助・互助はないわけで、つながるということをまず強調したいと思います。

■ 励まし合ってフレイル予防を

個人の問題として捉えると、フレイルの過程で免許返納や買い物等の困り事が起きます。フレイル予防はこれからのコミュニティの基本テーマです。要介護と健康の間がフレイルですが、それは入り口のプレフレイルとかなり悪くなったフレイルに分けられ、対応が早いほど機能を戻す効果があります。要支援1～要介護3では、1年後の介護度について現状維持が75%、残りは専門職の対応で改善するのが2～7%で、20%は悪化します。しかしフレイル状態なら15%は戻れます。そしてさらに早く対応すればするほど老いは遅らせることができるということです。しっかり食べて、動いて、社会と交わる、この3つの柱が大切だということが学術的にも裏付けされてきました。特に住民同士で学ぶことが効果があります。それが飯島勝矢氏らと進めているフレイルサポーターの活動です。住民同士が仲間とともに学んで自分のフレイル度合いをチェックする仕組みができました。栄養、運動、社会参加等のできている部分に青いシール、弱い部分に赤いシールを貼って自分事化する。すると半年後には赤いシールが減る人がいる、あるいは減ってなくても放っておけば増えていくのに増えていない、とみんなで励まし合えることが大事です。

また、飯島氏の柏市での研究で、日常生活圏域単位で要介護認定率を見た時に、認定率が低い地域では、地域サロンへの参加者はリピーターが多くて新規参加者もいる。サロン以外でも地域全体のイベントが頻繁にあり、協力者がどんどん増えて、さらに様々な年代が参加している。一方の認定率が高い地域はサロンの結束力は強いが閉鎖的です。つまり、ソーシャルキャピタルが豊かな地域は要介護者が少ない。ネットワーク、人と人とのつながりを地域全体としてどう持つかがとても大事になります。

このようにS Cには生活支援体制整備事業(協議体)の意義を基本に立ち戻って理解し、フレイル予防と地域の助け合いを基本にして第2層協議体のネットワーク機能の維持・発展を目指すことを期待します。特にフレイルの概念と予防について学び、地域を元気にすることを期待しています。自治体と産業界で地域からの自助・互助を大切にしていくために「フレイル予防推進会議」の活動も始まっています。



社会的孤立のリスク 参加・助け合いの恩恵

近藤 克則氏

千葉大学名誉教授、グランドフェロー
千葉大学予防医学センター健康まちづくり共同研究部門特任教授
(一財)医療経済研究・社会保険福祉協会 医療経済研究機構研究部長

■ つながり・参加が少ない人は死亡リスクが高い

私たちが取り組んでいる日本老年学的評価研究は頭文字を取ってJAGES（ジェイジズ）と呼ばれています。2022年は全国の75自治体と一緒に、そこに暮らす高齢者22万人余の方に調査しました。それらの結果、スポーツの会などに「参加」している人の「健康状態」が良いという関連が見られました。しかし、「参加」しているから「健康状態」が良いのか、「健康」だから「参加」しているのか。どちらが原因か結果か一時点のデータだとわかりません。そこで、健康状態が同程度で要介護認定を受けていない人を選び、そこから参加の有無、助け合いがある人と乏しい人を数年間追跡し、どういう人が健康を早く損なうのかを縦断研究しました。

まず、どういう人が死亡しやすいのか、死因データも結合して調べると、孤立していた高齢者は6年間の死亡率が2割多く、心血管疾患で亡くなった方が22%、がんで亡くなった方が14%多いことがわかりました。望んで孤立状態の方もいますが、亡くなる率は2割前後高い。少なくとも孤立を望んでいない方はどこかでつながれるような、そんなまちづくりを進めるべきだと考えます。さらに死因データの中に自殺の方もいました。7年前の時点でどういう特徴があった方がその後自殺されているのか7年間追跡して調べました。以前からうつ傾向がある人ほど自殺しやすいことはわかっていました。うつを含めて一番関連が強かったのが、普段1人で食事をしていることでした。みんなで会食の機会をつくる取り組みをしている団体がたくさんありますが、それが自殺予防にもなっているわけです。一方

で、配食サービスは考えようによっては1人で食事をするを促してしまっている。そう考えると、配食サービス利用者に「みんなで食事をしませんか」と声を掛け、どこか1か所に10食、20食と届けて、みんなで食事ができる活動を時々していくことが、自殺を考えてしまうほど思い詰める方を減らす機会になる可能性があります。

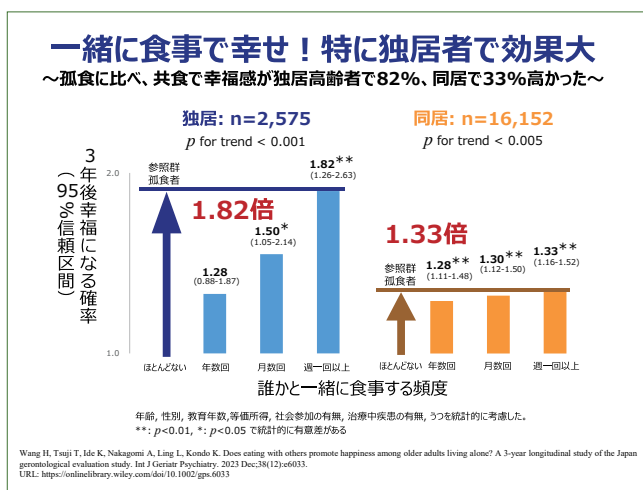
■ 健康を保ち、幸福感を上げる取り組み

亡くなる前36か月間、どれくらい元気で、要介護度はどれくらいだったのか、生活機能の低下の経過を見ると大きく5パターンに分かれました。亡くなる直前まで自立維持でピンピンコロリだった方が46%で一番多く、10か月ほど前から急に落ちてくる人が次に多く、あとは徐々に落ちてくる人、あるいは3年間ほぼ要介護認定を受けていた方も1割ほどいました。社会参加していた人たちはどのパターンになりやすいのか調べると、最期まで自立維持のパターンが、社会参加していなかった人より1.5倍多いことがわかりました。グループに参加している人は、最期までそれを保つパターンが多いのです。

2010年から16年までに、社会参加する高齢者が男性で3%、女性で7%ほど増えていました。「参加が増えたことによって若返って、介護認定を受ける人が減ったのではないか」という仮説を立て調べてみました。すると前期・後期高齢者とも認定を受ける人が25%ほど減っていた。この6年間で認定を受けずに若々しく過ごしている人が増えているのです。社会参加する場をたくさんつくり、助け合いを増やすことが、最期まで元気に過ごすことに役立っていることが確認できました。

1人で運動している人よりグループで歩いたり体操している人は、1年後の運動継続率が3.6倍高い。また、趣味は認知症予防に良いとわかってきましたが、1人でするとグループでする人を比較しました。1人でする人を基準にすると、趣味無し者は認知症発症リスクが26%高く、グループでしている人は19%低いことが確認できた。また、ウェルビーイングの点からも孤食に比べ共食の頻度が増えるほど幸福感が上がるということがわかりました。

政府も孤独・孤立を放っておいてはいけないと対策室をつくりました。紹介してきたようにつながり・助け合いの取り組みは、関わる人たちの健康を保ち、幸せな人を増やすことにつながります。ぜひ引き続き活動を広げていただきたいと思っています。





認知症基本法と地域づくり

杉山 孝博氏

(医) 石心会理事長 川崎幸クリニック院長
(公社) 認知症の人と家族の会副代表理事

■ 認知症基本法と8つの施策

私は川崎幸クリニックで内科の診療と訪問診療に取り組んでおり、認知症の患者さんをたくさん診ています。また、44年前から認知症の人と家族の会の活動に関わり、現在は全国本部の副代表理事、神奈川県支部代表として、日々患者さんや家族と一緒に生活しやすい環境づくり、共生社会をつくるためのささやかな活動をしています。

皆さんご存じの通り「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」(以下、基本法)が今年1月1日から施行されました。目的は「認知症の人が尊厳を保持しつつ、認知症の人を含めた国民一人一人が相互に人格と個性を尊重しあい、支え合いながら共生する活力ある社会の実現」です。国民の責務として、「認知症に関する正しい知識及び認知症の人に関する正しい理解を深めるとともに、共生社会の実現に寄与すること」と書かれています。国民全員が認知症について関心を持つ、認知症の人を理解しようということが、はっきりと述べられているわけです。

基本施策には大きく8つの項目が取り入れられています。

「認知症基本法」に基づく基本施策

- ①国民の理解の増進
- ②バリアフリー化の推進
- ③社会参加の機会の確保
- ④認知症の人の意思決定の支援及び権利利益の保護
- ⑤サービス提供体制の整備
- ⑥相談体制の整備
- ⑦研究等の推進
- ⑧認知症の予防 等

一つ一つ重要ですが、認知症の人が社会の中で安心して生活できるためには、まず理解が必要です。例えば買い物の際に精算を忘れてしまう。わざとごまかそうと思っているわけではなく、忘れてそのままお店を出ようとしただけで決して万引きではありません。だから未払い行動と捉え、「こちらでお支払いくださいね」と言えばいいわけです。徘徊も今は一人歩きという言葉になっていますが、これもちょっと心配な人を見かけたら声を掛けたりネットワークをつくってすぐに家族に連絡が行くような体制をつくる。みんなで早く見つけて家族の負担を軽くしていこうとなれば認知症の人が安心して生活できます。サービス提供体制も非常に重要です。時々、デイサービスやショートステイで認知症の方が突然暴言を吐いたり、暴力を振るうことが

ありますが、これは周囲の言論に対するリアクションだとわかってくれば、どう接すればよいかがわかってきます。

■ 声を出すことで社会が動く

基本法は認知症の人と家族の会の長年の希望でした。2004年と17年に京都で開催された国際アルツハイマー病協会の国際会議で、越智俊二さんが初めて認知症本人として2000名近い人の前で「安心して暮らしていけるように手助けしてください」と訴えました。また丹野智文さんは「認知症になったら終わりではない。認知症と共に生きる道がある。認知症になっても住みよい街づくりを進めなければならない」と発言しました。こういう言葉の積み重ねの中で基本法が実現したといってもよいと思っています。基本法では、認知症の人は特別な人ではなく、私たちと同じ価値観や感じ方を持つ人だとはっきり述べています。この価値観を共有しながら、国や地方自治体の責務が明示され、行政的な施策が促進されていきます。基本法は考え方を述べたもので具体的内容については詳述されていません。ですからこの肉付けをしていくことによって初めて認知症の人と普通の人が共生する社会を実現することになるわけで、私たちの努力が大事だと言えます。NPOや地域の活動団体は、認知症の人や家族のニーズを敏感に捉えて実践に移す。やはり地元の一番身近な人たちが声を出さないと社会は動きません。どの試みも小さな動きから始まり、社会の共感を得て広がってきたものです。

神奈川県では、9月の認知症月間に「かながわオレンジデー」を県の予算で、実質的な運営は神奈川オレンジネットワークという、私も顧問になっている一般社団法人がたくさんの人を巻き込んで何年も前からスタートしており、今年はオレンジ大使との交流を含め、音楽やフラダンス、スポーツ等、誰もが楽しみながら認知症の人と接したり語り合う場をつくりました。認知症月間には多くの自治体が、何らかの活動をする状況になってきました。神奈川県では県庁舎をはじめ開港記念館等で9月21日の認知症の日にライトアップが行われます。これは17年9月に黒岩知事との「対話の広場」にゲスト出演した時に提案したところ、すぐに動き始めてくれて、2週間後の21日に実現しました。このライトアップは認知症の人と家族の会が13年に提案し、京都タワーで初めて行われ、今では400以上の建物になりました。皆さんのところでもそれぞれ創意工夫をこらして実践に移していただければと思います。



これからの社会保障政策と 行政の伴走支援

中村 秀一氏

(一社) 医療介護福祉政策研究フォーラム理事長
国際医療福祉大学大学院客員教授
日本福祉大学客員教授

■ 社会保障の変遷

ご承知の通り我が国は少子高齢化、2008年をピークに人口減少になっています。1990年頃から経済は長期的な低迷を続け、2020年にはパンデミックがあり、回復過程にあります。最近では物価高騰と33年ぶりの大幅な賃上げとされています。地震、豪雨、台風等、頻発する自然災害に見舞われ、国際情勢は言うまでもなく緊迫しています。

そうした中で私たちの生活を支える社会保障についてですが、これは国や政府がしているのではなく、国民の皆さんが支え合っているものです。今年度の規模は137兆円超と見込まれており、GDP比22.4%です。社会保険料として80兆円超を皆さんが負担し、税金から54兆円超が回されています。ここから年金、医療、介護、福祉等、日常生活に欠かせない給付が行われ、国民生活を支えています。よく医療と介護と言われますが、合わせて56.7兆円、社会保障の4割を超えています。国民が受け取る年金が55.7兆円なので規模の大きさが理解いただけると思います。

我が国の社会保障は1960年頃から高度経済成長とともに発展し、73年の福祉元年と言われるところからの伸びが著しく、90年以降は経済が長期的に低迷していますが社会保障の伸びは続いています。高度経済成長期のGDPは5%程度で推移し、73年以降急速に伸びましたが、90年まで10%程度で推移してきました。しかし、経済が横ばいの中で社会保障が伸びるため、今日GDPに占める割合は90年比べて2倍以上になっています。その中で福祉を見ていくと、80年代は行政改革の時代で、すべて税金で賄う福祉は伸びませんでした。90年以降は介護保険、障害者自立支援、少子化対策等、各分野でサービス提供量が增大しています。90年から年金が約2.4倍、医療が約2.55倍なのに対して、福祉はコロナの特別対策もあり7倍になっています。

少子高齢化、人口減少への対応が問題となっており、地域・コミュニティがどう対応していくのが喫緊の課題です。しかし、高齢化も人口減少も都市部と郡部等、地域差が大きくなっています。ですから地域ごとの政策が求められる。「地域包括ケア」と言われているのがその表れです。さらに、これまでは定型的な困難を想定して制度がつくられてきましたが、今は8050やヤングケアラー等、複合的・個別的課題への対応が求められています。非正規の方が増えて貧困問題が生じ、社会保障はセーフティネットと言われていますが、そこにほころびが出ており、財源とサービ

スを支えるマンパワー確保がさらに課題になります。超高齢・多死社会になり、長期継続ケアが必要であり、多職種協働が大事であり、地域密着型サービスの整備等が課題になっています。医療も病院完結型から地域完結型へ、治すだけでなく支える医療が大事になっています。医療と介護の連携が求められ、かかりつけ医を持ち、緩やかなゲートキープ機能も必要になります。

■ 目指すべきコミュニティ

行政は住民を自分たちの政策の対象と捉えるのではなく、住民自らが地域をつくり、支えていく存在として位置付けていかなければなりません。コミュニティづくりとしては、特に「居場所と出番」のあるまちづくりが求められますし、「活動と参加」が重要です。現在日本の中学校区は1万弱なので、人口1億2千万人、65歳以上3600万人、介護費用11兆円を一中学校区あたりに分解すると、一人当たりの介護費用は、下図のように163.5万円になります。

(一中学校区当たり)	
人口	12,484人
65歳以上人口	3,641人
要介護者数	688人
介護費用	11億2,542万円
(要介護者一人当たりの介護費用：163.5万円)	

東京都世田谷区は人口92万人、28地区に分けて福祉を考えています。高齢・障がい・子どもに関する行政のサービスの数、そして自治会、民生委員、SC、NPO法人、子ども食堂の数等、また、病院や薬局の数を見える化しています。公的サービスだけでなく住民の支え合いを合わせて、目指すべき福祉を実現していく、生活中心のモデルが求められていきます。自立を支援し、尊厳を支えるケアに取り組んでいくという視点に立って生活課題に取り組んでいくことが重要です。これからは、医療、介護、福祉だけではなく、まちづくりそのものに取り組んでいかなければならない。あるいは医療、介護、福祉がまちづくりの中心課題として、皆さんを束ねる存在になるのではないかと考えています。包括的な支援体制の整備、皆さんのネットワークで支えるということが重要になります。



ケアマネジメントと助け合い

石山 麗子氏

国際医療福祉大学大学院医療福祉学研究科教授

■ ケアマネの善意の支援だけでは難しくなっている

要介護度別認定者数は今後も増加が見込まれています。介護支援専門員、通称ケアマネジャー（以下、ケアマネ）はケアマネジメントのプロセスを伴走する役割を担っており、独居の認知症者、老老介護の方々の大きな支えであり、仕事と介護の両立をしている介護者の支えにもなっています。しかし、50代、60代は増えていますが、20代、30代はもともと比率が低いのにさらに減少し続けており、今後ケアマネが増えていくことは今のままでは難しく、何らか対策を打たなくては いけません、それも厳しい状況です。

そこで、厚生労働省では今年度から「ケアマネジメントに係る諸課題に関する検討会」を設置し、私も委員を務めています。その資料の中に、ケアマネはいわゆる介護保険制度等、既存の制度を活用しながらケアマネジメントを行っているところが多いが、実はそれだけでは解決できないことがたくさんある。例えば入院・通院時の付き添い・送迎を訪問介護等で対応できない状況が出てきており、ケアマネは相談援助職なので、本来サービス提供には関わらないことになっているが、半数近くが対応したことがあると回答しています。他にも部屋の片づけ、ゴミ出し、買い物等の家事支援、郵便・宅配便の受取・投函、代読、代筆等も3割を超えて対応しています。これまでケアマネが一人暮らし、老老世帯等で周りに支援者がいない場合、やむを得ず行ってきたところがあります。そうした方々が全体に占める割合が少ない時には、お困りなら、お役に立てるのであればと善意で行って来ました。しかし、近年、独居、認知症の方、老老世帯、認認世帯が増えてきて、担当件数の割合の多数を占める状況になり、本来業務以外の時間が増えていきます。さらに今後は要介護認定者の増加が見込まれ、今回の介護保険制度改正で1人のケアマネが担当できる件数を増やさなければ、ケアプランが立てられず、サービス利用をスタートができない、いわゆるケアマネ難民が増えていくことが危惧されています。

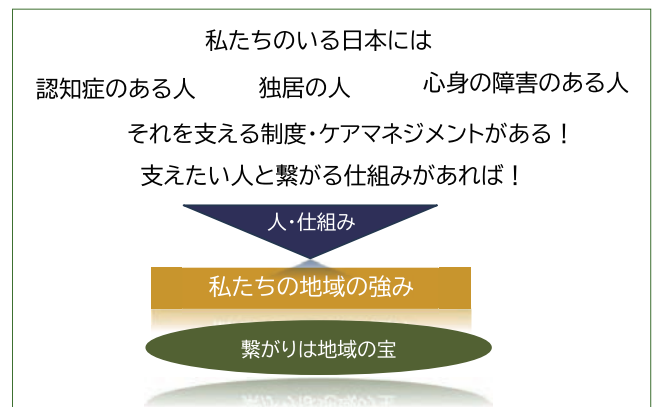
ケアマネジメントは日本が他国から取り入れてきた手法ですが、本来あるべき機能は何なのかを英国の定義を参考に確認すると、介護保険制度に合致することだけを抜き出し、そのニーズを充足するのではなく、まず利用者とのコミュニケーションを取りながら、その利用者個別の生活ニーズを把握し、そのニーズを充足していくための働きかけをするものです。それでは今後、高齢者の生活をどう守っ

ていくのか。

■ 貢献したい思いと困り事をつなぐ

岐阜県下呂市は人口3万人弱、高齢化率40%で、地域の助け合いがないとやっていけない状況です。そこで下呂市社会福祉協議会では、地域や専門職（在宅福祉）と育むボランティアセンターの活動を行っています。2017年の生活支援体制整備事業受託前は、支援者の大半が既存団体等だったところ、受託後はSC（福祉活動専門員兼務）らが、各種ボランティア講座開催、広報誌での呼びかけ、普段からの社協職員との関わりを見直す等の工夫を行った結果、ボランティア登録が増え、団体設立に際しても、地域貢献したい思いを持つ方と困り事の解決をつなぐという目的が共有されてきました。また、市内で活躍している主任ケアマネとつながり、生活圏域ごとにケアマネと生活支援に焦点化した情報交換会を実施。5年経過した今はすっかり定着し、相談してくるケアマネが増えてきているそうです。私たちは、人と仕組みをつくることによって地域の持っている強みを活かしていける可能性があります。「繋がり は地域の宝」です。

施設のケアマネも活躍していますが、利用者一人ひとりの話を聞き、ニーズを解決していくことが難しい場合もあります。コロナ禍以降、施設にボランティアが入ることが制限されている状況もあるようですが、ぜひ在宅だけでなく、施設でもボランティア、支え合い活動ができることを願ってやみません。地域とケアマネがつながっていくことによって、より豊かな高齢期の人生を支えることができると思いますし、支え合うことができると思えば、これが楽しみになっていく。そんな地域づくりができると思いいます。





地域に活かす企業の社会貢献活動

高橋 陽子氏

(公社) 日本フィランソロピー協会理事長

企業は「企業市民」である

日本フィランソロピー協会のミッションは「健全な民主主義社会の創造」です。一人ひとりが地域で自分のことをやろう、仲間と一緒に助け合っていこうということがあってはじめて、健全な民主主義社会ができるのではないかと思います。皆さんよくご存じのSDGsは2030年に向けて持続可能な開発目標を宣言し、「誰も取り残さない社会」のために今何をするかというバックキャストの考え方です。しかし、今、いろんな方が取り残されています。17のゴールの中で企業はやりやすいジャンルのものに取り組んでいますが、それぞれのジャンルの中で取り残されている人がどんどん増えている感じを持っています。

企業はなぜ社会貢献をするのか？ パナソニック創業者の松下幸之助さんが「企業は社会の公器」と言っています。企業は社会の中・地域の中にあり「企業市民」であるという考え方は、当協会も設立から30年以上経った今でもベースになるべきだと思っています。ポイントを5つ紹介します。①社会問題が複雑化・深刻化し、少子高齢化で行政（税金）だけでは解決が困難であるから市民社会をつくらうということは、企業も重要だと認識している、②これまでは利益最大化が社会を良くする、社会を牽引していくという考え方だったが、むしろ自然破壊・社会荒廃を生むと認識されるようになった、③価値観が多様化し、今までの発想からは新たな商品やサービス・価値を提供することは難しく、社会課題の中にイノベーションのヒントがある、④若い従業員や学生は社会貢献したい、うちの会社はもっと社会に役立つことをしないのかという発想が強くなっている。優秀な従業員の獲得・定着のためにも社会貢献は不可欠である、⑤非財務価値の向上で企業価値が高まる（ESG投資）。大手ではほとんど取り組んでいると思います。そうでないところも必要性はわかっていて、やらなくてもいいと考えているところは少数だと思います。

1986年と2016年の国の調査でも、社会に役立ちたいという人は47%から65%に増えていますが、実際に活動している人は25.2%から26%とあまり増えていない。会社員のボランティア経験が一番低く、中でも、会社の同じ部署の同僚とだけ付き合っている人はボランティアなどへの意識も一番低い。反対に、自分のキャリアや人生が前向きだと思っている、というのはボランティア団体やNPOに所属している人が一番多い、という結果が出ています。

「つながる力」と「つなげる力」が地域の中で動く

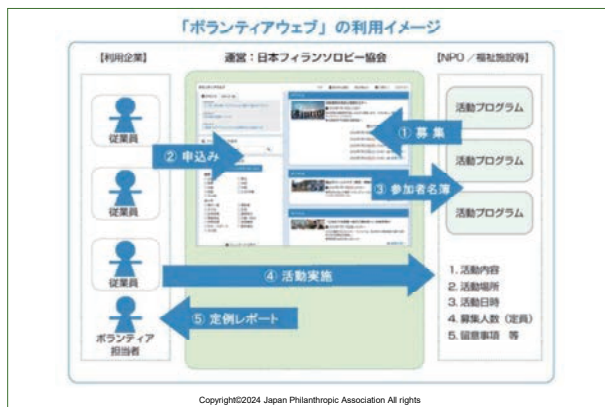
地域に目を向けると、いろいろな課題がありますが、社会課題の解は現場にあるということが1つ。また異文化と出会うことにより、いろいろな発想が出てくるし、他の組織の人と一緒に活動することで共感力を高め、リスク回避につながり、多様な見方ができる。さらに、チームワーク力・コミュニケーション力が高まると言われています。

当協会が関わる例で、田辺三菱製薬では助成金プログラムを行い、そこでつながった難病患者会のイベントのお手伝いに行く等、本業に関わる社会貢献は社員にとって理解しやすく、また、ファンケルではステークホルダーと共にということで、お客様から寄付されたポイントと従業員が出した寄付を重度心身障がい者施設等に寄付しています。

当協会では従業員ボランティア支援のマッチングサイトを運営しており、企業の社会貢献部門と連携し、従業員へボランティア活動を紹介しています。障がい者と一緒に農園で野菜の植え・収穫を行う、ホームレスにお味噌汁を配る。自宅でするものとして医療情報の翻訳、事務作業のお手伝い等があります。スキルや経験を活かしたプロボノについては、日本生命が支援をしてほしい3団体を選び、それぞれが希望する内容を、全国の有志がチームを組んでオンラインで支援するという新しい取り組みをしています。

企業との協働に際しては企業はなかなか地域課題のリアルがわかりませんので、そこを率直に伝えていく。ニーズを伝えればよく、企業の求めるメニューをつくる必要はありません。ボランティアの方は本当に役に立ちたいと参加するので、実感を持てると次につながります。そして1組織と1企業の関係だけでなく地域の多様な組織やプレイヤーを巻き込んでいく。誰にも居場所と出番のある地域づくりのために、一緒に力を合わせる必要があると思います。

ボランティアウェブ（JPA）





地域共生社会とつながりづくり

田中 滋氏

埼玉県立大学理事長
慶應義塾大学名誉教授

死亡年齢の高齢化

地域のあり方を考えることを地域デザインと言いますが、これが必要になった理由から説明します。第一に死亡年齢がどんどん上がっています。年齢階級別に死亡者数がどう変わってきたかを統計で見ると、1970年代以降、60代で亡くなる方が減って70代後半がトップになり、90年からは80代が一番多くなります。このように死亡年齢が後ろに来る理由は死亡率の低下です。疾病ごとに見てもそうであり、専門的な言葉では年齢調整罹患率が低下しています。

介護保険をつくる議論をしていた頃に主な疾患として意識していたのが脳血管疾患ですが、1970年頃をピークに激減し、今はピーク時の10分の1くらいまで下がっています。がんの死亡率のピークは95年で、年齢階層別に50代から80代で見ても罹患率、死亡率とも低下してきています。もう1つの三大疾病である心疾患も、75~80年くらいをピークに半減しています。死亡率が下がるということは、高齢者が増えることと同義です。年齢構成変化を加味しない加重合計値 (Weighted Sum) で見ると右肩上がりが増えてるのが悪性新生物 (がん) です。しかし、年齢階層別に見るとがんの罹患率も死亡率も下がっている。マクロで見るとがんの死亡率が高くなる理由は、長生きしてくるとがん患者が増えるからですが、どちらかと言うと進行がゆっくりしていきます。日本人の2人に1人はがんになる、がんが増えているという誤解を招くような説明がありますが、がんになるまで長生きするようになった。また、2010年以降、急速に上がってきているのが老衰、医学的に言うと多臓器不全で今は3位です。死亡年齢が90歳を超えると増えてくるため、さらに増えていくでしょう。ですからゆっくりと看取る、支える医療が必要になっていきます。

医学的要因、健康行動だけではなく、健康を支える社会的要因を重視するのが我々の立場で、そこで互助を考えます。互助は人類発生以来存在してきたお互い様、専門的に言うと互酬とか互惠と言いますが、見守り・安否確認・外出支援等で、ネアンデルタール人も行っていたと言われていいます。集団の中で子どもを預け合ったり、弱ってきた人の面倒を見たりすることは昔からありました。ただ、20世紀以降、共助という社会保障制度、互助とは違った制度化された連帯が大きくなりました。昔の互助はいわば身内、近いところに住む人の互助でした。これからの互助は、提供意欲を持つ人と、利用希望者のマッチングが必要になり、

顔を知らない人同士が利用者であり提供者になるため、安心できるマッチングサービスが必要になります。運営する団体がきちんとしたガバナンスを持ち、アカウントビリティが必要になります。そして、参加者として第一に活躍できるのは元気高齢者で、参加することにより引きこもり防止にもなります。地域共生に話を絞ると、誰がこの“まち”の構成員かということを考える必要があります。役所は住民票を持つ人を地域住民だと捉えがちですが、通勤・通学してくる人も地域資源です。

共生社会の定義とは

共生社会イコール「人のつながり合い」ならいいのですが、「丸ごと」つながり合うというのは、生活共同体幻想に過ぎません。伴走型支援、寄り添い型支援は、現場の専門性としては意味があります。しかし、社会のみんなが同じ目標・考え方で支え合おう、全員が同じ考えを持つことは危険です。なぜなら加わらない人、考え方が違う人を仲間外れ、排除しかねないからです。男女差別、認知症の人や障がい者、生活困窮者、LGBTQ+、外国人居住者などいろいろな運動論があります。考え方を強制すれば社会はギスギスして悪くなる。共生社会は地域である必要はなく、SNS上の共生でもいいわけです。鍵は多様性を認め合う緩やかな社会的包摂だと思います。「多様性を認め合う」ことこそが、多元的な社会で活力を生みます。

先ほど説明したように、高齢化により認知症、老衰が多くなります。そうすると地域でおおむね在宅生活をし、時々入院を繰り返しゆっくり年を取っていきます。医療介護ケアだけではなく、メンタルケア・生活ケアを含めた看取りニーズが増大します。生活支援、寂しさに対する対応、死期の相談等、広い意味での共生の「生活モデル」が新しくなっていくことを、皆さんに考えていただけることを期待します。

新たな互助

- 人類発生以来の互助=お互い様、互酬・互惠
 - 見守り・安否確認、外出支援が代表例
 - 各種サービスの利用者=メンバー・提供者≠対象者・客
- 共助(制度化された連帯)の発達、公助の不確かさ
- 新たな互助の運営
 - 恣意的に集まる人のつながり、時に地域を超えて
 - 提供意欲を持つ人と利用希望者のマッチング
 - 公的資金や募金獲得：ガバナンスとアカウントビリティ

オープニングフォーラム

地域共生社会を みんなで作るための提言

- 【進行役】宮本 太郎氏 中央大学法学部教授
【登壇者】村木 厚子氏 (社福) 全国社会福祉協議会会長
西 智弘氏 川崎市立井田病院腫瘍内科部長、(一社) プラスケア代表理事
丹野 智文氏 (一社) 認知症当事者ネットワークみやぎ代表理事
熊谷 美和子氏 (特非) たすけあい平田理事長



宮本 太郎氏

進行役の宮本太郎さんが、冒頭、地域共生社会をめぐるの整理とオープニングフォーラムのテーマについて説明をした。

地域共生社会とは具体的にどういうことだろうか。私流に定義をし直すと、「誰も取り残されることなく、支える側にも支えられる側にもなり、

縦割りを超えた支援と助け合い・支え合いで誰もが元気になる社会」になろうかと思う。ただ、この定義の中にもわかりにくいことがたくさんある。

まず「元気」とは何か。これまでは支える側・支えられる側はわりとはっきり分けられ、支えられる側は、「病気」「障がい」「老い」イコール元気がない。支える側は、「健康」「健常」「若さ」イコール元気に満ちている。だから、支えられる側を支えるという話だったが、今はどこまでが地域社会の現実だろうか。「健康」「健常」「若さ」と「病気」「障がい」「老い」の間のゾーンが大きく広がっているのではないか。例えば、ピンピンコロリはかつて理想と言われたが、幸か不幸かなかなかそうはいかない。どこか調子が悪くなっていくが、だましまし頑張っていこうとなる。言うならば認知症でもがんやうつでも普通に暮らす、働く時代であり、あるいは、多くの方が自分の中にちょっとユニークなところがあると感じており、軽度障がい、発達障がいはある意味では誰にでも当然のことのようになっている。

また、若さと老いの境界線はどこで引けるのか。20~65歳までの労働時間が約10万時間と言われ、65~85歳までの起居時間が約10万時間。ドイツのマックス・プランク研究所は2007年生まれ以降の日本人の半分は107歳まで生きると言っており、そうなると65歳以降の起居時間は約20万時間。すると65歳はゴールではなくターニングポイント、中継点に過ぎない。これからの「元気」は支える側・支えられる側どちらかにはっきり分かれるのではなく、地域に自分の「場」があって、前向きになれる「元気」ではない

かと思う。では、そういう元気をどういうふうに広げていくのか。私たちはどういう時に元気になるのか。誰かとつながって認め・認められ、自己肯定感を高める時に元気になる。そういう意味では、まず大事なことは「つながる」こと。元気をなくしている人とどういうふうにつながっていくかが1つのポイントになる。

2番目に「つなぐ」。元気でいられない理由は複合的であって、それを打開する支援は包括的でなくてはいけない。そういう意味で縦割りを超えなければいけない。いろいろな支援を組み合わせるとつなぐと同時に、元気になる方法の一番大事なことは、元気が出る「場」に身を置くことなので、そういう「場」につなぐ。

3番目は、その「『場』をつくる」こと。地域にはいろいろな困り事が山ほどあって、子育てや介護などで支え合わなければいけない。そういう場が、実は一番元気が出る場になったりする。そういう意味での「場」づくりが問われてくるだろう。

3 「元気」を広げる助け合い・支え合いのかたち

私たちは人とつながり、認め認められ、自己肯定感を高めるなかで元気になる

- | | |
|---------|----------------------------|
| つながる | 窓口だけでなく様々な出会いの機会を活かす(相談支援) |
| つなぐ | 支援のサービスとつなぐ「場」につなぐ(参加支援) |
| 「場」をつくる | 元気がでる「場」をつくる(地域づくり支援) |

「つながる」「つなぐ」「『場』をつくる」は日本の地域福祉政策の骨格になってきている。地域共生社会をつくっていくための重層的支援体制整備事業が新たに社会福祉法に定められており、第1号の事業は「つながる」ための事業。例えば、地域包括支援センターで障がい・子ども・困窮の問題を扱ってもよくなり、その時に交付金も一括して出すことが新たに認められるようになっている。「つなぐ」「『場』をつくる」についても第2号、第3号事業として制度の応援が整ってきている。

このオープニングフォーラムでは、「つながる」「つなぐ」「『場』をつくる」という、誰もが元気が出る地域をつくっていくための大事なメソッドに先駆的に取り組んでいる皆さんの豊かな経験を紹介し、相互に議論していきたいと述べた。

まちとのつながりで人が元気になる方法 暮らしの保健室と社会的処方



西 智弘氏

2007年から緩和ケアと腫瘍内科・抗がん剤の専門家として、また17年にプラスケアを立ち上げて代表を務めている西智弘さんは、暮らしの保健室と社会的処方について紹介した。

プラスケアを立ち上げたきっかけは、がんと診断された後、会社から「もうこの仕事はやらなくていいよ」と排除され、友人との関係性も変わり、社会や友人と切り離され孤立している方々がたくさんいた。家族の中でも役割が変わり、家族もどう接していいかわからない。この孤立の問題は病院の中ではなかなか解決できないと思い、病院の外に「暮らしの保健室」を立ち上げ、医療者と気軽につながることによって何か解決できる方法がないかを探してみた。

今、暮らしの保健室は川崎市（神奈川県）の武蔵新城を拠点にしてカフェのような空間をつくっている。暮らしの保健室は訪問看護師をしている秋山正子さんが、病院に行くほどではない悩みや、がんや認知症などの病気を抱えてどう生きていけばいいかなど、病院では相談しにくい悩みをまちなかで気軽に相談でき、つながれる場所として東京の新宿区に第1号をつくられた。その思いに共感した方々が全国で50~70か所くらいつくっており、川崎もその1つ。

今、暮らしの保健室は川崎市（神奈川県）の武蔵新城を拠点にしてカフェのような空間をつくっている。暮らしの保健室は訪問看護師をしている秋山正子さんが、病院に行くほどではない悩みや、がんや認知症などの病気を抱えてどう生きていけばいいかなど、病院では相談しにくい悩みをまちなかで気軽に相談でき、つながれる場所として東京の新宿区に第1号をつくられた。その思いに共感した方々が全国で50~70か所くらいつくっており、川崎もその1つ。



暮らしの保健室・武蔵新城拠点
川崎市中原区上新城2-7-5セシーズイシイ23A101
JR南武線武蔵新城駅 徒歩2分

暮らしの保健室の活動を通じて、病気になっても安心して暮らせるまちをつくりたいと考えている。相談があってもなくても「コーヒーを飲みに来た」「映画の話をしに来た」「買い物の帰りにちょっと寄った」という感じで、ふらっと立ち寄って話ができ、その延長線上で「実は最近うちの夫が…」「うちの子どもが引きこもりになって…」という話が出てくる。「住民としての医療者」がいる環境で気軽に話ができることが暮らしの保健室の機能だと思う。何か困ったことがあっても、暮らしの保健室に行けば話を聞いてくれる人がある。自分は一人ぼっちじゃないと思っ

てもらえれば、そのまちは安心して暮らせるまちだと言えるのではないかと思う。

それでも、なかなか孤立の問題に一步踏み出していけないという時に、社会的処方という概念に出合い、取り組み始めている。社会的処方は端的に言うと、人と地域とのつながりを利用して人を元気にする仕組みで、この説明をする時いつも80代の男性が「眠れない」と言ってクリニックに来た例を出している。一番ダメな医者は「睡眠薬を出しておくから」と1分くらいで診療が終わる。もう少し気の利いた医者なら「どんな生活をしているか」と聞く。「朝起きて、朝ごはんを食べて、テレビを見て、昼ごはんを食べて、テレビを見て、夕飯を食べて、テレビを見て、眠れない」と答えるので、医者は「それでは眠れない。もっと運動してください」と言うが、「明日から頑張ってください」となるくらいだったらクリニックには来ません。

社会的処方は、何で眠れないかという話をもう少し聞く。男性は半年前に奥さんを亡くし、それまでは奥さんが自分の友達の集まりやサークル活動に連れ出すようにしていたが、奥さんの急死によって外に出なくなり、半年くらい経って眠れなくなった。さらに、「もともとどんな生活をしていて、どんなことに興味があるか」と聞くと、もともと花屋さんをやっていて、閉めたが、「今でも花は大好き」と言う。医者は、まちの花壇の整備をしているNPO法人から人手不足で困っているという話を聞いていたので、「まちの花壇の整備をしている方々に指導をしてあげてくれないか」と話す。男性は「なんでそんな所に」と言うかもしれないが、「あなたの力が必要」と言うと、「先生がそこまで言うんだったら…」と、行ってくれる。そこで「花はこういうふうに扱うんだよ」と教えると、NPOの方々が「素晴らしい」と言ってくれる。そうすると、男性も気分が良くなって「また明日も来てもいいかな」となり、結局、毎日通うようになり、役割ができて、友達ができて、笑顔になり、薬がなくてもぐっすり眠れるようになる。

実際の社会的処方の例として、パーキンソン病と共に生きる方々を中心に誰もが参加できるダンス活動Dance Well（石川県）を紹介。パーキンソン病はだんだん身体が動かなくなり最後は寝たきりになってしまうが、身体を動かすようにすると進行を遅くすることができるというエビデンスがある。Dance Wellでは、すべての参加者を「ダンサー」と呼んで、芸術的な環境で開催し、ダンサーさん一人ひとりの想像力を刺激する。例えば、金沢21世紀美術館のホールで、パーキンソン病の方々もそうでない人たちも、子どもから大人まで一人ひとりダンサーとして、美術館の中の彫刻・絵画を見て、こういうものが描かれていて、私はこういう気持ちになったということを経験で伝える。その表現が正解か間違っているか、また上手か下手かがあるわけではない。ダンサーとして表現する結果として身体が動くようになっていく。

プロのダンサーのなかむらくるみさんとパーキンソン病のAさんとのやり取りで、なかむらさんは「Aさんの手足の動かし方がとても『面白い』と思う」と言う。Aさんは

「僕にとってはこれの何が面白いのかわからない。自分のことを醜いとかのろまだと思っているけれども、君が面白いと思ってくれる限りはこのDance Wellに参加し続けるよ」と言って、なかむらさんが企画したダンスの映像作品にも参加。その上映会で自分の身体の動きを見たAさんは「自分をそんなに悪くはないと思えるようになった」と言い、さらにAさんの奥さんは「夫が病気になって、夫を見ていて嫌になっていたけど、最近はそれが『かわいい』と思えるようになった」と感じている。

「客観的な状況」と「主観的な思い・願い・価値観」にズレがあると苦しみが生じるという考え方がある。例えば、腕の骨が折れた場合、折れたのは客観的な状況で、主観的な思い・願い・価値観としては折れていないほうが良いので、「ちゃんと治るのかな、不安だ」「仕事ができない。どうしよう…」と苦しみが生じる。手術で治してあげれば良く、それが医者の仕事、専門性、キュアの部分になる。だから客観的な状況を主観的な思い・願い・価値観のほうに近づけてあげれば、ズレがなくなり苦しみがなくなる。

しかし、パーキンソン病は治らない病気であり、がんも治らないことがある。客観的な状況が変わらないとしたら、逆に主観的な思い・願い・価値観を客観的な状況に近づけることができれば、その苦しみをなくすことができる。AさんはDance Wellに参加し続けることによって、自分の身体もそんなに悪くはないと思えるようになり、奥さんもかわいいと思えるようになった。客観的な状況は何も変わっていないにもかかわらず、主観的な思い・願い・価値観が客観的な状況に近づいたことでズレがなくなり、苦しみがなくなった。医者が手術をするとか薬を投与するのと同じくらい、社会的処方にはパワーがある。しかもアーティストさんとか市民活動をしている方々、皆ができる。それがケアだということをお伝えしたい。

社会的処方は孤立を解決して健康度の向上や医療費の削減に寄与する可能性があると言われていて、病気や障がいがあったとしても「そのままでも良い」が当然の社会、それがケアを地域に広げていくことであり、さらに社会的処方を文化にしていく必要があると思う。公・民とも様々な活動はすでにあるが、問題はそれがあまり横につながっていない。その橋渡しの役割を果たす暮らしの保健室やコミュニティナースの機能が各地に必要だと思うと締めくくった。

社会的処方は、私流の言い方で言えば場の処方箋であり、そういう場をどんなふうに見つけていくのかという宮本さんの問いかけに、西さんは、基本的には本人がどういう特性を持っていて、何に興味があって、どんな人生を歩んできて、どういう人間なのかがわかった上で、その「場」、社会的処方につなげる。例えば、認知症だがサーフィンが大好きな人の場合、サーフィンをする所とつなげられないかと考え、そういう所に行って「認知症の方と一緒にサーフィンをするってできないか」と聞くと、「こういう工夫をしたらできるかもしれない」と言ってくれる。皆と一緒にやっていくことが大事で、あくまでも人中心だと答えた。

認知症になっても自分自身は何も変わらない 「おれんじドア」の活動



丹野 智文氏

11年前、39歳の時にアルツハイマー型認知症と診断された丹野智文さんは、自身の体験から認知症の方への理解を訴え、また「おれんじドア」を立ち上げた経緯・活動を紹介した。診断された当時、本当に良い情報がなくて不安と恐怖で毎晩泣いてばかりいた。その時に1人の当事者との

出会いがあり、その人は笑顔で元気で優しい人で、この人のように生きてみたいと思ったことが前向きになるきっかけだった。それを仲間に伝えたら、「今度は丹野くんが他の当事者に元気を与えない？」と言われて、10年前、不安を持った当事者の相談窓口「おれんじドア」をつくった。

いろいろな当事者と話して気づいたことは、認知症と診断されても、実は次の日から何も変わらない。1週間後、1か月後、何も変わらない。1年後、もし進行していても工夫をすれば補うことができる。では何が変わるのか。周りの人たちが変わってしまう。私も認知症と診断されて、区役所や地域包括支援センター、福祉に関わる人、いろいろな人と出会ってきたが、私が認知症とわかると皆、妻に挨拶する。名刺は1回ももらったことがない。冊子も家族に渡して説明する。完全に無視しているのに、最後に「仲良くしましょう」と言うが、仲良くするはずがない。世の中が認知症の人は何もできないと決めつけていたと思う。

認知症の進行は今のところ止めることはできないが、私は2つのことは止められると思っている。1つは、家族が心配して、財布を持つのを取り上げる。1人で出かけるのを禁止する。携帯電話も取り上げる。これが本当に多い。本人は嫌でも、自分が病気になって申し訳ないという気持ちから、嫌とは言えない。そうするとすべてを受け入れてしまい、すべてを諦める。すべてを諦めた当事者はすぐうつになる。このうつは絶対に防げると思う。

もう1つは、皆さんの優しさ。何でも失敗させないようにと先回りをする。先回りをされると、最初は嫌でもやってもらうことがすごく楽になる。すると今度は家族や支援者がいないと不安になる。依存という病気を生み出す。家族が立ち上がった瞬間に目で追っている当事者がたくさんいる。これは認知症の症状ではなく、依存がつくり上げた結果だと思う。うつと依存を防げば何が残るか。認知症の症状で、これは工夫をすることで補うことができると思う。認知症は予防が大切だと言われているが、私は予防ではなく、備えることが大切だと思う。今年の1月1日、能登で地震があったが、地震を止めようとする人はほとんどいない。それは止められないからで、地震が起きた時のために燃料・水・食料を準備することが備え。認知症も今のところ、ならないようにすることはできない。では、どうするか。今携帯電話を使っている人はどんどん使ってほしい。

携帯電話が脳の一部になる。今、友達と仲良くしていないと誰も助けてくれない。今、夫婦仲良くしていないと認知症になったらすぐ離婚になる。今、仕事を一生懸命していないと認知症になったらすぐクビになる。何を言いたいのか。今を大切に生きることが認知症になっても周りが助けてくれる、つまり備えになるのではないかなと思う。

工夫することで補える例として、私の仲間のおじいちゃんは家の鍵、敬老乗車証、財布をどこに置いたかよく忘れてしまうので、カバンと紐でつなぐことにした。赤い細い紐が家の鍵、青い中間の紐が敬老乗車証、黄色い太い紐が財布で、引っ張れば出てくる。あるおばあちゃんは物忘れが多いので、よくメモを書く。でも、メモ紙をどこに置いたかわからなくなる。そこで家のテーブルクロスを模造紙にし、そこに書くことで、なくもしないし、常に見ているから不安にならない。こういうことが工夫で、一緒に考えてくれる支援者が増えてくれたら嬉しい。

私は携帯電話をなくすからネックストラップを付けている。このネックストラップ1つをとっても自分で選ぶから使い続ける。今までは家族や支援者が買ってきて「使いなさい」と言う。認知症の人は記憶が残りづらいので、家族や支援者が買ってきたものは記憶に残らない。だから使わなくなる。使わないと「せっかく買ってきてあげたのに」と怒られ、家族との関係性が崩れてしまう。必ず自分で選ぶ、自分で決める。それを応援してくれる支援者が増えたら嬉しいなと思う。

よく「認知症になっても安心安全なまちをつくりましょう」と言われるが、この安心安全が誰のための安心安全なのか。周りの人たちの安心安全だと私は思う。今、県や市でよく言われるのが「GPSやQRコードを付けましょう」。しかし、私は一番好きな服やカバンにQRコードを付けられるのは嫌だし、付けられたら怒り、剥がす。怒ったらBPSDと言われるし、剥がしたら破壊行動と言われるが、当たり前行動だと思う。誰のための安心安全なのか。ちゃんと本人のためであってほしいと思う。

「おれんじドア」を10年間やってきて、5～6年前から「ここに来られる人はいいよね」「まだまだ家に引きこもっている人はいっぱいいるでしょ」と言われ続けた。では認知症でも必ず行く場所はどこか。それは病院なので、病院の中に、診断や診察が終わったら、すぐ近くの部屋で元気な当事者と不安を持った当事者や家族が会える仕組みもつくった。診断が終わったら泣きながら家に帰ると思うが、元気な当事者が「10年経ってもこんなに元気だよ」という姿を見せると笑顔で帰る。

診断直後、すぐ介護保険の話がされるが、一般の人たちにはよくわからない。介護と言われた途端にベッドで身体を拭いてもらっているイメージになるから、「これからどうしよう」と家族も本人も不安になってしまう。病院で、「こう工夫したらうまくいくよ」「認知症になっても元気に暮らしている人がいるよ」といった前向きな情報を与えてもらいたいのに、すぐに支援につなげる。支援が必要ではない人に支援をつなげている現実もある。

そして、病院の中でピアサポートをやってきて見えてきたのが運転免許の返納。運転を家族や支援者はやめさせた。でも本人はやめたくない。そこで病院の中に「運転免許を考える集い」をつくり、実際にやめた当事者と、やめたくない当事者がとことん話し合う場をつくっている。1～2回の話し合いではやめないけれど、3～4回目で必ずやめる。家族が無理矢理取り上げた当事者は「奪われた」と常に言い続け、その後、無免許で運転したり暴れたりする。自分で決めて自分で選んだ当事者は何の問題も起こしたことがない。なので、これからの支援はやはり本人の話をきちんと聞いて、本人が何を望んでいるのか。説得ではなくて、納得することを応援してほしいと締めくくった。

宮本さんが当事者本意、当事者主権はずっと前から言われていて、地域共生社会は皆が元気になることだから、いよいよ当事者本意、当事者主権の本番の段階だと思う。丹野さんの本にも悩む権利、失敗する自由が書かれていてすごく面白かったと述べた。丹野さんは、認知症になると失敗する権利を奪われるが、皆さんだって失敗している。失敗するから工夫をする。工夫をするから成功体験が生まれる。成功体験が生まれるから元気になる。失敗から成功体験に結び付けることが大切。私は、朝起きてパンを焼くが、隣の部屋でテレビの音がうるさいと思って消しに行くと、パンを焼いているのを忘れて真っ黒焦げ。妻は「まだパンがあるから焼けば」と言って焼いてくれない。どうするか。パン焼き機から目を離さず、焼き上がった瞬間に取り上げると、成功体験で終わる。妻が焼いてくれると失敗体験で終わったままで、次も失敗したくないからお願いすることしかできなくなる。だから失敗してもいい。次にどう工夫するかを一緒に考えてくれたら嬉しいと答えた。

地域共生社会を実現するためのヒント 被災地や市民活動から学んだこと

若い女性の支援等の活動をしている村木厚子さんは、最近の自身の体験から地域共生社会はどうやったら実現できるか、何が地域共生なのかのヒントを紹介した。



村木 厚子氏

1つは被災地で学んだこと。6月に能登に行き、今までの災害からいろいろなことを学んで復興のやり方が変わってきたことを勉強してきた。とても驚いたのが仮設住宅に抽選で入れることはやらない。つまり、公平性を重視して抽選で入れると地域バラバラで人が入るので、もともとつながりがあったご近所の人と一緒に入れるようにする。また、目一杯仮設住宅を建てることをやめ、1区画空けて、そこにコミュニティセンターをつくる。あとで孤独死が起きないように、衣食住と同時につながりをきちんとつくるということをやっていた。暮らしのつくり方とか地域のつくり方ではとても大事なことだと思った。

次に、感激したのが老人クラブの方々の話で、能登は老

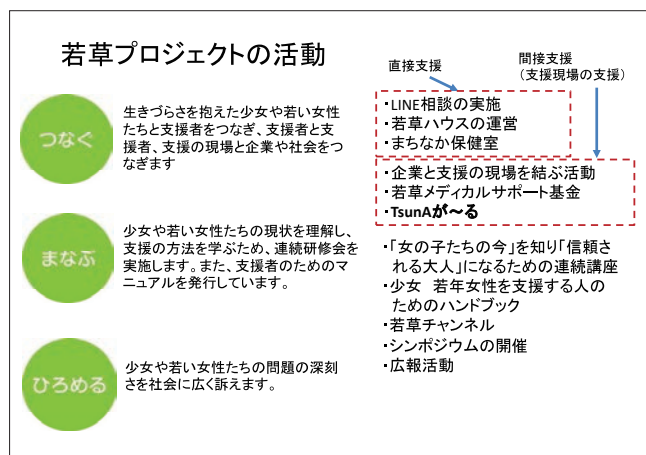
人クラブの加入率が日本でも高い地域で、各地域の老人クラブの会長さんの平均年齢が大体80歳。この会長さんたちがメンバーの安否確認をしたり、避難所の運営や食料を配るのを手伝ったり、病院の送迎をしたりと大活躍されていた。その方々にこう言われた。「老人クラブは、今まで応援してもらった側だったが、この震災で若い人が出ていく。だから、この地域はやはり僕たちが支えなきゃいけない」。大活躍する高齢者の覚悟を教えてください、すごく感激した。日頃のつながりがあるからこそ仮設でもつながりを維持しよう、また日頃活動をしているからこそ、これからも地域を支えられるということなのかなと思った。

ちょうどその頃、福島県でレポートが出された。震災から13年経つがいまだ復興公営住宅に住んでいる約5000戸を対象に、復興で何が必要だったかを調査しまとめたもので大事な発見を教えてください。被災者一人ひとりに寄り添って、今この人はこういう状態にあるからこのサービスや支援が必要だということはすごく大事だが、「点」の支援だけではダメだった。地域ではいろいろな人が活動をしているので、この地域にはどんな人がいて、何の活動をして、どんな思いで活動しているかを知り、被災者の人たちに何が必要かを、地域で活動している人たちに伝える。また、活動者同士が意見交換をして、つながりをつくって、そして地域全体として強くなっていく「面」の支援が大事だと言われて、とても学びになった。一人ひとりの困ったを助けることも大事だけれども、地域全体が豊かになっていくことが大事だと思った。

もう1つは、市民活動から勉強したこと。私は若草プロジェクトという若い女の子の支援をやっていて、LINEで相談を受けているが、相談というのは実はとても難しいことだと教えてください。まず、「公的支援の相談窓口には『怒らないで話を聞くよ』と大きく書いておいてほしい。説教される場所に見える」と言われた。また、ボランティアをしている大学生に「相談してくる人って偉い」と言われ、「何で?」と聞くと、「相談って、今の自分の状況に疑問や不満を持つことができ、それを言葉で表すことができ、それを見知らぬ相談員にちゃんと伝えることができ、かつ『助けてくれ』と言う勇気を持っている。ここまで全部ができて相談」だと言われて、「なるほど」と思った。だから相談の手前の居場所、ただぼんやりとおしゃべりができたり、愚痴が言える場所づくりから始めなければいけないと思って、まちなか保健室の活動を始めた。

それから、社会貢献とか地域活動的なことについて企業が手伝ってくれると最初は頭に浮かばなかったが、思い切って門を叩いたら企業がものすごく応援してくれた。洋服や食べ物を提供してくれる企業がたくさん現れ、支援を受けた側は自分たちが知っている会社が自分たちのことを気にかけてくれたと、ものすごく喜んでくれた。これからどんどん企業の支援もお願いしたいと思っている。

私は37年半、公務員として何ができるとか厚生労働省として何をしなければいけないかということは一生涯懸命考えていたが、それではダメだったと反省している。みんな



なで何をするかを考えて、その中で役所はここができる、これは企業が出来るんじゃない?とか、市民活動でやってもらったほうが役所の相談よりもずっとハードルが低いなど、みんなで分担して、ここだけは誰もやる人がいない場合、ではつくろうという議論ができれば良かったと思う。

役所は真面目に一生懸命やっていると思うし、日本の福祉の制度もとても良くなってきたが、この制度としては何が出来るかとか、役所としては何が出来るかという発想なので、とても縦割りになっている。ところが、縦割りどころじゃないぞと思ったことがある。それは居住支援施策で、対象者別に高齢者、障がい者、低所得者、子育て世帯、DV被害者、児童養護施設退所者、刑務所出所者等に対して、連帯保証人や家賃の保証をどうするか、家をどうやって紹介するか、入った後の支援をどうするかという、福祉の制度と住宅の制度をつなぎ合わせて、家を借りにくい人がどうしたら家を借りられるかという絵を作ってみたら、縦割りどころかモザイクになってしまった。日本の行政の制度はモザイクになっていて隙間がたくさんある。これを誰がつなげられるかと言うと、やはり地域で、そこで暮らしている人が実態を知っていて、あそこにはあれがあるからやってくれるという、人や周りを知っていて、人間を見ていることでつながっていくと思う。

私は最近「綱」を「網」にしようと言っている。支援者たちは皆、太く長い命綱を編むことに努力してくれているけれど、綱って両手で掴まないと落ちてしまう。力尽きる時もあるし、問題が複合的だと何本もの綱を掴まなければいけない。それはすごく難しい。綱同士で結び目を作って綱になっていると、綱から手が離れた時もちゃんと受け止めてもらえる。細い糸でも上手により合わせていくと布になって支えてもらえる。この作業がこれから必要で、そういうものをつくっていくのが地域共生社会かなと思う。地域の人同士、立場が違えば強みが違うので、いろいろな立場の人が上手に手をつないでほしいし、プロで支援を専門にしている人はぜひ専門家同士のつながりと同時に地域を耕すことをやってくれたら本当に嬉しい。最後に、私の大好きな「自立」の定義は、「『自立』とは依存しないことではない。『自立』とはたくさんのものに少しずつ依存できるようになることである」(東京大学先端科学技術研究センター熊谷晋一郎教授)。たくさんのものに依存でき

るように、少しずつお手伝いできる人をたくさん地域に増やせたら良いと思うと締めくくった。

宮本さんは、西さんは「暮らしの保健室」、村木さんは「まちなか保健室」を実践され、「保健室」はキーワードかなと思うが、これから地域にどんなつながり方を勧めたいか。また、どんな手を打つと、その地域で縦割りを超えていくことが可能になっていくのかと問いかけた。村木さんは、保健室って本当に言い得て妙で、病気でなくても行って良いというのがすごく大事なことで、災害が起こってから誰にどう頼るかとかバタバタ慌てて行動を起こしても、それはできない。つながりは先につくっておかなければいけないから防災訓練をやる。同じことをいろいろな暮らしの危機についてもやればいいんだと言われて、すごく納得した。困ってなくても行ける場所をつくっておく。それが保健室の機能かなと思う。また、縦割りをどうするかについては、やはり制度は一定程度を縦に割らざるを得ないので、制度上で準用みたいなものをどうするか役所が少し工夫する。もう1つは、関係者が日頃からお互いを知っておき、地域の資源もお互いが知っている状況をまずつくるのが一番早いのではないかと。私は陳情とか要望ではない時に行政へ行くことをアドバイスしている。陳情とか要望と言われたら行政も身構えるので、活動紹介とか行政のことを教えてもらうとか。そうしてお互いがわかると、あそこに聞いてみるかとか、あそこはずっとこの活動をやっているはずだとわかるので、頼みやすいし頼りにされると思うと答えた。

“地域に住むもう一人の家族になろう” 助け合い活動と生活支援サービス



熊谷 美和子氏

島根県出雲市平田地域で長年地域の支え合い・助け合いを広げてきた熊谷美和子さんは、自身の経験から助け合いの基本や地域支援事業の取り組みについて紹介した。

平田地域は人口約2万3000人、夕日と有名な宍道湖のほとりに位置している。平田に住んだきっかけは夫の転勤で、友人も知り合いも身内も誰もいない所で子育てや介護をして本当に途方に暮れたことがたくさんあった。その時に支えてくれたのは地域の善意の人たちで、お返ししようという気持ちで、できる時には精一杯誰かのために動くという持ちつ持たれつの生活をしてきた。

住民による助け合いの制度をつくりたいという思いで、1992年、平田市社会福祉協議会のボランティアとして「困った時はお互い様」「遠くの親戚より近くの他人」をコンセプトに市社協の助け合い制度として活動を開始。そして、2000年4月の介護保険スタート時、助け合い活動だけではなく、介護保険と共にやってみようとNPO法人として独立して、「地域に住むもう一人の家族になろう」を合言葉に活動を始めた。一人暮らしの高齢者はどんどん増えて

いるが、頼りになる身内が近くにいないし、親子でも離れていては日々の細やかなサポートはできない。介護保険でできないサービスはいろいろあり、高価なサービスは利用できない、何を頼ったらいいのかというのが現実。住みよい平田をつくるために「一人の困った」をみんなで支えようという思いで、一人ひとりができる時にできることを、内容も活動時間も強制しない自由な活動にし、お礼の心配なしにささやかな有償活動にした。

社協の活動開始後2年目の94年、手にがんを持った女性から電話があり、法事をするので準備を手伝ってほしいと言われた。家の敷物を替えたり、お布団を干してふかふかにシカバーを掛けて、「ありがとう」と感謝された。それ以来、家事や介護のお手伝いをし、入院した時は病院まで送った。介護保険は入院になったら全く使えない。郵便ポストはいっぱい。庭には草がはえる。洗濯もしなければいけない。お使いにも行ってほしいと、入院中もしなければいけないことが山ほどあり、私たちは毎日付き添って支えた。息子さんは県外に住んでいて、土日に帰ってくるのが精一杯。その方は「平田に住んでよかった。よそのまちに住んでいたら、私はどうなっていたでしょう」と言い、行くたびに「ありがとうね」とメンバーたちに声を掛けてくれた。その方が命燃え尽きるまで私たちはお付き合いをした。お通夜の席で息子さんが「私たちのできないことをよくやってくださった」と深々と頭を下げられて、メンバーたちは感動した。これが契機になって、やる気が湧いて活動が発展していった。

活動の中で「ありがとう」と感謝され、一人ひとりがやりがいを持っていきいきと活動し、必要とされる喜びが生まれ、充実した日々になった。そして、皆の交流の場にもなっていき、助け合いの仲間の輪が広がり、助け合い活動が認知されていった。利用者の方からは「電話1本で即対応してもらえ、とても便利」「掃除、洗濯、草刈り・草取り、何でも助けてもらえてありがたい」「頼る所がなくてどうしようと心細かったけれども、安心して暮らせるようになった」といった声をいただいている。

さわやか福祉財団の堀田力前会長から新しい地域支援事業の話聞いて、私も出雲市で頑張ろうと、さわやかインストラクターという立場で出雲市社協に相談し、15年7月に「新しい地域支援事業を考えるフォーラム in 出雲」をさわやかインストラクターと島根県と出雲市と市社協で協働開催し、堀田さんに講演してもらった。17、18年には地域支え合いフォーラム「さあ、助け合いを広げよう」を開催し、清水肇子理事長に講演してもらい、私たちの活動を動画「地域に住むもう一人の家族」で紹介した。

出雲市は17年に第1層1人、第2層1人のSCを配置。この2人がとても優秀でフットワークが軽く、大奮闘をして、合併以前の旧7市町村ごとに「地域支え合いフォーラム」を実施。会場で「活動したい希望者は手を挙げてください」と呼びかけ、希望者向けに助け合いの研修会を開いた。研修会終了後は市内の団体を紹介し活動してもらい、中には組織立ち上げに向かう人も出た。また、16年に第1

層協議体を設置。それに並行して、出雲市と市社協とさわやかインストラクターの私と一緒にワーキングチームをつくり、どう進めていったらいいだろうかと検討し、地域ごとの「地域支え合いフォーラム」を企画した。

コロナになり協議体ができなくなった。23年、市が生活支援サービスのBとDをつくりたいと、協議体のメンバーをがらりと替えて、助け合い活動団体を4団体から8団体に増やし、また、タクシー会社にも入ってもらい、編成し直した。助け合い活動団体の人たちはいろいろな意見や思いをどんどん出し、すごく活発な協議体になった。厚労省から出向された方が医療介護連携課長で、ものすごくネットワークが軽く、再々現場に足を運んでヒアリングやアンケートをしなが、市内の活動団体の意向を確認し、現場の生の声を聞き、24年4月に訪問BとDを創出した。

**平成28年 生活支援体制整備
推進協議体設置(第1層)**

たすけあい活動団体 4
JA 2
介護保険事業者 5
地区社協 6
民生児童委員協議会 1
高齢者クラブ 1
シルバー人材センター 1

**令和5年 生活支援体制整備
推進協議体設置(第1層)**

たすけあい活動団体 8
JA 2
介護保険事業者 3
地区社協 0
民生児童委員協議会 1
高齢者クラブ 1
シルバー人材センター 1
タクシー会社 1

協議体に並行して、出雲市、市社協、さわやかインストラクターでワーキングチーム結成。打ち合わせや協議を重ねながら企画をした。

コロナで休止していたが再開
大きくメンバーを変更
○タクシー会社が
新たなメンバーに
○たすけあい団体を大幅に増

現在、出雲市は第1層SCが1人、第2層SCが3人で、誰が第1層、第2層ではなく、できることを皆で頑張ろうと非常に効率的に活動している。アンケートモデルを提供して、住民と共にその地域に合ったアンケートを実施し、ニーズを把握することで、結果24年度までに生活支援サービス団体が7団体でき、既存の11団体と合わせて市内18団体に増えた。また、助け合い活動団体ネットワークでは年2～3回のペースで情報交換などをし、その中で「人材不足、活動を何とかしたい」という声が出た。それを解決するために、18団体と行政と社協とSCとで全体会を開き、地区別グループワークを最近始めた。

島根県が生活支援サービスのアドバイザー派遣制度をつくったきっかけは、ネットワークをつくっている移送サービス団体に県に行き、このままでは地域の移送は大変なことになるから生活支援サービスのB・Dを含めて移送を考えてほしいという話をした。窓口だった県職員が素晴らしい方で、後日「アドバイザー派遣制度をつくったらどうだろうか。行政と共に動いてください」と言われた。そして現在アドバイザーとしてさわやかインストラクター2人が関わらせてもらっている。

B・Dや移送サービスに関することを皆が知りたがっていた。安来市大塚町ではオンラインや私が現場へ出向いたり、うちへ視察に来たりし、団体が立ち上がった。益田市は、特に移送サービスがメインテーマで、福祉部局だけで

なく交通部局も参加して住民参画型の議論をした。津和野町はオンラインで伴走支援をした。大田市は他市町村にも公開したオンラインで開催し、うちへ視察に来たりして団体が立ち上がり、移送サービスが始まっている。

私たちの思いは、住民、行政、社協が協働して生活支援サービスを創出し、共生社会を目指そう。住みよいまちは自分たちの手でつくり、いつまでも住み慣れた地域で共に生きよう。いずれは我が事、住民の知恵と底力を活かして、自分たちの地域に合った福祉を実現しよう。やはり地域が求める福祉はそれぞれ違うので、地域でなければできないと思う。住民と行政、社協との協働体制は何よりの大きな力になると実感していると締めくくった。

宮本さんは、移送サービスに関わるようになったきっかけは何かと問いかけた。熊谷さんは、糖尿病のおじいさんが平田のまち中まで40分くらいかかる所に住んでいて、受診に同行したら、「怪我を治すために毎日通いなさい」と医者に言われたが、おじいさんは「タクシーに乗る金がない」。そこで、無償でボランティアをするメンバーを募って、毎朝病院への送り迎えを1か月やり、傷が塞がってきて、おじいさんがすごく喜んだ。その後、無償ではなかなか続かないので、本当に安い有償でボランティアな活動として移送サービスを開始し、市民から喜ばれ、頼りにされている。これは平田だけの問題ではないと思ひ、なるべくたくさんの地域にこういうサービスを創出していけたら良いという思いを持って動いていると答えた。

**「つながる・つなぐ・『場』をつくる」を
さらに進めていくには**

後半は、「つながる・つなぐ・『場』をつくる」をさらに進めていくことを考えた時に、どんな次の一步を考えているか、あるいはどんなふうに地域を変えていきたいかを伺いたいと宮本さんが述べ、まず西さんに、これから社会的処方を進めていく上で、どんな手を考えているかを尋ねた。

西さんは、社会的処方をやる上で、本人は望んでいるわけでもないのに、例えば認知症だから認知症カフェにつながったらハッピーという単純な発想ではなくて、一人ひとり、どんな病気、障がいがあるのかとか、どんな人間なのかということを含めて、ベースの本人は何をしたいのか、どう社会とつながっていききたいのか。自分で考える力を必ず持っているはずなので、周り是一緒に考え、「僕はこういう知識を持っているから、僕を利用してもらったら、もっとこういう世界につながるができるよ」と伝える。そうすれば、その人は自分の力をより発揮できるようになると思うし、そういうことが普通の社会となっていくことが社会的処方の1つの在り方だと思うと答えた。

宮本さんは丹野さんに、「場」につなげるのは結構大変なことで、その人が元気が出る場である保証って何もないが、その辺りはどう思うかと尋ねた。

丹野さんは、よく認知症の人がつながれる場は、「体操しましょう」「折り紙、ぬり絵をしましょう」「歌を歌い

ましよう」だが、カラオケに行って皆さん唱歌や童謡は歌わない。でも、認知症になると、「ふるさとを歌いましょう」になる。そんな場所に誰が行きたいか。昔からそういうところが変わらない。デイサービス1つとっても、家族とケアマネジャーが決める。「行きたくない」と言うと「拒否」、無理やり連れて行かれて「帰りたい」と言うと「帰宅願望」と言われる。怒ったり落ち込むとBPSDと言われる。高校や大学へ行く時、子ども自身が決め、「パパが良い学校見つけたよ。行きなさい」と言われたら、子どもは怒るし、行かないはず。それが何で認知症になると、周りが決めた所に行かないと「拒否」「帰宅願望」と言われるのが不思議だと答えた。

宮本さんは、「皆が元気を出す」なんて気軽に言っているが、結構リスクも伴っていて、支援する側の成熟が求められるステップだということを肝に銘じなければいけないと述べた上で、「おれんじドア」の次のステップを何か考えているかと丹野さんに尋ねた。

丹野さんは、診断後支援が少ない気がする。診断されて、その次の所に行くのはものすごくハードルが高い。だから、一番は病院の中で診断後支援ができれば良いし、もっと地域につながるための情報を病院の中で教えてもらえたら嬉しいと答えた。

宮本さんは村木さんに、地域共生社会は村木さんが厚労省でリーダーシップをとっていた時に立ち上がった考え方であるかなと思うが、これをより一層アップグレードしていくためにどんな手が必要かと尋ねた。

村木さんは、若草プロジェクトで企業支援をお願いした時に、まず、自分たちと同じ活動をしている団体の人たちに集まってもらい、どんな支援が欲しいか、何が必要かをディスカッションした。一番多かったのは「自分たちで選びたい」。だから、我々が企業と支援の現場をつなぐ時、企業が提供できる物に対して「欲しい」という所だけが注文する形にした。また、店舗を訪ねて似合う洋服を選んでもらう取り組みもしたが、自分には何が似合うのかとか、プロの店員さんとちゃんと話すことで、ものすごくエンパワーされた。それまで外に出なかつた子が外に出るようになったり、スタッフと話をするようになったりということまで起こったので、やはり当事者のニーズに合ったものを届けることがとても大事だと思った。逆に、ニーズがわかれば、それを提供できるのは誰かを探せる。得意な人を探して、つなげるというプロセスをちゃんと丁寧に行っていくのが大事だと今日改めて思った。我々の活動も地域の中の活動も、しっかりニーズを掴んでいろいろな人に「得意な人はいない？」と聞いて、引っ張ってあげることができると良いと答えた。

宮本さんは熊谷さんに、これから平田でどう活動を充実させていきたいかを尋ねた。

熊谷さんは、うちはよろず相談受付所をしていて、高齢者に限らず、引きこもりの人や生活困窮者、不登校の子を連れてお母さんなどが「何かすることありませんか」「私たちに集える場がありますか」と相談に来る。うちは農園

をやっていて、農園にお誘いすると、みんなが元気になって、交流できて、作物ができて、できた作物でみんなで会食をする。NPOなるが故にとっても自由なので、相談を受けた時にいろいろなつなぎ方ができてありがたい。NPOの良さをつくづく感じていると答えた。

地域共生社会を前に進めるための提言

最後に、これまでの議論をまとめていただく形で地域共生社会を前に進めるための提言を伺いたいと宮本さんが皆さんに尋ねた。

西さんは、先ほども言ったが、病気になっても安心して暮らせるまちをつくりたいと思う。助けを求めた時は誰かが助けてくれるし、1人になりたい時は1人になっても構わない。自分の意思の下で、病気であろうと障がいであろうと、安心して生きられるまちをつくらせていきたい。そういうまちづくりのために大事なことは、誰かが何かをしている時に、それに即「いいね」と言ってくれる人がいる。例えば、子どもが「こういうことやりたい！」と言ったら、「めっちゃいいじゃん！」と大人が盛り上げたり、高齢者が「こういうことやりたい」と言ったら、周りのみんなが「いいね、いいね」と賛同する。そういう人たちが集まってくるまち、そういう文化をつくっていくことが大事だと思う。自分の住んでいる川崎では、そういうまちづくりをしていると答えた。

丹野さんは、認知症になっても安心なまちづくりとよく言われるが、ここにいる皆さんが認知症になった時に、安心して認知症になれるまちをつくらせていきたいと答えた。

村木さんは、行政も頑張らなければいけないが、行政だけでは豊かな地域はつukれない。障がいや介護のサービスはとて良くなってきたが、サービスを受けている人がふっとつぶやいた「気がついたらサービスだけに囲まれて暮らしていた。これは本当に豊かな暮らしなんだろうか」がとて印象的で、地域とのつながりとか家族など、自分を取り巻く豊かなものがいろいろあるほうが幸せだと思うので、NPOの良さ、行政の良さ、企業の強さ、皆で力を合わせて、私の最近のキーワード「異なるものをつながる」で、地域づくりができれば面白いと思うと答えた。

熊谷さんは、ここに住んで良かったと思えるまちをつくらせていきたい。そこに住む住民がこうなってほしいな、こうしたいなという思いを抱きながら、行政、社協、SC、住民、それぞれが置かれた立場で、今、私ができることは何だろうと考えて、できることから取り組んでいく。動いているうちにいろいろなネットワークができていき、気がついたら「助けられた」「助けた」「良かったね」というWin-Winの関係が育っていくような思いを持っていると答えた。

宮本さんは、地域共生社会と言うと抽象的なスローガンだけれども、4人の方に存分に議論していただいたおかげで、だいぶ具体的に見えてきたばかりか、次のステップも射程に入ってきたように思うと締めくくった。

【進行役】 鶴山 芳子 (公財) さわやか福祉財団常務理事 共生社会推進リーダー

【登壇者】 川邊 孝子氏 座間市第2層生活支援コーディネーター

齊藤 節子氏 南アルプス市第1層生活支援コーディネーター

茅原 史貴氏 和木町第1層生活支援コーディネーター

杉尾 直哉氏 久山町第1層生活支援コーディネーター

これまで3回のサミット、そして2023年のオンラインフェスタでもSCの任務と役割について考えてきたが、今回は多様な主体によるサービスづくりの推進が急がれている中、SCは何を大事にし、どう取り組みを進めていけばいいかを考える。前半は住民主体の地域づくりに取り組んでいる4名のSCに気づきや実感していること、取り組みの成果などを紹介してもらい、後半は住民主体の地域づくりをどう広げていくかを議論したいと進行役の鶴山芳子が説明した。

10年目の今思うこと

山梨県南アルプス市で15年に生活支援体制整備事業に着手した時から第1層SCの齊藤節子さんは、SCとして感じたことや取り組みの成果等を紹介した。人口は約7万1000人、高齢化率28.3%。03年に2村4町が合併し、それぞれ地域性が違う。



齊藤 節子氏

SCになった時は協議体のビジョンや目標が明確にあったわけではなく、何から始めていいのかわからなかった。介護福祉課に相談しに来る高齢者のお宅を訪問すると、皆さん「自分の家で自分らしく暮らして最後を迎えたい」と言うが、ちょっとしたことができなくなっていた。それを手伝えるのは身近に住んでいる人たちで、地域の支え合いがあって初めて実現できると実感し、住民主体の地域づくりには協議体が必要だと強く思った。しかし、今まで行政は、住民は意見や要望は言うが、その実現のために本当に動くだろうかと思っていた。一方、住民は「こんなまちだったらいいな」と言うが、その実現のために自分自身が動こうと思ってきたか。では、住民主体の地域づくりを進めるにはどうしたらいいか。住民には地域・暮らす人に関心を持って、みんなで話し合っ自分なことだと気づいて活動が生まれる喜びを感じてほしい。行政には住民を信じて待ち、動き出したら全力で応援し、必要な情報を提供してほしい。そして、住民と行政の信頼関係をつないでいくのがSCの仕事だと思った。

まず内部（行政、社協）の意識統一のために話し合いを

重ねた。これまでと何が違うのか。「充て職」から「手を挙げた人」への転換、本当の意味の住民主体（行政の覚悟）、行政・社協・SC・住民のそれぞれの役割の確認をした。住民に「地域の現状」「住民の力を必要とし、行政も責任を持つ」ことを本気で伝えるために16か所で勉強会を開催した。仕方がないと思って参加した人もいた一方、私たちの本気がわかって「この時代をつくってきたのは自分たちの世代、変えられるのも自分たちの世代かもしれない」と応えてくれる人が多くいた。その人たちが3年の間に第2層協議体をつくりあげ、さらに第3層でその地域の特性に合った活動、例えば外出支援、男性の居場所、ゴミ出し支援、移動販売、有償ボランティアなどが生まれた。また、「地域の中に交流する場がない」「遊休農地があって困っている」ことから、サツマイモ作りをし焼き芋大会をして子どもたちと楽しむ活動も生まれた。障がい児のご家庭や家に引きこもっている方たちをサツマイモ作りにつなげていくことも生活支援体制整備事業の1つだと感じた。

9年間で第1層協議体、第2層協議体が16か所、第3層協議体が59か所誕生し、年2回の第1層・第2層の合同情報交換会でいいことも悪いこともみんなで話し合っている。そして、「ニーズが見えない（専門職との連携）」「地域の課題は高齢者問題だけではない（行政との連携）」「自治会の理解不足」「周知不足」「モチベーションを継続していくことの難しさ」「活動費に困っている」などの課題をそのままにしないで、「専門職と協議体の合同勉強会」や「自治会対象の協議体説明会」等の開催、「第3層協議体支援交付金」の創設などを行った。住民のモチベーションのた

住民のモチベーションのために 住民の活動課題に真摯にむきあう 市・1層の取り組み

活動課題 (2層・3層から)	市・1層の対応
自治会との連携不足	毎年、自治会対象「協議体説明会」の開催
活動費がない	「第3層協議体支援交付金」の創設 (市民活動支援課との連携)
住民へ周知不足	広報特集記事 毎年新聞折り込みチラシの作成 毎年「地域支えあいフォーラム」の開催
住民だけでは解決が難しいけれど喫緊な課題	令和5年度1層の取り組みテーマ 「移動支援」 1層と2層の合同情報交換会の開催

めには住民の活動課題に真摯に向き合うのが第1層SCの役割だと思う。また市の職員と協議体との勉強会を始め、職員の「住民と力を合わせれば暮らしやすい地域づくりができる」という嬉しい声も聞いた。

SCになって10年、今思うことは「自分らしく暮らしていける地域」「住民主体」にこだわり続けてきた。住民が主役で、SCはそれを応援する応援団長。そのためには住民自身が本気で「私はずっとこの地域で自分らしく暮らしていきたい」と思うことが必要で、そこから自分ができることは何かを見つけていき、それが地域の誰かのためになっていくし、自分自身のいきがいや喜びにもなっていく。生活支援体制整備事業はサービスづくりではなかった。地域の中に自分の意志で動いていく住民が1人から2人へと広がっていく、それで地域が変わっていく。時間はかかるけれども、辛抱強くやってきたと思う。協議体に最初から関わる仲間の1人、金丸（清人）さんは、地域づくりに参加した後「共感」「連帯感」「存在感」「達成感」「幸福感」「わくわく感」の6感を体感したと言い、「住民主体とは住民に選択権がある。どのようにして自分事として捉えることができるかということだ」と話してくれた。こういう人たちが地域の中に広がって地域が変わっていき、それをSCとして応援してきたと思っていると締めくくった。

住民の声を聞きながら地域づくりを進める

福岡県久山町の第1層SC歴7年目の杉尾直哉さんは、協議体と共に住民の声を何度も聞きながら進めている真のニーズに基づいた取り組みを紹介した。人口約9300人、高齢化率27.2%。課題は、中山間地域で交通手段は基本的にコミュニティバスなので買い物などへの不便さがあり、また、新しい住民が増えて住民同士のつながりが希薄になっており、さらに社会資源が少ない。



杉尾 直哉氏

生活支援体制整備事業は16年度に町から社協に委託、17年度にさわやか福祉財団のさわやかインストラクター阿部かおりさんとも打ち合わせをし、17～18年に協議体設置に向けて準備会「これからの久山町を考える会」を3回開催。事業の趣旨と目的、支え合いを大切にしたいことを広く町民に知ってもらうため参加者は一般公募にした。そして、準備会を第1層協議体にし「手に手をとってあつまりの輪」と名付けた。年4回開催だが、必要があれば開き、メンバーは住民ベースで、行政の関係者、専門職、町内の高齢者施設のケアマネジャー、各福祉施設の関係者などで、その課題に相応しい関係者にも声かけをしている。第1層圏域の協議体とSCのみの設置で、18年度からSC2名体制で活動し、翌年度に1名体制に。SCの活動は、1つ目はニーズ調査/社会資源調査。2つ目は町の生活支援体制整備事業を住民に広報するためにSCの活動を知らせるSC通信『hand in hand』の発行。3つ目は協議体開催準備と各種会議への参加。

協議体では、準備会の時に参加者に「これから困ること」のアンケートを取ったら買い物が一番多かったので、まず買い物支援について検討することにした。現状を把握するために「高齢者「買い物」に関するアンケート」を19年4～5月に実施。調査方法や内容等を協議体で話し合いながら進めた。アンケートの結果、町内で活用できる資源の把握が必要となり、「買い物店舗調査」を同年7～8月に実施。SCとして活動歴も浅く町をよく知らなかったので、協議体メンバーに協力依頼し一緒にスーパーや飲食店等を訪問調査した。その結果、移動販売をすでに行っている店があり、協議体で報告したら買い物に困ることが予測される地区の方が「移動販売をやってみよう」と手を挙げ、まずはその地区でサロンに合わせて月1回程度買い物支援を実施。しかし、利用者が増えないので全戸調査（聞き取り）後、座談会を実施。近所の方や家族が買い物をしてくれるので今は困っていないことがわかった。一方、新しい住民との関係性が希薄になっている課題を把握、子育て世代と一緒に集まれる場所を検討し公民館を開放することにしたが、コロナ禍のため軌道に乗せることができなかった。

買い物支援の調査時にゴミ出しの課題も把握。ゴミ出しの箱が鉄製で取っ手が非常に重たく、開ける時に高齢者が怪我をすることもあり、箱の構造など改善策をすでに検討していたがなかなか難しかった。支え合いの中で何かできないかと話し合い、ゴミ出しと買い物支援を含めた生活支援サービスを始めようと、ニーズと担い手を把握するため22年5～6月に「生活状況に関する調査」を実施し、その結果を基に利用する側も手伝う側も利用しやすい仕組みを協議体で検討。事務局は社協、事業主体は住民参加型のサービスにし24年1月から実施。8月末時点でボランティア登録者は17人、利用登録者は5人で、4～8月に述べ27件のゴミ出しの利用があり、継続して展開していきたい。

協議体の歩み

- 【テーマ「買い物支援」⇒「ゴミ出し」】
- ⇒ 同じ頃、これまで実施した調査から、「ゴミ出し」に関する課題も把握していた
- ⇒ ゴミ出しについて調査（箱の構造から調査/改善策を検討）
- ⇒ 箱自体を変えることは難しい
※支え合いの中で何かできないか…



また、「子どもからお年寄りまで気軽に集まれる場をつくりたい」という住民の声に加え、支え合いを推進する上で住民同士のつながりづくりの必要性があるので、昨年度から世代交流できる居場所づくりの検討を始めた。23年の子ども向けとシニア世代向けの行政のアンケートでは、子どもたちは勉強する場・教わる場、シニア世代は交流する場を求めていることがわかった。そこで、子どもたちが集まりやすく、支え合い・助け合いが生まれ、高齢者はじめ参加者がいきがいややりがいを持てる居場所にしたいと協議体で検討している。

住民と協力するためには、1つ目は毎回必ず協議体の冒頭で趣旨・目的について振り返りを行っている。2つ目はSCとして前のめりになりすぎない。3つ目はSCだけで頑張りすぎない。黒子の立ち位置で活動をしていくように心がけている。大事なポイントは、協議体のメンバー含めて住民たちのやりたいことや知りたいことを中心にし、一步一步進める。そして、まずは必要性を皆さんに感じてもらうことが大事。大元の目的を見失わず、課題を1つ1つ解決できるように頑張っていると締めくくった。

それぞれの地域に合った形で地域づくり

神奈川県座間市の第2層SC歴7年の川邊孝子さんは、担当している第2層の2圏域（第3圏域と第4圏域）での取り組みを紹介した。人口は約13万人、高齢化率は26.3%。



川邊 孝子氏

第2層は日常生活圏域の6圏域で、圏域ごとに誰もが安心して暮らし、ともに助け合い支え合うまちづくりを目指して、地域の声に寄り添いながら、「話し合いの場づくり」「通いの場づくり」「見守り・声かけ」「ちょっとした困り事解決の仕組みづくり」等をSCたちが進めている。それぞれの地域に合った形で地域づくりをすることが大切だと実感している。

SCとして意識していることの1つ目は「仲間づくり」。まず小さなつながりづくりが大事だと思い、SC同士で圏域ごとの情報共有、地域包括支援センターと地域の情報共有、地区社協と地区の情報共有に加えて、地域を知る近道は地域で活動（生活）している人たちとのつながりづくりで、民生委員の定例会で地域の高齢者へ情報を届けてもらう一方、知らなかった集会所の集まりを知ることができた。新たな住民とのつながりづくりでは、何かを届ける時は自宅を訪問し顔の見える関係づくりを心がけた。地縁組織とのつながりも生まれ地域の活動を共有でき、「話し合いの場づくり」も円滑に進めることができた。2つ目は「地域を知ること」。地域を歩き回り公園・広場など人が集まっている場所・集まれそうな場所探しをし、何ができるかを考え、「あったらいいね」の「妄想」をSC通信や他のSC、包括へも伝えた結果、「川沿いのウォーキングマップ」作成やラジオ体操の集まり、居場所も立ち上がった。

第3圏域では、コロナ禍を経て、包括と話し合い、まず身体を動かす運動系の通いの場「おしゃべりキャラバン」を地区ごとに集会所等で始めた。次に、話し合いの場「つながらる地域ネットワーク」は感染対策をして地区ごとの小さな集まりで、今地域に何が必要でどんな取り組みがあったらいいかのアイデア出しをし、まずできることを実行した。そして、両者の取り組みから派生して通いの場が地区ごとに立ち上がった。例えば、「ウォーキングを楽しむ日」「ポッチャを楽しむ日」「さがみ野地区・ラジオ体操」「健康ラジオ体操」などが始まった。

第4圏域では、コロナ禍を経て「話し合いの場づくり」

SCの動き ②地域を知ること

- ④地域のいいところ・あったらいいね探し
 - 地域を歩き回り⇒人が集まっている場所、集まれそうな場所探し
 - 地域の好きな所探し⇒何が出来るかな?
 - あったらいいねの妄想⇒通信で発信
- ⑤小さなつながりへのつづき
 - SC、包括へのつづき⇒一緒に歩いてみる
 - 地域で活動(生活)している人へのつづき
- ⑥通いの場づくり
 - 小さなつながりへのつづき⇒会うたびにつづやく
 - ネットワークへのつづき⇒地域に合った通いの場づくり

あったらいいねを やってみましょう

SC通信で地域のいいところ、あったらいいねを紹介

あったらいいね探し、小さなつづきから通いの場づくりへ

の動きは様々で、1つは地区社協の会議など既存の活発な会議への参加。居場所部会では「つどいマップづくり」から「サロン立ち上げ」へと進んでいる。もう1つは地区懇談会の開催。自治会長・自治会とのつながりづくりから始め、地区懇談会では通いの場も立ち上がっており、地域の力を感じている。また、相武台と栗原地区の話し合いの場「相・栗いどばたチーム」も再開し、「外出・通いの場づくり」では「健活ウォーク」の立ち上げ、「見守り・声かけ」では日頃からの声かけ・挨拶から始まるつながりづくりに取り組んでいる。「ちょっとした困り事の解決」では、生活支援サービスの立ち上げは他圏域にも広がることを見据えて、第1層主催で研修会と勉強会を開催。研修会ではさわやか福祉財団が助け合いの仕組みづくりについて話し、「有償とは労働の対価ではなく、無償のサービスに対する謝礼として交付されるもの」「助けられる側と助ける側の対等性」「お互い様を保つための仕組み」に納得できた。勉強会では市内の生活支援サービスの代表者から運営と活動についての具体的な話を聞きイメージすることができ、今後立ち上げに向け話し合いを進めていく。

コロナ禍を経て、顔の見える関係、つながりの大切さに改めて気づいた。歩いていける距離に人の集える通いの場があり、そこが居場所になる。居場所では気軽に相談でき、支え合い・助け合いの場になるように、地域の声に寄り添い住民主体の地域づくりを目指したい。SCは地域力に寄り添い、時には待つ。時には歩き、伴走していくのみ。地域づくりは人と人とのつながりづくりで、そこから住民主体の活動が生まれると信じていると締めくくった。

当事者主体の地域づくり

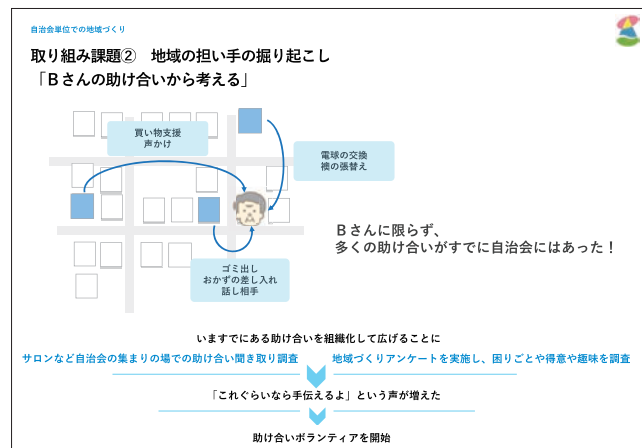
岡山県和木町でSC歴8年目の茅原史貴さんは、「当事者主体の活動～自助マップづくり～」と「自治会単位での活動～支え合いマップづくり」の活動を中心に紹介した。人口は約5800人、高齢化率29.3%。第1層、第2層、第3層の他に第4層ご近所層と第5層当事者層を設定し、第1層から第5層まで連動した取り組みを心がけている。



茅原 史貴氏

まず「自助マップづくり」は和木町独自のアセスメントツールで、自分が望む生活にまず気づき、今あるつながりや強みを活かして、その人らしい生活を目指す。聞き取ることは、1つ目は近所とのつながり、2つ目はこれまでの生活、3つ目はこれからの生活。例えば、Aさん（80代男性、要介護1）の場合、シニアカーに乗って畑に行きたいという相談があり、「自助マップ」作成のため本人と息子に話を聞くと、右半身麻痺のため何回も転んでいるので息子は危ないと反対。まず近所とのつながりは、友人が1人、緊急時の対応は息子夫婦、畑までは約700メートルを住宅地図に記入。次に「豊かさダイアグラム」（住民流福祉総合研究所の木原孝久先生作成）を作る。「家庭夫婦」「趣味・学習」「健康」「お金・仕事」「ボランティア」「友人」の項目について、今どう感じているかを点数化しながら一緒に決めていくと、本人の強みや課題、ニーズが見えてくる。Aさんのニーズ「シニアカーに乗って畑に行きたい」について本人、息子、民生委員、SCで話し合いをし、近所の知り合いに見守りをお願いすることで息子も納得し、庭で練習してから畑に出ることになった。1か月後、Aさんは畑に通い、転倒することも減り、見守り隊の方々も「上手に運転している」と太鼓判。次に、「広い畑をちゃんとしたい」というニーズがAさんに生まれ、「近くのアパートの中国人が畑を貸してと言うので、半分任せてみる」となり、Aさんは畑づくりを教え、中国人は見守りをするというAさん専用のデイサービスができた。その後、放課後等デイサービスの事業所が食育活動として畑を探していると聞き、Aさんに話し許可をもらい、事業所に畑を地域住民との交流の場としても使ってほしいと頼んだら快諾、みんなで畑づくりをした。Aさんのケースを通し、その人らしい生活を実現するには本人の「好き、やりたい」から始めるのが効果的で、そのためにSCは周囲を巻き込んでいくことが大事だと気がついた。また、最初は当事者主体では時間がかかると思ったが、目の前で当事者が困っているから立ち止まれないとスピード感がすごくあった。

次に、第3層の自治会単位での活動「支え合いマップづくり」は、近所のことをよく知った住民が集まって、ふれあいや助け合いの実態を住宅地図に記入し、より良い近所にするための取り組み課題を抽出、その課題をご近所主体で取り組む。N自治会では4回の課題解決型協議体を昨年開催。第1回は「ふるさと、はぐくみセミナー」と題し地域づくり講座、第2回はさわやか福祉財団の「助け合い体験ゲーム」を行い、助けられることの大切さや難しさを体験、第3回は「地域の良いところ、課題はなんだろう?」と題し、支え合いマップづくりで取り組む課題を挙げ、第4回は、第3回で出てきた課題「新たな交流の場づくり」と「地域の担い手の掘り起こし」について話し合った。まず小さく取り組むことにし、前者では誰でも参加できる新年会を開き、支え合いマップを見ながら足の悪い人には送迎を出した。そこから派生して「モルック体験会」、夏休みには「みんなでモルック会」を開き子どもたちとも交流できた。後者ではゴミ出しなどの小さな助け合いがすでに



あったので、組織化して広げていくことにした。また、自治会の集まりで助け合い聞き取り調査やアンケートを実施、担い手が増え助け合いボランティアが始まった。

SCは成果としてサービスの立ち上げを数値で求められるが、サービスをつくるのが目的にならないように気をつけている。目的は誰もが地域とのつながりを感じながら自分が望んだ生活を送ること。当事者主体の地域づくりは自分が望む生活に気づき地域とのつながりを活かして実現していく。マップはそのための手段であり、一番大事なのは「当事者から始める」こと、当事者の力は無限大だと実感していると締めくくった。

住民主体の取り組みをどう広げていくか

後半は、人口が減少していく中、住民主体の取り組みをどう広げていくかを議論した。齊藤さんは、学校の子どもの見守りをしている女性が、用事があり休んだら翌日子どもたちが心配してくれ、とても嬉しかったという話を協議体でしたら、小学校の校長先生が「地域の方に見守られていたことは将来も忘れない。自分の地域に恩返ししたい気持ち生まれる。ぜひ広めてほしい」と話した。すると、「うちの地区は困っていない」と言っていた方が「地域のためにやっていることは子どもたちをはじめ誰かが見ている。どんなに地域が変わっても、それがつながっていくことなのだ」と感想を言った。世の中は変わっても支え合いの地域づくりは変わらない。その活動にSCとして携われることが嬉しいと述べた。茅原さんは、今の世代の助け合いを見た下の世代が「何か自分もやらなくちゃ」というのが当たり前文化になっていけば、助け合いはどんどん下の世代へ回っていくだろうと述べた。川邊さんは、SCってすごく奥が深く、取り組みは無限だと知恵をいただいたと述べた。杉尾さんは、まずは子どもたちの通いの場をつくり高齢者たちがいきがいを持って集まれる場に広げていきたい。さらに子どもたちの親も巻き込み、高齢者の生活支援と一緒に助け合い・支え合いのできる居場所をつくりたいと述べた。

最後に鶴山が、「住民のしたいを実現する」地域づくりに関してSCとして大事なポイントを押さえていただいたと締めくくった。



鶴山 芳子

- 【進行役】 岡野 貴代** (公財) さわか福祉財団共生社会推進リーダー
【登壇者】 関口 和宏氏 三芳町第1層生活支援コーディネーター
遠山 美樹氏 新発田市高齢福祉課主事
佐藤 典男氏 川東自治連合会課題検討委員会「川東いきいき大作戦」会長
土井口 洋子氏 時津町第1層生活支援コーディネーター

これまで3回のサミット、そして2023年のオンラインフェスタでも協議体について議論したが、今回は協議体が助け合いを広げる推進役であることに改めて注目し、前半は実際にどう助け合いを働きかけているのか、また、その協議体をどう構成したのかを事例を基に4名の登壇者に紹介してもらい、後半はさらに広げる上でのヒントを議論したいと進行役の岡野貴代が説明した。

支え合い活動のプラットフォーム 「ささえあい・みよし」



関口 和宏氏

埼玉県三芳町で第1層SCを務める関口和宏さんは第1層協議体「ささえあい・みよし」の活動を紹介した。

人口は約3万7000人で高齢化率28.7%。協議体は第1層のみで、町全体を俯瞰する形で地域で活動する様々な団体が参加している。協議体で話し合っていることは、1つ目は地域で行われている支え合い活動の情報交換で、各地のいろいろな取り組みがわかる。2つ目はSC、メンバーが感じている地域課題の共有で、住民の声、活動者の視点、地域ケア会議など様々な角度からの課題を共有し、新しい必要な取り組みの意見交換をしている。3つ目は、支え合い活動の普及啓発で、イベント参加でPRし、住民に知ってもらいたい地域課題等をフォーラムとして企画し開催している。4つ目は住民ワークショップの開催で、参加者への声かけ、当日の運営支援、立ち上げ後の直接的・間接的フォローなど、メンバーは力を入れて関わっている。

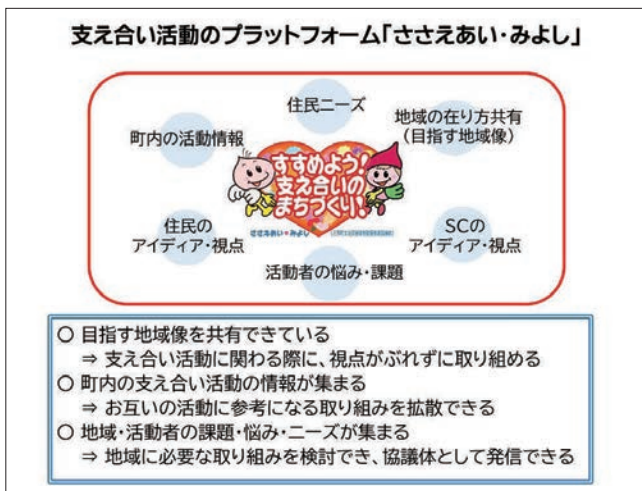
住民ワークショップは14行政区単位、もしくは自治会単位で住民の皆さんが感じている課題などを出し合い、その課題解決のために自分たちは何ができるかを話し合い、支え合い・つながり活動の創出をしている。協議体メンバーはワークショップのグループに入り、協議体で共有している視点やアドバイスのものをしている。

北永井第3区では、ワークショップの結果、「誰もが気軽に集まれる場が欲しい」となり、集会所を使った「こど

も・おとな食堂北3食堂」を開いた。話し合いの中でメンバーが、支え合いは高齢者だけではない、子どもからお母さんたちにも来てもらえるようにしようと提案した。そして、世代間交流できるように地域食堂にし、子どもから高齢者まで誰が来てもよく、毎回メニューはカレーを70~100食用意し、好評のうちになくなっていく。この他、畑を貸してくれる農家の方がいて、老人クラブや地域の方に「気軽に農業体験をしよう」と声かけをし、ゆる〜く「北3農園」を開始した。

このような活動を協議体で発表すると、他の地区の方が「いいね」と自分の地区でも同じような活動を始める。藤久保1区では、ワークショップの結果、「支え合い活動ができる居場所が欲しい」となり、「なかよしサロン」を開始。単に集うだけではなく、主目的は支え合い活動を行うことだったが、生活支援活動の方法がわからなかった。そこで協議体で検討し他の市町村で行っている生活支援活動の視察研修会を行った。こうすればできるとヒントを得て、サロンや行政区、老人クラブに協力してもらって「ちょっと助け隊」の活動を開始。「困っている人がいたら教えてね」「ちょっと手助けできる人は参加してね」と地域の口コミ的な形で取り組んでいて、年間延べ100回ぐらいまでに発展している。この他、集いの場の情報交換が必要だと「集いの場サミット」を定期的に開催し、他の地域の催しを参考にし、毎回カレーでもいいんだと「気まぐれカレー会」や楽しそうだと「モルックの会」、映画会、健康体操、ラジオ体操など新しい活動が生まれ広がっている。

協議体が第1層しかないのも、協議体メンバーが地域の話合いの場に入ることは、実際地域の方々は何を感じているのか、自分たちが考えている支え合い活動をどうやって広げたらいいのかなどを共有できるので必要だと思っている。「ささえあい・みよし」は、いろいろな町内の支え合い活動の情報や課題等が集まってきて、共有したり、課題を解決する手段をみんなで話し合い、さらに各地域の住民ワークショップで話し合い、地域の支え合い活動につなげていくという形でどんどん広がっていく機能を持っていると思う。そういう意味で「ささえあい・みよし」はまさに地域のプラットフォームとして、協議体の役割を果たして



いと締めくくった。

主体的に取り組む協議体になるために、どのようにSCとして接してきたのかと岡野が尋ねた。関口さんは、生活支援体制整備事業は15年から取り組み、地域のいろいろな団体に参加してもらって研究会を開催したが、充て職みたいな形ではなかなか話は進まないと思い、各団体に「やる気・気持ちのある人」をこちらからお願いし、この研究会が協議体に発展した。研究会で取り組みの必要性を説明する中で、最初の2、3回ぐらいは介護保険の失敗を自分たちに押し付けようとしているのではないかと、または行政や社会福祉協議会がしっかり取り組みをしていないから自分たちが付けを払わなければいけないのだからみたいなことをすごく言われた。しかし、この意見は、要するに自分たちは介護保険の操り人形として何かやらされるのは嫌だが、純粋に困っている人がいたら何かしてあげたいという気持ちや、何かをした時に喜んでもらえればそれでいいんだという気持ちを純粋に出しただけで、それをむげにしてこの取り組みを進めることはまさに住民の気持ちを大事にできていない、住民主体にならないということを行政と共有した。そして、自分たちがやりたいのは、「皆さんが将来どう生きたいのか、もしくは介護が必要になってどのように生活していきたいのか。それを具体化するための取り組みをどうしていきたいのか」と丁寧に話し合った記憶がある。今も協議体でいろいろな取り組みの話をして、少しずつ理解してもらいながら進めていると答えた。

つながって はじまる

～協議体の立ち上げと今までの取り組みについて～



遠山 美樹氏

新潟県新発田市川東地区の協議体会長の佐藤典男さんと新発田市高齢福祉課の遠山美樹さんは、支え合いの地域づくりのモデル地区である川東地区の協議体「川東いきいき大作戦」（以下、いきいき大作戦）の取り組み、働きかけ等について紹介した。最初に遠山さんが川東地区がモデル地区になった経緯を紹介した。

同市の人口は約9万2000人で高齢化率33%、川東地区は

農村地帯で人口は4000人弱、高齢化率42.8%で自治会数は25。これからは地域全体で力を合わせて支え合っていく地域づくりに取り組んでいく必要があるということで、地域と一緒に協議体の活動を始めることにした。まず、地域づくりの中心である新発田市自治会連合会に相談したところ、川東地区が支え合いの地域づくりに一生懸命だから相談してみたらとなった。高齢者が住み慣れた地域でできるだけ長く暮らせるための「地域づくり」や「互助」について地域を中心に考える体制をつくりたい、そのモデル地区になってもらえないかと地区データ等を見せながら川東地区自治連合会の当時の会長に相談した。会長も危機感を感じており、地域と行政が一体となって「地域でできること」を継続的に考えていきたいと快諾。どのように進めるかは、川東地区自治連合会の中に専門チーム「課題検討委員会」を新たに設置することを会長が提案。メンバーは自治会長、自治連合会事務局長の他に、食生活改善推進委員、老人クラブ、J A青壮年部・女性部、小学校・中学校PTAなどの各団体から「この人なら！」という方に加えて、社協、地域包括支援センター、市高齢福祉課。そして、19年度の秋から「いきいき大作戦」として第2層協議体が発足、月1回の定例会と必要時に集まって活動している。

次に、行政側として大切にしていることは、地域づくりの主役は「地域住民」であり、行政の考える困り事を決めつけや押し付けで地域にやってもらうのは間違っており、困り事を共有した上で地域住民はどのように暮らしていきたいのか、その上で必要にしていることややりたいことは何かを一緒に考えること。行政やSCは住民の伴走者として、住民ができるところは奪わないようにしながら支援をしている。住民からの「除雪や草取りが大変だ」「地域の歴史や文化を大切にしたい」などの意見を共有して、いかに叶えていくかを行政だけではなくみんなで考えることが大事だった。「いきいき大作戦」も最初から活発だったわけではなく、まずは小さいことでもいいのでと決めて、少しでもいいからやってみるということからチームの連帯感が生まれ、次のアイデアが生まれてきたと思う。協議体できて行政として一番良かったことは、地域を良くしたいという住民の皆さんとの出会い、理解者を得たこと。現状を知って広めてくれ、行政からはなかなか言いづらいことを代弁してくれている。行政職員がやるのと地域住民がやるのでは、伝わり方もその広がり方も全然違うと感じ、地域の持つ力の強さを改めて感じていると述べた。



佐藤 典男氏

続いて、具体的な取り組みについて佐藤さんが紹介した。

「いきいき大作戦」はこの先10年、20年を考えて活動している。話し合いの結果、地域全体での意識改革が必要だと最終的にはまとめ、川東地区で起きている少子高齢化について、まずはみんなに知ってもらう活動をすることにした。1つ目は、「川東未来へのトーク」で、より幅広い世代の住民と様々な意見やアイデアを出し


合い、川東の未来について語り合う場として開催。食事付きで行い、その後に話し合いをし、地域の良いところを1つ言ってもらった。たくさん意見が出て時間が足りないほどだった。考えていることは年代によって違うことがわかった。2つ目は、次の世代を担う「中学生との意見交換」。「いきいき大作戦」の活動紹介の後、「20年後の自分たちはどうしているか」「20年後の地域はどうなっていてほしいか」をグループワークで話し合ってもらった。若い人たちは柔軟な発想で考え、地域を見ていることがわかり、お互いに気づきや学びがあった。3つ目は最大のテーマである「地域まわり」。こちらから各集落に出向き、話し合う機会をつくり、「いきいき大作戦」を知ってもらう一方、地域で困っていることやできそうなことを探る活動。今年から始め、高齢者疑似体験やさわか福祉財団の「助け合い体験ゲーム」、意見交換を行っている。4つ目は「かわらばんの発行」で、文字だけではなく、写真やグラフ等も入れ、小学校高学年から読めるように活動を紹介します、全戸配布している。

取組③ 地域まわり

向こうから来るのを待つのではなく、
こちらから各集落に向向いて、話し合う機会を作ろう！
川東いきいき大作戦を知ってもらおう！
地域で困っていること、できそうなことを探ろう！

今年からスタート
10月までに**4集落**をまわる予定

- ★活動紹介
- ★高齢者疑似体験
- ★助け合い体験ゲーム
- ★意見交換



助け合い体験ゲーム
高齢者疑似体験
意見交換

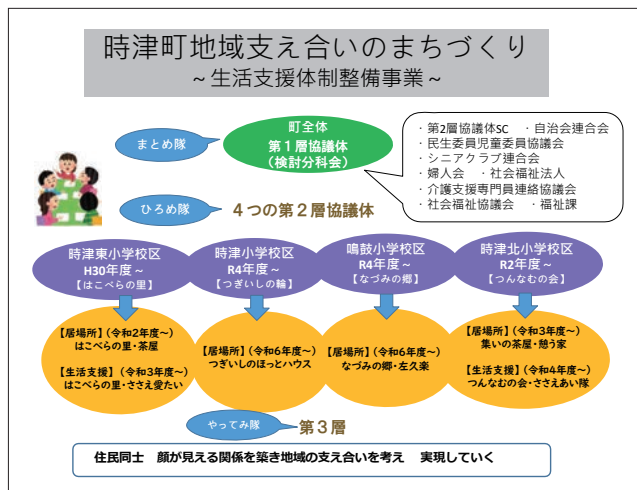
活動を通じて思うことは、人口減少や過疎化は避けられないが仕方ないと諦めるのではなく、どうせなら「元気な過疎」を目指そう。また、人のつながりや助け合い等「お互い様」の心が改めて大切な時代、昔あったものを活かしながら新しいことも取り入れていく「新しい昔」をつくろう。そして、年を重ねた時に、「お互い様の川東に住んで良かった」と思えるような地域にしたい。最後に「オンラインフェスタに参加されている皆さんは、10年後、20年後、どのように暮らしていきたいですか」と投げかけた。

時津町地域支え合いのまちづくり



第1層から第3層まで協議体が設置されている長崎県時津町の第1層SCの土井口洋子さんは、地域支え合いのまちづくりについて紹介した。

人口は約3万人、高齢化率は27.4%で長崎県内では2番目に低い。第2層協議体を4つの小学校区ごとに設置し、特徴は第2層SCを住民が担い、それぞれの小学校区に2～3人、計9人の第2層SCがいる。18年度から時津東小学校区をモデル地区として第2層協議体「はこべらの里」を立ち上げ、今年度、第3層協議体がすべての小学校区で立ち上がり活動を開始した。



わやか福祉財団が「助け合いのある地域づくりを広げよう！」と題して講演をした後にグループワーク「地域のニーズを知り、支え合いの活動を広げよう」で情報交換をした。23年度からは講演会は開催せずに、第2層協議体の研修会・情報交換会と第3層協議体も含めた研修会・情報交換会を開催。町の広報誌に、それぞれの地区の目指す地域像と共に毎月の活動を掲載している。第1層協議体は年4回開催し、メンバーは研修会・情報交換会にもスタッフとして関わっている。

最後に、第1層SCとして大切にしていることは、「地域を知る」こと、「地域の方を知る」こと、そして「地域の強みをたくさん見つけ、つなげる」こと。何か目標に向かって動く時には、地域住民、地域の事業所などが一緒になって考え、行動していく過程を大事にすることで、絆もより強くなり、その後のより良い活動につながっていくと思う。生活支援体制整備事業は体制を整備した後も、地域、地域住民にとってより良いものになるように考え、行動し続けていくことが大事で、これからも地域の皆さんと共に時津らしい地域支え合いのまちづくりに取り組んでいきたいと締めくくった。

さらに広げるためのヒント

後半は、さらに広げるためのヒントとして、まず住民に働きかけるために効果的と思われる取り組みについて登壇者に聞いた。

関口さんは、コロナ前は第1層協議体のメンバーは三芳町を今後どういうふうにしていきたいのかという思いを共有した上で各地区の住民ワークショップに入り、地域の活動を掘り起こしたり一緒につくっていく取り組みをすることで、自分たちが何をしなくてはいけないのかということを理解していたと思う。しかし、コロナ禍でワークショップができなくなり、協議体はオンラインで毎月開催していたが、22年の終わりぐらいに「最近、自分たちの活動の力やモチベーションが弱まっている気がする」とメンバーが発言し、それは地域に入れなかったことが一番の要因だと感じ、少しずつ住民ワークショップや支え合いの活動現場に行ってもらったり、地区社協主催の地区連合会に参加し地域課題を共有してもらい、これからすべきことを個々に考えてもらう機会をつくるようにしたところ、また皆さんのモチベーションが上がってきている感じがすると答えた。佐藤さんは、「いきいき大作戦」では「地域まわり」で集落に出向き意見を直接聞いて、その意見をデータベース化して次の世代に残す活動を始めている。すでに2集落に入り、今年中にあと3集落に入る。これを3年くらいやりたいと思っていると答えた。遠山さんは、協議体が住民に働きかけるという役割をより進めるため、「いきいき大作戦」では、川東地区のいろいろな方にどういったら現状をわかってもらい、この輪に入ってもらえるかということで、集落に出向き活動を紹介したり意見を聞く活動に今シフトしているところだと説明した。土井口さんは、第2層、第3層での研修会や情報交換会でいろいろな意見を聞き合いながら

課題を共有したり様々な方法を聞いたりすることや、住民同士のつながりが大事だと思うと答えた。

次に、地域に入る際に協議体の皆さんからどのような協力を得たのか、あるいは地域に入る際のヒントを聞いた。

関口さんは、協議体のメンバーたちは地域住民なのでSCよりも知り合いが多く、協議体のメンバーや、メンバーに紹介してもらった方に相談したほうがより具体的な形になりやすいとすごく感じている。特に若い世代につながるのにはなかなか難しく、地域の人たちから若い人たちに声をかけてもらってつないでもらい、実際に「北3食堂」の取り組みが始まった。もっと地域の人たちのつながりに頼って信頼していると思うと答えた。遠山さんは、協議体の皆さんのほうが地域のいろいろな情報や人脈を持っていて、例えば、探している人を協議体のメンバーが知っている場合、つなぎ役として手伝ってもらおうとすごく動きやすい。それが協議体の役割の1つでもあると思うので、協議体の皆さんにいろいろなことを相談してつないでもらう、一緒に行くというのが一番いい形だと思うと答えた。佐藤さんは、地域に入ることは難しいことで、私たちも経験した。コロナの関係もあってなかなか進まなかったが、ダメ元でもいいから全力でぶつかると答えた。数打たなければ当たらない。熱のある人を探すことがポイントになるので、単純だが膝詰り談判でやってみることが一番いいと答えた。土井口さんは、やはりその地域の住民を知ることが大事だと思うので、関係がなくても地域のいろいろな行事に顔を出し、地域の住民と知り合いになって、そこからつながっていくのも1つの方法だと答えた。

最後に参加者の皆さんに向けたメッセージを聞いた。

関口さんは、この取り組みが始まってもう10年近く経つが、これで完成というのは全くない取り組みだと毎年いつも感じている。地域の皆さんのいろんな取り組みを参考にしながら、住民主体の活動を楽しくやりがいのあるものとして進めていければと思っていると述べた。遠山さんは、人口減少、人材不足の中で、支え合いの地域づくりは正解のない取り組みで迷うこともあるが、SCの皆さん、行政の担当者の皆さんが孤立しないで、いろいろな人と力を合わせて、力を借りながらやっていくことがポイントだと思う。地域の皆さんとつながりながら一緒に頑張っていきたいと述べた。佐藤さんは、「いきいき大作戦」には大きな夢があり、10年後、20年後に、この夢を実現するために私たちは頑張っている。私自身は夢を追う人になりたいと思っていると述べた。土井口さんは、地域支え合いのまちづくりは地域の特性を活かしながら、住民や地域の関係者と一緒に考えてつくり上げていくことが大切だと思っている。皆さんの話を聞いて、これからも頑張っていきたいと述べた。



岡野 貴代

協議体の取り組みを進めていく上での多くのヒントを得ることができ、今後の協議体の取り組みにぜひ活かしてほしいと岡野が締めくくった。

【進行役】鶴山 芳子 (公財) さわやか福祉財団常務理事 共生社会推進リーダー

【登壇者】河田 珪子氏 地域の茶の間創設者

吉野 義道氏 砂町よっちゃん家代表

今野 智子氏 みんなの居場所かいらハウス代表

地域共生社会を直接推進する仕組みとして、いつでも誰が来てもいい居場所について事例を紹介しながらその広げ方を議論してきたが、今回は、ごちゃまぜの居場所を具体的にどうつくったか、どんな効果が生まれているか、また、専門職等といかにつながるかについて学びたい。前半はごちゃまぜの居場所をそれぞれ実践している登壇者から事例を紹介してもらい、後半は担い手不足の解決方法やごちゃまぜの効果などについて議論を深めたいと進行役の鶴山芳子が説明した。

地域の課題を「丸ごと」受け止める場



今野 智子氏

静岡県藤枝市で「みんなの居場所かいらハウス」の運営をしている今野智子さんは、かいらハウスをつくった思い、ニーズに沿って生まれた活動等を紹介した。

藤枝市は人口約14万人のまちで、かいらハウスは藤枝駅から歩いて5分の所にある。引きこもりになりがちな高齢者の方々に何とか外に出てきてもらいたい、それにはどうしたらいいのかといつも考えていた。また、近くに障がい者の施設や学校もあり、病院通いをしている人や様々な事情を抱えた人が地域にはたくさん住んでいて、その方々の話に耳を傾け、寄り添い、丸ごと受け止めるにはどうしたらいいかを考えていた。住み慣れた地域で末永く元気で生活していくためには、普段から外に出て自分を知ってもらい、地域の人と顔なじみになっていく。そして心配事や困り事があったら、助けてもらったり助けてあげたり、そんなお互い様の関係ができたらいいなと思い、そのためには、おしゃべりをしたりお茶を飲んだり仲良くなるための場所が欲しいと考えて、両親が亡くなって空き家になった実家を利用して、2015年に「かいらハウス」を開設した。地域に蒔きたい思いは「ひとりぼっちをなくそう」「お互い様で助け合おう」であり、名前の由来は、一人ひとりの違いを認め合い大切な存在として「みんな・よし＝皆良^{かいら}」の意味合いから付けた。

かいらハウスでは5つの活動をしている。1つ目は「出会いつながりの場づくり」で、高齢者だけではなく、若い

世代のおしゃべりの場所になるようにとカフェを運営している。お昼には毎日、手作りのランチと飲み物を出している。不思議なことに、食べ物は知らない人同士でも話を弾ませ、心を開いてくれる。旅行や趣味、健康の話、いつも話題には事欠かない。時には夜眠れなかったとか腰が痛いなど悩み事を話すことで、気持ちの上でもつながり、連帯感や安心感が生まれる。一人暮らしの方は、「ここに来れば、みんなでおしゃべりしながら楽しく食事ができる」と喜んでくれている。

2つ目は「社会参加の場づくり」で、就職が困難になった人たちを応援したいという思いから、内職仕事を取り入れたワークの場をつくっている。しかし、コロナの影響を受けて内職が減ってきたため、自主製品の開発に取り組み、おせんべいの製造と袋入れ作業を始め、販売にこぎつけるようにもなった。就労困難者の励みになっている。

3つ目は「なごみの場づくり」で、笑いが溢れる楽しい場にしたいと、月に2回、昔懐かしい歌をギターに合わせて歌い、またカラオケもみんなの楽しみになっている。

4つ目は「生きがいの場づくり」で、現役時代に培った技術、スキルを披露してもらっている。例えば、コーヒー会社に勤めていた方がコーヒーを淹れてくれたり、農家の方がランチのために野菜やお米を提供してくれたり、歯科衛生師の方が歯の健康相談をしてくれたり、中国式マッサージをして健康づくりに一役買ってくれている方もいる。また、趣味で磨いた技能を披露してくれる方々がいて、ケーキ作りが得意な方は毎回シフォンケーキを焼いてくれ、花を育てることが好きな方々は「かいら花壇」と名付けて花の手入れをしてくれる。型染めのタペストリーやパッチワークなどを飾って店内に色を添えてくれる方や、植木の剪定をしてくれる方、ハサミ・包丁を研いでくれる方、お赤飯を作ってくれる方、ポチ袋作りに参加し、それを販売し応援資金にしてくれる方もいる。

5つ目は「こどもの居場所づくり」で、常設型でいつでも開いている。毎日ランチを提供する子ども食堂をやっているが、目指していることは、子どもだけでなく年配者も若い人たちも顔の見える関係で一緒に食事をしようというもので、それによって地域の絆を強めようと考えている。場を提供するだけであって、かいらハウスの場づくりは、

一人ひとりが主役になって、自分のできることをいきがいを持ってやってくれることで成り立っている。

最後に、助け合いの活動「ちょこっと募金」について。70代の方から離職を繰り返している息子の将来が心配だという話を聞いた。また、別の方からは息子が病気で仕事に就けないので、いつも「お金がない」と言って親子喧嘩になってしまうという話も聞いた。さらに、別の方からは娘がこの頃、家から一步も出なくなってしまうという話も聞いた。このように人とのつながりや社会との関わりからどんどん遠ざかっていく人に何とか寄り添いたい、そして地域資源である「かいらハウス」を利用してもらいたいと思い、収入が少ない人でも気楽に立ち寄っていただけるように、「ちょこっと募金」を始めた。「あなたの1回の食事と1回の飲み物をどなたかにごちそうしていませんか」のキャッチフレーズで、500円の食事券と350円の飲み物券を買ってもらう。この食事券等を入り口に置いて、必要な方が持って入れれば無料で飲食できるという仕組みをつかった。近くに困っている人や生きづらさを感じている人がいたら、行政ばかりに頼るのではなく、まずは身近にいる人たちの手で支え合おうと皆さんに呼びかけた。この呼びかけに賛同してくれる方は、年金暮らしでつましく生活をしている高齢者の方で、地域の実情に心を動かし、少しでも役に立てばと心よく募金してくれている。自分たちの住む地域だからこそ、自分たちの手で、自分たちが主体となって、まるでかゆいところに手が届くような助け合いをやっていきたいと思っていると締めくくった。



いろいろな活動はどのように生まれたのかと鶴山が尋ねた。今野さんは、居場所というのは人の集まりで、人で成り立っているもので、生き物のように変化がある。9年かけて皆さんの意見を聞きながらニーズに沿って生まれた。皆さん、すぐに困り事を話すわけではなく、笑顔で迎え入れて、自分から心を開くまで待つ、一生懸命、丁寧に聞く。そして、話してくれることを丸ごと受け止めて、また、聞く側も自分事のように寄り添って聞いているうちに、皆さんのニーズ、本当に希望していることがわかるようになったと答えた。

引きこもりがちの人が来るようになったきっかけを鶴山が尋ねた。今野さんは、来ている方に活動を紹介します、そういう方が身近にいたら一緒に連れてきてくださいとお願い

して、だんだん増えたと答えた。

地域の方にとっての心の拠り所 多世代交流の里



吉野 義道氏

東京の江東区で16年から「砂町よっちゃん家」の活動をしている吉野義道さんが、始めた経緯や活動内容、思いを紹介した。

長い間、民生児童委員と保護司をし、その後地域に何か貢献できないかと考えていた。両親が住んでいた家を何か活用したいと思い、江東区

社会福祉協議会に相談したところ、地域のみんがが集まる場所をつくったらどうかと提案された。先進地域の視察を経て、社協ボランティアセンターから募集し、現役・OBの民生児童委員を中心にスタッフを集め、昔の下町風なまちに一緒に過ごせる仲間がいて気軽に立ち寄れる場所としてオープンした。

コロナ前はスタッフ主体のイベントを多数開催し、月に延べ100人ほど参加していた。しかし、感染拡大になりイベントができなくなったことで、スタッフが地域に埋もれている課題や個別の課題を発見していくことにつながった。「こんな時だからこそ困っている人がたくさんいるに違いない」というスタッフの強い思いで、子ども食堂の活動は止めず、お弁当を配るという方法にした。すごく好評で、多い時には100人、平均だいたい50~60人がお弁当を受け取りに来た。その時に、話がしやすい雰囲気のためか、いろいろな悩み事や虐待、孤立問題等の相談があった。スタッフだけで解決できることもあれば、そうでない時は区や社協等、様々な機関につなげ連携し、それぞれの強みを活かして課題解決に当たっている。単なる居場所にとどまらず、「地域の課題を発見し解決していく場」になっているのは、設立当初から「地域課題の発見とその解決」にしたいとの思いが自分を含めスタッフ全員にあったことが大きいと思う。

子ども食堂は、ごちゃまぜの中でいろいろな人の話を聞いたり、子どもたちも食事の後、楽しくゲームなどで楽しんでいる。若いお母さんたちも大勢来るが、なかなか初めは心を許さないもので、できるだけ来やすく話ができるような雰囲気をつくっている。例えば、さりげない会話の中から、もしかしてシングルマザーかもしれないと感じたらスタッフで共有し、自然と話ができるような雰囲気をつくっている。そういうお母さんから悩み事を聞けるような場になったのも、コロナ禍の中でも子ども食堂を開いてきた成果だと思っている。

現在は、子ども食堂の他に、課題解決のため、スタッフが自主的・主体的に、地域の子どものたちへの学習支援、要支援相当の高齢者の方に向けてご近所ミニデイ「よっちゃん家」の活動をしている。学習支援は、主に不登校の子ども等を対象にし、無料で行っている。今も不登校の子どもたち7人ぐらいが毎週土曜日、学習支援を受けている。ミ

ニデイは毎週土曜日、高齢者、要支援者を対象に、いろいろなイベントや、スマホ教室や折り紙教室、絵手紙教室等をやっている。

最近、近所の保育園や幼稚園の子どもたちが集まるようになり、高齢者と一緒に折り紙をしたりして楽しい時間を過ごしている。子どもから大人まで、「ごちゃまぜな」多世代交流、地域みんなの居場所になっている。「よっちゃん家」は、田舎にある懐かしい雰囲気のある場所なので、田舎へ来たようだと思われている。これからも、この場所を利用して、いろいろな方を迎えて、楽しく活動したいと思っていると締めくくった。



スタッフの思いでコロナ禍も乗り越えたと思ったと鶴山が話すと、吉野さんは、コロナ禍の中で、こんなに人を集めてというクレームもあったが、スタッフと相談し、「こういう時こそやるべきだ」というスタッフの強い思いがあり、それに感動し、続けてやることができたと言った。

なぜ相談が持ち込まれるようになったと思うかと鶴山が尋ねた。吉野さんは、スタッフ全員が下町のお母さん、お父さん、おじいちゃん、おばあちゃんというような雰囲気です話しやすい感じもあったと思う。また、相談があった時には必ずみんなと共有をすることをモットーにし、プライバシーを絶対守ることはスタッフの一致した考えだと答えた。

「あなたの居場所はどことつながっていますか」

新潟市の地域の茶の間創設者の河田珪子さんは、当事者として「地域の茶の間」（居場所）を始めた経緯、そして、新潟市と協働の「実家の茶の間・紫竹」（以下、紫竹）への思いや思いを実現するための工夫等を絵本『未来につなごう 地域の茶の間』（発行・株式会社博進堂）の絵も見せながら紹介した。



河田 珪子氏

「地域の茶の間」を初めてつくったのは今から32年前。35年前に夫の両親の介護のために仕事を辞めて1人だけで新潟に戻った。自身ががんで医者からは生きるか死ぬかは五分五分と言われていたので、生きていく限り悔いを残すこ

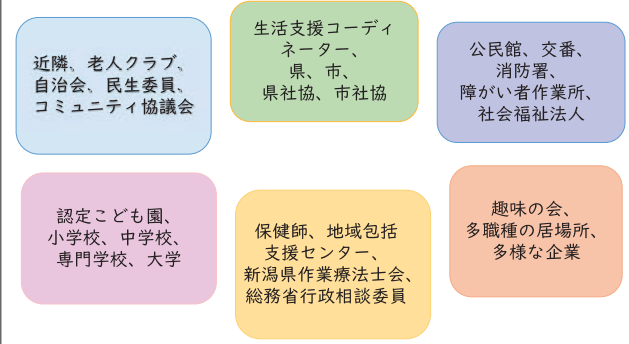
となく死にたいという思いも強くあった。その時に考えていたことは、介護しつつ自分の人生を大事にしたい、介護される側の人生も大事にしたい、そんなシステムをつくりたいだった。まず有償の助け合いを始め、お宅にお邪魔した。家族は仕事に行く時「食事をしてもらいたい」とメモを残しているが、ご本人は「何も役立っていないので、お金を使わないでくれ」という気持ち。理学療法士の三好春樹先生の「認知症だから、介護が必要だから、寝たきりだから引っぱり出そう」という言葉を思い出して、居場所をつくりたいと思った。また、親の介護に9人の方に家に入ってもらった。それは様々な価値観の人と話をすることが幸せになると思ったし、そういう居場所がなかったから。誰かと話をしたい、誰かに会いたい、誰かと食事をしたいということが叶えられる居場所づくりをしたいと考え、地域の茶の間「うちの実家」をつくった。

新潟市から地域包括ケアを推進するために、「うちの実家」をゼロから再現してほしいという依頼があった。まずお隣・ご近所とつながり、赤ちゃんからお年寄りまで、障がいのある方もない方も外国人の方も引きこもりの方も誰でもいられる居場所にしたいと思った。場所を探して、延べ100人のボランティアの方の力を借りて大掃除をして、14年10月に紫竹はスタートした。10年の約束で始め、今年（24年10月）いっぱい終了する。本当に貴重な機会をいただいた。紫竹は、新潟市の委託ではなく協働事業。住民の立場で行政と、それぞれのできることを組み合わせながら活動してきた。家賃と光熱水費、通信費を行政で負担し、労力寄付や物品の寄付、金銭的な寄付、参加費をもらって運営している。駐車場も全国の方々がこの10年間で2000円ずつ出してくれ借りられた。みんなで作った居場所だった。

誰かと一緒に、いろいろな食材が入った食事ができる喜びを持ってほしい。また、家族が食事のために仕事を休んだり、あるいは出先から急いで戻ったりすることは疲弊につながるのだから、それを救いたいと、毎回お昼ご飯を出している。それには、介護される人も介護する人もどちらの人生も大事にして、そしていい関係で最後まで暮らしてほしいという願いが込められている。食事作りは、作る人が負担にならないことを考え、25から30品目の食材を使った具だくさんの味噌汁にしている。季節、天候に関係なく玄米はいつも開けっぱなしで、それは「どなたでもお気軽にどうぞ」という地域の方への意思表示で、笑顔でお迎えする。食事代300円、参加費300円で、誰が来てもいい。保育園の子どもや学校の授業で来る子どももいる。また、いつ来ていつ帰ってほしい。

専門職をはじめとする様々な人や組織との連携について。「あなたの居場所はどことつながっていますか？」と居場所実践者に聞いた。地域の茶の間も大事な社会資源、そして様々な地域の社会資源とつながっている。紫竹では、作業療法士がさりげなく日常生活動作についての相談を受けたり、保健師や地域包括支援センターの生活相談・健康相談、行政相談委員による行政相談、相続や様々な法律問題

「あなたの居場所はどこにつながっていますか？」



などの相談も受けている。

大事にしていることは「自己決定」と「自己実現」。目的は「助けて！」と言える自分をつくる、「助けて！」と言ひ合える地域をつくることで、まず「助けて！」と言える居場所づくりをし、そういった関係性が地域全体に広がっていく。そのためにいろいろな工夫をしている。例えば、「その場にはいない人の話はしない」「どなたが来られても『あの人だれ!!』という目をしない」「プライバシーをきき出さない」という3つの約束事を部屋の中に張り、誰かがうっかり噂話などをしたら、張り紙を指差し注意をしている。他には、「適切な距離感を保ち、距離を越えない」「やりたいことを自分で決める」「不自由なことに手を貸し合う」「固定席、上座、下座をつくらない」「エプロンは台所だけ」。当番がエプロンをしていると高齢者は迷惑になるかもと手伝いを遠慮するので、あなたもいっぱい手伝ってねという意思表示である。

プログラムで決まっているのはラジオ体操だけ。刷り込みがあるので、認知症の方でもラジオ体操の音楽が流れると率先してやる。恥ずかしい思いをさせることなく、できることを大事にしている。そして、すべてのことを張り紙にしている。自分がその日来たいか来たくないかは自分の意思で決めてもらう。こんなことを考えながらおかげさまで10年経った。後継者をつくるという考え方は私にはない。こういった居場所をつくりたいと思う人で、困っていることがあったら、わかることならば、いくらでも協力したいと思っている。どなたでも誰でもつくれる居場所づくりを進めていきたいと思うと締めくくった。

紫竹には専門職の人が関わっているがコツがあるかと鶴山が尋ねた。河田さんは、どこかに相談に行こうと思うと敷居が高い。体が不自由になり会話も難しくなったりする。専門職が居場所にいると相談しやすくなる。そしてもっと専門的なところにつなげることもできる。介護福祉士も日常生活の講演などをし、専門職がたくさん紫竹に関わっている。人に聞かれたくない人も大勢いるから、地域包括支援センターと保健師への相談については別の部屋にした。あとは、お隣に座りお茶を飲みながら相談を受けるといふ形にしている。SCの皆さんもたくさん来ていて、居場所の立ち上げの相談等も受けていると答えた。

担い手不足をどう解決しているか

後半は、SC等から聞こえてくる悩みとして「担い手不足の解決策」について議論した。吉野さんは、先月の会議でスタッフと相談をして、これからはスタッフが友達や知り合いを担い手としてよっちゃん家に推薦し、一緒によっちゃん家を支えてもらうシステムにする。うまくいくかと思っている。最近SCもいろいろな会議や催し物などにも顔を出してくれて、先日は子ども食堂と一緒に食事をしてもらった。実感できれば自然につながっていくと思うと答えた。河田さんは、最近も紫竹で第2層SCが中心になって、茶の間の立ち上げや運営を学ぶ「茶の間の学校」を行っている。SCだけではなく居場所をやっている方も来て、その中でまた新たにつくりたいという人が生まれてきている。やはり感じてもらう、見てもらう、そしてそれらが面として広がって行って居場所ができていくのではないかと答えた。今野さんは、スタッフも「かいらハウス」が大好きだと言ってくれ、スタッフ自身の居場所でもあり、みんなでつくり上げている。困っている時は、来ている方に「手伝って」と頼んでいると答えた。

次に、今野さんにごちゃまぜの効果を鶴山が尋ねた。今野さんは、一緒に空間で一緒に時間を過ごす、お年寄りはこちらなんだ、若い人はこちらなんだという気づきがあり、お互いに理解でき、人を大切にすることにつながると言うことと答えた。

最後に登壇者の皆さんに思いの丈を聞いた。

今野さんは、運営している方は大変なこともあると思うが、ぜひ続けていていただきたい。我々のように主体的にやっている居場所にはお節介なおじさんとおばさんがいるので、ぜひつながってもらいたいと述べた。吉野さんは、居場所は簡単につくれるイメージだが、実際に運営すると大変な労力がある。しかし、スタッフも私自身もやりがいをすごく感じている。こういう居場所は、孤立・孤独をなくすためには一番必要な場所だと実感しているので、行政とも相談しながら増やしていきたいと述べた。河田さんは、誰かが困っているのを見たら何とかしたいという思いが湧き出てくるのが人間だと思う。そして、そういう思いが重なっていく中で、自分自身のいきがいにもつながっていく。居場所の効果はそういうところにあると思う。また、どなたが来ても断らない。赤ちゃんも外国の方も体の不自由な方もいろいろな方たちが私たちの住まいの周りには暮らしている、その方たちに「一緒に行こう」と声をかければ簡単に枠は外れていく。ごちゃまぜのほうが簡単だと思っていると述べた。



鶴山 芳子

ごちゃまぜは難しいと思っている方は、まずはごちゃまぜの居場所に行くのが理解の一番の近道かもしれない。そして、ごちゃまぜの居場所をつくっていくことが地域共生社会への一番の近道かもしれないと感じたと鶴山が締めくくった。

【進行役】 中村 順子氏 (認定特非) コミュニティ・サポートセンター神戸理事長

【登壇者】 加藤 由紀子氏 (特非) ふれあい天童理事長

鈴木 恵子氏 (認定特非) すずの会理事長

田口 研一郎氏 葛城市第1層生活支援コーディネーター



中村 順子氏

これまでの3回のサミット、そして2023年のオンラインフェスタでも有償ボランティアによる生活支援の広げ方を考えたが、今回は有償ボランティアを実践、あるいは支援している登壇者の事例を基に、有償ボランティアにはどのような特徴があり、どのような役割を果たしているのか、

また、助け合い活動と介護保険サービスの違いなどについて議論したいと進行役の中村順子さん趣旨説明をした。

そして、中村さんは助け合い活動の類型などについて説明した。1982年に有償ボランティアを関西で始めた団体にいた。当時は措置しかない時代で、市民がお金を出して助け合うのは斬新で新しい考え方だと共感してその運動に入ったことを覚えている。2000年に介護保険制度が始まり、有償ボランティアが若干停滞気味になったこともあった。15年、最後まで住み慣れた地域で暮らしたいと地域包括ケアシステム、つまり住居を中心に医療や介護サービスを受けられ、さらに生活支援・介護予防として住民が助け合いながらお互いを支え合うサービスを基盤に置く素晴らしい地域ビジョンが示された。まもなく10年になるが、プロフェッショナルなサービスである医療・介護は進化を遂げたと思うが、その基盤となる住民の助け合い、市民同士の支え合いはまだそんなに進んでいないと言わざるを得ない。

助け合い活動の類型は左図のように大きく分類できると思う。有償のほうが無償より頼みやすく、継続して続きやすい。無償には課題発見力、有償には物事・ニーズに対して解決力が求められている。生活支援・介護予防の分野においては住民同士の助け合いで支え合っていく必要があると思うと課題提起した。

その人の思いを実現する



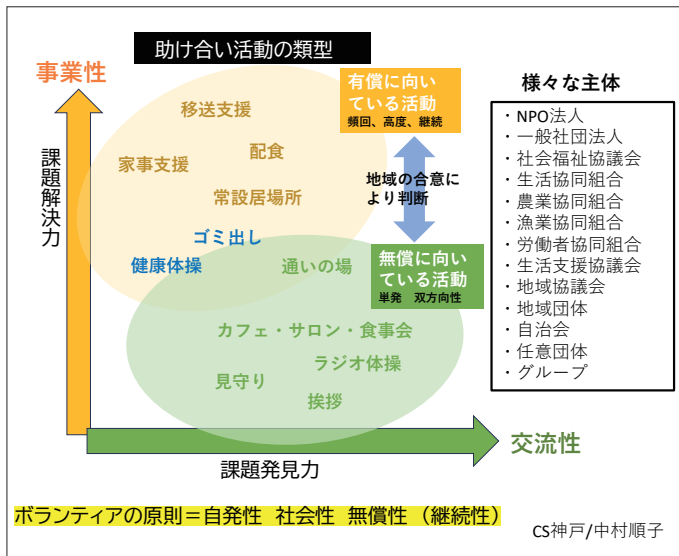
加藤 由紀子氏

山形県天童市で30年以上、気兼ねなく支え合い、長続きし、提供する側のいきがいにもなるという理念で、有償ボランティアの助け合い活動を進めている加藤由紀子さんは、「ふれあい天童」立ち上げの経緯・思い等を紹介した。

ふれあい天童は助け合いをしたいという気持ちで92年から始め、介護保険には参入せず、助け合い活動のみを行い、市民のあらゆるニーズに応える活動を続けてきた。始める前に12年間、仕事を辞めて3人の子育てをしながら5人の介護を経験した。この時、誰かに手伝ってもらえたらありがたいと思ったが、介護を手伝ってくれるような人は周りに全くいなかった。これは私に活動をつくれということだと思った。

ふれあい天童開設15日目に通院介助の依頼を受けた。家族が仕事を休めないため、車イスとベッド上の生活の方だったので、この人にどう対応すればいいのかを仲間内で一生懸命話し合った。ところが、やってみたらわりあい難なくできることがわかり、とても自信がついた。その後、ありとあらゆる困り事が私たちのところに回ってきて、様々な重介護や看取りなども行っている。私たちが応援することで、その人が安心して暮らせるようになってわかり、応援することが私たちの喜びとなって活動の輪が広がっていった。活動を多くの人を知ることで、一緒に活動してくれる仲間も増えた。


活動を始めて見えた課題は、高齢者の一人暮らし・高齢世帯の増加や、家族の介護力不足、老々介護の増加、認知症患者の増加。大変だなと感じたのは、高齢者の母(父)と息子世帯の増加で、仕事を辞めて親を見たいという息子



が増え、私たちは「あなたの今後の生活がかかっているから仕事は辞めないで。私たちがお手伝いをする」と言うが、親がかわいそうだと仕事を辞める人が増えていき、いかに応援するかとすごく悩んだ。また、困った時に「助けて!」と言えないで、一人・家族で介護を抱える方が多い。家庭内での無関心もとても感じられた。人とつながらない介護予備軍の増加、閉じこもりの青年・高齢者の増加で、介護自殺とか介護殺人なども、この当時に出てきた大きな課題だった。在宅に入ってみると、低栄養の高齢者がいて、生きる力や気力、前向きな気持ちが下がっていく姿を見ることになった。また、筋力の低下、お腹や背中の中の筋肉も衰えるが、足腰の筋肉が衰えて立ち上がることができないという人も多くいた。施設に入っている方々の支援もやってきたが、やる気や気力の低下があり、人生何が楽しいのかなと思えるようなこともあった。さらに、一人親家庭の子どもたちは、目が届かなくて気の毒だと思い、何とか私たちとつながればいいなと思っていたことを覚えている。

(参考)

活動は
ふれあい、助け
合い活動の
考え方の中で
行なう



- ・活動を担う方、活動を利用する方はいずれも、ふれあい天童の会員登録を行う
- ・利用会員はふれあい天童で準備している同意書を交わすこと
- ・利用の申し込みは、遅くとも二日前までに申し込む
- ・利用者と協力者の間で、金額のやり取り、むづけなどはしないこと
- ・活動者は安全に移動の活動を行うにあたり、体調を整えること
- ・利用する車は活動者の日頃利用している車を活用してもらう
- ・活動時間 (利用時間)
基本は9:00~17:00とし、土日、祭日は相談に応じとしている
- ・リスク対応は車の自賠責保険を利用してもらうが、ふれあい天童でも損害保険に加入している
- ・希望があれば、必要性により、付き添い等も応じている

今、移動サービスがとても増えてきた。「買い物も楽しいし、フードコートに寄って一緒にコーヒーを飲みながらのおしゃべりがすごくよかった」という高齢者の声がたくさんある。また、ドライブをしたいという高齢者もたくさんいるので、居場所の送迎の時に普段見慣れない風景と一緒に見てもらっている。喜ぶ笑顔が嬉しい。送迎だけが私たちの目的ではなく、今日一日が良かったと振り返られる満足感、生きる喜びや楽しみを味わえ、明日が楽しみになる暮らしをつかっていきたいと思っている。基本的な考え方は、外出支援は依頼があって、そして助け合いの範疇で移動と見守りを行っている。家族の意思・思いを大事にしながら、ふれあい助け合いの活動の考え方の中で、どのように移動サービスをするか、いつも考えている。外出支援は危険を伴う活動なので、必ず移動サービス勉強会を行っている。最初は同乗してもらい、どのような運転の仕方をするのかを細かく丁寧に指導する。また、私たちの活動に参加している自動車学校を運営している人、元警察官などに講師を頼んで、運転者の勉強会をすることもある。必ず年に1回は、研修会と意見交換、体験談などを話し合う場を設けている。

活動は生涯学習で、品格ある応援になるよう体験を積んでいきたいと思っている。助け合いはとてもいきがいのある活動だと締めくくった。

ないものはつくり出す 多様なスタイルの生活支援



鈴木 恵子氏

神奈川県川崎市宮前区で30年助け合い活動をしている鈴木恵子さんは、「すずの会」立ち上げの経緯・思い等を紹介した。

私の介護を助けてくれたPTA仲間の「介護経験を地域で活かそう」という一言から、ちょっと困った時に気楽に鈴を鳴らせるような活動が地域にあったら、自分たちの老後も安心できる地域になるのではないかという思いを込めて、95年にPTA仲間5人で「すずの会」を設立した。今は活動メンバーが55人になった。私たちの思いは「やってみましょうよ」で、身近な方の声に応えていく。自分たちができないことがある場合は、誰と手をつないだら解決に結び付くのかを考え、または急いで解決しなければいけない問題の場合は、まずは自分たちが助け、その後ネットワークをつくっていくという活動スタイルにした。初めの一歩として、地域にはどんな方がどんな不安を抱えているのか、あるいは何かできることを活かしたいと思っているのかと「地域を知る」ことから始めた。保健師さんに同行してもらい、要支援者の家庭を訪問した。

初めの頃は、リクエストに応えようと思ってやった活動も「あなたには資格があるのか」という問いもたくさんあり、「無償で人のためにやるのは宗教集団に違いない」と言われたこともあった。しかし、必要としている人がいるので、続けてきて良かったと思っている。暮らしを支える初めてのボランティアは、身体が不自由になった方からの車イスでも簡単に着られるコートを作ってほしいという洋裁のボランティアで、とても喜ばれた。それを聞いた市営住宅4階に住む高齢の男性から妻をショートステイに行かせたいが階段を下ろせないという相談があり、おんぶしかないと、工夫しておおい紐を作った。これは今でもヒット作になっている。例えば洋裁のボランティアは時間も手間もかかるので有償にはなりにくかった。その方の笑顔が報酬だとみんなで決めて、つい最近まで日常生活上の支援を無償で続けてきた。ただ、全部できるわけではないので、頼めることは信頼できる業者に依頼しようと、業者とのネットワークをつくった。自分たちも高齢になっているので、最近は危険を伴うことはできるだけプロに頼んでいる。

1人の眩きから、96年にちょっとした集まりの会ミニデイを始めた。当時、要介護になった方の地域での集まりの場所があまりなかったので喜ばれて参加者も増えた。しかし、コロナによって25年続いたミニデイができなくなった。そこで、20年7月からボランティアの引きこもり防止のために「ボランティアのためのミニデイ」に変更し再開した。ボランティアも平均年齢79歳、仲間づくりと情報交換をし、自分たちの老後を仲間と乗り切る知恵と工夫を話し合っている。

ミニデイの代わりに小さな集まりをたくさんつくろうと
 思い、ご近所サークル「ダイヤモンドクラブ」を推進した。
 約20年前から始め、お茶飲みをしながら本音が言えるご近
 所単位の居場所。いざという時「助けて」と言えるご近所
 づくりのために、開催も参加者も自由、子育て中のお母さ
 さんも参加し評判がいい。10年ぐらいの間に65か所のダイ
 ヤモンドクラブがつくられた。近所の顔見知りをつくるこの
 活動は、ヘルパーの手が届かない時間に見守りをしたり、
 認知症の一人暮らしや男性介護者を支えている。発展し、
 いざという時に最後までご近所が関わって看取りまででき
 るようになった。医療・介護等の専門職や専門機関とつな
 がってきたおかげだと思う。

最近では、仕事を辞めて介護をしている息子のために、
 仕事をつくることにかなり力を入れている。そのためにも、
 14年にすずの会の拠点「すずの家」として一軒家を借り、
 居場所の活動を始めた。すずの家は要介護になっても仲間
 と集うことを目的に、週2回オープンし昼食を出し入浴も
 でき送迎も頼める。送迎や調理を有償ボランティアとして
 男性たちも担っていて、ちょっと稼げる仕事にもなってい
 る。誰かのためにすることはいきがいにのみならず介護予防に
 もなっている。遠慮なく何かを頼めるという関係ができる
 のは有償ボランティアの良さであり、臨機応変、タイムリ
 ーな支援ができるので大きな助けになっていると思う。

「すずの家」
 要介護になっても仲間と集う

- ・ 毎週水曜・土曜
- ・ 9:30~2:30
- ・ 送迎 500円
- ・ 昼食 500円
- ・ 入浴 無料
- ・ 要介護の利用者8割

- ・ ボランティアの平均年齢79歳
- ・ ボランティア謝金1日2500円
- ・ 昼食は日替わりシェフ手作り
- ・ ヘアカットも有償ボラ 格安で



これからは必要なことを必要な人にタイミングよく届け、
 地域の中に必要とされる活動をさらに生み出していきたい。
 自分たちができないことは医療・介護・福祉のネットワー
 クを十分に活かしたい。自分たちが住みやすい、そして最
 後まで住み続けられるような地域がしっかりとできあがっ
 たらいい。また、若い人材が活躍でき、多少稼げるような
 仕事がある、すずの会になるといいと締めくくった。

どう広げる？住民主体の有償ボランティア SCの視点

奈良県葛城市第1層SCの田口研一郎さんは、SCとして支援した生活支援と移動支援の一体型の有償ボランティア立ち上げの経緯やSCの役割などを紹介した。

有償ボランティアは自然発生的にできることは減多になく、SCとして地域に関わりながら伴走している。



田口 研一郎氏

最初に始めたのは「東和苑ささえ愛会」（以下、ささえ愛会）で、自治会の住民有志が「うちの地域を何とかしよう」と3か月から4か月ぐらいで立ち上げた。季節の作業や軽作業、草刈り、掃除等の生活支援と、その中に外出・通院や買い物付き添い等の移動サービスが含まれ、1時間以内であればワンコイン（500円）。我々は立ち上げ支援として協力しているが、立ち上がった後は受付・相談、コーディネート、実際の活動から謝金の計算支払いまですべてボランティアのメンバーがしている。「ささえ愛会」が登壇した勉強会に参加した方が「うちの地域でも何かできないか」ということから、出前講座や勉強会をして半年ぐらいで「大畑まあるい会 芽ぶき」が同じく生活支援と移動支援の一体型で立ち上がった。有償ボランティアグループ「すずらん会」は、まずはやってみようとしてしながら規約、業務分担、謝金、ボランティア保険を検討し、立ち上げ期間12か月で今春、同じく生活支援と移動支援の一体型で立ち上がった。特徴は、生活支援サービスと移動支援の一体型であり、運輸支局への許可・登録不要の運送を含む有償ボランティアである。一体型の場合、運転が苦手な方や運転免許を持っていない方でも生活支援ならできるので、誰でもが担い手になれる。また、免許を返納した後でも、体が動くうちは庭木の剪定・草引きなどの生活支援で活躍できる。

支え合いの創出のために、SCとして一番大事にしている視点は地域住民のリアルな情報・ニーズである。データでは高齢化率が40%でも、地域住民が「70%以上だ」と思い危機感を持っているならば、その地域の高齢化率は70%でいいと思う。生活支援サポーターをつくったから大丈夫ではなく、サポーターのできる範囲は決まっているので、頼みたいことが埋もれてしまうこともあるから、そこに視点を向ける必要がある。移動支援のニーズがあると思う場合、具体的に買い物か通院か銀行かなどを知る必要がある。しかし、地域の方が自分から自発的に言ってくれることはなかなかないので、いろいろな地域の方と出会って信頼関係を深めて、心の内に秘めた思いや課題感を引き出していくのが我々SCの仕事であり、地域に課題感を持つ方と絶対巡り合うことができると思う。

地域の主体性を伸ばす伴走支援の実例の1つとして、「移動に困っている人が多いから、支え合いの仕組みはどうやったらくれるか」と聞かれた場合、これはまだこの人の課題でしかない。「友人やご近所さんと一緒に考えませんか？」と提案し、みんなで話し合いをし、複数の住民が課題感を持つと1人の課題から地域課題に変わる。「移動支援は白タクにならないか」と聞かれたら、「私たちが作っている『移動・外出支援ガイドブック』と一緒に勉強しないか」と促す。いろいろな選択肢の中で自分たちの地域に合う仕組みを地域住民が自分たちで選択できるように持っていく。「他人を乗せるのはやはりリスクだ」と心配ならば、「講習あるので受講してみない？」と促す。「怪我とか事故に備えたい」と言われたら、「ボランティアセンターでボランティア保険のことを聞かないか」と提



案する。「初期費用とかお金も必要だ」と言われたら、「新規の立ち上げに使える民間の助成金を見つけたから一緒に申請しないか」というふうに伴走する。不安なことが解消したら、気づけば準備万端で「地域のため、自分たちの将来のために頑張っていこう」と進んでいく。

ヘルパーをすでに利用している一人暮らしの女性の場合、ヘルパーの買い物は生活必需品だけなので「こういうお花を買ってきてほしい」という依頼は聞いてもらえない。有償ボランティアなら、外出支援で花を買いに連れていってもらえ、ヘルパーにお世話になるだけだった生活から、楽しみやいきがいをを持った生活ができるようになる。介護保険サービスと有償ボランティアの両方がある輝く暮らしができると思う。また、高齢夫婦で夫は認知症で妻は体調不良のため、リスクが高いのはわかっているが夫の運転に頼っていた夫婦に「ささえ愛会」を紹介したところ、今では外出する時は「ささえ愛会」に頼んでいる。ただ、日常の移動すべてをボランティアで担うと住民も疲弊してくるので、病院だけだったら介護タクシーで、帰りに買物をする場合はボランティアがいいというように役割分担を明確にしていくことも大事だと思う。

いわゆる顔の見える生活圏域を大事にしている。地域の支え合いをもっと立ち上げていきたいが、担い手の世代が全くない地域もあるので、そういう地域は広域の支え合いを考えたい。1つの仕組みですべて解決できるわけではなく、重層的な仕組みを考えていくことを葛城市では目指していると締めくくった。

助け合い活動と介護保険サービスの違うところ

中村さんは、助け合い活動と介護保険サービスの違うところはどこかと尋ねた。加藤さんは、助け合い活動は介護保険の認定者でもそうでなくても、希望があればどなたでも受けられる。介護保険の利用者が私たちの助け合い活動を受けることによって、その人の生き方や身体的なADL、精神的なQOLがぐっと良くなり、自立に少しでも近づいていけるようになればいいと思うと答えた。鈴木さんは、何でも受けるというスタンスで最初の頃はやってしたが、だんだんボランティアがやることなのかということも結構出てきた。「すずの家」に歩いて来られない方たちの送迎

はするが、送迎・移送サービスの単独事業はやっていない。ボランティアがしてくれるからと手を離す家族もいるので、どうしても必要だということをやるようにしている。また、近所同士の付き合いで「手伝うよ」と言う方もいるので、それは近所の方に任せていると答えた。鈴木さんの話を聞いて、加藤さんが「すずの会は地域住民を育てていると思う。全国の人に見習ってもらいたい」と述べた。

中村さんは田口さんに、助け合う仕組みを仕掛けるヒントを尋ねた。田口さんは、スタート地点は地域住民の課題感、「困っている人のために何かしたい」という思いからで、そういうスタートがとても大事だと思う。また、地域住民がやる気になる後押しについては、公的な支援や介護保険サービスを削減するために地域住民が何とかするのは違うと思うので、出前講座とか勉強会では、いつも「公的な支援や介護保険サービスで使えるものは何でも使ってください。それを代替するのがあなたたちではない」と言っている。地域住民は「あの人のためにしてあげたい」という気持ちからのスタートでいいし、小さく生んで大きく育てるような活動でいいと、2、3人集まったら活動ができると後押ししていて、どのグループも4、5人ぐらいの集まりからスタートしている。そういう視点を大事にしたいと答えた。

中村さんは鈴木さんに、ニーズ調査はどうやっているかと尋ねた。鈴木さんは、毎年やっている健康チェックには元気な高齢者が200人ぐらい集まる。その時に皆さんに「誰と住んでいるか」「今困っていることはあるか」などについて聞き取りをしている。20年続けているので、やるのが当然となっている。地域包括支援センターの方も薬剤師も役所の方も参加しているので、気になる方はすぐにその場で相談できると答えた。

最後に有償ボランティアで良かったというメッセージを聞いた。田口さんは、誰かにお願いする場合、1回ならお願いできても何回もお願いしにくい。また、「ささえ愛会」を始める時に「支える側・支えられる側に分けたくない」ということを話し合い、謝金としてもらったお金を活動者への謝礼と、残りを運営費に回すことにした。そのことでそのボランティアグループが地域に存続していき、その次の誰かのためになる。だから利用されている方も支え合いの一員として参加できることが有償ボランティアの一番の魅力ではないかと思うと述べた。鈴木さんは、無償だった時はお礼がエスカレートしていったので、有償ボランティアのほうが頼みやすい。また、ボランティアも自分で稼いだお金で何かできる喜びもあるので、みんなのためにも良かったと述べた。加藤さんは、有償ボランティアは人を育てると思っている。また、利用する方がいきいきと気兼ねなく頼める気持ちになっていると述べた。中村さんは、人生100年時代の世の中になり、私たち女性3人はもうすぐ80歳。有償ボランティアが私たちをここまで連れてきたのかもしれない。全国の皆さんに、頑張ればできること、そして、このように継続に非常に大きな力として、有償ボランティアが寄与していると伝えたいと締めくくった。

【進行役】高橋 良太氏 (社福) 全国社会福祉協議会地域福祉部長、全国ボランティア・市民活動振興センター長

【登壇者】荒木 浩子氏 川越市第11地区社会福祉協議会会長、川越市新宿町五丁目自治会会長

安田 順子氏 いいね！大羽根地域まごころサポート代表

岩崎 正朔氏 川西地区自主防災会会長



高橋 良太氏

進行役の高橋良太さんから冒頭能登半島地震犠牲者の方々へのお悔やみと被害に遭われた方々へのお見舞いの言葉が述べられた。続いて今回の大地震などからも、発災直後の救命・救助の時点から支援は始まり、その時何より大事なのが隣近所による支援である。住民同士の支え合い

・助け合いが日頃からできていることが災害時にも重要だということがわかった。さらに8月の宮崎県の日向灘地震では初めて南海トラフ地震臨時情報が発表され、防災意識が高まったと思う。様々な人が暮らす地域で、住民同士が何をきっかけに活動を始められたのか、また、どのように課題や困難を乗り越えてきたのか、実践者の取り組みから考えていきたいと説明し、各登壇者の発表に移った。

「あら5流の地域共生社会」推進の10のポイント

最初に、埼玉県西部、川越市の玄関口から南東に広がる高台エリアで「域活き新宿町五丁目」を合言葉に地域づくりを進める新宿町五丁目自治会（以下、あら5）会長の荒木浩子さんが日頃の取り組みを紹介した。

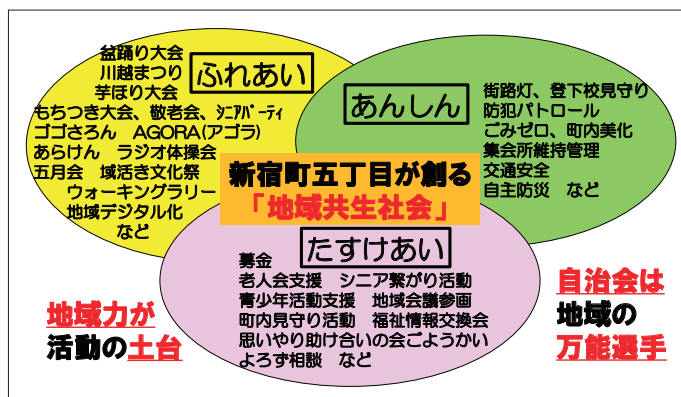


荒木 浩子氏

2020年、ブランド総合研究所が全国の政令指定都市、中核市、県庁所在地で行った幸福度や定住意欲度などに関する地域の持続性を明らかにする市版SDGs調査で川越市は1位になった。新宿町五丁目は整然と区割りされた街路に住宅地、商業地、事業所がちりばめられたアクセスが良く住みよい地域で、自治会は60年前にでき、会員1117世帯（住民・事業所）、加入率86%と高い支持を得ている。住民を中心とした自治運営の親睦団体として、住みよい地域社会の維持・形成、住民相互の連絡、環境整備等を目的に組織されている。主な活動は親睦と福祉、生活環境の改善及び向上、文化、教養、体育に関すること、防犯・防災、交通安全の取り組み、集会所の維持管理、募金等の寄付集め、回覧等による情報提供である。そして、住み慣れた地域で、誰もが安心して生き活きと自立した暮らしを続けていく、「ふれ

あい・安心・たすけあい」がある地域を目指している。

コロナ禍が地域にもたらしたものはマイナス面もあったが、危機的状況において大切なもの、必要なことを明確に示したと思う。緊急事態宣言下以外は知恵と工夫で活動を止めず、むしろ新たな事業を立ち上げる原動力にした。「ふれあい」は交流。つながりを大切に様々な世帯が関心を持ち、安心して参加できるような活動を心がけている。「安心」は防犯パトロール、登下校見守り、交通安全、町内美化活動等で、関連団体や町内関係者の協力を仰ぎながら進めている。「たすけあい」は募金協力ほか、つながりづくりからの助け合いで、誠実に思いやりの心で務めている。このように自治会は地域の万能選手、オールラウンダーであり、地域力が活動の土台・プラットフォームになり、まさに地域共生社会をつくっていくと考えている。



自治会長として日々活動する積み重ねから「あら5流の地域共生社会」推進の10のポイントを紹介したい。①地域に根ざす世代の集まりを支える。組織がしっかりすることで、情報の通り道もでき地域活動の支え手になる。会長就任後、最初に手がけた「中学連絡会」の設立では「地域で輝く中学生」と名付け、地域の行事の担い手となることで地域の一員として認め、伸ばす試みを続けている。長年の取り組みが奏功し、現在中学校にボランティア部ができ、校区全体に広がっている。老人クラブは75歳以上の自治会員の会費を自治会が負担し加入を促進。自治会と老人クラブが協働し、シニアのつながり活動と銘打ち、シニアの交流や社会参加を図るよう集会所の花の植え替え、掃除等の軽作業とお茶会、夏と年末にはシニア宅への訪問等を実施。

②自主防災組織網を活用し、日々の見守り活動を展開することで平時からつながる。自治会で専用携帯電話を持ち、近所で気になることがあれば直接自治会長に連絡できる体制の構築。毎朝の町内ゴミ拾いパトロールは当初自分一人だったが散歩する中で協力者が増え、町内美化と見守りが兼ねられ、声を掛けてくれる方が増えている。③個人情報保護の遵守を表明し、名簿をデータベース化して保持。住民の把握は地域活動の基本と考えている。④身近に集まる場の創出。自治会は大きな行事を行うことが良しとされていたが、普段から集まれる場を持つことが必要で、5丁目で午後の文化的な集いの場として「ゴゴさろん」、新宿町の健康づくりの場「あらけん」、通いの場「アゴラ」、盆踊り大会や芋掘り大会、もちつき大会等を運営。⑤見守り活動でもたらされた近所で気になる情報等を地域福祉の関係者で話し合う包括ケア会議「福祉情報交換会」の月例開催。⑥思いやり助け合いの会「ごようかい」を22年に設立。これは5丁目の太陽のような会と「何か御用かい？」を掛け合わせたもので、お互い様の気持ちで登録会員がお茶菓子程度の謝礼で行う有償活動である。自治会が運営するので活動費の心配がなく、対象は全世代。現在会員は89人で、町内在住外国人や中学生も参加し、最高齢の会員は夏休みのラジオ体操の模範体操をしてくれる94歳の男性。2年間の活動累計は134件、延べ188人になる。誰にも身近で便利な支援になるようキャンペーンや参加型イベント、回覧板での周知、町内事業所に会員協力してもらう等の工夫をしている。最近では地域包括支援センターとの連携で介護保険サービス枠外の依頼も来るようになってきている。⑦情報開示と共有では15年間活動報告を毎月回覧し、半年ごとに写真付き広報紙を12年以上全戸配布している。また地域デジタル化を目指し、SNSを活用した情報提供にも取り組んでおり、22年度からはデジタル化特別委員会を設け、あら5役員にもなっている情報学科の大学生が担当となり、複数年かけて身近に必要なことから改革に取り組んでいる。⑧産官学民の境なく協力し合って活動。集会所を町内公民館に登録し、バリアフリー認証を取ってシニアの居場所を運営し水道光熱費の助成を得たり、市と協働で事業を進めて助成金を得る等、自治会費以外で運営することで開かれた交流を可能にしている。⑨多彩な人の参加により新しい知恵と工夫が生まれるが、先人の積み上げてきたことも大切に活かす。⑩できることを持ち寄り、無理なく続ける。少子高齢化により地域の生き残りが始まるが、これからの自治会は福祉の取り組みができなければいけない。外国人・不登校児の対応、起業家や介護事業者との協働等、これからも真に開かれた自治会を目指していきたい。あら5の活動はYouTubeチャンネル、SNS等で発信しているのでご覧くださいと結んだ。

たくさんの活動をしていて驚いたが、60年前から行っているのかとの高橋さんの質問に、以前から活発だったが、自分の代になって、そしてコロナになってさらに活発になったと荒木さんが答えた。

災害の少ない地域における防災意識の広げ方



岩崎 正朔氏

続いて岩崎正朔さんが、香川県丸亀市川西地区自主防災会会長として、向こう三軒両隣という連携キーワードがある中、自主防災活動を通じて地域づくりを進めてきたポイントを披露した。

讃岐富士が美しく見える川西地区は、人口6700人余り、世帯数2800余りで高齢化率25%の地域で、1995年に市が地区コミュニティ組織に移行した。これは自主的・自発的に自分たちの地域の課題解決をしていくための組織だが、6年経っても一向に良いところが出てこなかった。いろいろな部会があったが、地域を引っ張っていく機関車が必要ではないかと当時の会長・副会長に提言し、まず防災をやりたいと提案し、防災活動からまちづくりを行ってきた。当時コミュニティ組織の活動メンバーは約200人いたが、防災に関心があったのは自分ともう1人の2人しかいなかった。2人では何もできないので、まず共鳴者をつくるために「いい人知らない？」と情報収集し、自宅や職場へ個別訪問を重ねたが、香川県は災害の少ない場所なのですぐには共感を得られず繰り返し足を運んで訴えて回った。そして、何人か賛同者ができること知見を求めて神戸等、先進地への研修を企画し、5、6年で10回の視察を実施したが、移動のバスの中、食事中にもコミュニケーションづくりに努め、防災意識を積み重ねていった。また、県や大学主催のシンポジウムにも多くの参加者を募り、帰りに会食を開いては地域の話、防災の話をしながらかいづくりを行うなどしていった結果、30人規模の自主防災会ができあがった。

今では、取り組みの1つとして、地域の企業・商店と連携し、新しいまちづくりとして「地域パスポート」を展開している。協賛してくれる33の企業やお店にパスポートを提示すると割引きをしてもらえたり、1品サービスしてもらえるというように、仲間づくりから防災への取り組みをしていくことを心がけている。連携による災害対応力の向上として、企業の倉庫に備蓄品を置かせてもらっているが、さらに学校の倉庫に災害用の12リットルある重たい水を運ぶ際には、企業から若手職員が10人ほど来て手伝ってくれる等、地域と企業が一緒になって防災活動を進めている。

65歳以上を対象にした移動支援サービスは今年5年目で、病院への送迎・買い物支援等を片道100円で行っている。

6 65歳以上対象の高齢者移動支援サービスの実施。(利用者70名)



重たい荷物は希望があれば運転手が自宅の冷蔵庫まで運んでいる。現在利用者70人、月・水・金の週3回の運行で、月に平均60回ほど利用されているが、いずれは毎日運行を目指している。そして、街中を明るく元気にするというテーマで、まず小学生の通学路、それが終わって今度は中学生の通学路を重点的に点検し、3年かけて150灯の街路灯を整備、さらに困り事を抱える家庭へ社会福祉協議会を通じて見舞金を渡す制度の創設など、大きな意味での安心・安全・防災に通じる活動も行っている旨紹介した。

香川県は災害が少ないが、なぜ防災から入ったのか、また移動支援の運転手は誰が担っているのかとの高橋さんの問いに、岩崎さんは防災の取り組みが何もされていなかったから、逆にうまくやれば目立って、目立てばまちが元気になるのではないかと考えた。そのおかげで内閣総理大臣表彰も2度受けることができたという紹介。また、運転はほとんど自主防災会の会員で行っているとの岩崎さんの話に、地方になればなるほど移動支援の問題は出てくるので、自主防災会のメンバーたちを組織化したところが強みで、各所で考えていく必要があると高橋さんが述べた。

仲間で相談しながら助け合いの仕組みづくりを拡大



安田 順子氏

三重県菰野町の大羽根園地区在住の安田順子さんからは、代表を務める助け合い活動の内容が紹介された。

菰野町は自然豊かな農業と観光の町で人口約4万人。大羽根園は約60年前に山の麓に開発された団地で、四日市コンビナートに通勤していた方々が多く、高齢化率33%、町内でも急速に高齢化が進んでいる。菰野町の一人暮らし高齢者は約530人、大羽根園は約60人で親戚縁者はほとんどおらず、子どもは町外に住んでいる方が大半。何とかしなきゃいけないという熱い思いのメンバーが自治会とも話し合いを行い、07年に団塊の世代を対象に調査を実施。その結果、近所の人たちとの交流について「たまに立ち話をする程度」のお付き合いが50%だった。そこで、四日市大学、四日市看護大学の協力を得て、①高齢者支援、②防災活動、③子育て支援、④世代間交流をテーマに関係者から話題提供をもらった。②は今、自治会で住民が担ってくれており、③は高齢者世帯ばかりなので潰れてしまった。自分たちは①を選んで勉強を続けてきた。町は交通の便が悪く、電車は無人駅で1時間に2～3本の運行、コミュニティバスは1日2～3本走っているが利用者がほとんどいない。町内の総合病院やスーパーの買い物、役場へ行くのにも自家用車がなければタクシー利用になるような不便な状況である。

社協に勤めていた当時、いきいきサロンをつくっていたが、このやり方でいいのかなという思いがあった。そこで06年に開催された「全国ボランティアフェスティバルぐんま」に参加したところ、新潟市で常設型の居場所「うちの実家」を開設していた河田圭子さん（P28参照）と宿泊先で同室になり、その人柄に惹かれてすぐに「うちの実家」

へ足を運ばせてもらい、やり方を学んだ。大羽根園でもやりたいと決心して仲間にその話をすると、みんなも賛成してくれて10年4月に気軽に集える「地域の茶の間」をスタートさせた。場所は公会所を利用し、毎週火曜日の10～15時まで、出入り自由でお茶菓子付きで200円、お昼は別途300円で豚汁と具沢山のお味噌汁を交互に提供している。足の不自由な方には送迎を行い、地域の様々な世代が楽しくおしゃべりできる仲間づくりの場とした。

当時、夫が脳梗塞と認知症で介護が必要になり、仕事と介護と茶の間の運営という多忙な日々を送っていた。そんな時、茶の間で一人暮らしの方から、「身体を壊した時に1人では買い物に行けず不安だ」「電球交換ができない」「大きな家具の処分に困っている」「助けてと言いたい時がある」といった声が聞こえてきた。自分も「助けて」と言いたい時があるという話をし、何かいい方法はないかと茶の間に協力してくれている仲間と相談した。そこでも河田さんからアドバイスやノウハウをいただき、介護しつつ自分の人生を大切にしたい、介護される側の人生も大切にしたい。それを助け合えるシステムをつくりたいと勉強会を重ね、11年11月に有償の助け合い活動「いいね！大羽根地域まごころサポート」を立ち上げた。金額は1時間まで800円で100円は事務費、提供会員が700円受け取る仕組みで、2時間目以降は1時間700円としている。高齢者、障がいのある方等日常生活でちょっと困り事がある方とちょっと手助けできる人、応援したい人が会員となり、困り事はコーディネーターが訪問してお聞きしている。主な内容は掃除、洗濯、買い物、話し相手、留守番など。

活動を始めるにあたり、地域の皆さんに知ってもらい協力してもらうことが必要だったため、自治会、社協、施設長ほか多くの方の協力を得て設立説明会を開き、趣意書を作成した。提供会員は社協が主催する地域サポーター養成講座修了者に呼びかけて募集し、現在利用会員16人、提供会員24人で活動している。例えば、買い物支援の場合、行きつけの店や希望のメーカーを伺う、概算分のお金とポイントカードを預かり、戻ったら買った物を見てもらい、領収証とお釣りを渡して終了となる。地域の茶の間でお互いの困り事を話し合う、仲間がいて、地域まごころサポートという助け合い活動があるというのはすごく嬉しいことで、さらに1年後には町全体に「まごころサポートの活動を」という声が上がった。そこで町全体に広げてみたが、活動範囲が広すぎたために地域性でやりづらい所も出てきてしまった。そこで社協に要望して5つの小学校区で活動できる体制をつくることにし、現在はSCも伴走しながら5地

地域の茶の間オープン

2010年4月、大羽根園公会所で地域の茶の間をスタートしました。参加費は1日200円、毎週火曜日の10時から15時までオープンしています。大羽根園という団地の中で、気軽に人と話せる場所、交流する場所となっています。



区のうち3地区に生活支援団体ができている。

お宅にお邪魔して掃除機をかけていると、後をついてくる方がいる。それはおしゃべりがしたいから。買い物も行ってもらうのではなくやっぱり自分で直接見て選びたい、自分の着る物もあれこれ選びたい、病院に連れて行ってほしいという要望が出てきて5年前から実験的に移動支援の活動も始めている。病院への同行は耳が遠くなり医師の話が聞きづらく、広い院内を歩くのは大変なので車イスを利用して移動する等、日に3か所ほどを一緒に回ることもある。高齢者が増え、提供会員の中には1人で自宅入るのが少し不安という方もいるため、今は2人体制で自宅へ向うようにしている。最近では若い人たちが仲間に入ってくれるようになり、さらに団塊の世代層も地域に巻き込み、他人事ではなく自分事として関わってもらえるよう、仲間を増やし地域で楽しくお互い様の助け合い活動を広げていきたいとまとめた。

安田さんの地域でも活動が広がっている様子がわかったが、利用会員より提供会員が多いのがとても良いと思うと高橋さんが感想を述べた。

仲間を広げていくポイントと次のリーダーについて

3人の発表に共通していたのが、仲間づくり、熱い思いのメンバーみたいな話だったと思うが、仲間を広げるためのポイント・秘訣について教えてほしいと高橋さんから3人に尋ねた。

まず荒木さんが、自身はあら5の会長であると同時に一〜六丁目までである新宿町地区社協の会長もしている。今年の4月から「ふれあいプチサポート新宿町」という地区の支え合い活動を始めた。あら5で行っている「ごようかい」は、毎日数人の方が尋ねてくるのだが、助け合いの内容が実はちょっとした、本当に誰でもできるような些細な依頼、30分以内でできるようなたわいもない内容が多いことに気づいた。これくらいのことなら地域の皆でできるのではないかと1年間の検討を重ね、地区社協が地区の全域の方を対象に支え合い活動を始めましょうと募ったところ120人が名乗りを挙げてくれ、そのうち71人が実際にこの夏休みには挨拶キャンペーンを始めている。LINEを使って毎朝の挨拶をする。まさに、挨拶は助け合いの入り口ということで、これまで接点がなかった方同士が挨拶を交わすことにより親しくなり、交流を広げていくという試みを行ったところ、家で倒れている方を発見した、こんなことを助けてもらえたら有難いという声が上がってくる等、いろいろな活動につながり始めている。声を出すということ、そして情報をしっかり伝えることが一番のポイントだったと答えた。

岩崎さんは、今取り組んでいるのは高校生を地域のボランティア活動に巻き込んでいこうと思っており、学校にもどんどん声を掛けていく。小学校の時にお祭りでいろいろな役割を担ってくれていた子が今は高校生になり、熱心に地域に目を向けてくれているので、来年2月にバスを借り切って彼らを他県で行われる勉強会へ連れて行き、その中

の何人かに地域活動に入ってもらいたいと考えていると紹介した。高校生が入るとみんなが元気になりいい動きだと高橋さんが感想を述べた。

安田さんは仲間づくりはやはり居場所だと思っている。人の出入りが多くて、「こんなことがあったよ、あんなことがあったよ」「こんなことができたよ」といったように、人からいろいろな情報を得て、「こんなお手伝いができるならお手伝いしたい」等という声が増えつつ多くなっている。社協でも地域サポーター養成講座が開かれ、若い人たちも声を上げてくれており、今が広がっていくチャンスだと思っていると紹介した。

もう1点、今日は3人の素晴らしいリーダーにお話を聞かせてもらったが、次のリーダーは育っているのかと高橋さんから3人に質問した。

荒木さんは、今自分はプロの自治会長と言われ、「荒木さんに頼めば大丈夫」というところまで安定して運営ができるようになっていて、次の世代が育つにはもう少し時間が必要かと思う。ただ、確実に今の自分のバトンは、今のチームの仲間には伝わっているので、それを信じて日々全力で取り組んでいこうと思っていると答えた。

岩崎さんは、現に4人ほど意中の人が出て、それぞれの組織で事務局長や副会長になってもらっていて、4人に競ってもらえるような形を取っている。企業訪問する際も4人に交代で同行してもらい、企業の方と顔見知りになってもらう等、着々と準備を進めていると答えた。

安田さんは、メンバーみんながどちらかというリーダーで、提供会員が利用会員1人に対して3〜4人でグループをつくっている。この中でもリーダーができていて、実はリーダーとはどちらかという見守り役なのかとも感じている。そして若い方にもそのリーダーになってもらえるよう、今のリーダーたちに育てていってもらいたいと思っていると述べた。

最後に一言ずつ今後の抱負、参加者へのメッセージなどを尋ねた。荒木さんは、これからは全力で頑張っていきたい。あら5はとても生き生きとした地域なので、ぜひ見に来てほしいと述べた。岩崎さんは、これまで30年近くボランティア活動をしてきたが、これからは有償ボランティアも織り込みながら活動を展開していかないと長続きしないのではないかと感じている。財源確保をどうするか検討しているところであると答えた。安田さんは、今日の話聞いて、高校生にも、高齢者から子どもまでいろいろな人に関わってもらいたいと思った。だから、長期休み等に地域の茶の間に参加してもらいたいと学校に働きかけてみようと思ったと語った。

3人のメッセージを聞いた高橋さんが、元気な3人が仲間づくりをし、活動を広げてきた様子、そしていろいろな方に「助けて」と言うのが大事なことがよくわかった。地域にはいろいろな技術を持った方、たくさん知識・知恵を持った方がいるので、そういう方々の協力も得ながら、全国で近隣のつながり、助け合い活動を進め、広げていければよいとまとめた。

- 【進行役】堀田 聡子氏** 慶應義塾大学大学院健康マネジメント研究科教授
- 【登壇者】紺野 敏昭氏** 医療法人館 この神経内科・脳神経外科クリニック理事長、(特非)やまぼうしネットワーク理事長
- 稲葉 修氏** 木工房「いつでもゆめを」店長
- 伊東 憲男氏** 木工房「いつでもゆめを」従業員
- 阿部 かおり氏** (特非) たすけ愛京築統括理事、福岡県若年性認知症サポートセンター長



堀田 聡子氏

今年1月1日に「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」が施行され、第一条で「認知症の人を含めた国民一人一人がその個性と能力を十分に発揮し、相互に人格と個性を尊重しつつ支え合いながら共生する活力ある社会の実現を推進する」と謳っている。認知症の方だけ

でなく、誰もが「ここにいていい」と思える地域、安心して認知症になれる地域に向けて、登壇者の皆さん、そして参加者の皆さんと一緒に考えていきたいと進行役の堀田聡子さんが冒頭趣旨を説明した。

今のあなたのままで良い共生の空間

静岡県富士宮市にある創業11年の認知症の方の仕事場「木工房 いつでもゆめを」(以下、木工房)の代表・店長の稲葉修さん、そこで働く伊東憲男さんが日々の様子、やりがい等を紹介した。木工房は若年性認知症の方を含めた認知症の方の事業所で、多い時には総勢14人いたが現在は10人、売り上げだけで経営している。従業員は週2回、1日3時間勤務で60代前半が多い。主力商品は「ケアスケールふじこちゃん」。これは車イスの方がそのまま乗れる体重計で、全国650台超の販売実績。他には動物パズル、流しソーメン台、魚釣りゲーム、富士山テーブル等を製作している。木工房の設立経緯は、ある若年性認知症の方の仕事・収入・居場所に対する思いを聞き、自身が考案した車椅子体重計の製品化を考えていたこと、そして木工という作る仕事をしたいというパートナーに巡り会えたことである。この方は糸のこ盤を使ってタバコの合間にモクモクと仕事をし、始めたら休憩中も休まないが、止まったら始めない。デイサービスも利用していたがとても嫌がり、木工にはまって技術も向上。72歳で退職するまで10年一緒に活動し、デイでは孤立したが仕事場で共生を強く感じさせてくれた。



稲葉 修氏

未経験の方でも切った部分を磨く等、すぐに仕事を覚えることができる。また、例えばロープワークの南京結びを「初めてだ」と言うが、実際ロープを持つとささっとやってくれる。経験があって身体で覚えていることは試してみないとわからない。空間認知障がいがある方でも苦手なことへの支援があれば、ちゃんとやれる。一緒に働くには少しの配慮と見極めが不可欠だと感じている。日々の仕事は朝礼で、「今日の仕事はこれがあります。あなたは何をやりますか」といろいろな作業、パリエーションの中から自分で選んでもらう。「わかりませーん」と言われた時は、「こんな仕事やってみますか」と少し誘導はするが、基本的には本人の意思の尊重で、大事な一時になっている。

リラックスして楽しめる

稲葉さんから伊東さんの日頃の取り組みの様子が紹介された後、伊東さんから木工房に来たきっかけや思いが紹介された。脳梗塞になった後、医者に診てもらっていたが、その相談員が自宅を訪ねて来て、「家でブラブラしていたのでは治る病氣も治らない。木工房という場所があるからそこへ行って見ないか」と誘ってきた。「ずいぶん余計なことを言う人だ」と思ったが、嫌々ながら木工房へ伺い店長らに会い仕事の様子を見せてもらったら、生まれて初めて見た電動ジグソー(糸のこ盤)を扱っていた。トゲトゲの付いた鋸が高速で上下にポンポン動く恐ろしい機械で、そこに原因が描かれた木片を置き、それを動かしながら切っていく。高速の糸のこに素手で材料を持っていき、回転させたりずらしたりしながら形成していく。それを年配の従業員の方がやっていた。そして、「伊東さん、やってみない？」と簡単に言ってくれたが、やさしそうに見えてすごく怖い。「いやーちょっと」と言っても、「まあ、とにかくやってみなさい」と言われ、やってみたら緊張はしたが意外と面白かった。自分の思い通りに切れるかという、必ずしもそうはいかず、だいぶズレた形になってしまったが、何度かやっているうちにそのスリルと面白



伊東 憲男氏

さが相まって、ちょっと通ってみてもいいかなと思って以来3年。一時期、嫌だごねて休んだ日もあったが、そうなる寂しくてやはり行ってみると達成感を味わえ、楽しく今も通っていると答えた。



伊東さん特集

伊東さんへ稲葉さんが芸術的なセンスとデザインがとても上手だが、そういう仕事をされてきたのかと質問。もともとその道に進みたいと思ったこともあり、学生時代は写真に興味を持って写真部に入り、関連するアルバイトも経験したことがある。電動ジグソーについて初めは指を切りそうで本当に怖かったが、そのうち少しずつ押しやるだけであとは機械が自分で切ってくれるから、あえて自分から切ろうとせずにリラックスしたら綺麗に切れるようになり、今では絵筆を持っている感じがすると紹介した。

さらに、RUN伴（全国たすきリレー）、全国認知症フットボール大会、認知症啓発活動、認知症カフェ、家族会、キャラバンメイトとの協働等も行っていると稲葉さんが続けた。富士宮市地域包括支援センターの活動的な2人の職員に、どんどん木工房従業員もセミナー等に引っ張り出されるが、皆さん堂々と話をされる。活動を通じて、認知症の方もそのまま、共に過ごす環境は人と人との関係が作り出すものであり、システムや物理的なものではないことが見えてきた。認知症であろうが、障がいであろうがそんなことは問わない。今のあなたそのままが良いという受容が大切。共生空間は習うより慣れることでデザインされていく。失敗を積み重ねてきた中で、怒ることがないので不思議な行動も非難せず、本人の意思を無視せず、忘れる

目に見えない「あること」

- ・未経験の仕事も挑戦して覚える事
- ・今のそのままが良いと認める事
- ・待つこと
- ・その日の自分の仕事は自分で決める事
- ・やる気
- ・変な話でも否定しない話し相手がいる事
- ・仕事仲間があり、笑いがあること
- ・互いを思いやる優しさと助け合いがある。
- ・残された能力は目に見えない、言葉にもならないから、共に行動することで発見される
- ・身体が覚えているかもしれないことを、試しながら引き出すこと
- ・体調不良の時にはいつでも仕事をさぼれること
- ・仕事の能率は違っても分け前は同じ
- ・夢中になれる仕事があること
- ・できないことにはさりげない支援があり、それができる工夫を共に考えること

ことなど気にせず、仕事仲間と笑いがある。そんなことがとても人にとって大事なことだと気づける。体調不良の時には3分の2は休んでいる人がいるが、いつでもさぼれることも大事。忘れるだけでなく覚えることもたくさんあり、それが自信につながっている。夢中になれる仕事があることで、人生後ろ向きから前向きになれる、出会ってふれあって共にいることで日々発見があり、元気になる。笑って話して勇気が出て、身体の芯から湧き出すような嬉しさを感じている。課題もあるが、働きたい人のためにぜひこういう職場をつくってほしいとまとめた。

認知症の人の幸せと共生社会の実現のために



紺野 敏昭氏

岩手県滝沢市で認知症の取り組みを始めて20年近くなる医師の紺野敏昭さんが、これまでの活動・実践を紹介した。最初に手がけたのは「医療モデルの推進」で、早期診断・早期治療、そして必要な方には早期から介護の支援を行っていく。同時に「社会モデル」として認知症に対する無理解・偏見をどうやってなくしていくか、そのために講演会や行政との合同研修会等を多職種対象に展開してきた。

数年経過し、見えてきたのが、「認知症は生活の障害である。だから生活モデルに視点を当てた援助が必要だ」ということで、それは地域全体の共生社会づくりにつながる。そのためには本人、家族、地域住民、行政、専門職、企業、すべてその地域の資源が協力し合う視点が大事であり、そのことによって認知症と共に安心して暮らす社会づくりができるのではないかなと思うようになった。

普段の診療で感じていたのが、認知症になると買い物に行かなくなる方が結構いることで、理解のない家族だと買い物を禁じてしまう。理解のある家族でも主導権は家族で、商品の選択や会計も全部やってしまい、本人はただ側に付いているだけ。そして孤独・孤立になっている方が多いことがわかってきた。これは薬では治せない。「もう一度買い物したくないか」と尋ねると、家族に遠慮するような素振りを見せながらも、「してみたい」と答える方が多い。それまで普通にしていた買い物行動を止めた理由を聞いてみると、「レジでまごついて、冷たい視線を浴びた」「商品が多すぎて探せない、うまく選べない」「棚にある物を壊したらどうしようかと心配になる」等で、生活モデルの実践をスーパーマーケット（以下、スーパー）でやってみたと数年考えていた。当初目指したのは、活動の場を見いだせないでいる全国の認知症サポーターたちの実践活動の場を広げていきたいということだった。買い物を止めることで「自分は何もできない人間になった」と思い込んでしまう。あるいは「自分から行動すると叱られる、家族の中に役割や居場所がなくなった」と感じている。本当は家族の役に立ちたいと思っている方が大部分なのに、こうした状況が続くと病気の進行は早まり悪化する。これを解決すれば孤独・孤立の解消、自信・自立の回復、自己決定の

喜び、尊厳の回復、そして家族の中での存在意義が回復できるのではないかと考えた。それで企画したのがスローショッピングである。

実際に活動を始めたきっかけは、19年に地元スーパーの会長とアポが取れ、滝沢市包括と市社会福祉協議会の職員に同席してもらった。「買い物行動を支援して本人の自信や尊厳の回復、そして地域とつながる場をつくっていきたい。負担はかけないので場所と時間だけ貸してほしい」と提案すると、その場で賛同をいただいた。相談から1か月でプロジェクトを立ち上げ、本人と家族には初めから参加してもらい、①自分で決められることは自分で決める、②欲しいものは自分で選ぶ、③手に取って確かめたり、お金を払う、④人と社会とつながるという4つの目標を設定した。認知症サポーターには、パートナーとして協力してもらおう。寄り添いの基本は、本人が持っているメモは取り上げない、メモに書いてある順番で買い物する。効率が悪くてもお店の中を行ったり来たりするのも楽しみの1つであり、メモ以外の物を買おうとしても否定しない。予定外の物を買うのも楽しみだし気が変わるのも楽しみだから自身のペースでゆっくりお店を回ってもらい、サロンでのおしゃべりもルールにした。準備の中でスーパーに、買い物だけでなくつながりの場としての相談の場、交流の場、地域資源を紹介できる場が欲しいと提案したら、イトインスペースの利用を許可してくれた。これは貸し切りではなく一般の方と一緒に使う。それが市民への啓発にもなると思った。サロンと呼んでいるが、参加される方も「買い物の楽しみが半分、残りの楽しみはサロンでいつもの顔に会えて話ができること」と言われ、サロンの果たす役割が大きいことがわかる。

本人に意欲が出て、笑顔や言葉数が増え、財布を取り戻せたことが喜びだという。家族からも「あんなにおしゃべりで楽しそうな姿を何年かぶりで見えた」「認知症に対する考え方が変わった」等の声がある。スーパー側もいろいろな工夫や体験から今後も増えていく高齢の来店客に対する準備期間になり、従業員にとっても理解が深まり、対応の仕方を学ぶ機会になったという感想が寄せられている。ただ、参加したくても交通の便が悪くて参加できない方がかなりいた。そこで自動車メーカーに相談したら無償で車を貸与してもらえることになり、パートナーの運転で送迎を行い、買った物を自宅まで運び、冷蔵庫の中を整理したり、

片付ける等の生活支援ができるようになった。

週1回開催のこの取り組みから派生した活動を紹介する。男性介護者が苦勞していることが日々の調理だとわかり、パートナーたちに相談し、毎月1回手軽にできるレシピを覚える男の料理教室を開催したところ、非常に好評で参加希望者がとても増えている。さらに男性介護者が困っていることが妻等女性用の衣類や肌着の購入だが、この支援も行っている。また、「お散歩の会」は思い出の散歩と言って自分の得意なこと、あるいは思い出等を披露してもらうもので、当事者の発表の場になっている。そして、自分が仮に倒れてもこの取り組みが永続するよう23年11月に「NPO法人やまぼうしネットワーク」を立ち上げ、市民主体の活動となっていると紹介した。

福岡県における様々な仕掛け

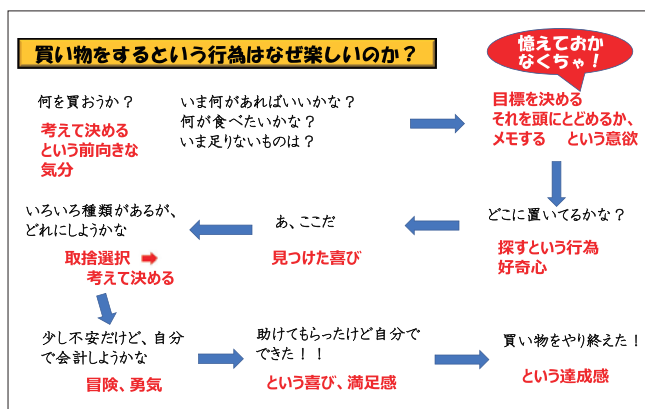


阿部 かおり氏

21年4月から福岡県の委託を受け、県内認知症施策の多数を担っている福岡県若年性認知症サポートセンターの代表を務める阿部かおりさんからは、大きな活動の柱が紹介された。認知症ピアサポート活動支援事業はピアスタッフが支える中で一緒に行うもので、当事者同士が出会い元気

になれる場であり、24年度は県内60市町村を4ブロックに分け、そこにピアスタッフを置き、各市町村でピアサポーターを募りどんどん増えている。ピアサポートと言っても知らない方も多いため丹野智文さん（P12参照）に来てもらい経験を話してもらったり、また監修のもとで冊子を2種作成している。入門編では「認知症になった人は経験者だよ」と紹介し、実際活動したい方のために活動編を作成している（NPO法人たすけ愛京築HPからダウンロード可）。オンラインで話をしていた時、「ピアサポーターをしてみたい」という方が現れたが、何度も電車の乗り換えがあり、家族やケアマネジャーから「車内でパニックになったらどうするのか」等心配の声が上がったのだが、「本人がやりたいことはまずやってみよう」とコーディネーターが伴走することになった。最初は最寄り駅で待ち合わせをしていたが、ある時、乗り継ぎがうまくできずに困ってヘルプカードを駅員に見せると親切に教えてもらえ、それが本人の自信となった。ヘルプカードを持つことで一歩前へ進むことができる。さらに本人が講演するためにはどうすれば話しやすいかを皆で考え、インタビュー形式を進めることにしたら、家族が聞きに来ていたのを知らずに、「いつも家族に支えてもらっている。だから今日の謝金で家族にご馳走したい」という言葉が出た。自信を持って話す本人を見て、家族は「もっとこの人を自由にしてあげよう」と思い、さらに自信をつけていったケースがある。

当事者がデザインした認知症カフェについて。全国の認知症カフェの調査をしているコスガ聡一さんに来てもらいセミナーを開いた。様々なカフェの種類を知った一人の当事者が、「自分も洋楽をかけ、ゆっくり話ができるカフェ



をやりたい」と声を上げた。自身もずっと喫茶店で社会参加ができないかと考えていたため、ある店長に提案を試みたところ快諾を得られた。そこで月に1回、その方がポスターも作成し、カフェを開催している。


それから、市町村と学び合うことにより認知症に対する取り組みが当事者目線に変わっていくため、21年5月から寄り添う市町村伴走支援事業を行っている。進めるに当たってはモデルを1つつくることを考えたが、「まず認知症のことがわからない。でも周囲の市町村にそれが知られるのは嫌だ」という反応で、最初はクローズドで5市町村から始めていき、それを周囲の市町村に巻き込めないかと考えた。大半が「自分の市の認知症施策をどう進めていけばいいかわからない」という状況の中、当センターアドバイザーの丹野智文さんに当事者としていろいろな話をしてもらった。すると認知症を特別なことだと考えていた行政職、認知症地域支援推進員たちが、失敗しながらも少しずつ進めていく中で、「私たちは当事者がやりたいことを一緒に考えることが大事ですね」という視点に変化し、彼らも元気になっていった。24年度については、15市町村が参加して進めている。

寄り添う伴走支援を通して市町村が変わる瞬間

福岡県若年性認知症サポートセンターアドバイザー 丹野智文さんの当事者として「特別な会話」から「対話」に変わった時から
市町村の視点が当事者目線で考えていく方向に

- 各市町村で何に取り組んだら良いかわかってきたこと
- 大事にすることは、行政で決めるのではなく、当事者の言葉に耳を傾けること
- 自分たちで考え動いてやってみる、スモールステップで進めていく
- 寄り添う伴走支援をしている市町村は横のつながりが出る
- 認知症を特別なことと捉えなくなったこと
- 行っている行政職、認知症地域支援推進員が元気になってきた

今年度は15市町村参加で行っています



そして今、力を入れているのが、先ほども紹介のあったスローショッピング、スローレジから出てきた「未払い行動」という言葉で、楽しく買い物ができることが大事だと提案している。実際、スローレジを行っている店はまだ珍しいので、マスコミが取材に来ることがあるが、話をする中で気づいたことがある。認知症の方は自分で精算を済ませたかどうかかわからなくなり、つい持ち帰ってしまいそうになる。世間では万引き行為であり、協力を快諾してくれたスーパーでも毎月3、4件発生していたが、スローレジを設置し、「もしかしてお金を払うのを忘れていませんか。ゆっくりお金を払えますよ」と声かけをするようになってからは年間レベルに抑えられている。よく非効率になり儲けが減るのではという声が聞かれるが、それ以前にそういう取り組みをしている店だと認知され、客が来てくれることが大事だと店側も言ってくれている。実際、買い物途中で買い物かごと間違えて商品をエコバッグに詰めてしまい、家族から「支払いが済んでない」と言われたことで、以来エコバッグの持参は止めたという話も聞いたことがある。本人ばかりか家族もその店に出入り禁止になることもあるので、今後は「未払い行動」という言葉を広げ、みんながやさしく買い物ができる環境が必要だと思っている。

そのために買い物コンシェルジュを置いたらどうか等、いろいろなアイデアを温めている。なお、「未払い行動」は福岡県の第10次福岡県高齢者保健福祉計画の中でも進めていくことになっている。

他にも当センターHPで会報「わたぼうし」や動画を紹介しているので勉強会等で自由に活用いただきたい。これから目指す社会は認知症になっても安心して暮らせるまちではなく、誰もが安心して認知症になれる地域をつくっていくことで、そのためには「認知症」という言葉が特別なものでなく、「自分は認知症だよ」と語れるようなまちづくりが必要である。そのためには皆が出会える居場所が大事で、SCや認知症地域支援推進員、包括職員らには改めて地域を見直し、地域の中の社会資源を考えてもらいたい。「安心して」と言うのと「そんなことできるのか」と聞かれ、「自分は認知症になりたくない。自分のことを知らない人が自分に関わるのは嫌だ」と言う。そこで「自分の取扱説明書を皆で相談して作ってみませんか」と提案している。出生地や育った場所を知れば、その地域の方言ならわかるかもしれないし、好きな食べ物、嫌いな食べ物等それぞれに嗜好がある。喋れなくなり、「要らない」という意思をボディランゲージで示した時にBPSDで片付けられ、人としての尊厳が踏みにじられないためにも普及させたい。当センターへは県外からも相談が寄せられているが、いろいろな所に相談し情報を得ることで支え合い・助け合える地域になってくれたら嬉しいとまとめた。

安心して認知症になれる地域

後半はそれぞれの発言をさらに深掘りしつつ、楽しさの紹介が中心だったが大変なことは何かと堀田さんが尋ねた。稲葉さんは行方不明になったり怒ったりをみんなでカバーしているが、大切に思っているのが家庭で長く暮らしてもらいたいということ。認知症の方が暴力を振るったり怒る理由は周囲に原因があるとされている。だから月に1回家族懇談会を開いて情報交換し、孤立せず、普段から協力し合えるようにしていると述べた。伊東さんは一度、嫌だとなごねて行かなくなった時もあったと聞いたが、また行きたくなった理由は何かと堀田さんが質問すると、家にいてもテレビ、読書、散歩くらい。そうなる寂しくなり、行って作業をするとのめり込み、仲間と一緒にの充実感だと答えた。紺野さんへは買い物の楽しさが持つ力について尋ねたところ、笑顔が増えることが一番大きく、自分から話すようになり行動するようになる。家族も介護が楽になり、相乗的に進んでいき、現在は4店舗に広がっていると紹介。阿部さんにピアサポートで皆が力づけられる肝は何かと聞くと、対等な関係性とポジティブスイッチを入れるような心がけだと答えた。

最後に堀田さんが認知症の方の「こんなことがあったらいいな、やりたいな」を一緒にやってみよう。そこから仲間の輪が広がり、気がついたら安心して認知症になれる地域になっていくのではないかと、その一歩を皆さんと進めていきたいと結んだ。

【進行役】 目崎 智恵子 (公財) さわやか福祉財団共生社会推進リーダー、高崎市第1層生活支援コーディネーター

【登壇者】 西野 博之氏 (認定特非) フリースペースたまりば理事長、川崎市子ども夢パーク・フリースペースえん他、各事業総合アドバイザー

勝部 麗子氏 (社福) 豊中市社会福祉協議会事務局長

玉置 英明 (公財) さわやか福祉財団社会参加推進事業担当リーダー

これまで3回のサミット、そして2023年のオンラインフェスタでも企業OBに焦点を当て、助け合いによる生活支援活動を含む社会参加の広げ方と実践について事例や考え方を発信してきた。しかし、退職後の地域デビューは多くの方面で期待されているところであるが、なかなか進んでいない現状にある。いきがいをを持って地域活動を行うことで介護予防にもつながることはわかっているが、では、どのような切り口や働きかけで参加につながるのか、そのヒントやコツを探っていく。

子どもの好奇心とシニアの知識やスキルを合致させよう



西野 博之氏

不登校の子どもたち、引きこもりの若者たちの居場所づくりに38年前から関わっている西野博之さんから、まずその実践について紹介された。1991年に「フリースペースたまりば」(03年NPO法人化、18年認定NPO法人化)を開設し、98年から「(神奈川県)川崎市子どもの権利に関する条例」の調査研究委員会世話人として、全国初の子ども

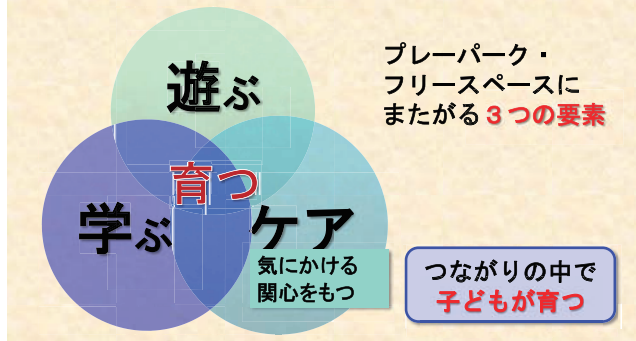
の権利に関する総合的な条例の策定に関わり、条例は01年4月に施行された。そして条例の具現化を目指し03年に「川崎市子ども夢パーク」(以下、夢パーク)をオープンさせ、06年から15年間所長、現在は総合アドバイザーを務めている。この「夢パーク」の様子はドキュメンタリー映画「ゆめパの時間」として全国で公開中で、イギリスや台湾でも上映された。また、NHKの「ドキュメント72時間」の22年度の視聴者がもう一度見たいリクエスト・トップ10の年間ベスト1にも選ばれ、22年9月2日に放送して以来、何回も再放送されていて、日本人の延べ1000万人以上が見ていると聞いている。

夢パークの中には、プレーパーク、スポーツ広場、スタジオ、乳幼児親子の部屋をはじめ、日本で初めて公設民営でつくられた不登校、引きこもりの子どもたちが通ってくる「フリースペースえん」が入っていて、毎日40食ほど子どもたちと一緒に昼食を作って食べている。手作りの囲炉裏があり、横のちゃぶ台で学習している子がいるかと思う

と、隣で楽器を演奏している子がいる。ゲームをする子、絵を描く子、読書にパソコン、そして相談スペースとカオスのような生活空間で、障がいのある子、非行などの背景を持つ子、どんな子ども・若者でも無料で利用できる。プレーパーク、フリースペースにまたがる子どもの育ちの3要素として、遊んで育つ、学んで育つ、ケアされて育つという3つの輪を大切に、市にも提案している。

子どもの育ちの3要素

◆「遊ぶ(play)、学ぶ(learn)、ケア(care)」



この場所は、とにかくやってみることに挑戦できる、「禁止」の看板のない環境である。ただし、責任は自分で取る、誰のせいにもしない。火・水・土・工具も自由に使することができる。人間は火と道具を使って成長・発達してきたのに、それが使えない社会、危ないから使わせない社会になってしまった。ここでは災害時もちゃんと炊き出しができる若者を育てている。

私は、さわやか福祉財団作成の「ともあそび」の冊子に協力している。地域のシニアが子どもたちとどんなふうに参加することができるのか？ 私が寄せたメッセージは、「夢パークは子どもの居場所であると同時に、大人たちのつながりの場でもある。高齢者と子どもが当たり前と一緒にいる社会はとても豊かで、大人は子どもたちからエネルギーをもらうことで元気になる。子どもは地域の宝。『ともあそび』は社会全体を豊かにしてくれるプロジェクトである」。子どもは遊びを通して様々なことを学び、いろいろな人との遊びを通じて共感が育まれていく。子どもを楽しませ

なくてはいけないと身構える必要はなく、自分が子どもだった頃を思い出してワクワクする瞬間を共有してほしい。木工が得意で20年近く週に4、5日ボランティアに来てくれている方、藍の生薬でたたき染めを教えてくれる方、ものづくりや実験を教えてくれる90歳でも愛称で呼ばれている方など、みんなが餅つき大会、木工、ペーゴマ、科学実験、読みきかせ、茶道に畑での野菜づくり、乳幼児親子の子育て支援等、得意なことで活躍している。フリースペースでも料理作り、学習支援、楽器やパソコン、動画作りを教える等、シニアが活躍できる場面がたくさんある。「これをやってもらえないですか」とお役目をつくることも必要だが、自分の好きなことを活かして子どもと出会う、遊ぶ、エネルギーをもらう。そして「おいしい・うれしい・たのしい」で子どもたちとつながることが大事である。指導しなくてはという義務感や上から目線は子どもたちから「支援臭がする」と煙たがれるから、まずは自分が面白い姿を子どもたちに見せてほしい。子どもも大人も誰かの役に立ちたいと思っている。子どもの好奇心と、シニアの知識とスキルが合致したら面白いことが起きると思うと報告した。

経験を地域の中で活かせる仕掛けを紹介してもらったが、何がきっかけで、誰がどのように始めているのかと、進行役の目崎智恵子が尋ねると、西野さんは、SNS等も利用しながら、自分たちから働きかけて足を運んでもらえるように、子どもの居場所だと思って遠慮するのではなく、皆さんどんどん来てくださいと発信し、出合いのきっかけづくりをしていると答えた。

人の数ほど役割はある



勝部 麗子氏

大阪府豊中市の第1層SCも務める勝部麗子さんからは、同市におけるシニア男性を地域に誘い込む様々なヒントが紹介された。最初に、団塊世代の方々が定年退職を迎えた頃に団塊塾というものを開いてみたり、男性のための料理教室を実施したりと参加してもらうことを構えて行

っていたために、講座が終わったらその後やることなくなりそれで終わりとなっていた頃の話と披露して、まさにSCはみんな支援臭がすると西野さんの話を聞いて思ったと切り出した。

いつ行ってもいい、誰もが必要とされる場所がつかれないかと思っていた16年、自分の講演会を聞いてくれた高校の大先輩が、住宅街の真ん中にある土地を貸与してくれることになった。ここを男性の居場所、支え合う共同空間にできないか考えた時、定年後の男性がやりたいことの一番が野菜作りだった。豊中はマンション居住者が約7割の地域なので、ベランダでプランター菜園をするか一坪農園を借りるかという中、一坪農園は毎日自分で世話をしなくてはいけないし、何年かすると返さなくてははいけない。その間にたくさ

ん道具を買って、肥料を買ってとやっていると、「高いきゅうりになったわね」と奥さんに嫌味を言われたりする。そこで考えたのが都市型農園「豊中めぐり」の取り組みで、一人ひとりが地域の中に居場所と役割が持てるような場所にしていこうと思った。そしてつい先日、なんとバナナができてしまった。昔の少年たちが目をキラキラさせて、どうやったらうまくできるか相談しながら6年越しで実現させた。これって福祉と関係あるのかなと思うのだが、こういう工夫をしたり知恵を出し合うことが大切で、私たちはこの活動をやってください、これはやってはいけませんとつつい梓に当てはめがちである。工夫がない活動はオリジナリティがないから、誰がやってもよくなり、だから、自分がやらなくてもよいではないかとなってしまう。女性は集まること自体を目的にすることができるのだが、男性は何のために集まるのか、そこで何をするのかのプロセスがないと集まらない。そこで、最初は農家の方に支援してもらうことも考えたが、市内に専業農家が12軒しかない中で協力依頼も難しく、自分たちの力でスタートした。採れた野菜は朝市、移動販売や子ども食堂へ提供。そしてレンガを敷いて車イスの方も移動しやすく工夫する等、子どもたちや外国人、認知症の方、介護中の方、誰でも参加できる地域共生ファームとなっている。いろいろな取り組みをする中で住民主体の実行委員会もでき、地元の方々に協力してもらいながら販促、加工の方法等の知恵を集めている。

個人の宅地、農地、有料老人ホームの屋上など、現在9か所を無償貸与していただき、栽培品目60種類に広がっている。それぞれの農園に店長がいて、シークワサーでビールを作ったり、ふるさと納税返礼品のカレー用にジャガイモ、タマネギを提供したり、コロケやジャム、芋焼酎も作っている。月に1回業務報告会を開いて、来月は何をやるか、この日に何人の人が必要か等をエクセルで資料にまとめ、みんなで協議しながら進めていく、会社っぽい農園でもある。

認知症の奥さんがいる方もいることがわかり認知症カフェを始め、お互いに介護相談もしている。大臣をはじめ多くの方が視察に訪れ、だからさらにみんなのスイッチが入る。CADで3Dの設計図を書いて案山子を作る、みんなで作って風を揚げる、春はレンゲ祭り、夏はひまわり迷路、秋には子どもたちも交えた稲刈り。終わった後には一緒に

「都市型農園」開設にあたり

とんでもないこと「宅地を農地に転用」ということなど「こんなところで農業が出来るか!!!」と言われてきたが?

現在では

- ※ 菜園は9カ所
- ※ 栽培品目は約60種類
- ※ 会員数は150名
- ・収穫した野菜は朝市、移動販売、子供食堂などへ提供等
- ・季節毎のイベントの開催による子供達、外国人、認知症の人や介護の方とのコミュニケーションの場所として
- ・各要人や団体の視察
- ・新聞・TVや雑誌社からの取材、掲示放映

☆ 最近では緑の畑の中で野菜の成長を見ることが楽しみと喜んでいただいています。

ビールを飲む。つながりができ、やりがいになり、皆が楽しむことができる。

最近外国人が増えているので、あぐりのメンバーに何か支援ができないかと話したら様々な言語を話せるメンバーがいた。これまではゴミ出しや電球交換等の生活支援で協力してもらっていたが、さらに多文化共生ボランティアとしても協力してもらえることがわかり、今では100人を超えている。ボランティアがいないなんて嘘で、人の数ほど役割はある。そこに着目できていないだけではないかと思うとまとめた。

勝部さんは地域の中で「助けてよ」「困ったよ」とつぶやいているが、農園でみんなで情報交換し、同じ目的で活動しようとしているのはまさに協議体の役目も果たしており、第1層SCとして勝部さんが大切にされているのではないかと目崎が問うと、勝部さんは自分たちはいろいろな人を助けることが目的にされているが、本当は助けたいと思う人をたくさん増やすことこそが仕事であり、「こんなことをやりたいんだけどできる方法はないかしら」と声を上げ、一緒に楽しい場をつくっていくことがSCの役割であると思う。だから自分も一緒に楽しむことが大事であると答えた。

定年退職前から地域につながるこの意味や効果を考えよう



玉置 英明

企業を退職後、さわやか福祉財団の社会参加推進事業に携わる玉置英明は、企業OBの目線から感じていることを発表した。17年11月、人事部との面接で翌年3月で60歳定年を迎えるにあたり、延長雇用の意向を聞かれ、年内までにはどうしたいかの結論を出してほしいと言われた。

その際、一番は名刺を失うことへの不安であり、現職以外に自身がどうあるべきかに悩んだ。また、この頃、母の余命問題と父の介護の問題を抱えていた時期だった。9割の社員が延長雇用を選ぶ中、一度しかない自分の人生の残り半分をどう過ごすのか、人生の転機をどう捉え、大切なモノから大切なコトへ、何をすることが自身にとって一番幸せかを考えた。その時、学生時代にベトナム難民の子どもたちの支援活動にボランティアとして没頭していたこと、現在21年目を迎える自閉症、発達障がいのある子どもたちのサッカークラブでの活動のこと、そして何より最後に背中を押してくれたことは、尊厳を持って旅立った両親を支えてくれた地域社会で活動する方々との出会いだった。恥ずかしい話だが、それまで地域包括ケアシステムという言葉も知らなければ、地域包括支援センターやSCの存在も知らなかった。関係する取り扱い製品は様々な所で活躍していたが、ひたすら利益とシェアを追いかけ、家と会社の往復を繰り返す生活を送っていた。だから、シニアがいきいきと活躍している地域社会を知った時、残された10万時間をいきがいを持って自身を輝かせることができる場所を

見つけた思いがした。

健康といきがいにつながる社会参加という意味では、「令和5年度版高齢社会白書」（内閣府）によると、日頃から心がけている健康への配慮の第1位が「地域活動に参加すること」だった。なぜ地域活動に参加することが健康につながるかというと、生活が充実した、新しい友ができた、健康・体力に自信がついた、地域社会に貢献できた、お互いに助け合うことができた、自分の技術・経験を活かすことができた、社会の見方が広がったとある。これがまさに還暦を過ぎた人々の感想であり、地域での社会参加には定年がない、いきがい社会であるということになるのではないだろうか。また、社会参加・ボランティアへの参加は本人のフレイル予防と介護予防に一番効果があることも認められている。

21年に改正高齢者雇用安定法が施行され、70歳までの延長雇用が導入された。その中で70歳まで継続的に事業主が自ら実施する社会貢献事業、あるいは事業主が資金提供等する団体が行う社会貢献事業に従事できるような制度の導入に努めることが明記された。まだ実施状況は1%ほどだがこれから広がっていくであろう。

キーワードとして、生活支援、社会貢献、ボランティア、助け合い、地域参加等で検索した460社の企業活動を調べた結果、企業における社員のボランティア推奨風土は、SDGs、企業理念とつながり、特に社員の人材育成として確実に広がりつつある。企業の基本方針との一致を前提に、NPOとの連携は確実に拡大している。生活支援では、日本郵政、生保、損保、金融、電気、ガスなどの業種が多い。また、行政と包括連携協定を締結して、地域参加による生活支援活動を推進する企業が増えていることなどがわかった。

課題は、企業の社会貢献活動の進化が協議体やSCとのつながりが薄く、地域活動と連携していないことだと思う。企業側も地域とつながる術を模索しているが、地域の居場所や子ども食堂を知らない人が圧倒的に多く、生活支援の助け合いは専門的知識や資格が必要ではないかなど、ハードルが高いと感じている。担い手として企業や現役勤労者、OBに何をしてもらいたいのか、どんなNPOや助け合い団体があるのか、対象者は高齢者なのか障がい者なのか、高齢女性のお宅に何う時にはどんな点に気をつければよいのか等、現場研修や視察も取り入れながら普及・啓発していくことでハードルが下がるのではないかと思うし、受け入れ側の体制整備も必要になるだろう。移動支援、見守りなど、それくらいのことならいくらかでもお手伝いできるよ、という活動がたくさんあることを理解してもらおう工夫が大切だと思う。いずれにしても企業の社会参加、ボランティア参加の風土は根付きつつある。受け手としての地域の組織や関係者が担い手としての企業や企業OB、シニアと共に社会風土を醸成してほしい。

一方で、企業の人事部の最大の課題は、現在50歳前後の団塊ジュニア世代が最大のボリューム層であるが、この年代の平行キャリアの推進である。そのためには、定年

退職前から地域につながることを意味や効果を知る機会の創出、研修への支援や企業セミナー等における地域活動の情報提供など、企業としても地域とつながることが大切だと思う。なお、すでに地域とつながる資質を持ち合わせているシニアという意味では、小中学校のスポーツクラブ関係者やPTA活動者、シニアスポーツ関係者、祭りや神輿保存会等へ地域活動参加を呼びかけるなどが有効だと考える。

締めくくりとしてシニアと地域の間にある「意識の壁」「時間の壁」「組織の壁」「情報の壁」を取り除くために、地域への働きかけとして気軽に体験できる場づくり、企業への働きかけとして定年退職前セミナー、新入社員研修、幹部研修、年金セミナー、キャリア研修、介護・障がい者対応研修など様々な場での情報提供などの支援を積極的に推進すべきであろうと報告した。

「意識の壁」・「時間の壁」・「組織の壁」・「情報の壁」を取り除くために

地域への働きかけ

- ① 気軽に体験できる場づくり、情報の提供
地域課題の発見・現場視察・体験研修
- ② 入口は広く。何らかの地域活動に参加している人たちへの幅広いアプローチで
助け合いの生活支援を紹介

企業への働きかけ

- ① 定年退職前から地域につながることを意味や効果の発信
企業セミナー等で地域活動を紹介
退職前セミナー・研修
- ② 介護離職を防ぐ取り組みと併せた地域活動の情報の提供
「三方よし」の提案 年齢を超えて人材育成にもつながり、企業自身にも効果
新入社員研修・幹部研修・年金セミナー・キャリア研修・介護・障がい者対応研修 など

目崎から、先ほどの勝部さんの話と重なるが、地域にはまだまだたくさんの方の協力者がいるわけで、自分たちSCもそれを知っていることが大事であるとし、社会福祉協議会所属の勝部さんにボランティアをする上でのマナーやルールは社協でも研修等はあるのか尋ねた。平日昼間に開催しているため参加したくてもできないという話も聞くが、あぐりの場合は「ワンデイあぐり」として土曜日1回参加できるというように、最初は敷居を低くしておき、参加してみたら面白くなるというような仕掛けもしていると勝部さんが紹介した。

地域のいろいろな場面でいろいろな方とつながろう

後半のフリートークでは、まず目崎から、例えば朝の通勤前や帰宅時にできることがないかを考えてみるというものも1つのきっかけになるのではないかと投げかけた。それに対し西野さんが、「なんだ、そんなことか」というような本当にちょっとしたきっかけ、それなら行ってみようかなと思ってもらうということが大切で、ボランティアをやらされている方たち自身が活動を難しくしていたり、これをやるべきだという「べき論」でやり過ぎてしまうと、人が足りなくて困っていてもそういう所には行きたくないと思われてしまう。先日ある地区でLINEのQRコードでその日にできるボランティアというのを出し始めたら学生も来るし、「子ども食堂の机運びのお手伝い」的な内容には、

たまたま有給休暇を取っていた人が、ちょっと時間があるから行ってみようかと参加してくれる。講座でしっかり勉強してから活動に入ってほしいというのはハードルが高いので、LINEでつながるその日のボランティアというのも広がっているという話をコーディネーターから聞いたと紹介した。

目崎から、隙間時間でアルバイトする感覚が高齢者たちの隙間ボランティアのきっかけになってくれたらいいと思うが、勝部さんが先ほどご自身も楽しいと発言されたような場に企業OBは集まってくるのではないかと尋ねた。まず西野さんが、先ほどお役目があったほうがいいと紹介したが、勝部さんの話にあったように、工夫の余地がいきがいにつながるのではないかと思ったと語った。続いて勝部さんが、支援臭が強いとみんな逃げちゃう。まずは楽しむことが大事で、その結果として誰かを助けられ、つながりができていくことが本来のいきがいであり、支え合いのはず。ところがどうしてもこの事業をやりたいと言いがちになる。支える人も支えられる人も、みんなに役割と出番があることが大事だと述べた。最後に玉置が人生100年時代、企業もそこで働く従業員も、企業OBもどう地域に入っていけばいいかわからないだけなので、地域はいつでもウェルカムなんだということをもっと発信してもらうことが必要で、決して難しいことではなく、そんなことならいつでもお手伝いできるということを知ってほしいと述べた。

今日の参加者は支援する側の方が多いと思うが、助け合い・支え合いを生んでいこう、そういう気持ちがある人たちを巻き込んでいこうと考えている方々に対して一言ずつメッセージをと目崎が投げかけた。玉置からは皆さんがそれぞれの立場で壁をつくらないこと。シニアも企業側もいつでも助け合いに寄っていくタイミングがあると思う。今はオンラインで何でもできる時代なので、地域とつながるための研修等を提案すれば、一気に開かれていくこともある。ぜひ一緒に頑張りましょうとまとめた。勝部さんは、行政からは成果を求められ、どんな活動をいくつこくらないとダメだ、何人参加しないとダメだとなりがちだが、ボランティアをやりたいという人だけがボランティアではない。何らか相談に来た方も特技を持っている。だから、そういう方ともよく話をしていくと、足下から世の中が変わっていくような気がする」と述べた。西野さんは困った時につぶやきが出せる、「助けて」と言えて、「それくらいなら私ができるよ」とつながる社会、一人ひとりの特技をリストアップできるようになるとよいのではないかと提案した。



目崎 智恵子

最後に目崎がSCや仕掛ける側も地域に出ているいろいろな場面でいろいろな方とつながってほしい。それがシニアが参加できるまちづくりにつながっていくのではないかとまとめた。

【進行役】奥山 千鶴子氏 (特非) 子育てひろば全国連絡協議会理事長、(認定特非) ぴーのぴーの理事長

【登壇者】藤原 佳典氏 (地独) 東京都健康長寿医療センター研究所副所長、
日本世代間交流学会副会長、(特非) 日本世代間交流協会副会長

佐藤 恵氏 子育てアラサークルたまふら代表、音楽隊代表

宇野 均恵氏 (認定特非) ハーモニーネット未来理事長



奥山 千鶴子氏

2023年のオンラインフェスタでは、子どもたちもそれを見守る大人もみんなが効率重視の現代にあってもちょっとした無駄やゆとりのあるつながりが大事で、そんなつながりを日本各地で見られるようにしたいねという議論を行った。今年の6月に改正子ども・子育て支援法が成立し、

10月1日からすべての子ども・子育て世帯を対象とする支援の拡充等がスタートしたが、制度だけではなく地域のつながりが重要であることを、本日改めて各地で実践している登壇者から学び、一緒に考えていきたいと進行役の奥山千鶴子さんが投げかけ、各登壇者の発表に移った。

みんなでつくる、自分のまち

9年間特別支援学校の教師として働いていたが産産を機に退職、現在はイベント企画等をフリーで行う大阪府茨木市在住の佐藤恵さんが、子育てアラサークルたまふら(以下、たまふら)の実践を報告した。

コロナ禍の緊急事態宣言が出された時に息子を出産し、その後もまん延防止等重点措置が続いて行き場がなく、このまま子育てどうしたらいいのかと考えた時、行き場がないなら自分でつくってみようと思った。当時開いていたのが、地域の拠点となるコミュニティセンターだった。息子とちょっと距離を置き、息子にのびのびと遊んでほしいとおもちゃを置いて他の人と遊べる空間をつくり、自分自身もリフレッシュしたいという気持ちがあり、音楽イベントもない時だったため音楽好きな方に来てもらってピアノを弾いてもらった。また、来られた保護者の方々と少人数で「子育て大変?楽しい?」などと話ができる機会を積極的につくるようにした。そして、帰宅して食事を作るのは大変だから、お昼を食べて帰れたらいいなどの思いで、おにぎりを作って食べられるようにした。現在たまふらは、「遊び場のチーム」、保護者の声を聞いて市政に届ける「市政提言チーム」



佐藤 恵氏

「親子食堂チーム」と、今は独立している「音楽隊」が動いている。

民間施設はたくさんあるが、やはり地域の公共施設に活気があってほしいという願いがあり、当初からプレずに公共施設を利用している。これまでは公共施設を利用する機会が全くなく、こんなに便利だったんだということがわかったので移動式で市内各地で開催している。移動式にした理由は多くの地域の方と出会いたいということと、場所が固定してしまうとグループができあがってしまい、行きづらくなってしまふるので、フラリと参加しやすく、この方と以前にお会いしたことがあるなというくらいの関わりができればいいと思っている。今は17か所ほどを巡回式で車や自転車で回っている。

地域との関わり方は子育て世代だけにフォーカスしているわけではなく、特に昨年からは高齢者の参加も働きかけている。地域といっても世代は様々なので三者三様のつながり方を大事にし、各世代に合うアプローチ方法をメンバー全員で行っている。例えば20~40代の子育て世代はホームページを見るよりSNSから情報を得る機会が多いので、インスタグラム等を活用して周知する。高齢者にはネットより直接「あそこ何だか良かったよ」と感じてもらい、口コミで広げてもらう。そのために、行政の福祉担当部署に行き、高齢者宅への戸別訪問サービスの時などに合わせて、「こういう場所がありますよ」と声を掛けてもらえないかと相談している。地域の担い手については、各地にリーダーシップを取って活躍されている方がいる。最初は新参者なので、「あんた、どこのどいつや」みたいなことを言わ

◇地域とどのようにつながってきたのか

子育て世代

お年寄り

地域の担い手



チラシ
SNS/口コミ



行政との連携
口コミ



根気強く
対話



れることもあったが、何度も何度も季節に応じて電話をし、「またよろしくお願いします」と対話を続けていく。あるいは、「地域のことを聞かせてください」とリアルに話を聞かせてもらうことで、どんどん信頼関係を深めていくというようなやり方でつながってきた。

その結果、3年目の団体ではあるが、音楽隊によるコンサートを行った時など、やはり団体としては子育て世代の参加が多くはなるが、少しずつ高齢者も参加してくれるようになってきた。社会福祉協議会、各小学校区の子育て支援機関、つどいの広場等ともチラシを置いてもらう、ボランティアをお願いする等、普段から連絡を取り合い連携している。企業にも、コミュニティセンターに駐車場がなかったりするので、駐車場を貸してもらえないかとお願いすると、「ええよ！使って」というふうに応援してもらっている。個人のボランティアも来てくれるし、高校生・大学生と連携し、一緒に授業をさせてもらったこともある。行政は福祉担当部署以外にも、特に広報面などで様々な部署と連携させてもらっている。

活動をしていく上で大変なこととやりがいについて。大変なことは、4歳の息子の子育てをしながらいろいろな事業を進めていくためのスケジュール管理。そして様々な人と事業をしていくと、どうしても活動の目的を忘れてしまうことがあるから、自分は何のためにこれをしているのかについて、常々考えるようにしている。そして資金の確保。どの団体でも出てくる問題だと思うが、ボランティアの仲間が無償でやってくれることを当たり前にはいけないと思っている。だから1000円でも2000円でも渡して「美味しいご飯でも食べて帰ってください」と言えるように、助成金、参加費の徴収、寄付のお願い、委託事業等、資金確保に努めている。

やりがいは、たまふらがやってきた実践が他の団体、地域で採用された時で、その時は「やって良かった」と思う。たまふらでしかできないことはなく、どんどん広がったら「便利だな」と思う方が増えていくと思うので、自分たちはそのきっかけであればいいと思っている。また、「自分たちがこうなったらいいな」と感じていることが実現した時は、声を上げることは無駄じゃないという実感につながるし、やりがいになる。そして、「楽しんでなんぼ」で、仲間や参加者が笑っている、楽しんでいることが何よりのパワーになる。世代を分断せず、どの世代もみんなと一緒にまちをつくっていったらいい。そのためにまずはできる方法を考える。できない方法、できない理由を考えるのは簡単だから、できる方法を常に考える。理想で終わらせず、口で言って終わりにならないために、すぐに動く。目的を忘れずこれからもチームで、そしてみんなで思いを大切に頑張っていきたいとまとめた。

お子さんが生まれて間もなかったコロナ禍に、ピンチをチャンスにして、ないならつくろうというバイタリティがすごいと奥山さんが感想を伝え、世代ごとに一番ヒットするのはどういう周知方法なのかを考える、地域の担い手の方と根気強く対話をして巻き込んでいく等、すごく努力し

ていると思うが、世代を超えた仲間もいるのかとの質問に、佐藤さんが運営チームは30～50代で、子どもがいなくてバリバリ働いている方もいると答えた。

他者の困り事を我が事と考え、まるごと引き受ける



宇野 均恵氏

岡山県笠岡市で活動している宇野均恵さんは、ふれあい、助け合いのある地域共生社会を目指して、地域の中で子どもから高齢者まで安心して自分らしく暮らしていける様子を紹介した。安心して子育てをする、安心して年老いていく等「安心」はキーワードで、生活している中で何

かあった時に、行政やNPOが連携して助けてくれるんだという安心感を自分たちも提供していきたいと日々活動している。活動を始めたのは1987年で「子どもたちに夢を！たくましい豊かな創造性を！」を合言葉に笠岡子ども劇場としてスタート。当時、4人のお子さんのうち下の双子の発達が遅く、毎日リハビリに通っているお母さんとの出会いがあり、何か手助けができないかと考え、子どもの送迎・預かり支援システム（98年から子育てネットたすけ愛事業）を始めた。その後、子どもにとってのより良い環境は、今を生きるすべての人が安心して自分らしく生活できる地域社会に違いないと気づき、16年に調和のある未来を目指すということで、ハーモニーネット未来へ名称変更した。

その目的を達成するために、舞台芸術鑑賞、絵画教室、文章教室等の文化・自然・生活体験活動を行っている。また、子どもたちの心豊かな成長・発達のためには親に安心して子育てしてもらいたいので、親支援から家族支援、家族支援から地域まるごとの子育て支援というように活動が広がっている。つどい・ふれあい・たすけあい事業として、子育てひろば、児童館の指定管理、障がい児（者）の日中一時支援、ふれあいひろば、子育て・子育てちセーフティネット事業、小規模多機能型居宅介護、居住支援等を展開している。「ふれあいひろば」は地域の多様な方が集える居場所で、高齢者や中高年のいきがいや社会参加の創出、若者の自己実現の場づくり、子どもと親の社会性の向上や自立支援、不登校や引きこもりへの支援、虐待防止、認知症予防等の効果を生み出している。

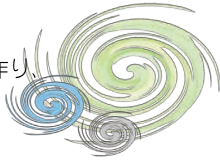
今、地域のつながりが希薄になったと言われているが、コロナ禍で血縁まで希薄になっているのではないかと感じている。子どもから高齢者まで安心して自分らしくいられる居場所をたくさんつくっていききたい。居場所は、人がふれあい、なじみの関係になって信頼関係ができる場所。そこで「こんなことに困ってる」と社会課題が出てきて、聞くことにより解決できることはたくさんあり、解決できなければ行政や専門職と連携することで解決できるようにしている。

09年にはちょっとした困り事を助け合う、ふれあい・たすけあいサービスを開始した。これは制度の対象にならない生活支援を有償ボランティアで行うもので、謝礼はふれあ

人と人がつながり 新しい何かが生まれる

正解がない今の時代、ゴールは見えなくてもまず動き出すことで、いつかそれが周りを巻き込み小さな渦から大きな渦に変わり始めると私たちは信じています。

子どもから高齢者、今を生きるすべての人が安心して自分らしく生きていくことのできる社会をめざし、ふれあい、つながる居場所をいっぱい作り、それをネットワークでつなげることで、大きな渦にしていきたいと思えます。



認定NPO法人ハーモニーネット未来

い切符（時間通貨）としている。協力会員、利用会員に分けずに全員がふれあい会員で、「困った時はおたがいさま」をキーワードに、大きな家族のような気持ちで助け合う。外出の同行、買い物代行、家事支援、話し相手等、助けてもらうことで生活が豊かになり、人の役に立つことで自分も豊かになるという互助システムに育ってきている。

日本のひとり親家庭の約半数が貧困という結果があり、さらに現在の物価高騰の中、困っている人が増えている。そこで、16年からひとり親・生活困窮家庭のための「いのちまるごとプロジェクト」を始めた。「食べる」「学ぶ」「暮らす」という生きる上で大切な3つの柱を中心に、「食べる」は共生型子ども食堂、フードバンクを活用した食料や日用品の配布及び宅配。これで貧困問題が解決することはないが、「応援しているよ」というメッセージと共に信頼できる関係性を結び、真の課題解決を目指している。次に「学ぶ」。やりたい勉強ができる機会の提供として、タブレットやWi-Fiを無料貸与したオンライン学習や相談の実施。「暮らす」は女性や母子のための共同住宅の運営で、親子・若者への相談も365日・24時間行っている。

また、笠岡市の屋根貸し事業と協働して児童館の屋根に太陽光発電を設置し、売電した収益と市民からの寄付により「おひさま基金」を設立・運営し、環境教育や子ども・障がい児（者）、ひとり親家庭をはじめ、様々な支援を行っている。他者の困り事を我が事と考え、まるごと引き受ける支え合いの文化が、自分たちが目指すふれあい・たすけ愛（地域共生）社会につながると考えていると紹介した。

奥山さんが、多彩な活動を紹介いただきNPOの進化形を見せてもらった気がするが、子どもから始めた活動が広がったのには転換点があったのかと質問した。宇野さんは、高齢者や障がい者から入っていたら子どもが落ちていたかもしれないが、子どもの成長発達から始めたので子どもをまんなかに据えることができています。子育ては親だけではなくみんなの力を借りないといけないと思って進めていくうちに、自然と事業がつながっていったと答えた。

「ともあそび」が生まれる「場」のチカラ

藤原佳典さんは、所属する東京都健康長寿医療センターのルーツは、150年前に渋沢栄一が立ち上げた養育院で、そのハートを少しでも受け継ぎたいと研究所のメンバーが

多世代交流、高齢者による次世代支援の研究・実践を行っているとして、自身の取り組みを紹介した。

さわやか福祉財団がシニア世代が遊びを通じて子どもたちを応援する具体的な方策を検討し、3冊のマニュアルにまとめた「ともあそび」プロジェクトにも関わったが、そも



藤原 佳典氏

そもなぜ多世代交流・世代間交流が重要なのか。心理学の理論にジェネラティビティというものがあり、人には成熟して壮年期、熟年期、老年期になるにしたがって次の世代に何かを残したい、あるいは何かを伝えたいという本能がある。例えば、知恵や思い、技、経験、文化、自然環境等で、そういう思いがある高齢者ほど様々な健康調査をしても生活機能の低下リスクが抑えられていることがわかっている。とはいえ、実際に多世代交流の場が自然発生的に生まれるのは難しい。そこで重要になってくるのがすべての人、関わる地域の方々みんなにとっての三方良しの場であり、つなぐ人であり、プログラムや仕掛けであると考えている。その具体的な仕掛け、人ということ、シニアにボランティアで絵本の読み聞かせに関わってもらう「REPRINTSプロジェクト」が今年20年を迎え、NPO法人りぷりんと・ネットワークが10周年という節目の年になる。現在、約20の自治体で一般介護予防事業等としても取り入れられ、500人のボランティアが主に小学校や保育園等の施設約300か所で毎日読み聞かせをしている。



活動をしているとボランティアの目が地域に向いてくる。川崎市のある地域では地元のいろいろな関係機関とネットワークをつくり、地域で多世代交流ができる仕掛けをつくろうと挨拶キャンペーン、イベント開催、交流の場などのモデル事業を3年間実施。関わったボランティアや子どもたちに効果が出るのはわかるが、端で見ている住民への波及効果も重視しているので、モデル事業の後にもう一度その活動の評価をした。すると活動に関わっていない20歳以上の方を含めた調査の結果、社会的信頼、互惠性の規範が有意に向上しており、多世代交流の拠点ができることによって活動自体に拍車がかかると同時に、地域全体へも波及効果を及ぼすという認識に至った。

こうした地域の拠点づくりは高齢者福祉の領域では、通いの場として地域で様々なサロンや居場所づくりが展開されている。全国で体操をする、茶話会をする等の取り組みが行われているが、様々なニーズがあるので厚生労働省でも体操に限らず高齢者が子ども食堂を応援するのも介護予防だとする等、多様な場づくりが推進されている。そのためには子どもの領域、教育関係、まちづくり、民間店舗等多様なステークホルダーとの連携が必要になる。

また、地域共生社会づくりの流れの中で、多くの自治体で重層的支援体制整備事業の取り組みが進められている。それには誰でも何でもありの場づくりが重要ではないかと思っていて、常設の場として空き家や空き店舗の活用に注目している。30年には全国の3割が空き家になるとして大きな社会問題になっているから、これを活用する取り組みが重要で、さわか福社財団でも活用を推進しているが、自分自身にも切実な問題になった。京都市内の実家が空き家になり放置しておくわけにはいかず、地元での活用を働きかけたところ、地域の社会福祉法人の有志やシニアの方、大学の先生らによりNPOが結成された。この一軒家を使って高齢者による就労的活動や楽しみながらできる共同作業を行ったり、芸大系の学生が看板やチラシを作成してカフェを開催している。その奥のスペースでおもちゃの病院を開き、地域のシニアがおもちゃの修理を行う等、元気な方から要支援の方まで老若男女が集まり、ここを利用して様々なコラボが展開されている。地域共生は何でもありのごったに感で、多世代交流が必要だとまとめた。

奥山さんが子どもたちにとっての多世代交流の効果について投げかけると、藤原さんが都会では、おじいさん、おばあさんと生活した経験のある子どもが少ないので継続性が重要で、ある地域では幼稚園で読み聞かせをしているボランティアが、隣接の小学校で6年間ボランティアをして9年間の付き合いになり、高齢者は優しい、温かい、元気といった情操教育に役立っている。また、読み聞かせしてもらった本をもう一度図書館で借りる等、多面的な効果が生まれているし、保護者にとっても長年関わってくれることにより信頼や感謝の念が高まっていると答えた。核家族で高齢者とふれあう機会がない子どもたちにとって、幼稚園や学校で出会うことで、まちで会っても挨拶できる関係性が生まれる。親以外に関わってくれる地域の方々への信頼はとても大切だと思つと奥山さんが感想を述べた。

活動していく中で望むこと

前半はそれぞれから成功体験を紹介してもらったが、活動を地域で広げるにあたって、やりにくいこと、もう少しこんなものがあつたらいいなということがあれば教えてほしいと奥山さんから各登壇者へ質問した。

佐藤さんは移動式で開催しているためおもちゃ等を自家用車に積んでいるので燃費が悪く、荷物を運ぶ労力が大変で、家にテントも置いている状況だが、活動を知ってもらうことにより事業所の一室を貸してもらうこともできている。行政や企業等が我々のような団体に共有の場所を貸し

出してくれるともっと動ける団体が増えるのではないかと答えた。それに対し、奥山さんが公園遊びをしている団体が公園管理者の理解により、おもちゃ等を小屋に入れてもらえるようになったという話があると紹介。宇野さんは物と場所と財源が必要で、志があつても財源がなければ活動できない。助成金を申請するにもエネルギーを要し、採択されても1年、最長で3年くらいと期限が設けられている。本当に社会の困り事を解決するには行政、企業、NPO、各種団体等が得意分野を出し合いながら力を寄せ集め、解決に向けて動かなければいけないと感じていると答えた。

佐藤さんが活動していく中で無償を当たり前にしなと言われてたが、助成金の獲得等で工夫点はあるかと奥山さんが佐藤さんに尋ねたところ、本気で活動している自分たちの思いを正直に全部書く。それが読む方にわかってもらえると思つていると答えた。

藤原さんから居場所の重要性を教えてもらったが、活動場所を探している方への助言はないかと奥山さんが尋ねると、藤原さんが絵本の読み聞かせも、図書館で借りることもある在庫自体がかなりの量になるため、分散して持ったりしている。あるいは地域のカフェや居場所づくりをしているサークル等と連携し、そこに絵本を置かせてもらいお互いがWin-Winの関係でやれることもあるので、倉庫に入れておく必要はなく有効活用できるパートナーを見つけようという流れになっている。また、空き家の活用について、ほとんどの自治体のホームページには空き家の相談コーナーがあるが、福祉的な利用や公共的な利用に補助金を出すような情報の周知が少なかったり、条件が厳しかったりする。だから、民間が寄付やリビングラボ的なことをしても良いと思う。行政はまだ縦割りだが、地域に出れば出るほどその垣根は低いので、企業が様々な領域で応援できる文化が広がっていくと嬉しいと語つた。

最後に参加者へのメッセージを順次お願いした。佐藤さんからは多世代が集える場所をつくることを最優先にしてしまうと集まりにくい面もあるかもしれない。まずは同じ建物、大きな空間に様々な世代がいるというところから始めてみてもいいのかなと思う。70代、80代のボランティアも来てくれているが、ボランティアの方も持続可能な活動を続けていくことが大事だとまとめた。宇野さんは自分を大切に自分らしく生きていくことと、困つた時に助けると言い合える社会をこれからもつくっていきたくいと述べた。藤原さんは全国の好事例を見ていると地元の大学や学術機関等と上手に連携している。住民ネットワークは縦割りではないので、支援する場合もコラボする場合も多様なステークホルダーと連携しながら多世代交流を進めてほしいと述べた。

奥山さんがいろいろな人・団体とコラボすることにより相乗効果が生まれることがわかつたし、国も乳幼児期の子どもの育ちとして「はじめの100か月の育ちビジョン」を提案している。今日紹介されたような活動が全国に広がるのが、その後のその子の人生に非常に重要であるとまとめた。

生活支援コーディネーターと協議体は どう働きかけたらよいか

やらされ感を払拭していきいきと活動する 地域づくりのコツや方策とは

【進行役】 鶴山 芳子 (公財) さわやか福祉財団常務理事 共生社会推進リーダー

【登壇者】 岩名 礼介氏 三菱UFJリサーチ&コンサルティング(株) 社会政策部 主席研究員

戸澤 真澄氏 大館市第1層生活支援コーディネーター

西村 武士氏 長崎県福祉保健部長寿社会課地域包括ケア推進班課長補佐

冒頭、進行役の鶴山芳子が趣旨を述べた。生活支援体制整備事業が始まって今年で10年目となり、全国各地でSCと協議体による住民主体の地域づくりが進められている。その中で人口減少の影響は大きく、地域は変わり、またこの8月5日には地域支援事業の実施要綱・総合事業のガイドラインも改正されるなど制度も変わってきている。前半は、地域づくりに取り組んでいる市の取り組み、市町の取り組みを支援している県の取り組み、さらに総合事業のガイドラインの見直しの重要ポイントについて3人の登壇者からの情報提供、後半は、事前アンケートを基に、これからどんな働きかけをしていけばいいのか、参加者の皆さんと一緒に考えていきたいと説明した。

「チームおおだて」で取り組む地域づくり



戸澤 真澄氏

秋田県大館市で第1層SC7年目の戸澤真澄さんが「チームおおだて」で取り組む地域づくりについて紹介した。

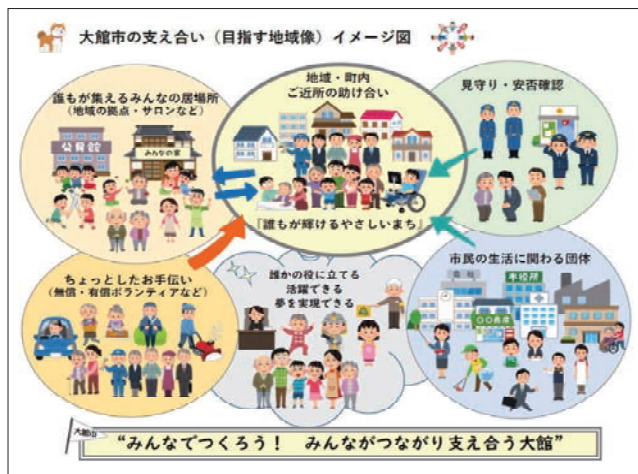
県北部に位置する大館市は人口約6万6000人、高齢化率は40.1%だが、山間部においては50%から70%、町内によっては100%という所もある。

人口は年々減少のスピードが加速し、昨年度から特にデイサービス、ショートステイなどの「介護事業所の閉鎖」が相次いでいる。また、「町内会の解散」が見られ始め、地域における活動の担い手不足が深刻化。2021年度から重層的支援体制整備事業（以下、重層事業）にも取り組み、複雑・複合化した課題を関係者で情報共有し、連携により状況の悪化を防ぐことから取り組んでいる。

協議体（支え合い推進会議）は、17年から生活圏域ごとに7つの第2層が立ち上がり、社会福祉法人が運営する地域包括支援センター7か所の各法人にSCを配置し、協議体の運営を行っている。18年に実施した勉強会のワークショップで「目指す地域像」を話し合い、幅広く様々な団体から構成された約30人で第1層協議体を立ち上げた。18年から「さわやかサポーター養成研修会」をはじめ、町内ごとの助け合い活動を支援しているほか、町内会長たちを集

めた情報交換会・意見交換会、第2層ごとに活動者の交流会や活動実践報告会などに取り組んでいる。

様々な事業連携や多くの理解者を広げるために「目指す地域像」をイメージ図にし、わかりやすく伝えることを心がけている。地域福祉活動計画でも「目指す地域像」や目標を共有し、みんなで同じ方向を目指せるよう効率的・効果的に取り組める仕組みを考えている。重層事業とも連携し、個別ケースの支援にSCも関わることで地域づくりにつなげようと取り組んでおり、住民も含めた重層的支援会議を開催し、引きこもり状態にあった方が地域のお料理サロンに参加し手伝うなど、様々な効果や成果が生まれている。少しずつではあるが、着実につながりが広がり、応援してくれる方も増えてきている。



第1層協議体では、暮らしの単位である町内会の相次ぐ解散を受け、昨年度の目標を「町内や地域ごとの助け合い活動の創出」「若い人を巻き込んだ町内会の体制づくり」「災害時の避難が安全にできる体制づくり」と決めた。さらに目標達成のためには町内会と行政、多機関の連携体制の構築が必要であり、町内会の存続支援にも取り組んでいる。

そのような時に厚生労働省の「地域づくり加速化事業」伴走的支援（以下、加速化事業）の話があった。困り事を抱える方が増えているため、生活支援の助け合い活動をもっと増やし、これまで関わっていない方にもぜひ関わって

もらう必要がある。また、行政、社協、包括、SC、住民、みんなで助け合い活動をしたいと思える仕掛けを考え、いろいろな機関がつながって一緒に活動し、成功体験をしたという思いで、加速化事業に手を挙げた。

1回目の支援は、昨年12月1日に行われ、現状と課題を共有した後、住民主体の助け合い活動の実践者3人が活動の状況等を発表し、みんなで活動の様子や住民の思いを共有し、住民の力を実感する機会となった。その後、グループワークで、これまでの取り組みを活かしさらに広げていくためには何ができるかを話し合った結果、第2層SCからは「みんなで戦略を具体的に立てて取り組む必要があると改めて感じた」「こういう会を定期的で開催したい」、行政からは「住民主体の考え方やイメージが違っていた。住民に任せっぱなしではなく、相談しながら応援できるような仕組みを考えていきたい」など、気づき生まれ、重要な課題等を整理できた。

2回目の支援は、今年2月13日に「大館の課題解決プロジェクト立ち上げに向けたワークショップ」を実施した。事前準備のミーティングでは、「これまで関わりのなかった世代や分野の人たちにも声をかけよう」と、たくさんの組織や人々にみんなで声をかけ、当日は市内の大学生や子育て支援グループ、町内会関係者や商工会、NPOなど、様々な世代と分野の方々が50人以上参加した。目的や課題を共有した上で、第1層協議体の昨年度の3つの目標（P50参照）ごとに分かれて、課題解決に向けたワークショップを行った結果、「他の町内会での好事例を皆で共有し、好事例を取り込んでみたい」「世代に応じて、紙ベース、SNS等のツールを活用する」「町内の支え合いチームの準備が必要」「若い方の企画を町内会で応援する」といい、学生からは「高齢者に悩みを聞いてもらったり、話を聞くことができる場があればいい」など、改めて現状と課題を自分事として捉え、様々なアイデアが多く出され、みんなで共有できた。まとめとして長寿課課長が「大館市を良くしたいという思いを感じた。今後の取り組みにも皆さんの力が必要。『チームおおだて』として引き続きご参加いただきたい」と挨拶し、みんなで活動を進めていこうと盛り上がった。

今年度は6月、8月に第1層協議体で引き続きワークショップの内容を協議し、「ひとりぼっちにさせない大館市」の実現に向けて、昨年度のワークショップの結果を整理しプロジェクト化した。そして、「みんなで何ができるかプロジェクト」として9つのプロジェクトを立ち上げ、チラシも作成した。また、実行に向け新たな委員も加わった。学校、企業、社会福祉法人と取り組むものなどを第2期地域福祉計画・地域福祉活動計画とも合わせるほか、重層事業でも地域の人や企業との連携強化を今年度の目標とし、あちらこちらとつなげながら実践することになっている。

住民主体の地域づくりで実感していることは、限られた人的資源でこれからの支え合いの体制を維持していくには、みんなで楽しく無理なく続けること。みんなで地域・町内の課題を共有し、正しい危機感を共有することが大事で、



それにはデータや状況の共有が必要。また地域に愛着を持っている人は必ずいて、熱い思いや温かい心が伝わることで心が動き、活動につながると思う。これまでさわやか福祉財団や新潟の河田圭子さん（P28参照）の講演を聞いて居場所を立ち上げた方や、近くに困り事を抱えた方がいることに気づいて活動を始めた方も多くいた。彼らには「やらされ感」は全くなく、他の方々に「一緒にやろう」と呼びかけてくれている。

SCの役割は、住民の皆さんの思いや困り事を聞き、それをみんなに伝えることで、心が伝わることで動いてくれる方がいると信じ、伝え続けたい。「明るい未来」の話がさらに住民の心を動かすと感じている。数か月前に町内会の有志の集まりで、将来についてどうあればいいかという話し合いをし、多世代の方が交流して大変盛り上がり、みんなで何かやってみようという話も出た。また、若い人に参加してもらうには若い人の話を聞き、若い人の悩みも解決できる助け合い活動にすることが理想で、そのためにSCがまず若い人とつながることで、他の人につながることができるのではないかと考えている。世代を超えて住民同士が互いに理解し合える仕掛け（行事）が有効という成功例がたくさんあるので、共有していきたい。活動してみたい方には好事例を紹介し、一緒に取り組み、常に応援を続けることが重要。そして、頑張っている方が認められ、ほめられる機会を意識してつくりたい。「表彰式をしたらどうだろう」と第2層協議体の委員からアイデアが出されたので、早く実現したいと考えている。

自分の地域に助け合い活動があると安心して暮らし続けられることを、これからも他のSCと協力して伝え続け、活動する方々を応援していきたい。常に活動の成果を説明できるようにし、他のSCや行政と連携し、温かい心を伝え、理解者を着実に増やしながらか一緒に取り組んでいきたいと締めくくった。

住民主体の助け合い地域づくりの推進に関する 長崎県の取り組み

県による市町支援の取り組みの1つ「地域包括ケアシステムの充実に向けた評価」、生活支援体制整備を行う市町への後方支援の取り組み等について長崎県の西村武士さん



西村 武士氏

が紹介した。

県の面積は約4000km²で、約半分は島が占めている。人口は約126万人で、約半分は中核市である長崎市と佐世保市が占め、島には1割弱。高齢化率は34.3%。県内21市町、日常生活圏域数は121。各地域ともに人口減少が進んでいる。

第9期長崎県老人福祉計画・介護保険事業支援計画「ながさき長寿いきいきプラン」の基本理念は「地域のみなが支えあい、高齢者がいきいきと輝く長崎県づくり」で、3つの基本目標「みんなで支え合う地域づくり」「いきいきした高齢期の実現」「介護保険制度の安定運営」を置き、10の重点項目①生きがいづくり、②介護予防・生活支援、③持続可能な介護サービスの提供、④在宅医療の充実と医療・介護連携の推進、⑤認知症高齢者等に対する支援の充実、⑥高齢者の権利擁護、⑦ケアラーへの支援、⑧高齢者に安全・安心な地域づくり、⑨介護人材の確保・定着、⑩地域包括ケアシステムの深化、を設けている。特徴的なことは、⑦ケアラーへの支援で、22年度に「長崎県ケアラー支援条例」を全国で4番目に制定、全庁的に推進している。

特に力を入れて取り組んでいることは、「介護の現場に介護ロボットなどのテクノロジーを導入して、職員の負担を減らす」「若い人に介護のしごとの魅力を伝えるほか、外国人材を確保する」「誰一人取り残さない『地域共生社会』に向けた対応力強化」「住み慣れた場所で人生の最後を迎えられるような市町の体制づくり」としている。

地域包括ケアシステムの構築に向けて、県による市町支援の取り組みの1つに「地域包括ケアシステムの充実に向けた評価」（地域包括ケアシステム加速化支援事業）がある。1点目に、「客観的な評価・課題等の明確化の取組」。16年度から「長崎県版地域包括ケアシステム評価指標」（8分野78項目）を作成。まず市町による自主評価。その後、県が第三者（有識者）と一緒に全市町に出向きヒアリングを行い、他の自治体の状況や有識者の専門的な意見等も踏まえて、ヒアリング結果に基づく再評価をし、最終的にその年度の評価を確定させる。

評価の確定後、それぞれの分野が大体どれくらい構築できているかをレーダーチャートにして示し、自分の市・町の強み・弱みを把握しながら次の展開に進めている。

2点目に、「各市町の課題解決に向けた取組が見える化」。17年度から地域包括ケアシステムロードマップを作成し、目指すべき姿を数年にわたって明確化し、毎年度の評価に合わせて更新している。

3点目に、「更なる充実に向けた取組」。22年度までの構築状況評価で、概ねすべての圏域が「構築」という評価だったので、今後は構築期から充実期への取り組みとし、新たにその指標を策定し直して、今年度から本格運用をしている。新たな分野設定ということで従前の78項目を57項目に設定し直し、新たな評価指標では「アウトカム重視」を意識し、特に「住民の実感が得られるような評価」「地

新たな「地域包括ケアシステム評価指標」の策定

▶ 評価項目(例)

分野	項目例	※全57項目から各分野1項目を抜粋
A 医療	・住民が利用する医療機関において、入退院支援が適切に実施されている。	
B 介護	・介護人材の確保に向け、行政、介護サービス事業所、教育関係者等で連携した取組を実施している。	
C 保健・予防	・ケアプランを作成する際に、自立支援の観点から目標を明確にし、地域ケア会議を活用したケアマネジメントができています。	
D 住まい・住まい方	・適切な支援を実施するために、支援が必要な高齢者の生活環境や居住環境を把握できている。	
E 生活支援・見守り	・多様な主体が関わる生活支援・見守り・ボランティア等の地域福祉活動が展開されている。	
F 認知症・権利擁護	・認知症施策大綱の基本的な考え方を踏まえ、認知症本人からの発信支援の取組を実施している。	
G 市町と関係者・団体のネットワーク(連携)	・地域ケア会議において複数の個別事例から地域課題を明らかにし、これを解決するための政策を提案している。	
H 地域共生社会の実現と住民参画	・高齢者・障害者・児童等、各制度単位の支援ではなく、複雑化・複合化した課題に対応し、包括的な相談支援体制や他分野との連携による総合的な支援を重層的に実施している。	

Copyright Pref Nagasaki

域包括ケアシステムの充実度が伝わるような取組」が評価指標の中に反映されるようにしている。また、できるだけ行政だけではなく、多職種連携を図っていくために、いろいろな関係者との間で評価することに務めている。

08年3月の65歳以上の要介護認定者数を1とした時の九州各県の各年度の要介護認定者の推移では、その伸び率は九州内で最も低くなっており、この取り組みが一定の寄与をしていると評価している。

次に、生活支援体制整備を行う市町支援（助け合い活動強化事業）では、介護保険保険者努力支援交付金を使って取り組んでいる。まず、情報交換会を年に2回、県主催で県庁にて集合型で実施。各市町の行政担当者、SC、協議体の方も参加し、広く基礎的な研修と、県内の横のつながり、連携を図っている。県内の市町からの事例報告の他に、1回目は特に市町職員もSCも異動などで代わっていることが多いので、最初に事業の意義や目的、SC、協議体の役割など基本をしっかり押さえ、その後、グループワークで情報交換・共有しながら横のつながりを深めている。

また、各市町の課題・要望に応じた後方支援として、市町が開催する勉強会等にアドバイザーを派遣。この6年間で、毎年8～11の市町が年2～3回ぐらい活用している。例えば西海市は3年続けて活用し、圏域ごとに開催するフォーラムへ講師を派遣。その後もフォーラムでやる気のあ

助け合い活動強化事業 アドバイザー派遣

▶ 派遣事例(長崎県西海市)

【概要】フォーラムや住民向け勉強会を通じた助け合いの創出
 【経過】県のアドバイザー派遣を活用し、地域助け合いフォーラムを西海地区(R3)、崎戸地区(R4)、大瀬戸地区(R5)で実施。令和6年度は大瀬戸地区、令和7年度は西彼地区で実施予定。
 フォーラムの後は、それぞれの開催地区で「勉強会」を開催し、助け合いの具体的な取り組みを検討する場を設けている。
 【成果】各地区で住民の助け合いに関する意識が芽生えており、取り組みが始まった。(かたるう会)・・・月に1回公民館に集まって、おしゃべりしたり押し寿司を作ったりと、みんながやりたいことをやりながら楽しむ。(ぼちぼちサロン)・・・お墓にベンチを置き、お参りに来た人同士でお茶を飲んだり、話をしたりしてお互いに楽しみながらお墓にも居場所ができている。

※右図：西海市大瀬戸地区 R5助け合いフォーラムのチラシ裏面



Copyright Pref Nagasaki

る人を手挙げ方式で集めて、助け合いの具体的な取り組みを検討する勉強会を続け、アドバイザーの力を借りて助け合い活動創出を進めている。

その他、県のアドバイザー派遣を活用して開催しているフォーラムなどへの視察研修として、「住民主体の助け合いを進めるための『しかけ』（勉強会やフォーラム等）の実際を知るテーマ別現地視察研修会」などを実施。

さらに、これらの支援も含めた各市町の頑張りにより創出された助け合い活動を共有する「助け合い活動事例集」の作成にも取り組んでいる。

有償ボランティア等の助け合いの団体も年々立ち上げが進んでいて、こうした取り組みは続けていくのが大事だと思っている。引き続き県内市町の支援をしていきたいと締めくくった。

西村さんの発表を受け、岩名礼介さんがロードマップや指標化は自己点検することで気づきのきっかけにすることが基本で、こういう気づきのレベルでツール提供していることはとてもいいと述べ、どういうところに着眼して指標をつくっているのかと尋ねた。

西村さんは、ヒアリングの時に詳細を把握し、周知状況等を確認していくことで、具体的にどういうことでクリアしたかについても判断の目安を設けている。例えば、生活支援を行う事業主体や事業の実態について定期的に把握する機会を設けているか。把握した情報について定期的に情報をアップデートしているか。アップデートした情報をホームページやリーフレット等で見える化し、行政だけでなく生活支援に係る多くの関係者と共有する機会を設けているか。これらの取り組みを通じて関係者が生活支援に係る情報を住民に周知するなどの活動につなげているか。これらをここまで達成したら「○」という形で評価をしていると答えた。

さらに岩名さんは、評価によって行動を縛るのではなく、気づいて次の展開を自分たちで考えることにつながるのが重要だと述べた。

総合事業見直しと包括的な支援体制の構築で変わる これからの地域づくり環境

全国各地の自治体に支援に入る岩名礼介さんは、8月5日の地域支援事業の実施要綱・総合事業のガイドラインの見直しと、地域づくりに大きな影響を与える20年の社会福祉法改正の2点について説明した。

今回の実施要綱では、総合事業の充実に向けて「高齢者自身が適切に選択できる」ことが改めて強調された。地域には多様な方がいるので、その多様性に対応していくためには選択肢を増やす必要がある。その背景には深刻なヘルパーの人手不足があり、支援に入っている地域でヘルパー事業所がゼロになったという町が実際にある。そうなってくると、生活が成り立たないので、要介護1でも町外、市外に出ていく



岩名 礼介氏

ことが現実味を帯びて起こってきている。地域づくりは自発的なものだから、住民活動の自発性を尊重しつつも、一方でなくなっていくフォーマルサービスに対する代替性も意識せざるを得ないという現実がある。

次に、各種の規制がものすごく緩和され、自由度が飛躍的に向上した。例えば、事業対象者・要支援者が利用者の半数以上を占めていないと満額補助できないというルールもなくなった。按分はより自由に、そして固定費に関してお金を払っていいと例示されている。この考え方はA型にも適用され、企業・団体等が行うサービスにも補助、委託がしやすくなった。地方都市では高齢化がどんどん進んで、住民だけの力ではちょっと難しくなっている地域も出てきている。そこで企業やお店に手伝ってもらいながら住民の活動も進めていくというオプションが出てきたことはいいことだと思っている。ただ、かなり自由度が高まったので、自治体のマネジメント能力の高さを問われることになり、自治体は大変重い責務を担うことになる。

今回良かったと思うのは、ケアプラン主義からアセスメントの強調にシフトしていること。今まではケアプランを作らないとお金が入ってこないの、どうしても従前相当やフォーマルなサービスのほうに傾きがちだったが、今回は、例えばアセスメントしている体制に対してお金を払うとか、自由な加算の設定などを自治体がかかなり柔軟にできるようになった。

もう1つ良かったことは弾力化。要支援から使っている場合は要介護になっても使い続けられることは、今までは住民主体のサービスには適用されていたが、A型にも適用可になった。つまり、軽度の時から多様なサービスを使っているほうが、要介護状態になった時により選択肢が多くなる。従前相当や指定相当のサービスはこれから減っていくかざるを得ない状況なので、多様な選択肢を地域に増やしていくことがやはり必要である。

具体的な見直しのポイントをさらにいくつか挙げると、今までA型は基準緩和型、B型は住民主体型と言われてきたが、今回、A型とB型の違いは金銭的支援の仕方のモデルの違いで、A型は指定、委託、そしてB型は補助・助成と分かれた。また、訪問介護サービスの提供内容の縛りで、今までA型については介護保険の給付サービスをベースとする考え方から「老計10号」に準拠と言われたが、この縛りも外された。つまり、企業・団体等が実施する柔軟性の高い活動に対して委託によって財政的な支援が可能になり、大変大きな変化だと思う。

さらに、SC・協議体が行う「住民参画・官民連携推進事業」の創設で、市町村単位で400万円の予算が付いたこと。ワークショップの実施や多様なサービス・活動の実現に向けたプロジェクト化、モデル事業の実施など、新しいことを何かする時の経費をカバーできるので、とても大きな進展ではないかと思う。

そして「多様なサービスの利用がしやすいケアマネジメント体制へ」。ケアマネジメントに、孤独・孤立の状況にある者に対する地域の多様な活動への参加支援のためのア

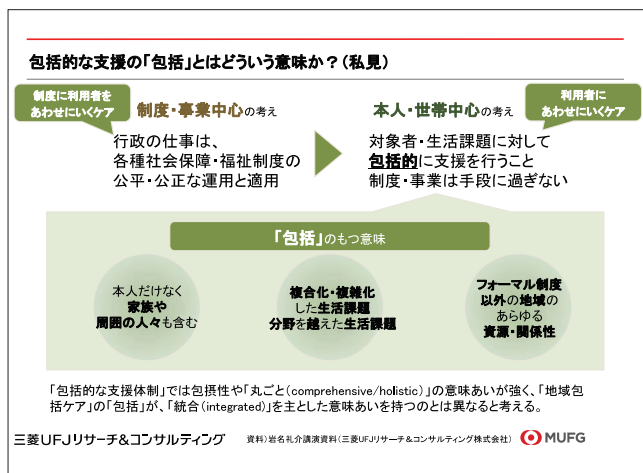
ウトリーチ等とあり、これはキーワードだと思う。重層事業と平仄を合わせたような形で、包括的支援体制のほうに寄せていくという動きだと見ている。「インテークとフォローアップの充実」でインフォーマルなもの利用も含めて、いろいろな相談機能、アレンジ、マネジメントをするならば、1件1件のケアプランに対してお金を払うのではなく、体制確保に対して包括的に払えるようになった。

次に、社会福祉法改正によって、包括的な支援体制の構築が自治体の努力義務になった。つまり、包括的な支援体制の構築が目的である重層事業（任意事業）が動き出す自治体もあり、分野を越えた地域の人つながりがより重視される方向になった。

包括的な支援体制についてはいろいろな事業があるが、基本的にはソーシャルワークの復興と思っている。制度・事業中心で考えるのではなく、本人・世帯中心で考える。今までの福祉行政の仕事は、この制度は当てはまるかどうかの判断をし、必要な方にはそのサービス・制度を適用していくことだった。しかし、それでは生活が成り立たない方がたくさんいる。そこで、制度以外の部分も含めて、本人・世帯をどうサポートするか、必要なものは何かという観点から、利用者に制度、あるいは環境を合わせていく。そういう余裕がなくなっていることは百も承知だが、だからこそ重層事業をやれば、ある程度の人件費も確保できるよになっている。

また、本人だけではなくヤングケアラー問題も含め、複雑・複合化した課題の背景には必ず家族等の別の問題がある。

さらに、分野を越える。まず「複雑・複合化した生活課題 分野を越えた生活課題」を包括的に見て、そして、対応していく資源もまたフォーマル制度以外のあらゆる資源・関係性を包括的にする。つまり、包摂性や「丸ごと」の意味合いが強くなったと思う。



制度と制度の間隙はどんな仕組みをつくってもできてしまう。今まではその隙間を家族や地域、あるいは企業の福祉で埋めていた。また、地域の中には、「血縁ではないけれど、やけに優しくしてくれる人」「本を買わなくても話し相手をしてくれる本屋さん」など、かつては曖昧な領域・場所・人がたくさんあったが、今は目的と手段が完全一

致していて、こういう余白がなくなっている。この下の絵は、瓶はニーズで、このニーズを何とか埋めようと、制度という積み木を詰め込んでいく様を表している。最初は大きな積み木が入るが、限界があって瓶の中に硬い積み木が入らなくなる。どうしても隙間が残り、隙間の部分は砂とか水のように柔らかいものでないと入らない。それはサービスではなく、もう少し柔軟な何かがよくわからない場所・人で、それで埋まる隙間がきつとあるだろう。これは、この瓶を隙間なく埋めるという話ではなく、「絶対隙間は残る」という感覚が非常に重要だろうと思っている。地域で、行政も含めて、この隙間をイメージしながら、これと向き合うスタンスを持つことで適切な取り組みにつながっていくのではないかとと思うと締めくくった。

地域づくりはなぜ大切なのか？

積み木だけでは瓶の隙間はうまらない

介護保険、生活保護、医療保険などの制度は、その利用の範囲と条件が定められています。行政は制度の規定に従うほかありません。柔軟性がないという点では「積み木」のようなもの。これでは、個々の住民の生活のニーズ（瓶）の隙間は埋まりません。生活課題はこうした「隙間」が絡み合って生じることがあります。社会保障制度だけで、住民の生活継続は支えられません。包括的な支援体制の取組は、この隙間と向き合うことでもあります。

三菱UFJリサーチ&コンサルティング 資料) 若名礼介講演資料(三菱UFJリサーチ&コンサルティング株式会社) MUFJ

5つのテーマについて議論を進める

全体テーマである「やらされ感を払拭していきいきと活動する地域づくりのコツや方策」について、全国のSCや行政担当者等から悩みや具体的な方法などが事前アンケートにたくさん寄せられた。後半はそのアンケートに基づきテーマを5つに分け、9人の参加者に鶴山が声をかけながら3人の登壇者も加わって議論を進めた。



9人の参加者の方々

テーマ1 やらされ感を払拭するには？

住民主体の取り組みを進める上で、どこでも大きな課題になっていて、悩んでいるSCが本当に多いとアンケートでも感じたとまず鶴山が述べ、戸澤さんと参加者の山梨県南アルプス市第1層SCの斉藤さん（P18参照）に「地域に入って住民と向き合う大切さ、一緒に考えることが必要

だと思うが、どんな方法があるか。住民の思いを引き出す方法があれば教えてほしい」という質問について聞いた。

戸澤さんは、日頃の活動から住民の皆さんと接する機会はいろいろあり、会話から思いのある人や困り事を持っている人が見えてきた。何ができるかを協議体で話し合う中で、SCも頑張っていると応援してくれる人や、自ら協力してくれる人が現れた。そういう環境が自然にできてきたように思う。思いのある人からつなげていって、それを住民同士でまた伝えていくことが1つの重要な流れだと感じていると述べた。

斉藤さんは、この地域で自分らしく暮らしていきたいという気持ちにまずみんなが気がつき、そのために自分は何ができるかをみんなで話し合った。話していく中で「やってみよう」と思ったことを「失敗してもいいから」と実際にやってみた。やっていく中で、例えば居場所の場合、「必要な人がいた」「今まで行ける所がなかった人が来てくれるようになった」ことに気づき、やりがいを感じたり、自分たちも楽しいと実感した。つまり、自分たちの地域を自分たちのために、そして自分のためにという気持ちで、皆さんと一緒にやってきたと述べた。

気づきから始まり、一緒に話し合っ、実際にやってみて、取り組みを共有しながら、だんだん意識が醸成されていくことが大事だと改めて思ったと鶴山がまとめた。

テーマ2 協議体について

「協議体をどうつくっていけばいいか」「どんなテーマで話し合いをしたらいいか」「進め方はどうすればいいか」「継続の方法は?」「会議をすることが目的になってしまっている」などの課題が多く、意義あるものにするためのヒントが欲しいという声がたくさんあったと鶴山が述べ、参加者の南アルプス市の第3層協議体メンバーの中川さん(79歳)、山梨県市川三郷町の第1層・第2層SCの佐野さん、長崎県佐世保市鹿町の第2層SCの田中さんに取り組みを聞いた。

中川さんは、8年前に市のほうから第3層協議体を設立してほしいという話があり頭を抱えた。その時、自治会長をしていたので、最初は自治会役員で協議体を立ち上げようと思ったが、役員はそれぞれいろいろな仕事を抱えているので押しつけになると思って止めた。地域の支え合いに関することなので、地域をよく知っている方、また住民に対する情報を持っている方、そして地域に愛着を持っている方たちに集まってもらったらいいのではないかと考え、元自治会長、元副会長、元民生委員らに話をすると理解してくれ、協議体を立ち上げ現在に至っている。やらされ感をなくして、協議体を立ち上げるための私なりの1つの考え方だったと紹介した。

佐野さんは、昨年度、町民を対象に「支え合いのフォーラム」を開催、予想を上回る80人以上が参加。その方たちに「これからの時代は地域の皆さん同士が助け合って支え合って生活していくことが大事。一緒に考えませんか」と呼びかけたところ、20人ほどの方が興味・関心があると手

を挙げてくれた。その方たちを中心に、今年度3地区に分かれて、3回「支え合いを考える会」(第2層協議体)を実施。「支え合いをみんなで考えるというテーマに興味がある」という人たちが集まり、外国籍の方や高校生など初めての皆さんたちと出会うことができ、とても新鮮だった。まずはそれぞれの地域で1回目「助け合いって何だろうか」、2回目「地域を知ろう」というテーマで、地域の特徴や、あったらいいなという活動を考えた。3回目は3地区が集まり合同で開催、「支え合いを広める」というテーマで、あったらいいなという活動を具体化するために活動シートにそれぞれの思いを書き込んだ。「みんなで集まることが何よりも楽しい」「テーマを決めて、みんなで話し合うこと自体が地域づくりにつながるから、熱が冷めないうちに継続的にやっていこう」という声も聞かれ、それぞれの地区で第2層協議体の母体ができ、これからの展開が楽しみだと述べた。

田中さんは、6年前から協議体で地域課題の情報共有をし、課題解決に必要なアンケートを住民に行い、合意形成を図りながら地域に必要なサービスの創出を進めている。アンケートの意見を反映して、21年12月には住民主体の有償ボランティア団体が立ち上がり、23年には初めて子どもから高齢者までの居場所づくりを開催し、地域共生社会の実現に向けた活動を協議体と共に実施している。1つのことを実行するにあたり、いろいろな方の意見を聞いて、住民が求めているものを実施できるので、協議体はかなり重要性が高く、なくてはならない存在になっていると述べた。

テーマ3 担い手を増やすには?

「担い手が高齢化して若い世代の参加が見られない」「共働きが増え、また70歳ぐらいまで働くようになったので、担い手が減少している」などの悩みが寄せられ、担い手を増やすための取り組みを紹介してほしいという声が多かったと鶴山が述べ、参加者の三重県紀北町の第1層SCの山口さん、香川県多度津町の第1層SCの尾崎さんに取り組みを聞いた。

山口さんは、23年度に「支え合い講座」の講師をさわやか福祉財団に依頼して実施した。講座の後、その気持ちを切らしてはいけないと交流会を2回実施。参加者の方々から「支え合いについての話し合いをもっと続けていきたい」という声が挙がり、今年度、気軽に支え合いについて話をする場として「未来塾」(参加者で名前を考えた)を3回実施、友達を誘って来てもらうようにして仲間が増えてきている。今年度の「支え合い講座」は、活動につなげていけるように実践者からの話を聞き、身近にできることを考えてもらい、やってみたい気持ちを応援する講座にしたいと思っていると述べた。

尾崎さんは、移動支援が3年前から始まり、当初はチラシ等で担い手募集をしたが、一番集まったのは第1層協議体の方(住民)の直接の声かけだった。集まった方々が他の方にも声かけをしてくれ、人と人とのつながりの中で担い手が集まっていると紹介した。

テーマ4 都道府県の支援について

参加者の神奈川県高齢福祉課の加藤さんは市町村SCへの支援や介護予防事業などへの市町村支援を担当していると鶴山が紹介した。

加藤さんは、神奈川県でもSCへの支援は重要であり、地域での支え合いが必要であるということで県社協に委託して研修を実施したり、さわやか福祉財団と連携してアドバイザー派遣などを行っている。長崎県の取り組みについて非常に丁寧に取り組まれていると感心して聞いていた。評価指標を自主評価していくことによって、だんだん活発になってきたのかと西村さんに尋ねた。

西村さんは、活発になってきたと思う。何年かローリングしていくうちに、少しずつ意味や目指すべきところがわかってきて、次の展開に気づく。この気づきがすごく大事で、次の展開に持っていくモチベーションにもつながるので、一定の効果はあると見ている。8年続けられてきたのはそういう意味合いがすごくあると思うと答えた。

岩名さんは、長崎県は指標に伴って軸を持ったヒアリングをしているので、それは戸澤さんの「目指す地域像」と同じで、目指すゴールイメージみたいなものをふんわりと示すのが、本来は指標の役割だと思う。たくさん会話を繰り返すことによって目指す方向が温まっていくツールとして、指標が活用されているのかと西村さんに聞いた。

西村さんは、その通りで、さらに市町へのヒアリングでの有識者のアドバイスによって広い視点を入れられるのが大きいと答えた。

テーマ5 地域共生社会に向けて

参加者の大阪府四條畷市の第1層SCの橋本さんは、地域共生社会の実現について、支え合いの中で大事なことは、我が事・自分事としていろいろなことを捉えることで、それで地域の方も参加すると思う。みんな地域福祉を考える時、一人ひとり感性が違うので、1938年生まれの母親が困った時にいつも言う「ケ・セラ・セラ、何とかなる」の気持ちを大事にして活動していけたらいいと思う。自分が楽しんでいたら、たぶん周りの人も楽しいと思ってくれるだろうし、周りの人が楽しいと思うことを自分も楽しむことで、何か1つできあがるかなと思って活動していると述べた。

次に、地域は高齢者だけで暮らしているわけではないのに、行政も予算も縦割りなので、ごちゃ混ぜにつながるこの難しさはどうかと鶴山が戸澤さん、西村さん、岩名さんに聞いた。

戸澤さんは、高齢者の問題を高齢者だけでは解決できないことがわかり、全世代にアプローチすることが必要であり、結果的にごちゃ混ぜになることが大切だと感じながら、それを意識してアプローチしていると答えた。

西村さんは、縦割りという弊害はありながらも、例えば重点項目の1つ「ケアラーへの支援」について言えば、いろいろな分野にわたる複合的な課題を持っている家庭への

支援は1つの施策だけでは当然やれない。「包括」という言葉を使ったポジションができたことで、長寿社会課地域包括ケア推進班が担当し、産業労働分野の雇用労働政策と連携した施策を打ち出すためにワーキングチームをつくって一緒に取り組んでいると述べた。

岩名さんは、人間の社会は混ざる時もあれば、混ざっていない時もあるのが自然状態であり、「ごちゃ混ぜになっていないといけない」という何か強迫観念みたいなものがないかと点検したほうがいい。つまり、高齢者だけで集まっている所はそれでいいし、そこに高齢者以外の人が入ってきた時に排除する必要はない。まさに「あるがまま」ということが「ごちゃ混ぜ」の本質なのだと思う。だから「ごちゃ混ぜである」というほうが正しく、「ごちゃ混ぜにする」という感覚は必要ないと思うと述べた。

最後に、参加者の宮崎県都農町のNPO法人代表の青木さんに感想を聞いた。青木さんは、皆さんの活動をいろいろ聞いて、やはり住民からの意見で活動を広げていくことがとても自然だし、そうであるから広がるんだとすごく思ったと述べた。

登壇者に参加者へのメッセージを聞いた。

岩名さんは、以前支援に入った自治体に10年ぶりに入ったが、人口が6割くらいに減っていた。過疎地での減少は本当にすさまじく、いろいろなことができなくなっている。住民もとても不安になるだろう。しかし、そういう時に、つながるとか話し合う場などが生まれてくる。そういう機会を捉えて、地域での話し合いを増やすことが今後大事だと述べた。

西村さんは、単身の高齢者がすごく増えており、住み慣れた自宅で過ごしたいという希望があり、訪問看護の方が看取りまで行うという動きも出てきている。生活支援もしっかりと成り立たせる必要があるので、住民主体の支え合いが非常に大事になってくる。今後も引き続き市町の現場のニーズを聞きながら、県として後方支援していけることを考えていきたいと述べた。

戸澤さんは、「助けてほしい」という声をもっと上げられるような地域にすることが一番大きな課題になっている。助け合いが当たり前にならないと、頼みにくだらうと感じている。他の市町村や他県の取り組みを今後も参考にしたいと述べた。

最後に鶴山は、岩名さんが示した隙間（P54参照）はとても大切だと思った。住民は百人百様であり誰もが困ることがありできることもある。皆の持っている力を活かしていけるのが、あの隙間でもあるのではないかと述べた。

人口が減っていき、家族機能が低下し、ご近所の関係の希薄化が進む中、助け合いをもっと広げていくことが必要であり、さらに世代を超えて人と人とのつながり、地域での人と人との関係性を広げていくことがSCにとっても大事な役割ではないかと改めて実感したと締めくくった。



鶴山 芳子

居場所と有償ボランティアをどう広げたらよいか 誰もが助けてと言える場づくりと 助け合い活動の進め方とは

【進行役】鶴山 芳子 (公財) さわやか福祉財団常務理事 共生社会推進リーダー

【登壇者】河崎 民子氏 (特非) 全国移動サービスネットワーク副理事長

稲葉 ゆり子氏 たすけあい遠州代表

渡邊 典子氏 (特非) ほっとあい副理事長

冒頭、進行役の鶴山芳子が居場所と有償ボランティアによる生活支援、移動支援という大変ニーズの高い住民主体の3つの活動について、どうしたらいろいろな課題を解決して助け合い活動を広げていくことができるか、改めて助け合いの基本を共有しながら、様々なノウハウや制度の最新情報を学んでいきたいと趣旨を述べた。前半は、3人の登壇者に事例を通して住民の思いや住民だからできる助け合い、そして移動支援の制度についての最新情報を紹介してもらい、後半は、事前アンケートを基にした設問を参加者の皆さんに投票してもらいながら、課題解決のヒントを皆さんと考えていきたいと説明した。

つながって はじまる 一つ一つの助け合い



稲葉 ゆり子氏

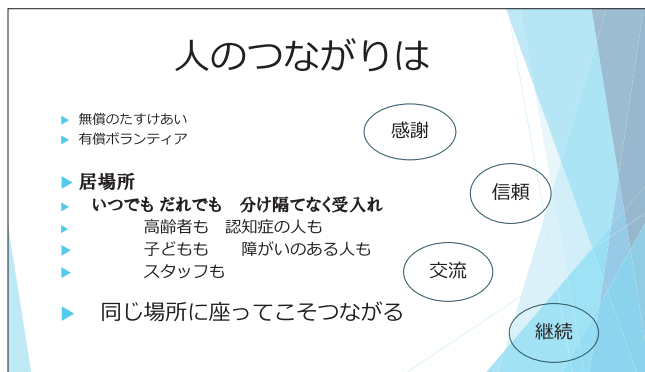
無償ボランティアから始まり、有償ボランティア、時間通貨を活用した無償の助け合いと柔軟に活動を進化させながら、継続して共生型常設型居場所づくりを実践し、静岡県袋井市の協議体のメンバーとしても活躍している、助け合い活動歴30年の稲葉ゆり子さんが、自身の体験を基

に助け合いの基本や思いを、「人がつながると助け合いが広がる」ことを実感として語った。

きっかけは、「その人がいたから」「その子を見たから」「その声を聞いたから」「助ける」が始まり、たまたま借りることになった「その家」に出合ったから、「いつ来てもいい、いつ帰ってもいい」を合い言葉に毎日開ける居場所を始め、そこで「困った」が見えたり聞こえたりしたことだった。そして、様々な変化を楽しみながら信頼関係もでき、さらに、いつも「助ける」側にいる人が「助けて」となり、仲間を支えてもらった感動と合わせて「助けられる」側の気持ちを話し、支える仕組みが「助けられる人」の気持ちに沿う活動に近づいた。また、無償の助け合いは身近なちょっとしたことを自然に自由にできることが多く、甘えても大丈夫みたいなこと。有償ボランティアは頼みやすく、必要なことを必要なだけしてもらえることで感謝と信頼につながる。

一番「つながる」を実感できるのが居場所で、いつでも誰でも同じように受け入れて20年。途中、場所も変わったが、家が広くても狭くても、田んぼの中でも駅前でも世代を超えた人たちが自由に出入りした。毎日来る人、週に2～3回、時々来る人、ちょっと寄ってお茶だけ飲む人、昼ご飯を食べに来る人。昼ご飯は家賃に合わせて300円の時と500円の時があったが、いつも盛況。賑やかに話す人もいれば、寝ている赤ちゃんを見守ってくれる認知症の女性、子どもたちに話しかけるおじいちゃんやおばあちゃん、縫い物をしてくれる人とそれを見ている若い女性。引きこもっていた30代の女性はこの居場所がきっかけで就労につながった。2時間も3時間も黙って座っていた若い男性は何回目かによりやく天文学を学んでいたと話し、いい顔でみんなとの付き合いが始まった。大声で入ってきた70代と思しき男性はお酒を飲んでいるようで、「お茶をくれ」とボトルを出すので、少し温めのお茶を入れて渡すと、その後も時々寄るようになり、ある時、出ていく彼を何気なしに見ていたら、両手を合わせてこの居場所を拜むようにしていた。「お汁粉ある？」って寄ってくれるのはブラジルから来ている女性。中国からの留学生は大学とバイトの合間に来て、気持ちのいいお手伝いをしてくれた。ベトナムから来たお嫁さんは昼ご飯の調理を手伝い、ベトナム料理も作ってくれ、おばあちゃんたちに日本語を教わった。20数年前、最初に出会った認知症の方はもうお亡くなりになっているが、曾孫にあたる方まで4代の付き合い。10年間、お茶を出してくれた95歳の女性は、会うと「楽しかった。居場所があったから人と話げできた」と今も喜んでくれている。

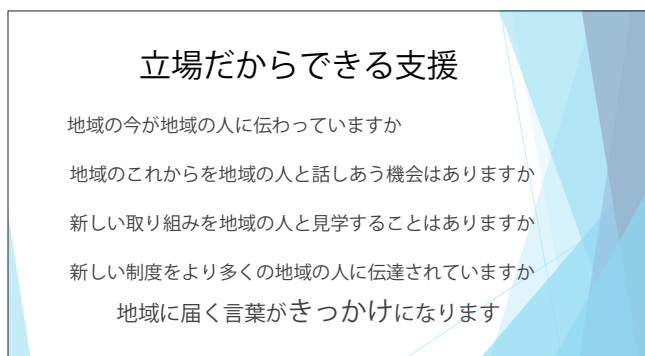
テレビのニュースで知った子どもの貧困に驚いて、高校生までと80歳以上は無料の「土曜日はカレーの日」を始めた。ジャガイモを箱で送ってくれる仲間や大袋のタマネギをくれた近所の人など、みんなが協力してくれた。あまり広報はしなかったが、市内の子どもたちや高齢者、市外からも家族で足を運んでくれるなど、多くの人と出会える機会になった。そして、7年経ったところでコロナになり、今は形を変えた出会いの機会をつくっている。居場所は人をつなぎ、助け合いを創出し、人の成長をも見せてくれる。これが居場所の効能・効用であり、それが継続して「地域



の居場所」になる。

SCの皆さんへ。課題は人口減少や高齢化だが、地域の人に無関心な人が多く、「どういうこと？」となる。課題が伝わってはじめて「これからどうする？」になる。SCさんたちには、誰が参加してもいい機会を小刻みに何回もつくり、「これからどうしたい？」を投げかけてほしい。また、活動の現場を見学し、そこでいいものを見つけたら必ず行動に移す人がいると思うので、対象者を決めないで、伝えること、話し合うこと、実際に見学することを進めてほしい。そして、新しい制度や市町村の取り組みなども地域全体に流してほしい。全体の意識が高まるのがやりやすい状況をつくる。皆さんの熱意が言葉になって届いたら、地域の人たちの取り組みにつながると思う。

すでに近所の人に買い物やゴミ出しを手伝ってもらっていたり、いつも集まって話しているなど、始まっていることを見たり聞いたりした時に「いいね」を伝えることが最初の一步。小さな助け合いを生み出している人たちを大切にしてほしい。そして、「これが足りない」「ここが心配」「何かしたほうがいい」を複数の人が共有できたら組織化を考える。ちょっとだけ覚悟ができそうな人を中心にあってもらって、誰もが必ず何かできるから、ちょっとずつ分担すれば大丈夫。地域のこれからを思う人たちが立ち上げた活動は継続する。社会の状況は常に変化しているので、理念を全く同じにすることは考えにくいから、後継者については考えなくていいと思う。



最後に、「心の躍る時は、助け合いのイメージが生まれた時、『ありがとう』が届いた時、助けたり助けられたりが『楽しい』になった時。つながる人たちがいて、助け合える仲間がいる。『ありがとう』を交わす日々がある。そこにいきがいが生まれると思う」と助け合いの気持ちを述べ、「どのまちでも小さな助け合いの芽が育ってくること

を期待して、一緒に進めましょう」とエールを送った。

「ずっと活動してきて今でも楽しいですか」と鶴山が尋ねると、稲葉さんは、楽しいから30年続いた。やはり人と人との出会いが楽しいし、心からの「ありがとう」をもらうと本当に嬉しい。自分がちょっと弱って、「ありがとう」を言う立場になって初めて「ありがとう」の重みに気づいた。「ありがとう」を交わすことは本当に楽しいと述べた。

誰でも受け入れる居場所のコツを鶴山が聞くと、稲葉さんは、認知症や障がいの方が見えても特別扱いはしない。やれることをやってもらおうし、普通の会話をやる。そこが基本で、とにかく「普通でいいのよ」という中でみんなが付き合うことだと答えた。

助け合い活動の進め方 誰もが助けてと言える場づくり

介護保険が始まる前から有償ボランティア、生活支援の活動をし、その中で移動支援も含めて様々なニーズに応じて活動を広げ、また、生活支援体制整備事業を推進する宮城県のメンバーとしても活躍している助け合い活動歴約30年の渡邊典子さんは、具体的な立ち上げ・活動などを紹介すると共に、助け合いの基本や思いを語った。



渡邊 典子氏

「住民参加型在宅福祉サービスほっとあい」は、「困った時はお互い様」の助け合いの気持ちで始め、目的は「高齢の方も障がいのある方も子どもたちも誰もが、人間としての尊厳と生きる意欲を持ち続けて、自分らしく安心して暮らしていくことのできるような地域づくりと、いきがいのある長寿社会を私たち住民が参加し協力してつくっていく」ことである。地域の現状と課題を自分事として考えて共有し、できることから困ったに対応するように活動し、今もその目的は変わらない。

立ち上げの経緯は、1997年9月に大河原町社会福祉協議会主催で「在宅福祉を考える学習会」があり、参加者は40代から最高齢78歳、60代が中心で46人。10月で研修会が終わったが、11月にまずお茶飲み会を始め「地域に必要なことで、自分たちに何かできることはないか」と話す中でお互いに親しくなり、実現のために一緒に考えてくれる人に声をかけたりした。12月に事前調査と事前学習として、先進グループの見学やさわやか福祉財団との出会いがあった。町の福祉課、社協への説明・協力依頼などをし、98年2月に目的・理念・活動の内容を決め、「助け合う」「温かい」「愛」を託してグループ名を「ほっとあい」に決めた。対象者は助けを必要とする地域の方で、生活支援と軽介助にし、助けてほしいこととできることをマッチング。自発性、先駆性、柔軟性を持って進めていこうと決めた。

民生委員や社協、近所の在宅介護者から「支援してほしい」という声がどんどん来たため、試行的な活動（無償）を開始した。視覚障がい者の家族支援、身体に障がいのある高齢夫婦の生活支援、父子家庭の登園支援、一人暮らしの93歳の支援、入学式の親代わり、歩行困難者の散歩支援

などで、公的支援では不足、あるいは対象外で、日常的な隣近所の支え合いでは継続的な支援ができにくい、若干専門性が必要な内容だった。約半年間の試行期間中に、この活動が継続の必要がある地域福祉貢献活動であると参加者が実感し、また、「無償ではお願いしにくい」「お金を取ってもらいたい」という声が挙がり、有償ボランティアで行うことに決定し、98年10月に設立した。運営資金は助成金、発起人からの立ち上げ基金、有志の寄付、不用品の持ち寄りだった。そして、広報は支援者の獲得、地域住民への呼びかけ、パンフレットの作成、新聞や町・社協の広報紙にも掲載してもらった。

有償ボランティアにした理由は、助ける側と助けられる側の対等性。助けを受ける側は、感謝の気持ちを表したい、無償では気が引けるといふ強い気持ちがある。一方、支援する側は、活動を継続していく上で交通費やお弁当代程度の謝礼があれば助かるし、やる気と責任を持つことにつながる。そして活動意欲があれば誰でも広く参加の機会が得られる。また、認知症予防・介護予防にもなり、我が事として感じる感性が育まれる。最も大切なことは、心の交流があって、信頼関係の上に成り立ち、お互いのいきがいつながること。

「ファミリーサポートほっとあい」（有償ボランティア）は会員登録制で、利用会員、協力会員にそれぞれアセスメントをし、事務局のコーディネーターが仲介する。調整役、コーディネーターの役割がとても大きく、傾聴することと、支援のつながり状況を見ることが大切で、有償ボランティアが入ることで、これまでの必要なつながりが途絶えないようにしている。問題の解決が複雑な時や重複する問題がある時は複数で調整の支援をしたり、関連機関に相談したり、ケアマネジャーや地域包括支援センター、社協との連携などもして進めている。

利用会員の方には、「困った時はお互い様」の助け合い活動であり、家政婦の活動ではないこと、支援の内容や困り事は遠慮なく話してほしいと言っている。協力会員の方には、設立の目的・理念・活動について説明し、賛同してもらった上で、自分ができることをできる時間だと伝えている。また、定例会に参加してもらい、研修や情報共有をしている。活動内容は支援を必要とする人の要望によって

広がった。

移動支援も生活支援と結び付き、信頼関係があって初めて成り立つ。つまり、「感謝」「信頼」「交流」がなくてはならない活動である。例えば、認知症の方への服薬やゴミ処理などの支援をする時、大切なのは地域の人たちの役割、家族の役割、本人の役割で、これまでの関係を切らないで、地域の人にはできないことを支援している。そういった中で地域、家族、本人との信頼関係ができ、認知症は緩やかに進んでいるが、今も支援が続いている。

有償ボランティアは、生活支援を助け合いで行うのに適した仕組みの1つです。

安心して生活を続けていくには、何が必要か？
身近な地域の生活の中で自然にしていることや、さまざまな取り組みが、支え合いにつながっていることをまず、認め合い大切にしましょう。

必要だけれど、足りないことは何か。どうするか。
我がこととして一緒に考えることができるように、支援しましょう。

住民が自ら取り組む気持ちを大切にしましょう。
仲間づくり・担い手づくりを支援しましょう

自分たちの活動に合う仕組みを柔軟に取り入れて助け合い活動を広げていきましょう。
有償ボランティアを行っている団体は多種多様です。

01年3月から、「支え合い助け合いの心」で、集いの場「ほっとあいの家」を開始、その思いは稲葉さんが話したことと同じ。大切にしていることは役割で、役割があると、そこに自分の居場所を見つけることができ、尊厳につながると実感している。何もできないと言う方には「あなたの存在感、それも大切な役割」と伝えている。

集いの場はベンチからも始まるし、ご近所、仲間の集い、ラジオ体操、地域の行事、防災の取り組みからと多様で、そこから自然に気かけ合い、見守り合い、人と人とのつながり、仲間としての共感が生まれ、困った時はお互い様というふれあいの絆が始まる。「手伝って」「手伝わせて」と、支援してほしいことをできる人ができる時にして、自然なつながりになっていく。無償か有償かは内容によって柔軟に考えればいいと思う。

身近な地域の生活の中で自然にしていることや、様々な取り組みが支え合いにつながっていることをまず認め合い、大切にし合い、必要だが、足りないことは何か、どうするかと、我が事として一緒に考えて支援することだと思う。住民が自ら取り組む気持ちを見逃さないで、仲間づくり、担い手づくりを支援する。自分たちの活動に合う仕組みを柔軟に取り入れて助け合い活動を広げてほしい。

私たちの願いは、歩いていくことができる、あるいは、ついでに車に乗せてもらえる範囲に気軽に集まる場所があり、日常的に支え合い・助け合いがご近所で自然に行われていること。ご近所ではやれないような家事援助や移動支援、配食などをNPO等が行い、地区の助け合いやNPO等がネットワークを組んで、必要な支援を行っていること。医療・介護など専門的なサービスを提供する公的サービス

家の中に入って生活援助をする際に大切なこと・・・

信頼関係

信頼関係を築くには・・・

- ①公私の区別を明確に
- ②原則的には計画された内容に
- ③時間を守る
- ④利用者の暮らし方や価値観を大切に
- ⑤安全への配慮
- ⑥チームケア（報・連・相）
- ⑦利用者の立場に立つて考えてみる（守秘義務等・・・）
- ⑧傾聴する
- ⑨日常生活の中の変化を注意して見る（体調・生活の仕方・心情・物品購入状況等・虐待状況等）
- ⑩政治・宗教を支援に持ち込まない
- ⑪金銭の扱いには、本人と調整役と話し合っ
- ⑫歓迎されない人は、こんな人。自分を振り返ってみよう

や行政のサービスが必要な時には受けられ、上下関係なく関わり合って連動して対応していること。これはさわやか福祉財団が以前から目指している地域の姿で、地域を振り返る時の視点にしていると締めくくった。

助け合いとサービスの違いを鶴山が尋ねると、渡邊さんは、地域の身近な支え合い・助け合いが一番ベースになり、感謝・信頼・交流がサービスと違う基本的なところだと答えた。

国土交通省の許可・登録不要のガイドライン改正 総合事業の「サービス・活動B」と「D」を活かしたい



河崎 民子氏

全国各地で移動支援を推進している河崎民子さんは、「つながる&支え合う地域づくり」というテーマで「住民互助の移動支援活動」の事例、有償ボランティアを促進する国土交通省並びに厚生労働省の「制度改正」を紹介した。

移動・外出支援は、北海道から沖縄まで広がってきていて、皆さん楽しみながら実践している。厚労省が毎年発表している65歳以上の者がいる世帯の世帯構造年次推移に関する23年の結果では、3世代同居は7%で、親と未婚の子のみが20%ぐらい、夫婦のみ、独居がそれぞれ32%ぐらい。つまり、3世代同居の時代にあった家庭内の福祉的機能がもはや期待できなくなっている。それを地域が果たしていけるかどうか、ここができる・できないの大きな壁になってくる。

住んでいる神奈川県大和市では、高齢者がいる世帯の約42%が独居（23年時点）で、「おひとりさま支援条例」があり、おひとりさまに対して行ったアンケート調査の結果、「同居していない家族や友人たちとのコミュニケーション頻度」で、「直接会って話す」「電話」とも「月1回未満」と「全くない」が40%を占めていた。また、全世代対象の幸福度調査（23年度）で、心を許せる人（家族・親族、友人・知人など）が多様にいる人は幸福度が高いことがわかった。

孤立させてはいけないと、国では孤独・孤立対策推進法などもつくったが、それは地域でやることなのではないかと思っている。これからの地域社会のあり方は居場所づくりも困り事支援も移動支援も、つながりや支え合いがある地域をつくるのが目的であって、移動・外出支援を「地域交通の補完」として捉えると間違えると思っている。

住民参加・社会参加を後押しする機能や資源は、まずSC・協議体の配置、社会福祉法人の制度改革（公益的な取組を実施する責務）、自治体等による立ち上げ支援、通達の全面改正（道路運送法における許可又は登録を要しない運送に関するガイドライン）で、社会福祉法人の車両を活用する事例もすくなく増えている。自治体等による立ち上げ支援では、静岡県では今97の地域で行われている。しかし、行政自ら住民主体をつくるのは難しいところがあり、アドバイザー派遣や相談窓口設置が功を奏している。

全国の住民互助の取組み…よくある実施事例

1 「乗り合って」サロンやスーパーへ

乗り合って	形態	使用車両	運転者	付添	調整
定期的な実施	・買物支援 ・サロン送迎 ・ルート運行	・法人等の車 ・ボランティアの車	・ボランティア ・法人職員	ボランティア	・ボランティア ・社協や包括 ・サロンの運営 団体



2 「個別に」生活支援と一体型に支援

個別に	形態	使用車両	運転者	付添	調整
乗りあうケースもあり	・通院など個人ニーズ	・ボランティアの車 ・法人等の車	ボランティア	ボランティア (1人で支援が多い)	・ボランティア ・社協や包括



・利用者の制限はない
・運賃に該当するものは利用者から受け取れない

これらは 道路運送法における許可・登録の手続き不要の形態で行われることが多い

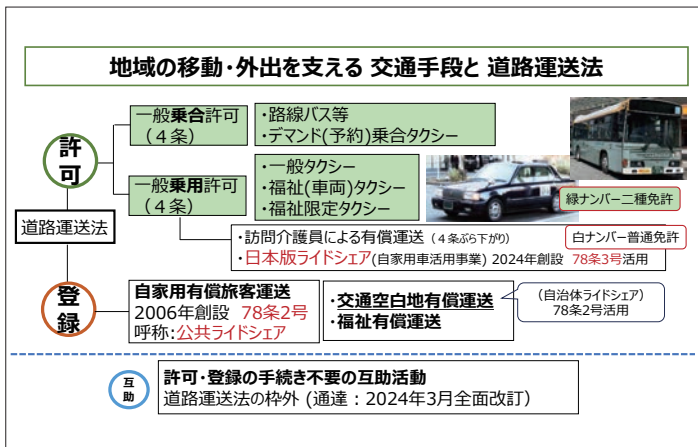
「乗り合って」サロンやスーパーへ行く事例と、通院や美容室などへ行く場合の「個別に」生活支援と一体型に移動支援をする事例が多い。神奈川県海老名市浜田町の「サロン等の送迎を考える会」は、地域のマイカーの方たちがボランティアでサロンまで送迎するもので、簡単に始めることができる。今年1月の市の「広報えびな」に「目指すは“みんなで楽しく暮らせるまち”」と大きく掲載された。このように広報して、地域づくりの住民合意をつくっていくことがとても大事である。

神奈川県秦野市の「とちくほ買い物クラブ」は買い物支援で、事業の効果は「車の中で悩みを話す人ができてストレスが解消され、安心感が生まれたようだった」「地域のコミュニケーションが活発化した」「ボランティアが特別なことではない雰囲気が地域に生まれた」など。移動支援は地域づくりにつながると、皆さん実感している。

生活支援サービスなどとの一体型支援の事例として、長野県須坂市の「旭ヶ丘地区生活たすけ合いの会」は、車を使わない支援と車を使う支援があり、公用車もマイカーも使えるようになっているのが特徴。東京都町田市の「成瀬お助けたい」は賛助会員（賛同して賛助金を出している地域の会社・店舗）という仕組みをつくり、会員になってもらった店舗や病院・クリニックなどにポスターを張ってもらいメンバーを増やす助けにもなっているし、賛助金も集まっている。

神奈川県横浜市港北区の「菊名おでかけバス」は、ルート運行の事例で、車は地域の葬儀屋さんが週に1回提供してくれる。こういう活用の仕方もある。

許可・登録手続き不要の互助活動について、国交省の通達が今年3月に大きく書き換えられた。大事なところは「地域での互助活動・ボランティア活動による運送にも一定の役割を持たせないと社会・経済活動の維持が困難になることも現実である」というところで、前向きに互助活動を捉えている。具体的には、「いかなる場合や形態においても利用者から『実費』を収受できる」。実費とは「ガソリン代等の燃料代」「道路通行料」「駐車場料金」「保険料」「車両借料」など。また、「自治会等の地縁団体が『会費』で運送を行う場合は、利用する人の『会費』を高くすることができる。「自治会等」は市町村社協、地区社協、自治会・町内会、まちづくり協議会、マンション管理組合、老人クラブ等で、そういう所が自ら運送サービス



を提供する時は、運転手に報酬を自分たちが持っているお金の中から支払ってもいいし、利用する人のために車が必要なら、その購入費・リース料・維持費も利用者からもらっていいと改められた。それから「生活支援サービスなどとの一体運送において『実費』を収受できる」。今まで車を使う場合ガソリン代をもらってはいけなかったが、上乘せしてもらっていいとなった。ただ、注意することは、病院等での付き添いで長時間かかると利用者は利用料がかさむし、ボランティアも負担なので、利用規約やパンフレット等に「利用者の希望により、送り届けやお迎えを可能とする」等の記載を入れる。また、「市町村等は運転行為の有無にかかわらずボランティア人件費として補助金を拠出できる」「団体は運転ボランティアに対して報酬を支払うことができる」となった。つまり、運転ボランティアを含めて人件費を補助できるし、補助を受け取った団体は運転行為をした人を含めて自由に配分していいとなった。

厚労省の今年8月5日の通達は、「申請額の計算等に住民コストが発生することを踏まえ、市町村が附随的な活動であると判断する場合は、定額を補助・助成していい」となる等、総合事業の補助・助成の対象経費が様々に認められた。例えば、ドライバー養成のための研修費なども対象となり、とても取り組みやすくなったと締めくくった。

地域交通の補完と考えると間違えるという点について鶴山が尋ねると、河崎さんは、住民参加の仕掛け・仕組みを盛り込んでいかないと、せっかく大きなお金を投じて、あまり乗らないという状況が出てくる。住民の方がその気になって、自分たちでできる移動支援をやりたいとなったのに、行政のほうで考えていることがあるからと止めることもある。しかし、つながりをつくるために住民の方々は移動支援を立ち上げるのであって、決して交通を補完するためではない。つながり・支え合いをつくるためにやるということをもっと基本に据えてほしいと思うと答えた。

居場所、有償ボランティア、移動支援について課題になっていること

後半は、事前アンケートを基に居場所、有償ボランティア、移動支援について課題になっていることを設問にし、投票機能を使って参加者の皆さんに投票してもらった。その後、投票数が多かった課題について登壇者に解決策のヒント等を鶴山が聞いた。

【居場所】

「あなたが行ってみたい居場所とはどんな居場所ですか」を3つ選んでもらった。

行きたい時にふらっと行けて、帰りたい時に帰れる	32%
子どもから高齢者まで、認知症の人、引きこもりの人、外国人など誰でも行ける	15%
おしゃべりができる	14%
おいしい食事が食べられる	11%
趣味活動ができる	11%
夜や土日に開いている	11%
体力づくりができる	6%

続いて、「最も悩んでいる、聞いてみたいことは何ですか」を1つ選んでもらった。

A 中心となる人をどう見つけたらよいか	31%
B 老若男女あらゆる世代の担い手づくりの具体的な手法を教えてほしい	31%
C メンバーが固定化されていて、その中に入るとよそ者感が生まれてしまう	12%
D 担い手が足りない	11%
E 気軽に使える場所がなかったり、空き家の活用など課題があり、なかなか進まない	11%
F 認知症の人の参加についてどう進めたらよいか	3%
G 軽食をつくってみたいという思いがあるが、予算がない	1%

Aについて、稲葉さんは、しっかりできる人を中心にしてようと皆さんは思うようだが、「そういうことならやってみたい」「その時間なら空けることができる」など、ちょっと覚悟できる人に気軽にやってもらうようにしている。20年以上の体験の中から思うことは、何もかもできる人を中心に据えると、その他の人が後へ続く人になってしまいがち。ちょっとずつお願いするほうが一人ひとりが育ち、役割を見つけるようになると述べた。

Bについて、稲葉さんは、自分で何でもしようとは思わず、この人と思えば、年齢を問わず簡単なことをまず頼む。例えば、初めて来た80歳の人に「おいしいお茶を出して」と頼むと、そのうち「お茶は任せておいて」になり、「お客さんにありがとと言われる、本当に満たされている」と言うようになった。若い人が来れば「パソコンできる？」と振る。私自身を含め周りの人が上手に「助けられ上手」になることが、それぞれに役割ができてくるといつも思っている。「できない」と言われても、「大丈夫よ」と言うと、例えば、「食事作りは苦手」と言っていた人が地域の食事の作り手になっていくことがある。やはり、やってみてもらって体験が一番必要。ことに居場所はみんなが見える

所でやるから、よけい元気が出ると述べた。

Cについて、稲葉さんは、田んぼの中の大きな家の時は大勢来たけれども、「最初は入りにくかった」という声を聞いた。しかし、駅前でする時には、みんなが自然に出入りするから、誰が来ても当たり前だった。だから、固定化というのは、居場所の位置もあるかもしれない。また、どの世代も、男性も女性もいるほうが、人は自然に融和すると思う。頭で考えるより、やってみることが大事だと述べた。河崎さんは、居場所は多様であっていい。仲良しの人たちの居場所もすごく大事だし、そこに入りにくいなら、居場所を新たに作った方がいい。全市的、あるいは全地域的に集まる居場所をつくって、送迎をつけているという事例もあるので、多様なやり方があると述べた。鶴山は、これからつくるのだったら、常に開かれてオープンにしている居場所もいい。「下駄履き」で入るのは気軽にいい」という声もあるので、そんな工夫も必要かもしれないと述べた。

Dについて、渡邊さんは、担い手は足りている。定期的にはたくさんの方が参加し、皆さん、役割が自然にできている。助けてもらわないと大変なので、「手伝って」と頼むと、皆さんでできることをやってくれる。見学に来たり試しに来た方にも「手伝って」と頼み、そのうちやりがいを見つけて自然にメンバーになるという流れになっている。私の役割は役割探したと述べた。

【有償ボランティア、生活支援】

「地域の人たちが有償ボランティアとして頼んでみたいことはどんなことだと思いますか」を1つ選んでもらった。

通院の支援（付き添い）	37%
買い物支援（付き添い）	33%
家の中（部屋、お風呂、トイレ等）の掃除	19%
子育て支援 （産前産後のお手伝い。保育園の送迎等）	6%
食事作りのお手伝い	5%

続いて、「有償ボランティアを創出していく上で最も悩んでいることは何ですか」を1つ選んでもらった。

A 住民の意識改革（自分事と思ってもらう）を促すような研修の方法	34%
B 新しい人材を発掘、育成するヒント	19%
C 生活支援を理解してもらうにはハードルが高い。どのように話をすればいいか	19%
D 受益者負担だけの継続は難しいのではないかと。行政などの補助金が必要と思うが、お金の捻出をどうしているのか	19%
E 有償ボランティアがなくても助け合っている地域がある中で、有償ボランティアができると無償の助け合いなどが衰退してしまわないか	9%

Aについて、渡邊さんは、住民の意識改革を促すような研修は、町の福祉課、社協、地域包括支援センター、実際に活動している団体、みんなで協働してつくり上げていくことがとても大事。住民が助け合いに参加することの意味・大切さ・目的がわかるように、それぞれの立場から話をするのも大切。そして、「自分事」と思ってもらえるように、いろいろなワークショップを組み合わせながら行う。支援したいと思っている方はたくさん地域に思うので、種を蒔きつつ、これまでの地域の状況をよく把握しながら進めていくのがいいと思う。また、さわやか福祉財団はじめ、いろいろな団体が意識改革するための方法を考えて活動しているので、協力を得ながら研修を開催すると思うと述べた。鶴山は、これから本当に住民の力が必要であることを、行政が地域のデータも使って示しながら、例えば首長から住民へのメッセージを話してもらうと住民に危機感が伝わったりする。また、神奈川県川崎市の「地区カルテ」の取り組みなど、地域のデータを小さい圏域で出すなど、いろいろな方法があると思うと述べた。

Bについて、渡邊さんは、インスタグラムやホームページ、フェイスブック、チラシなど、いろいろな形で発信することが大切だと思う。例えば、地域のフリーマーケットに出店した結果、仲間意識ができたと同時に、いろいろな人との出会いがあった。人材発掘のチャンスは、小学校のPTA、床屋さん、電気屋さん、いろいろな所にあると思う。また、育成のヒントは、地域の様々な集いの場や、有償ボランティア・無償ボランティアをしている団体等との話し合いや見学で得られると述べた。河崎さんは、移動支援だと、秦野市が6年ぐらい前から「地域支え合い型認定ドライバー養成研修」を無料で受けられる機会をつくり、それが広がり、今、神奈川県内15ぐらいの自治体が無料で実施している。そこに来た人たちが、いろいろな地域の課題や法制度、事例を知って、ボランティアになってくれるケースもあるので、行政側への働きかけもやっていく必要があると思うと述べた。

Cについて、稲葉さんは、有償ボランティアに限らず居場所でも移動支援でも共通項かもしれないが、やはり今何が必要かということをごだだけの人が情報として持つということが大事。市の広報などで特集を組むと、「こんな困ったことがあるんだ」「ちょっとならお手伝いできるかもしれない」と思い、参加する人が増えるのではないと思う。だから、関係あるなしにかかわらず、時々広くきちっと住民に知らせること。福祉関係は制度が変わるから、それも知らせながら、まちの状況を知らせない限り、生活支援の理解は届かないような気がする。「小さなことの参加でもいい」と敷居を低くするようなことを、行政やSCさんたちが地道にやっていくことで、地域にずっと広がるのではないかと思う。これまでの活動の中で「“私のもの”にしないで“みんなのもの”にしよう」と、受け取った情報をみんなに流すという姿勢を貫いてきたと述べた。鶴山は、家族機能が弱くなってきているから、生活支援の仕組みの必要性をぜひまちを挙げて発信し、全体に理解も推進

していき、また、助け合いの現場視察で体験し、実感してもらって進めていくなど、いろいろな進め方があると思うと述べた。

【移動支援】

「最も移動支援を創出する上で悩んでいること、関心のあることは何ですか」を1つ選んでもらった。

A 住民は事故のことを考えてしまい、なかなかスタートにつながらない	38%
B 運転ボランティアの確保	19%
C 住民主体の活動のモチベーションを上げるにはどうしたらよいか	12%
D 保険についてもっと使いやすいものが出てきてほしい	12%
E 車両の確保についてどうしたらよいか	9%
F 訪問Bで行いたいが進まない。行政を説得するポイントは？	5%
G 住民同士のつながりをつくっていくことが重要ではないか	5%

Aについて、河崎さんは、26年くらい前に移動支援活動を始めた時、「事故があったらどうしよう」とあまり考えずに始めた。今はどこに行っても「事故があったらどうするか」ということが真っ先に来て、ちょっと戸惑う部分もあるが、心配するのはもっともだと思う。住民互助の場合、ちょっと擦ったとか、駐車場に置いておいたら当てられたなど、そういう事故は聞くが、人身に及ぶような大きな事故はあまりない。行く所がスーパーや病院、診療所などに限られており、何度も行き慣れているし、下見もするので事故はそんなに多くない。また、始める前にしかるべき人に乗ってもらって、自分の腕をきちんと見極めてもらっている。加えて、利用者を乗せて運転する時の注意事項や快適性の座学などもしている。エリアを決めている地域もあるし、運行マニュアルをつくっている所もある。その上で事故が起きてしまったら決して示談にはせずに保険会社に任せる。マイカーを使う場合、東京海上日動や損保ジャパンなどから保険が出ているが、車両までの補償だと高く、車両なしだと安い。実施回数などによってどの保険がいいか、よく検討するといい。一方、利用者の方には、事故の説明や補償の内容に合意したので利用の登録をするという確認書等を必ず書いてもらうようにしていると述べた。

Bについて、河崎さんは、自治体や社協が行う無料で受講できる運転ボランティア養成講座は登竜門で、1回の受講で5人くらい確保できる効果がある。また、「運転ボランティア募集」のポスターをいろいろな所に掲示したり、チラシを配ったりしている。1つの方向からの働きかけだけではなく、いろいろな方向から働きかけるのがいいと思うと述べた。

Cについて、河崎さんは、地域には志高く無償でボラン

ティアを何年もやっている方がたくさんいて、そういう方たちから「自分が利用したい立場になっているが、バトンを受けてくれる人がいない」という話を聞く。もう無償ボランティアは広がらないし、続かないとすごく思っている。だから、市町村の補助金ももちろんだが、いろいろな形で資金を集めて、運転ボランティアにも会にもお金がいくような工夫をしていかないと続かないし、モチベーションも上がらないと思うと述べた。渡邊さんは、やはり体験してもらうことが一番。例えば買い物支援などで、利用者の「選んで買えて、良かった」という充実感は伝わってくるから、「支援できて良かった」というのが一番のモチベーションになると述べた。

Dについて、河崎さんは、東京海上日動、損保ジャパンの他に、あいおい損保も地域の移動を支える保険を始めた。もう1つ、全国社会福祉協議会がやっている送迎サービス補償のAプラン、Bプラン、行事保険など、自動車保険では対応できない部分を補償してくれるものもあるので、合わせて掛けるといいとお願いしている。最近、マイカーの場合、自身で掛けている保険を使う地域も増えていて、等級がダウンして掛け金が上がった時は会が負担する、もしくは社協や市町村が負担するという仕組みを検討する所が増えてきている。また、渡邊さんの団体では、マイカーを提供してくれている人には1000円ずつお手当てを付け、その代わり擦ったりしたら自分で直すというやり方をしている、すごくいいなと思ったと述べた。

* * *

最後に登壇者に参加者へのメッセージを聞いた。

稲葉さんは、今大丈夫でも、長い人生の間には必ず困ったもつらい時もある。そういう時に誰かがさり気なくかけてくれる言葉がある地域に私は住みたいし、次の世代の人たちにもそういう安心の中で日々を送ってもらいたいと、この活動を通していつも思っていると述べた。

渡邊さんは、「助け上手は助けられ上手」と言われているが、それは本当に自分も年齢と共に感じている。皆さん、一緒に楽しくやってみましょうと述べた。

河崎さんは、今日、お土産で持って帰りたいのは、稲葉さんの「リーダーをやっても助けられ上手になる」。本当に肝に銘じて「助けられ上手なリーダーになりたい」と思ったと述べた。

鶴山は、百人百様という住民の暮らしを考えた時に、多様なサービスの充実に加えて、地域の中でのふれあい・つながり・助け合いが地域のベースにあることがとても大事だと改めて実感した。これから家族機能が今より弱くなっ



鶴山 芳子

ていくことを考えても、ますますこういった仕組みづくりが大事になってくると思う。住民の意識改革、意識の醸成も一緒に働きかけながら、ごちゃまぜのつながりも仕掛け、そして居場所、生活支援、移動支援、みんなで一緒に広げていきたいと締めくくった。

つながりづくりの進め方

地域共生社会づくりに向けた

ごちゃまぜの「つなげ方・つながり方」とは

【進行役】 清水 肇子 (公財) さわやか福祉財団理事長

【登壇者】 新田 國夫氏 (一社) 日本在宅ケアアライアンス理事長

貝長 誉之氏 (社福) 太子町社会福祉協議会事務局次長 兼 地域包括推進室長

中村 保佑氏 東灘子どもカフェ代表、労働者協同組合甲南げんき村代表理事

江田 佳子氏 佐々町多世代包括支援センター参事

冒頭、進行役の清水肇子が趣旨を述べた。地域共生社会づくりに向けて「ごちゃまぜ」、どのようにつながったらいいか、どのようにつなげたらいいのかと、皆さんすごく悩んでいる、あるいは意欲的に取り組んでいるところだと思ふ。これまでのプログラムでもいろいろな事例の中で「つながりが大事だよ」という話をたくさん伺った。前半は、登壇者の皆さんから地域の中で多世代・多分野でつながりながらいろいろなネットワークを組み、活動・取り組みをどう広げているかの紹介、同時に参加者の皆さんから登壇者への質問を募集し、後半は、その質問に登壇者の皆さんが答える形でつながりづくりの進め方の議論を深めたいと説明した。

続けて、参加者に投票機能を使って質問をした。

Q1 立場・所属を教えてください。(2つまで選択可)

SC **39%** 協議体構成員 **2%** 行政 **8%**
 社会福祉協議会 **24%** 地域包括支援センター **11%**
 地縁組織・NPO・非営利団体 **5%** 介護事業 **1%**
 医療・看護 **1%** 企業・学校 **1%**
 その他地域づくり関係者 **6%** 一般市民 **2%**

SCさん、社協さん、包括さんほか、やはり一番主軸になって地域づくりに取り組んでいる皆さんが多い。住民の皆さん、介護事業や医療・看護関係の方、企業・学校関係の方も参加している。

Q2 今の活動・仕事に関わっている年数を教えてください。

1年未満 **19%** 1～3年未満 **26%**
 3～5年未満 **14%** 5～10年未満 **29%**
 10～20年未満 **6%** 20年以上 **6%**

「1年未満」「1～3年未満」のこれから勉強していこうという方が約半数を占めた。また、「5～10年未満」が約3割だが、「20年以上」という方も含め、長く関わっているという方も多かった。

Q3 地域におけるつながりづくりについて、今一番壁になっていると思うものは何ですか？(1つ選択)

新しい取り組みへの意識の醸成 **66%** 情報の共有 **7%**
 場所・機会の共有 **12%** 硬直的な制度・サービス **8%**
 費用 **6%** デジタルの環境 **1%**

やはり「新しい取り組みへの意識の醸成」が圧倒的に多い回答となった。次に「場所・機会の共有」「硬直的な制度・サービス」。「意識の壁」が直面している一番の課題となった。

Q4 地域におけるつながりづくりについて、今取り組んでいること、これからまず強化したいことは何ですか？(3つまで選択可)

地域の住民・市民同士をつなげる **22%**
 地域の住民・市民活動同士をつなげる **20%**
 地域の多様な主体をつなげる **21%**
 庁内連携(他の施策分野)の担当部門との連携 **9%**
 医療・看護との連携 **3%**
 介護事業・施設との連携 **4%**
 企業との連携 **10%**
 学校との連携 **6%**
 商業店舗(商店街)との連携 **5%**

「地域の住民・市民同士、あるいは市民活動同士をつなげる」「地域の多様な主体をつなげる」が多く、「企業との連携」もけっこう多く、関心が寄せられた。

ごちゃまぜにつなごう

社協に入って20年、2020年まで大阪府太子町第1層SCだった貝長誉之さんは、太子町の生活支援体制整備事業等の取り組みと大阪府でのつながりづくりについて紹介した。

太子町は半分が山で、端から端まで車で10分で行けるといふコンパクトな町に約1万2700人が生活している。高齢

化率は31.1%。17年から第1層SCに就任し、20年に後任にバトンタッチした。今でも大阪府の「本音で語ろう!!情報交換会」には関わっており、府内のSCの横のつながり強化、底上げを支援している。



貝長 誉之氏

「ごちゃまぜ」というテーマを聞いた時に思い浮かんだのが「寄せ鍋」。お出汁を入れた鍋に野菜、魚介類、肉類など様々な材料を入れて煮込むことは、地域の実情に合わせた生活支援体制整備事業で太子町がやってきたことかなと思う。「人とひと」がつながって地域全体が寄せ鍋のようになると面白い。今までと違う視点やアプローチで地域を見渡してみると、意外と素敵な人やモノに出会え、また、つくり出せる。私たちSCは「人とひと」をつなぐ接続端子、コネクタであって、その存在自体が「歩く社会資源」なのかなと思っている。

人とひとがつながって、地域全体が「寄せ鍋」のようになると…おもしろい!

今までと違う視点、違うアプローチで、地域を見渡してみると意外と素敵な人やモノに出会える、作り出せるかも

私たち生活支援コーディネーターは、「人とひと」をつなぐ接続端子コネクタであって、その存在自体が歩く社会資源

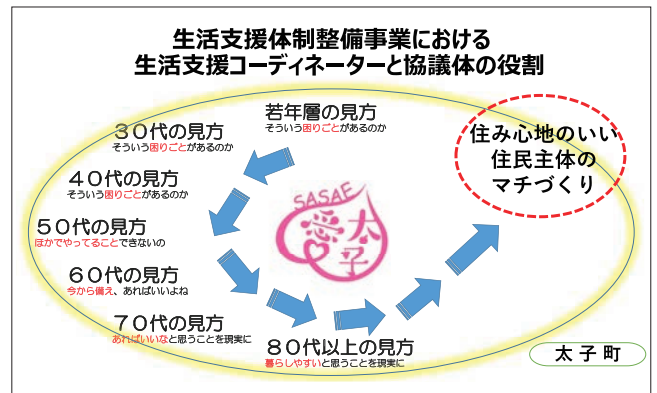
生活支援体制整備事業が始まったのは17年。15年に、国から地域の支え合い・助け合い、これからの生活を支援する仕組みを考える市町村をつくるというガイドラインが出て、16年にどう読み解くかと行政の職員とかなり話し合った。結局、地域の実情は地域の住民に聞いてみようということになった。その主な目的は、自分たちの住んでいる町の10年後の姿を「知る」、将来必要なものを「考える」、たくさん出会った方の中から旬な人を「見つける」ということだった。社協マンとして地域の人をたくさん知っているつもりだったが、同年に開催した「地域づくりからの支え合い勉強会」には、知らない人が多く来た。若い方も現役世代の方も子どもを連れてお母さん方も参加し、一緒にさわやか福祉財団の「助け合い体験ゲーム」をし、いろいろな話をした。この時に気づいたことは、自分たち以上に住民は10年先のことを考えているということだった。また、見える関係づくり、つまり自分の顔、腹、胸の内を見せ、年齢関係なしに一緒に考えることが大切だと思った。

結果、最初に考えていたのとは真逆の、「意欲のある住民」が主になる第1層協議体「SASAE愛太子」ができていった。コアメンバー約30人のうち20人が「意欲のある住民」で、他に交流サロン実施者、行政、社協はじめ社会福祉法人、ボランティア団体、老人クラブ、PTA、包括等で、20~80代。大学生、観光協会職員、商工会議所職員等も参加。行政も思い切ってくれたし、自分たち現場の職

員はこういう仕組みが一番いいだろうと合意形成が取れていた。担当が代わっても今でも参加している「意欲のある職員」もいる。太子町に住んでいなくても町を良くしたい、できることからやってみようという皆さんが集まっている協議体になっている。

実際にいろいろな方が混じると、今までと違う考え方で物事が進んだり、スピード感があつたりで、町の職員も自分たちもついていくのに必死。人口減少・少子高齢化で、これから何をしても人材不足が予測されるので、先細っていく前にいろいろな方と出会う必要がある。近しい人が困っているとか、その年齢にならなければわからないことはたくさんある。これから必要なモノを考えて、なければつくる。やらされ感がない仕組みを構築して、みんなで住み心地のいい住民主体のまちづくりを考えたいと思っている。

太子町で考える「住民主体」とは「住民にしてもらう」「住民だけがする」ということではなく、住民の考えが「反映」する仕組みで、一緒に参加して、一緒につくり上げるという意味で使っている。実際、いろいろな場面で住民に参画してもらい、総合事業の要綱づくりには住民にも入ってもらい、やさしい要綱で使える制度づくりを心がけている。困り事は、お年を召した方の知恵、若い方の行動力と情報力、多様な主体の知識と支援で1つずつ解決していきたい。



大阪府ではSCの情報交換の場「本音で語ろう!!情報交換会」を開催し、今年で8年目を迎える。大体年2回のペースで実施しており、「今さら聞けないこと」を「聞くことができる」「場」をつくり上げている。この実行委員も「ごちゃまぜ」になっている。SCの課題としては、職員の異動・離職で1~2年で新人になること。生活支援体制整備事業の配属先の考え方とか委託元の理解がいろいろあること。大阪府下では自治体、社協、包括、NPO、人材センター、医療法人、福祉事業団等が受けているので所属がばらばらであり、年齢層も20~70代でばらばら。ただ、この状態が混ざるのがまた面白い。大阪府もさわやか福祉財団も根気よくバックアップしてくれて、ありがたいと思っている。

太子町では「地域共生社会実現に向けた包括的な支援体制構築事業」として、19年から国のモデル事業を実施し、22年には重層的支援体制整備事業（以下、重層事業）を実

施。地域に必要な体制や仕組みを一緒に考えるという生活支援体制整備事業で実践したベースが大変活かしている。

重層事業に関わるようになった人向けのガイドブックにある「様々な支援を重ねて、つないでいく『重層化』のイメージ」のイラストを見ると、多様な分野における人のつながりや、別々の行動、活動、コミュニティが重なり合っている。無理につなげようとするとうい悪い化学反応が起こるので、つながりづくりはものすごく丁寧に進めていくことが大事だと思う。同じ目線で、一緒に考える。できれば圧倒的に理解度が高い対面で、その時に一番いいと思ったことを選択する。だめなら修正・変更し、また考える。そういう柔軟さと人間臭さでつながることが最も大事な部分だと思っていると締めくくった。

「意欲のある職員」たちとは、どのような形でつながっていったのかと清水が尋ねた。貝長さんは、16年に「どうにかしてやらなあかん」「今やっておかなあかん」と思った職員が福祉部局と社協、包括にも集まり、良い意味で「規範的統合をしよう」という考えがその時にでき、庁内連携も含めてかなりいいように転がっていったのだと思う。だからずっと関わっていきこうと職員自身が思っている。ほぼ地元の人間ではないが、「太子町が好きや」というところが共通していると答えた。

「本音で語ろう!!情報交換会」では府からSC・元SCに依頼状を出しているが、その内容について清水が尋ねた。貝長さんは、「依頼状があれば、SCさん、SC経験者さんが動きやすくなるのであればいいですよ」と大阪府に快諾していただき、一昨年ぐらいから毎年4月か5月にその所属先の上長宛てに依頼状を出してくれている。SCを卒業してもSCに関わりたいたいという方がいるので、ぜひともつなぎ止めていきたいと思っていると答えた。

地域共生を目指したつながりづくり



江田 佳子氏

長崎県佐々町で地域づくりを推進している江田佳子さんは、いろいろな連携、つながりに焦点を置いて取り組みを紹介した。

佐々町は日本の最先端にあり、人口は約1万3800人。15年ほど前から介護予防を含めた高齢者福祉や子育て支援に力を入れており、介護認定

率が15.1%と県内で一番低く、合計特殊出生率が1.94と県内で一番高く、人口が微弱に増えている。

子育て世代、健康づくり、高齢者、障がい者等と、窓口が分かれていたが、地域共生に向けて取り組むにあたり、多世代包括支援になろうという意気込みで、22年4月から多世代包括支援センターを新設。高齢者分野の地域包括ケアのノウハウを活かして、地域共生に向けて多世代地域包括ケア、地域丸ごとケアの推進を進めている。

いろいろな方々を支える地域はひとつであり、より良い地域づくりを進めていくにはビジョンは1つなので、介護保険計画、健康増進計画、障害福祉計画などの行政の計画

を1つにまとめ、今春に「佐々町保健福祉総合計画」を作成。目指す姿は「『したいこと』を続けながら自分らしく暮らせる」こと。そこで、基本理念は「生涯現役の推進による健康づくり」と「みんな活躍による地域コミュニティの活性化」。一人ひとりに寄り添いながら、多様性を喜んで受け入れ、そして楽しみながら自然に健康になるまちづくりを進めている。計画を作成するにあたり住民アンケートを実施、「安否確認の声がけ」「話し相手」「ゴミ出し」「ちょっとした家事」「自家用車で病院や商店などへの送迎」「短時間の子どもの預かり」「保育園・幼稚園の送迎」などにおいて、「手助けできる」「手助けしてほしい」ことについて聞いた。すると、「手助けできる」が「手助けしてほしい」よりかなり多かった。その結果を見て、手助けできる方と、してほしい方をマッチングすること、そして手助けできると思う方々のきっかけづくりに力を入れていこうと考えている。

目指す姿の実現のためには、「したいことを選ぶ」ことが自分らしさであり、より多くの選択肢を提供することが大切。多様なニーズに応えていける地域づくりをしていこう。本人を取り巻く関係者が本人の思いをしっかりと受け止め、できることを応援していく。手伝ってほしい人がいるから、活躍できる人がいる。みんなが声を出し合い求め合ったら、地域は活性化し温かいものになっていくと思う。

15年前から大切にしてきたことは、一人ひとりの「したい」ことを聞くこと。介護保険制度につなぐ時に、「何をしてほしいか」から「何ができるようになりたいか」という問いに変えた。そして関係職員、関係者が集まり、その方の自立支援に向けてのいろいろな意見を出し合う。本人の「したい」ことは、制度の中ではなく、地域の中にある。そこで、受け入れることができる地域をつくるために、11年から地域ネットワーク情報交換会を始めた。約30の自治会ごとに、町内会長をはじめ民生委員や関係者と年に1回、地域支援に関する情報交換会をし、日頃の支援体制の強化を図っている。

地域ネットワーク情報交換会 (H23年～)

町内会長会・民生児童委員協議会や老人クラブ連合会・福祉協力委員等と連携を図り、地域支援に関する情報交換会を定例(各地区年1回)で行い、日頃の支援体制の強化を図る。

地域包括支援センター・社会福祉協議会との協働事業となる (R1年～)

個の支援 ⇒ 地域づくり

点の支援から、線の支援・面の支援へ

地域づくりのきっかけの場



地域の中に入っていくと、たくさんの皆さんのやる気のみなぎっていて、たくさんの声を聞くようになった。その声聞きやすいように13年から地区割り担当制の導入を始めた。7人の職員で32か所を高齢者人口の同等規模で分け

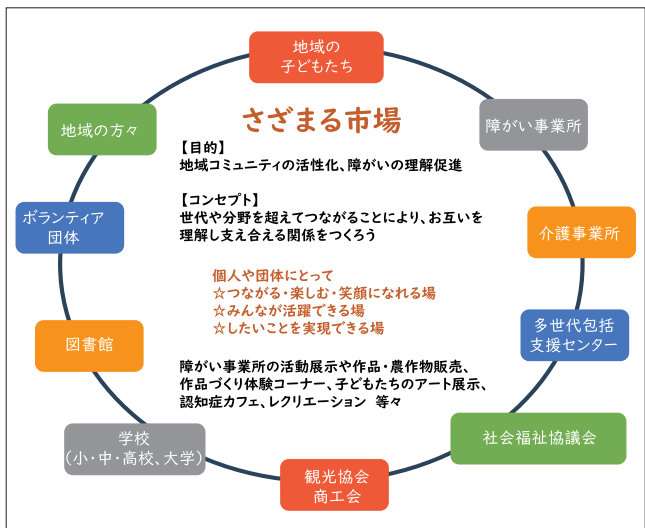
て受け持ち、地域の様々な情報を聞くことで初期段階での問題解決につなげている。また、職員が地域住民のすげさや頼れることを実感し、尊敬の念が深まった。まさに地域によって職員が育てられていると感じている。

こうした活動から多様な居場所が始まった。町の真ん中に福祉センターがあり、認知症の方を中心にした「認知症カフェ」、引きこもり支援の「フリースペースなすな」、子育て支援の「子育てひろば」、高齢者の「元気カフェ・ぶらっと」、そして「地域まるごとサロン」がある。それぞれの分野がつながって大きな力になり、地域全体をサポートしようと思っている。特に代表的なのが「元気カフェ・ぶらっと」で、誰でも来られる居場所として16年からスタートし、参加者の声を受けて、支え合い活動、世代間交流、関係機関につながる総合相談を行っている。

各地区の集会所で、1995年から高齢者の居場所「地域デイサービス」（月1回、脳レクリエーションや会食会など）、15年から「いきいき百歳体操」（毎週1～2回）の活動をしていたが、24年から世代・分野を超えた居場所「地域まるごとサロン」にした。「みんな食堂」をはじめ、多世代が「つながり・支え合い・学び合い」をし、未来に向けて大切なものを伝えていこうと取り組んでいる。赤ちゃんも高齢者も障がいをお持ちの方も、いるだけで存在感があると、皆さん体感されている。

これまで住民が頑張ることに対して専門職が関わることで、地域づくりの展開がよりよくなってきた。04年からの医療機関、薬局、介護事業所等による「地域支援会議」、21年からの障がい関係の事業所等による「障がい支援会議」では、地域で自分たちができることを検討。行政は黒子に徹し、事業所の方々と地域の方々をつなげる役割として参加した。そして、23年に共生社会に向けて、2つの会議は「高齢・障がい地域支援会議」になり、2か月に1回、全体会と5つの部会に分かれて意見交換や課題検討をしている。全体会では、複雑・複合的な課題を抱えた世帯に対して、どういう連携やつながりで課題解決をしたかという成功体験の共有を図っている。

その中で生まれ、最近始まったのが「さざまる市場」で、地域コミュニティの活性化と障がいの理解促進を目的にし、



団体や個人が「つながる・楽しむ・笑顔になれる場」「みんなが活躍できる場」「したいことが実現できる場」というコンセプトで進めている。「こういうつながりができた」「あの出会いがあって、今つながっている」など、私たちもびっくりするような出来事がたくさんある。

スタート当初、住民のいろいろな悩み事を制度につないでいくのが自分たち行政の役割だと勘違いしていた時があった。しかし、住民は制度やサービスの中ではなく、地域の中に住んでいる。まずは地域の中から支援体制を考えていくことによって、住みよい地域になっていく。多様化・複雑化する地域に誰もが安心して暮らせるために何が必要なのか。住民や専門職や行政が社会的役割を十分に発揮し、つながっていけば素晴らしい地域になっていくと思う。

「つながることによって起こる〇〇が、つながり続けることの原動力に!!」だと思いが、たくさんの思いが溢れ、言葉がたくさん浮かんできて、「〇〇」を1つに決めきれなかった。つながった時に起こる感動であったり奇跡だったり、この体感をぜひ多くの方に広げていきたい。これが幸せの成功体験の共有化だと思う。ぜひこれからもこのような形で続けていきたいと締めくくった。

「助けてほしい」人たちの声をどう拾い、どうアプローチしているのかと清水が尋ねた。江田さんは、関係者がネットワークづくりをしておくことが大事。例えば、地域ネットワーク情報交換会で共有することによって、「助けてほしい」という声を拾い上げ、解決に結び付けられた。そういう仲間づくりや関係性づくりが大事になると答えた。

楽しい多世代交流

シニアとして兵庫県神戸市東灘区で地域デビューをし、地域につながり、多様な活動を展開している中村保佑さんは、いずれも代表を務める「東灘こどもカフェ」と、「甲南げんき村」の活動を紹介した。



中村 保佑氏

東灘区は人口約21万人、阪神・淡路大震災から30年で新住民もずいぶん増えたが、全世代で孤独やひとりぼっちという深刻な課題が多い。

単身赴任で東京で20年過ごし、65歳で神戸に帰ってきた。帰る1週間前に家族が犬を飼ったが、その犬が「中村保佑は俺の下にいる」と思っているらしく、私の部屋の真ん中で粗相をし、いたたまれなくなった。20年ぶりに戻ってきて浦島太郎状態で、自分の居場所が欲しいと思った。そこで、東灘区の50歳以上の男性対象の「マスターズゼミ」に参加し、ゼミで知り合った友人と、「食育」をテーマに週3日、6畳一間で居場所「東灘こどもカフェ」を11年に設立した。1か月の家賃は1万5000円で銀座で1杯飲めばなくなるぐらい。それが今は発展し、「東灘こどもカフェ」は現在3つの拠点がある。1つ目は、年間365日、10時から17時まで毎日オープンという多世代交流常設居場所「こもれど」。家よりもこちらにいるほうが長く、自分の居場

所も確保できた。2つ目は、2軒隣にある「あたふたクッキング」で、月曜から金曜まで弁当の配食を70～80食、年間では約1万5000食になる。3つ目は、コロナ禍で生活困窮の子育て世帯に毎週、無償の食糧支援をする拠点「甲南3」を4年前に近所につくった。

「こもれど」では、子ども食堂も含めて多くの方がいろいろな形で活動をし、年間200回以上、多彩な講座を開いている。もともと「こどもカフェ」として開いたが、実態はおじいさん、おばあさんと「昔の子ども」ばかりで、名前倒れに。元気な子どもをたくさん集めたいので、子育てサポーターやお母さん方に検討してもらったら、「子どもはスタンプが好きだ」「お菓子もガチャも好き」というので、20年3月から「こどもスタンプカード」の活動を導入したら大人気。家のお手伝いや居場所の掃除、商店街のゴミ拾いなど、ちょっとしたお手伝いをするスタンプ1個とお菓子がもらえる。10個になると景品と「よいこでしよう」という特製の表彰状がもらえる。子どもたちは4年半で約1500人が登録、延べ2万人ぐらい集まった。

活動内容(2)

コロナ禍の中、新しい「こどもスタンプカード」の活動が大人気！

1. 子育てサポーターが、参加のアイデアを検討

- ・子どもはスタンプが好き ・ガチャがあるとうれしい
- ・継続的にきてもらうには・・・

2. 2020年3月2日(月)より

- ① こどもに100円のおにぎり弁当を提供(月～金)
- ② こどもが小さなボランティアをすると、スタンプ1つとお菓子がもらえる「スタンプカード」をスタート(月～日まで毎日実施)
- ③ 4年半で、約1500名が登録

会員も増え延べ1000人になった。年会費は1000円。女性が7割くらいで、子育て世代、60代、70代。男性は60代、70代。運営スタッフは90人ぐらいで男性が中心になって運営している。利用者のアンケートを5年目と10年目に行った結果、毎日やっているのが、第1段階「まず話すところ、ちょっと寄るところができた」。もう少し来る人は、第2段階「生活にリズムができ、外出が増えて毎日ハリがある」。地域に友人ができてきて、第3段階「信頼できる地域の家族が生まれ、相談できる」。さらに、第4段階「地域に目が向き、趣味や地域活動が広がる」。自分だけが良い居場所から、第5段階「社会貢献、社会活動」と、「居場所」が「出場所」として変化することがわかってきた。

今までの経験の中でのちょっとした運営ポイントは、①毎日・すぐやる・何でもやる・何かやっている。②誰でも参加可能・食がある・男運営・ホストクラブ。③誰でも主役・経理情報公開、悩みも公開。④できる範囲の無理のない参加・活動。⑤肩書、かつての栄光・自慢話はご法度。⑥嫌いは2度まで。⑦ヒューマンスケール。大きい居場所ではなかなか難しく手づくり感が大事。⑧シニア男性対策。お酒が飲める月1回の食事会や熟年ランチコンパが人気。

⑨ちょっとした報酬が得られる。

運営は、家賃を含め毎月約20万円の支出があるのでけっこう大変で、会費や支援のカンパ、いろいろな事業など8つぐらいのルートで収入を得、赤字が出ないように頑張っている。いきたく思っているが、若干赤字が出ている。

地域の課題は「東灘こどもカフェ」だけでは大きすぎるので、地域の障がい者の団体、子育ての団体など、様々な団体と一緒に課題に取り組もうと思ひ、全国で71番目の労働者協同組合として今年4月に13団体で「甲南げんき村」を立ち上げ、みんなで元気をつくっていきこうという趣旨で活動している。内容は、みんなで地域の課題に挑戦し、つながりづくりをし、毎日の居場所として喫茶・何でも相談、生活サポート等いろいろな活動を行う。現在、常設型居場所は東灘区に9か所あり、つながり効果、健康効果、助け合い効果、経済効果、PR効果などが得られる。常設型居場所も企業、家庭、行政、地域、あるいは包括、社協なども連携しながら広げていきたく思っており、今後のつながりづくり活動が楽しみだと締めくくった。

(10) 活動内容

■内容(何を)

- ・地域の課題をみんなで挑戦
- ・居場所として喫茶・何でも相談
生活サポート等・事務局運営

■活動曜日、時間など(いつ)

1日午前11時～15時、シフト制
(甲南げんき村は元日以外の年364日、10～18時営業)

■主な活動者(誰が)

50～80代の男女6名の運営者と地域の13団体



男性が地域活動に参加したいと思うコツを清水が尋ねた。中村さんは、幸いにも自身に居場所がなかった。これが最大のコツ。自分の居場所が欲しいと動き出したら、同じぐらいの年代の人がたくさん集まってきた。統計によると単身世帯がとて多いので、毎日開けばそういう人がたくさん集まってくるし、うちは運営の中心が男性なので、男性がけっこう集まってくると答えた。

居場所に来ていた子どもが、その後、どんな感じで成長しているかと清水が尋ねた。中村さんは、最初は小学校1年とか2年で来て、十数年やっていると、その子どもが大学生になって子ども食堂にお手伝いに来てくれたり、学習支援で勉強を教えてくれる。あるいはカンフーや英会話が得意だからと、その講習を始める。今まで利用する側だったのが担い手になることが起こる。そして、講習で得たお金は「東灘こどもカフェ」で使ってくださいと言う方もいて、非常にありがたい循環が起こっている。恩送りが非常に嬉しいと答えた。

「いきがい支援」 「～したい」を叶えるケア

在宅医療を柱に東京都国立市を1つのベースにしつつ、

全国でも在宅医療推進に向け多様な取り組み・連携を働きかけている新田國夫さんは、医療と介護の連携も含めて自身のつながりづくりについて紹介した。



新田 國夫氏

もともと外科医だったが、在宅を始めて35年になり、在宅で看取った人たちはおそらく1500人を超える。

また、全国在宅関係の22団体を組織した団体「日本在宅ケアアライアンス」の理事長を務めている。そこで、「在宅って何だろう」を今日一緒に考えてみたい。

1980年、90年代は「病気を治す医療」が主流だったが、総死亡数の50%以上が85歳以上になる現在、「治し支える医療」になっている。何を支えるのかと言うと、やはり生活を支える。そこで、「生活の充実」「人生の満足、いきがい」を支えていくことが重要な要素になる。「病気を治す医療」と「治し支える医療」の境界点は、その人にとって何が大切なのかということで違いが生じる。絶対視する命よりも、生活、あるいは人生のほうに重きを置く場合もある。特に85歳以上、90代の方が例えばがんになると、病気を治すより、その人の生活とか人生の満足は一体何だろうかを一緒に考えることに重点を置かざるを得なくなる。結局、在宅医療は患者本人とその家族のケアを対象にし、患者本人に対してはQOL、人生の最善化を目指すものであると考えている。

このQOLとして3つのライフ「生命」「生活」「人生」があり、どこに重点を置くかは人によって違う。特に患者本人が最善と思えるライフに「生活」と「人生」を目指すことが在宅医療提供の際の重要なポイントである。その意味で「終末期」から「人生の物語の最終章」への転換という言い方をしている。

高齢者の多くは治らない病いや障がいを持ちながらも、自分らしいライフ（生活・人生）を、死を迎える瞬間まで歩み続けることになる。例えば、今日外来で来た一人暮らしの94歳の男性に「あなたは何を大切にしているか」と聞くと、「健康でいること」。「健康でいるためには？」とさらに聞くと、「おいしいものを食べること」。もう1つ大切なことは「誰かと一緒につながっていること」。「誰か」というのは、近所の人という感じで答えた。そういう意味で、94歳の男性は「人生の終末」ではなく、いわゆる「人生の物語の最終章」を生きている。死すべき運命にある人間の尊厳ある死も含めて、つまり死を看取るということも含めてQOD（Quality of Death）と言うが、そこも重要にする。

そして「人生の物語の最終章」を書き終えるために必要なのが、いきがい。いきがいを支えるのは「つながり」を保ち、「こだわり」を尊重し、「いきがい感」を促すケア、つまり本人がしたいことを叶えるケアだろうと思う。それを本人が見つけてしっかり言葉で言うのはなかなか難しく、つぶやきとして表明されることもあり、それを聞くことが大事。二十数年、半身麻痺で診た男性に「何がいき

がいか」と聞くと、「週に1回来る息子が淹れるコーヒー」と言った。「この人にとってはこれがいきがい」と改めて思った。つぶやきも含めて、私たちはきちっと一緒に考えていくことが大事だと思う。

日本在宅ケアアライアンスが目指すものは、「いのち、暮らし、いきがい」を支え、「思い・願い・望み」を本当に叶えているのか。専門職は、何のためにケアしているのかをきちんと見ていく。専門職だけではなく、住民と一緒にその人の「思い・願い・望み」を叶えていくことだろうと思う。

国立市は人口約7万5000人で、認知症の方に対して特に私たちは気にしている。13年には75歳以上で在宅で認知症独居の人は56人。5年経った18年には178人で、さらに今増えている状況。この人たちが一人暮らしをすることが可能なのは、これまでの地域とのつながりがあるからで、一人暮らしで認知症になっても地域の支援があるから生きていける。隣家に102歳の一人暮らしの重度認知症の方がいて、住民の方が転んだところを見て救急車を呼ぶが、毎回「私は行きたくない!」と言って拒否するので、私が家の中に連れていくと、「おしっこしたい」と言うので仕方がないからポータブルへ連れていく、このような地域のつながり。悲惨なことは検死対象になる人の3分の1は一人暮らしの高齢者なので、そこもつながりで見ていかないと防ぐことはできないだろう。

国立市では在宅療養推進連絡協議会をつくり、専門職だけではなく必ず市民が入って、「多職種連携部会」「情報共有のあり方検討部会」「ACP・看取り検討部会」「災害・感染症対策検討部会」をもう15年実施している。また、普通は都道府県でつくる地域医療計画を市でつくっている。医療・介護が必要になっても住み続けられるまちとして、市民が望むべき姿というのは何かと基本を考えている。健康まちづくり戦略基本方針は「つながり、集えるまち」「多様で豊かな食と文化を志向するまち」「楽しく喜びにあふれるウォークアブルなまち」を掲げている。つながっていかないと健康ではないだろうというのが基本である。

「薬から食へ」ということで、まず高齢者の居場所「オリーブの食卓」を94年から始めた。最初は宅老所から始めて認知症の人だけを見ていたが、だんだんごちゃまぜになってきて、近隣と交流が少ない独居高齢者や認知症の方々の役割や居場所として毎月開催。献立は参加者で考え、ボランティアや職員の見守りで調理している。ボランティアの交流の場でもあり、課題があれば包括等につなげている。2つ目は、多世代居場所「くにちゃん食堂」。子どもから高齢者までの居場所でカレーライス等を提供し、個食や孤立を早期発見して安心して集える場として毎月開催、学習支援や工作教室も行っている。また、学校等と連携を図り、問題のある家庭の見守り支援も行っている。3つ目は、毎週開催している「だがし屋の日」。高齢者、認知症の方、地域住民ボランティアが駄菓子を販売することで役割を持ち、子どもたちと交流できる場である。コロナ禍の時も開き、ずっと継続して行っていると締めくくった。

地域の活動につながっていくためのアドバイスを清水が尋ねた。新田さんは、地域にはつながりたい人はいっぱいいる。だから、場をつくと自然に集まって、飲み会を開いて、お互いに好きなことをして、「次は、あなたが主体」となる。最初にお金を出して設定してきたが、口を出したことは一切ない。皆さんに自由にやってもらって30年続けている。また、必要なことが出てきたら、場所を市の人も含めて探し、考えて、つくる。それが市の政策にもなっていく。そういった感じの30年間だったと答えた。

「つながりづくり」をさらに進めるには？

後半は、まずそれぞれの登壇者の話を聞いての感想・質問等がないか清水が尋ねた。

貝長さんは中村さんに、そもそも神戸に帰る時に今のような活動をしようと考えていたのかと質問した。中村さんは、東京で単身赴任をしていた時も住んでいた千代田区のまちおこしみたいなことをしたが、明確なものはなかった。自分の居場所が欲しかったというだけだったと答えた。

江田さんは新田さんに、地域と関わろうとしてくれる医師が佐々町にもいるが、フラットに付き合えるポイントや、医師が地域に入りやすいことはあるかと質問した。新田さんは、医療モデルではなく、生活モデルの考え方として医者がまず地域に入らなければいけない。そうしないと、どうしても地域の方とズレが出る。地域づくりは同じ目線でいくものだから、医者たちにも「一緒に地域づくりをしよう」と声をかけ、仲間に入れてほしいと答えた。

貝長さんと江田さんに、失敗例をうまく展開して成功例にした経験を清水が尋ねた。貝長さんは、どちらを選択するの時にかなりの確率でいい方向を選択してきている。今までで大きなミスをしたのは、忘れもしない17年の4月25日。協議体を始めるまではものすごくフラットにいい感じでお話し会ができていたのに、年度が変わって生活支援体制整備事業・協議体が始まりSCが配置され、ちょっと構えてしまい、協議体をスクール形式の会議形式で行い、怒られたし、失敗したと自分でも思った。その次からはまた元に戻したと答えた。

江田さんは、考え動きながら常に新たに変えていくという形で進んでいるので、失敗だらけでもあるし、どこが失敗だったかなと思うところもある。「さぎまる市場」は、最初は年に1、2回開き、2年で400人も500人も集まるような規模になったが、みんなでの振り返り会で、障がい者の方々はどうだったのだろうか、したいことだったのか、楽しめたのだろうかという声が出た。改めてスタート時に掲げていた「当事者の思いを大事にする」ことを考え、今「さぎまる市場」は障がい事業所の方々による毎月のマルシェに変わっている。常に振り返りをしながら、そして最初の皆さんの心意気はどこだったのかを大事にしながら進めていると答えた。

続いて、参加者の皆さんからの質問コーナーに移り、清水が質問を読み上げた。

【貝長さんへの質問】

Q 若い方でも勉強会に興味を持ってもらえる内容や周知の方法を教えてください。

A 協議体のロゴをデザインしてくれたのは大学生たちだった。彼らは「地域づくりに興味がある」と言って、太子町の住人ではなかったが、何回も何回も太子町を訪ねてくれて、夜の協議体にも出てくれた。興味のある若い人はいろいろ探していると思うので、つながるきっかけはこの市町村にもあると思う。若い人は違うと排除しなければ、いくらでも若い人に入ってもらえると思う。

Q メンバーの高齢化が進んでいて、次の世代にバトンをどのように渡したらいいでしょうか。

A 私の後任のSCはものすごくつながりづくりが得意で大好き。たしかに17年当時の協議体メンバーは年を取るが、うちの協議体は出入り自由なので、前回7月に協議体をした時には地元の若い住職が参加し、お寺だからできることは何だろうと話し、今月からスマホ講座の会場にお寺を開放してくれた。広げておいたら「協力するよ」と言う方が入ってくると思う。

Q 「本音で語ろう!! 情報交換会」の募集の方法など仕組みを教えてください。

A 大阪府が主催し、大阪府、さわやか福祉財団、大阪ブロックのさわやかインストラクター、大阪府内のSCが実行委員という形で、年2回、平日の午後で開催している。募集は、府内のSC、元SCを対象に大阪府から府内の市町村全部に発送してもらっている。

【江田さんへの質問】

Q 「地域まるごとサロン」にはどんな工夫がありますか。

A 自治会で実施していた高齢者のサロンを、多世代の「地域まるごとサロン」に変えていくことは、すべての地区で簡単に移れたわけではなかった。最初は自治会長さんたちから「無理だ」と言われたが、それぞれがチャレンジしてくれた。今まで高齢者の居場所は老人会や民生委員などと話し合っ立ち上げていたが、女性部やPTA、自治会の中の若い世代に話をしたら、「実はそんなことをしたかった」「何かつながる機会が欲しかった」という若い方の声を初めて聞いた。そして、積極的に毎月企画を立ててくれた。しかし、今まで来ていた高齢者の中には来づらくなったという方もいた。それで、敬老会などのイベントに若い世代にも参加してもらい盛り上げてもらった。こうやってお互いつながろうとしている気持ちを伝え合ったことによって、「地域まるごとサロン」にも来てもらえるようになった。開催日を平日から土曜日に変えたことも良かった。日々少しずつの変化を楽しみつつ、悩みながら実施している。

Q 居場所の実施主体は多世代包括支援センターですか？

A 実施主体は有志の方々の、例えば、「フリースペースなずな」は地域の中で個人的に引きこもり支援をし

ていた方が「居場所を立ち上げたい」と民生委員に相談し、有志の方々が立ち上げた。有志の方々がそれぞれの分野で活動をしている。

【中村さんへの質問】

Q 年間365日オープンしている秘訣、ポイントを教えてください。

A 家族も含めて地域のひととの緩やかな関係。そのぐらいのイメージで家族も地域もつながっていきこうということが365日オープンにつながっていると思う。

Q ずばり赤字が出た時はどうしていますか。

A 部屋を借りたり、いろいろ準備をするので、スタート時はどうしても赤字になる。3年、5年で赤字を解消していく。「東灘こどもカフェ」もそういう形で解消した。「甲南げんき村」はこれから2、3年で解消できるという大体のめどは立っている。地域で頑張ろうという所が赤字になって消えていくのは悲しい。いろいろなご支援も得ていくように、アピールをしていきたいと思う。

【新田さんへの質問】

Q SCの役割は「いきがい支援コーディネーター」と変えてもいいと思える内容だった。つながりを拒否し、地域で孤立しているような男性へのアプローチはどうしたらいいですか。

A 大変重要な質問で、一番困っているのはつながりを拒否する方。拒否もその人の人権だと思うが、私たちは皆さんに参加してもらいたいので、つながりが大切だと説明する。包括の方たちは根気強く拒否する方の所へ行き、その人の趣味とか何か1つのつながりを見つけたら、もうチャンス。ただ、それを見つけるまでには時間がかかるので、それに対応する人がどこまでいるのか。また、SCは単に生活をコーディネートするだけではなく、基本はその人のいきがいつくりにために生活支援をするわけなので、SCは「いきがい支援コーディネーター」と同じだと思う。

Q 認知症の方やケアが必要な方が安心して地域で暮らすために、地域の住民はどんなことに気をつけたいのでしょうか。

A 認知症の方は1人でいる時に不安等がある。今はデイサービスがどこでも非常に頑張っているのですが、その人にふさわしいデイサービスへ昼間は行ってもらうが、問題は夕方4時頃にデイサービスが終わって、家族が帰るまでの間を誰が見るのか。認知症サポーター養成講座を受けた人たちがたくさんいると思うから、さらに伴走者にレベルアップして、それぞれの認知症の方に寄り添うことを地域で取り組むことが必要だと思う。

地域共生社会づくりで大切にしたいキーワード

「これからの地域共生社会づくりで大切にしたいキーワードは何か」を登壇者に聞くと共に、参加者には書き込み式で尋ね、画面に映して共有した。

貝長さんは、「上手に自然に巻き込む」ことが大事だと思う。江田さんは、「ワクワク」。中村さんは、「丸ごと」とか「ごちゃまぜの恩送り」で、恩をつながりとして、それぞれが送っていくことが大事ではないかと思う。新田さんは、「人の心を紡ぐ」。

画面では「つながり」という言葉が一番多く、「いきがい」「認め合い」など多様な言葉が寄せられ、いろいろな考え方、働きかけ、取り組み、思いを持ってキーワードにされていることが改めてうかがえた清水がまとめた。

(このキーワードは「ダイジェスト版」の表紙で紹介)

最後に、参加者へのメッセージを聞いた。

新田さんは、「生活支援」という言い方は上から目線のような気がして仕方がない。本人たちがどのようないきがいを持って生活したいか、それを支援するにはもう少し違った言葉でないと、もう一歩進まないという気がしていると述べた。

中村さんは、多世代交流の居場所をたくさんつくってほしい。手作りの自分流の、いろいろな形の居場所がたくさんできるように力添えもしたいと述べた。

江田さんは、ある認知症カフェで、終わった後に「今日もお互いの生きる力を引き出していたね」「感動したね」、そして「支える人も支えられる人もワクワクしながらでないと前に進まないね」「でも、ワクワクって、年を取ったら少し感受性が薄らぐのよね」「それを補ってくれるのはやはり仲間。自分の存在を認めてもらうこと。そのためにつながろうとするのかな」という話をしたと仲間から聞いた。つながることを苦手としている方々には、こちらが何気なく寄り添いながら、その方の存在を認めるだけで、その人らしさが表れ、その時に「つながったこと」になるのかなと思う。これからも一人ひとりを大切にしながらつながり続けていきたいと述べた。

貝長さんは、実は私自身太子町の住人ではないが、太子町が好きで太子町のために頑張りたい。これは仕事をする身としてはものすごく大事なことだと思う。何か特別なことをしているつもりも感覚もない。ただ、我が事と思って、我がまち太子町を考えていきたい。我が事であるから、太子町の中で自然とネットワークが広がったり、つながっていくのかなと思う。諦めたり、できない理由を探すより、こんなことを考えた、こんなことをやろうなど明るく気持ちを上げていくと、自然と良い方向に良い形に転がっていくと思う。頑張ってやっていきましょうと述べた。

清水は、まさに「いきがい」「助け合い」、そして「楽しさ」「ワクワク」にもつながってくる。一方で、「つながり」は今一番社会が抱えている大きな課題となっている。地域の皆さん一人ひとりがつながり合いながら、答えは1つではなく、皆さんそれぞれが考えていく先に、より良い地域づくりがあると改めて思ったと締めくくった。



清水 肇子

参加者の皆様より

アンケートをはじめ、寄せられた声から一部をご紹介します。

(カッコ内は所属または肩書)

- ◆各登壇者のお話は聞いていてハッとさせられる内容ばかりで、また、SCとしては自分だけではなくぜひ職員にも聞いてほしい！と思いました。受講した私自身が伝えればいいことなのでしょうが、それよりも直接聞いてもらいたいと思いました。(SC)
- ◆重要なポイントが満載でした。特に病気や障がいの有無、年齢にかかわらず、どの人も助けてもらう側になるばかりでなく、他者の役に立つことで元気になるという話に納得・共感した。当団体が行っている地域活動のグループ創出の方向性が間違っていないことを再認識し、これからも活動を頑張りたいと思った。(NPO・民間団体)
- ◆全国で「いきがい・助け合いの地域づくり」において成果を上げている方々のご発表をうかがいとても参考になり、かつ刺激になった。心の底からやる気が湧いてきます。(行政職員)
- ◆特別トークの内容は、共通してつながりづくりの重要性がエビデンスを基に拝聴できることで納得感があり、地域住民にも情報提供したいと感じた。(社協)
- ◆自分たちが生きているこの時代を知り、何が問題で今後何に取り組まなくてはいけないのかを考えさせられた。(包括)
- ◆支援者として、本人を一人の人間として理解し、場につなげるということ、関わる様々な人間が意識してできることが、今後の社会づくりの要だと再確認した。SCはつなぐだけではないし、医者だから病気を診るだけではない。一人の人間の生き方を一緒に考えられる人間であることの人間性の大切さを、当たり前にいろいろな場面で伝えてほしいし、伝えられるようでありたい。(社協)
- ◆各地域の特性にあった、その地域ならではの取り組みを楽しく聞く中で、「がんばりすぎない」「サービスを作ることを目的にしない」「本人の好き、やりたいの実現を考える」等々、現場で本当に必要なことを学ばせていただきました。(その他)
- ◆「助けられ上手」になることを集いの場の代表者に投げかけていきたい。(SC)
- ◆「SCの任務と役割」の中で、「当事者の力は無限大！」という話がありましたが、当事者主体の地域づくりを進めていきたいですね。介護サービスにつなぐのが目的になってしまいがちですので、気を付けたいです。(SC)
- ◆「地域に根ざした協議体の構成と取り組み方」で、やはり住民主体とは何か？が大切に扱われている地域は豊かになっていくと感じた。(その他)
- ◆今まではきらきらさん探し、熱く動いている人探しが難しいから居場所づくりが進まないんだと思っていました。自分も含め、ちょっとこんな事ならできかなと思うことから入ればいいんだと、いかり肩がなだらかになりました。こんな地域に住みたいと、とにかく出来る事から発信して、仲間を作って和気あいあいやれればと思いました。助けられ上手になって始めましょう。(その他)

- ◆ ボランティア活動とケアマネジャーがうまくつながることが大切。現状ではあまりないことです。(その他)
- ◆ 有償ボランティアと助け合い活動が、有料サービスとは根本的に違うことがやっと説明できるようになった。移動支援を担う人への支援方法に苦慮していたが、ケースごとにいくつかの方法を知り、実施できそうなめどが立ったのでとても良かった。(S C)
- ◆ 私の担当する地域でも、小さいですが有償ボランティアによる高齢者等の生活支援を行う団体を立ち上げました。ボランティア＝無償という考えがまだまだありますが、余計な気遣いをなくし継続した活動を行うためにも、有償ボランティアは有効だと思います。災害などの非常時は除き、有償ボランティアが普通の助け合いとして広まるような周知活動が必要だと思います。(S C)
- ◆ 「近隣助け合いの広げ方」で、困り事を聞くと意外と誰でもできそうなことが多いということは、誰もが助けることができるということ。若い世代に引き継いでいかないといけない。(S C)
- ◆ スローショッピングを構想しており、とても興味深い内容であった。本人が楽しむことが大事、今後のチームオレンジの活動の参考になった。(認知症地域支援推進員)
- ◆ 初めて「スローショッピング」という言葉を知りました。今、コスパやタイパという言葉が若い層を中心に流行していますが、効率よりも人に寄り添える社会を作りたいな、と改めて思っています。(S C)
- ◆ 認知症の人と共に生きる地域をどうつくるか、認知症の方が得意とする分野を見つけ出し、なんでも挑戦させてくれる場所を提供してきた演者に感動しました。さらに商品化まですすめてしまう素晴らしさを学びました。楽しいと思える場所には自分から行きたくなる。(その他)
- ◆ 男性シニアの方々の地域デビュー、通いのデビューのコツがよくわかりました。「誰かの支えになってください」よりも「よかったら顔を出してみませんか」で足を運んでもらうと、その方自ら「オレこれできるよ」と、これまでの仕事の経験や趣味の知識や技術が自然に引き出され、結果、それが誰かを支えていくことにつながっている。そういう場が成功につながっているんだ！を知ることができて良かったです。「支援臭をなくす」のキーワードも学びになりました。(S C)
- ◆ とにかくつながる！とても大事だと考えるものの難しいとも思っています。でも、早いうちからということにも頷けました。高齢になったらではなく、動き始められたら良いのだと感じました。(N P O ・民間団体)
- ◆ 事前に募集したアンケートでの答えも、実際の経験をもとに話がありイメージがしやすかった。(その他)
- ◆ 「語ろう編」の参加方法が楽しかった。(その他)
- ◆ 短期集中で受講でき、オンデマンド配信で繰り返し見直したりできるのがいい。また、講師陣や実践者の発表が参考になることが多く、自分たちの活動の振り返りや今後の活動のヒントになっている。今後も参加したいと思う。(その他)
- ◆ 用意されたどのテーマも興味深い内容であり、印象的だった。ここで学んだことを他の人にも伝え、よりよい地域づくりに向けて寄与していきたい。(N P O ・民間団体)

開催概要

開催時期

2024年10月15日（火）～10月24日（木）

開催方法

完全オンライン配信形式

2024年11月30日（土）までアーカイブ配信

プログラム

オープニングフォーラム / 特別トーク /

個別テーマ 学ぼう編（事前収録）、語ろう編（ライブ配信）

参加費

1,000円（税込み）

本フェスタ終了後、いただいた参加費と同額を、さわやか福祉財団「地域助け合い基金」に地域活動応援のために拠出します。

主な対象

生活支援コーディネーター、協議体構成員、地方自治体、社会福祉協議会、地域包括支援センター等の地域づくり関係者、国・関係機関・NPO・民間団体の関係者等、助け合い・支え合う地域づくりに関係する方、その他関心を持つ一般住民など

主催

公益財団法人さわやか福祉財団

後援

厚生労働省（社福）全国社会福祉協議会 日本生活協同組合連合会

（一社）日本協同組合連携機構（一社）全国農業協同組合中央会（公財）全国老人クラブ連合会
（特非）高齢社会をよくする女性の会（公社）日本プロサッカーリーグ（Jリーグ）

（一社）医療介護福祉政策研究フォーラム（特非）地域共生政策自治体連携機構（認定特非）日本NPOセンター
高齢社会NGO連携協議会 日本退職者連合

（一財）医療経済研究・社会保険福祉協会 医療経済研究機構 国際長寿センター（日本）

（一財）健康・生きがい開発財団（認定特非）サービスグラント

（特非）全国移動サービスネットワーク（特非）ニッポン・アクティブライフ・クラブ

（認定特非）日本ファンドレイジング協会（特非）全国コミュニティライフサポートセンター

（公財）公益法人協会（公社）日本フィランソロピー協会

小規模多機能自治推進ネットワーク会議（一社）シニア社会学会

（公財）Uビジョン研究所（一社）日本在宅ケアアライアンス 日本障害フォーラム

（公社）日本医師会（公社）日本看護協会（一社）日本老年医学会（公社）日本社会福祉士会

（公社）日本介護福祉士会（一社）日本介護支援専門員協会（公社）全国公民館連合会 全国自治会連合会

（公社）日本理学療法士協会（一社）日本作業療法士協会（一財）高齢者住宅財団

（一社）高齢者住宅協会（一財）年金住宅福祉協会

（一社）日本経済団体連合会（経団連） 日本労働組合総連合会（連合）

（順不同）

プログラム・配信スケジュール

■ 学ぼう編 (事前収録配信)

■ 語ろう編 (ライブ配信)

10月

	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)
13:00	開会メッセージ	生活支援 コーディネーターの 任務と役割	共生型常設型 居場所の広げ方	近隣助け合いの広げ方
14:00	オープニング フォーラム 地域共生社会を みんなで作るための 提言			
15:00	特別トーク (特別講演)	地域に根ざした 協議体の構成と 取り組み方	有償ボランティアによる 生活支援の広げ方	認知症の人と 共に生きる地域を どうつくるか
16:00				
17:00				

	21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)
13:00	シニアの地域参加 の広げ方	生活支援コーディネーター と協議体は どう働きかけたらよいか やらされ感を払拭して いきいきと活動する 地域づくりのコツや 方策とは	居場所と有償ボランティア をどう広げたらよいか 誰もが助けてと言える 場づくりと助け合い活動の 進め方とは	特別トーク (特別講演)
14:00				子どもの育ちを 地域で応援しよう
15:00				

巻末に寄せて

「いきがい・助け合いオンラインフェスタ2024」には1600人を超える皆様に様々なお立場でご参加いただきました。全国からのご登壇者は53人に上ります。

また、本フェスタは、参加費（お1人1,000円）と同額を当財団の「地域助け合い基金」に拠出し、全国の助け合い活動支援に活用させていただく「チャリティーフェスタ」として開催しました。全国からお申し込みいただいた皆様、登壇いただいた皆様、招待者分を含め、1,615,000円を「いきがい・助け合いオンラインフェスタ2024一同」名で、2025年1月27日に上記基金に繰り入れました。全国の地域活動を応援するために全額使わせていただきます。

オープニングフォーラム



「オープニングフォーラム」の動画は当財団ホームページでご覧になれます。

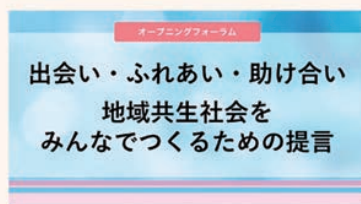
ホームページのトップページ「ライブラリー」→「いきがい・助け合いオンラインフェスタ」



<https://festa.sawayakazaidan.or.jp>

オープニングフォーラム

「出会い・ふれあい・助け合い
地域共生社会をみんなでつくるための提言」



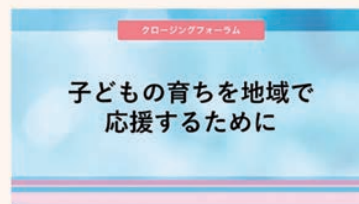
特別編

「誰にも役割と出番がある社会を
分身ロボットカフェ DAWN ver.βを訪ねて」



クロージングフォーラム

「子どもの育ちを地域で応援するために」



また、23年に開催した「いきがい・助け合いオンラインフェスタ2023」の「オープニングフォーラム」「クロージングフォーラム」「誰にも役割と出番がある社会を分身ロボットカフェ DAWN ver. βを訪ねて」の動画もご覧になれます（「ダイジェスト版」のダウンロードもできます）。
<https://festa.sawayakazaidan.or.jp/2023>

※「QRコード」は株式会社デンソーウェアの登録商標です

いきがい・助け合い オンラインフェスタ2024

ダイジェスト版

2025年2月発行

発行：公益財団法人さわやか福祉財団

〒105-0011 東京都港区芝公園2-6-8 日本女子会館7階

電話 (03) 5470-7751 FAX (03) 5470-7755

URL <https://www.sawayakazaidan.or.jp>

このダイジェスト版は再生紙を使用しています

地域の助け合いを応援しています!