



いきがい・助け合い オンラインフェスタ 2025

すべての人が幸せに暮らせる社会へ

ダイジェスト版



築・ふれあい社会



公益財団法人

さわやか福祉財団

誰もが尊厳を持って暮らせるためには いきがい・助け合いが原点です

「いきがい・助け合いオンラインフェスタ2025」に大変多くの皆様にご参加いただきまして、誠にありがとうございました。3回目を数える今回も、全国から地域づくりに関心を持つ様々な皆様にご視聴いただき、大きな反響を頂戴しました。

コロナ禍により社会的関係の断絶が進み、孤独と孤立が深刻な社会問題を生んでいます。「つながり」の大切さが再認識されていますが、個人主義が進んだ都会でどのような地域の仕組みが構築できるのか。人口が大きく減少している中山間地で物理的な距離の遠さも含めてどのように助け合えるのか。これらは簡単に答えが出て解決できるものではありません。関係者一人ひとりがそれぞれの地域の課題に向き合い、そして、思いに共感する人々を、少しずつ、一人でも多く広げていく地道な働きかけしか解決方法はありません。

地域で奮闘しながらも壁にぶつかり、あるいはどのように始めてよいかわからない、そうした悩みを持つ方々が全国に多くいらっしゃいます。また、働きかけの成果は見えてきて次の展開に進んでいきたい、そんな意欲的なお声が寄せられることも増えてきました。各地で頑張っている皆様を応援するため、このフェスタでは、学んでおくべき社会の動きや関心の高いテーマの実践例など、幅広く設定しました。すべてを視聴できていないという方も、このダイジェスト版で内容のポイントが確認できます。ぜひ、ご関心のあるページから自由にご覧いただき、皆様の活動の参考にしていただければ大変幸いです。

地域の暮らしを考えたとき、もちろん、助け合いだけで行えることには限りがあります。公助・共助（社会保険サービス）による必要な整備・サービスがなければ生活は成り立ちません。しかし人生100年時代、「尊厳のある暮らし」の一番根底に必要なものが本人のいきがいではないでしょうか。いくつになっても、認知症になっても、障がいがあっても、自分を生かして社会とつながれるように。そして、それを可能にするのが、誰でも役割が持てる助け合いです。そこに助け合いの価値があります。いきがいと助け合いの関係、取り組みは、地域共生社会のいわば原点といえます。

今回の開催にあたり、引き続き大変すばらしい登壇者の皆様にご支援をいただき、また多くの団体の皆様にご共感いただき、ありがたいご後援を頂戴しました。今回も「参加型寄付」プログラムとして、参加人数と同額を当財団の「地域助け合い基金」に拠出いたしました。

皆様のご参加、ご支援に、改めて心から御礼申し上げます。

すべての人が幸せに暮らせる社会に向けて、ぜひ共に頑張っていきましょう！

公益財団法人さわやか福祉財団
理事長 清水 肇子

■ オープニングフォーラム

みんなの参加で地域共生社会を実現しよう …4

【進行役】 宮本 太郎	中央大学法学部教授
瀧 靖之	東北大学スマート・エイジング学際重点研究センター センター長 東北大学加齢医学研究所教授
秋山 正子	暮らしの保健室室長 (認定特非) マギーズ東京センター長
稲葉 ゆり子	たすけあい遠州代表
菅野 浩之	(一社) 全国信用金庫協会常務理事

■ 学ぼう編

都市部を中心とした近隣助け合いの広げ方 …10

【進行役】 高橋 良太	(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
柿沼 弦司	四街道市旭中学校地区第2層S C
鈴木 恵子	(認定特非) ずずの会理事長
岩元 伸司	(社福) 鹿屋市社会福祉協議会地域福祉課課長

小規模自治体で助け合いをどう広げるか …14

【進行役】 丸藤 競	(一社) みなみ北海道地域づくりサポートセンター代表理事
梶谷 唯花	真狩村第1層・第2層S C
河村 侑乃	九戸村保健福祉課 上席主任保健師
早川 理恵	(社福) 大和の園園長

助け合いへの参加・創出に向けてのアプローチ手法 …18

【進行役】 飛田 敦子	(認定特非) コミュニティ・サポートセンター神戸事務局長
今泉 靖徳	八王子市第1層S C
大串 倫子	西海市包括支援課 保健師

誰でも受け入れる居場所にするには …22

【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
加藤 由紀子	(特非) ふれあい天童理事長
上田 潤	(一社) ヒトナリ代表理事
中村 悦子	(一社) みんなの健康サロン海風代表理事

認知症の人と共に生きる地域づくり …26

【進行役】 堀田 聡子	慶應義塾大学大学院健康マネジメント研究科教授
さとう みき	とうきょう認知症希望大使
村瀬 孝生	よりあい統括所長
横山 麻衣	藤枝市地域包括ケア推進課 認知症地域支援推進員

子どもの育ちを地域で応援しよう …30

【進行役】 奥山 千鶴子	(特非) 子育てひろば全国連絡協議会理事長 (認定特非) びーのびーの理事長
小林 普子	(特非) みんなのおうち代表理事
藤田 直美	special SIBLINGS代表

企業と連携した地域づくりの進め方 … 34

- 【進行役】 中村 順子 (認定特非) コミュニティ・サポートセンター神戸理事長
高野 康栄 佐渡市第1層SC
野老 真理子 大里総合管理(株) 相談役
佐藤 清和 厚生労働省老健局認知症施策・地域介護推進課
地域づくり推進室長補佐

シニアの地域参加の広げ方 … 38

- 【進行役】 岡野 貴代 (公財) さわやか福祉財団共生社会推進リーダー
渡辺 恵司 (社福) 江東区社会福祉協議会会長
(特非) こうとう親子センター副代表理事
下郷 幸 ダイヤランド暮らしの応援隊副代表
勝部 麗子 (社福) 豊中市社会福祉協議会事務局長

■ 語ろう編

生活支援コーディネーターと協議体による地域づくり … 42

— 悩みを出し合い様々な解決方法を共有しよう —

- 【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
田中 明美 奈良県福祉保険部次長
斉藤 節子 南アルプス市元第1層SC
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SC

有償ボランティアによる生活支援（移送含む）の 具体的な立ち上げノウハウ … 49

- 【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
加藤 由紀子 (特非) ふれあい天童理事長
河崎 民子 (特非) 全国移動サービスネットワーク副理事長
田口 研一郎 葛城市第1層SC

助け合いの社会的価値とつながり方 … 56

- 【進行役】 清水 肇子 (公財) さわやか福祉財団理事長
河田 珪子 支え合いのしくみづくりアドバイザー
高木 大資 京都大学大学院医学研究科社会的インパクト評価学講座特定准教授
新田 國夫 (一社) 日本在宅ケアアライアンス理事長

■ 特別トーク

SCと協議体とフレイル予防 生活支援体制整備事業の協議体における フレイル予防の意義とSCへの期待 … 63

辻 哲夫 (一財) 医療経済研究・社会保険福祉協会理事長

多世代交流の意義と社会参加 … 64

藤原 佳典 (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

孤立予防と社会参加、助け合い

つながりの力 …65

近藤 克則 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

認知症の理解と対応

認知症の人が当たり前前に生活ができるための地域づくり …66

杉山 孝博 (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顧問

これからの社会保障 …67

中村 秀一 (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

金融と福祉の連携

高齢化とお金のトラブルに備える新しい支援 …68

駒村 康平 慶應義塾大学経済学部教授
慶應義塾大学経済研究所ファイナンシャル・ジェロントロジー研究センター長

地域共生社会と地域包括ケア

“地域”共生社会と地域包括ケアシステム …69

田中 滋 埼玉県立大学理事長
慶應義塾大学名誉教授

住民の地域参加とウェルビーイング ～国際比較の視点を交えて～ …70

松岡 洋子 東京家政大学客員教授

外国人との共生 …71

是川 夕 国立社会保障・人口問題研究所国際関係部長
博士(社会学)

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

「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「みんなの参加で地域共生社会を実現しよう」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。

「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。

*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・目次肩書ではS Cと略しています。
文責・さわやか福祉財団

みんなの参加で 地域共生社会を実現しよう

【進行役】	宮本 太郎氏	中央大学法学部教授
【登壇者】	瀧 靖之氏	東北大学スマート・エイジング学際重点研究センター センター長 東北大学加齢医学研究所教授
	秋山 正子氏	暮らしの保健室室長、(認定特非) マギーズ東京センター長
	稲葉 ゆり子氏	たすけあい遠州代表
	菅野 浩之氏	(一社) 全国信用金庫協会常務理事

進行役の宮本太郎さんが、冒頭、今回のオープニングフォーラムの趣旨等を説明した。

昨年のオープニングフォーラムでは地域共生社会はどうつくっていったらいいかということで、「つながる」「つなぐ」「『場』をつくる」という言葉で、その方法を考えた。

今回は、地域共生社会はみんなで作っていくものということをしかり受け止めるために議論を深めていきたい。

地域共生社会の理念と実現方法にちょっとギャップを感じないか。地域共生社会の理念は「支える側」「支えられる側」に分けるのではなく、誰もが支え合いの輪に加わり、みんなで作っていき社会であるが、一方、実現方法は縦割りを超えて包括的な支援をすることで、「つながり・つなぎ・『場』をつくること」も縦割りを超えて進めていかなければいけない。「縦割りを超える」と言うとき急にハードルが上げられたと思わないか。みんなが気軽に参加できるのだろうか。まして縦割りを超えるキーワードとして「包括的支援体制」「重層的支援体制整備事業」と言われると考え込んでしまうのではないか。

そこで、地域共生社会にみんながアクセスしていくポイントを考えたい。まず稲葉ゆり子さんからは「何から始める?」。稲葉さんは介護保険制度や地域共生社会というビジョンが出てくる前から、ちょっとした困り事に耳を傾けて、しかりそこに応えることで自然に縦割りを超えている。秋山正子さんからは「どうすすめる?」。支援している人のつながりをしかり受け止め、そのつながりに即した応援を考えていくことが縦割りを超えていくことに結果的になっている。菅野浩之さんからは、福祉の世界と、地域を主に支えている金融や経済の世界に壁を感じてしまうという「経済社会の壁?」。つながりや地域の持続可能性は金融やビジネスにとっても避けては通れない大問題で、地域の皆さんの問題意識と多くの接点があり重なっている。最後に瀧靖之さんからは、人生経験を重ねてきたが、今か



宮本 太郎氏

ら新しいことを始めてみんなに迷惑をかけてはいけないと思ってしまう「もうトシだしなあ」。実はつながるセンスはトシを超える。つながることの脳への効用について解き明かす。4人の登壇者の方たちから、この地域共生社会の4つのアクセスポイントを意識しながら、問題をうまく解消していく、あるいはそんなに難しく考える必要はないなど、たくさんのヒントをいただけたと思うと説明した。

お互いに安心していつの間にかつながる

静岡県袋井市で長年助け合い活動をしている稲葉ゆり子さんは、時間通貨、居場所「もうひとつの家」の活動等を紹介し、その思いを語った。

介護保険が始まる頃、さわやか福祉財団の時間通貨を考えるグループで勉強する機会があった。時間通貨は大人も子どももプロも素人も、持っている時間の価値は同じ。このお金ではない独自のツールを助け合いに活用しようと意見交換する中、みんなできやく見つけたのが、時間通貨は「うれしい気持ちを形にする」だった。それまで有償の助け合い活動をしていた私たちは「介護保険がよい制度になってほしい。そのためには助け合いが必要だよ」と話し合っていた。そこに知恵をくれたのが時間通貨で、「どんなツールにする?名前は何?仕組みはどうする?」とワクワクしながら話し合い、誰かがよいことをしたらこのまちのどこかに曼珠沙華の花が1つ咲く。時間通貨は曼珠沙華の切り絵にし、「周」という名前になり、以来20数年、「なくてはならない」ではなく、「あった方がうれしい」と私たちの活動に馴染んで、送迎をはじめちょっとお願いの場面にその都度登場。色とりどりの曼珠沙華は「ありがとう」と一緒に周ってくれた。

活動中にはずっと食があった。夕食を届け、居場所ではランチ、時には昼食届けも。「家族のしか作ったことがない」という人たちで始まった食事作りだが、人がいてく



稲葉 ゆり子氏

やった方がいいこと できること

うれしい気持ちが形になって 時間通貨

「なくてはならない」ではなく
「あった方がうれしい」



れたら何とかなる。「包丁使いがうまい」「洗っといてくれて助かったわ」と誉められるタイミングがあり、距離を置いてうなずく人がある。「調味料はこれくらいいい」「いつも同じでなくていいよ」と、一緒に作る仲間の声がいい。ほどほどのタイミングや距離感、言葉が伝わってできる食事は喜ばれて覚えられて記憶になって、その時々空気は心にも温かく残っている。「ここに来れば誰かに会えるもんね」と、調理場の中庭のベンチで小さな子を遊ばせながら話していたのは60代と30代くらいの女性。「座る場所があるといい」を実感した最初だった。

その後借りることになった家は、「もうひとつの家」と名付け、住んでいる家とは別に「いつ来てもいい、いつ帰ってもいい」という意味。場所は変わっても名前はずっと変わらない。子どもも高齢者もいて、赤ちゃんに団扇で風を送るおばあちゃんは90代で認知症。60代の彼女は「私にボランティアは無理」と言っていたが、4歳の男の子の保育園のお迎えをしたのがきっかけで保育園の行事にも代理出席し、「この子がよい青年になってほしい」とつぶやくことに。「袋井駅で降りたくなってしまう」と入ってきたのは名前も住所も知らない方、私たちは「ごゆっくり」と言うだけ。室内でも歩行器が必要な元美容師の80代の女性が、ある日「皆さんのカットをさせてください」。座椅子に座ってカットを始め、気がついたら立ち上がっていて、みんな「え?」。そして「いつもお世話になるばかりで」と言う。80代からほぼ10年間お茶を出してくれた彼女は今96歳で、「コロナがなきゃ、お茶を出せていたのに」と言う。バスに乗ってきた90代の女性が「今朝は富士山がきれい」。すると「だからあなたの目はきれいなね」と70代のみっちゃん。みっちゃんは認知症。そばで80代の女性が「みっちゃんに『周』をやらにゃ」とおまけがついた。「もうひとつの家」は瞬間、瞬間の感動が言葉で重なった。30年前、働く女性を応援しようと会を立ち上げた。このテーマ、しかも有償で「わかってもらえるかしら」と心配しながらのスタートだったが、子どもや高齢者のことで「何かできるかも」と関心を持ってくれる人たちがいた。「お願いします」の声も届いて、ドキドキしながら初めて会う一人ひとりとつながり始めた。「いいことを始めてくれた」「これからは安心だわ」という理解者の声は何よりうれしかった。活動に参加することはそのまま学びになり、成長につながることも実感できた。加えて「ありがとう」を受け取った時の表情がいい。20年以上前も今もうれしい

言葉をいただいている。そういう方々の寄付や理解者の応援の寄付もあって、これまで活動を続けることができた。中には今も使えない寄付金がある。Mちゃんからの手紙は「今日は小学校の卒業式、こんなに元気に成長できたのも助け合いの人たちが支え、助けてくれたおかげです。助け合いは私のもうひとつの家です」とあり、恩返しに寄付として5000円札が入っていた。このお札は今もそのまま。

92歳の彼女は65歳から90歳まで助け合い活動に参加。今は訪ねる度に「仲間になってよかった」と言ってくれる。70代の彼女は「助け合いのおかげで今がいい」と言う。施設の部屋に97歳の彼女を訪ねると話が弾み、「お皿をたくさん洗ったね。私にもできることがあった」と言う。

転んで肩の手術をして重い物が持てない、高い所は届かない、運転免許証は返納となった私に仲間が運んでくれたのは、言葉と一緒に頼みやすい空気だった。それで今いい時間を持つことができている。小さな助け合いが続いて思うことは、感謝は支える側にあるということ。あの人の暮らしの中に心をおける場所を見つけてほしい。そう思いながら今も活動していると締めくくった。

宮本さんは、居心地のいい場でいろいろ役割があり、自然にシニアの方が働く女性の応援をしている。働く女性の応援と「もうひとつの家」のつながりがよくわかったと言いつつ、どういうふうにつながりが見えてきたのかと尋ねた。稲葉さんは、会を立ち上げる時に、働いている人たち10人と、翌週にはすでに働き終わった人たち10人、両方の話を聞く機会をつくった。「どんなことに困っている?」と聞き、翌週には「それ全部できる」とわかった。地域の困り事も「こういうことならできる」「これやってもいいよね」と動いてきた。「参加があって、学んで、成長」の「成長って何?」とみんなで話すが、活動に参加して初めて人としての謙虚さが言葉や日常の活動の中に出てくる。そうしてお互い安心してつながる関係がいつの間にかできてくる。私もいっぱい感謝している。いろいろな人が、人や事をつなぐを運んでくれて、それがうまく時代やまちの空気に合ったと思うと答えた。

お互い様の関係が支え合う基盤になる



秋山 正子氏

1992年から地域で訪問看護を始め、「様々な相談事をフランクに話せる場があれば」と思い2011年7月に都会の団地の中で「暮らしの保健室」を始めた秋山正子さんは、地域で高齢者を見守る取り組み等を紹介した。

訪問看護を長らくしている中で看取りにも関わり、できるだけ人生の最終段階を温かく自然なものにするには、家族や近隣の方の参加プラスプロのサポート、「みんなで一緒に」を理想と考え、最期を支える地域サービスをつくり上げたいと思っている。家族4代にわたって看取りを経験した人は、看取りを自宅でと考えることができる。経験値が積み重なり、

ケアチームは次の人へのケアにもつながっていき、そのケアチームは世代交代をしても新たな若手が引き継いでいくという体験をしている。例えば、高齢のお母さんを介護している女性が、肺がんになったご主人を病院から家に連れ帰って家で看取り、その後、お母さんを看取った後、次女の息子が難病で、訪問看護も入りながら学校へ通えるようにいろいろな人に協力をしてもらい18歳で看取った。その後次女は九州へ引っ越し、今度は次女のご主人が悪性リンパ腫にかかり、九州へは行けなかったが一緒に相談に乗った。この女性、自分の最期はどうしたいかという「家で看取ってもらいたい」で、訪問看護が関わり、いろいろな人に協力をしてもらい家で亡くなった。こういう地域の中のつながりが専門職も家族も友人も含めて広がっていき、経験値が積み上がっていくという経験をしている。

約20年の訪問看護実践の中で、どこに、誰に相談すればいいのかわからない困り事を自由に話せる場、早めの相談の窓口、つぶやきを受け止める場が地域には必要だと思い、居心地のいい空間でゆったりとした気分で話をよく聞くことを大事にし、何が一番困っているかの整理をし、一緒にどうするかを考えていくスタイルで、「暮らしの保健室」を始めた。開いた場所は東京都新宿区の都営戸山ハイツで約5000人が住み、高齢化率が約53%で一人暮らしも多い。ボランティアに、かつ、がんの相談事業の委託を受けるという工夫をしながら運営している。健康教育講座や食事会を開いたり、時には子どもが来たり、バザーの開催等いろいろな試みをしている。特長的なのは、医療や介護、福祉の人たちが連携のために「ケース勉強会」を月1回開いていることで、多職種が集まり時には弁護士も入ったりする。「暮らしの保健室」には、「相談窓口」「市民との学びの場」「安心な居場所」、世代を超えた「交流の場」、医療や介護、福祉の「連携の場」、地域ボランティアの「育成の場」という6つの機能がある。医療に特化したことではなく、ちょっと具合が悪くなった時、早めに支えてその人の力を引き出していく。一人ひとりにきちんと向き合い、その人のケアを一緒にやっていく仲間づくりをしていくと、一人の人にしっかり関わったチームは次の人にも生き、地域力全体が上がっていくという経験をしている。

次に、都会で100歳過ぎの一人暮らしをどうやって支えていくか。101歳の女性は96歳までは自立し元気に過ごしていたが、コロナで大病院に何度もかかった。96歳の時、どんな人が彼女を支えているかと掘り起こしたら、もちろん地域包括支援センター等も関わるが、たくさんの地域の人が彼女を見守っていることがわかった。そして、みんなが見守りをしてきているのは、今まで彼女がお互い様でおかずを届けたり、ちょっと具合が悪い人がいたら「何か買ってくるものはないか」と声をかけるなど、とてもいろいろな人に気を配っていたため、そういうお互い様の声かけが彼女を支える基盤となっていた。ところが、100歳を超えて家の中で転び心不全が悪化。「入院したくない」ということで、制度のサービス、特に医療系が入ったら、今まで関わっていた人たちが遠慮して手を引き気味になっ



た。そうではなくて、「一緒にやっていく」という工夫が必要だと彼女の例を通して感じた。

今、「暮らしの保健室」は全国に広がっており、たくさんの所で試みが進み、全国フォーラムでつながっている。やっている人は看護師だけではなく、薬局の方、民生委員を長くしていた方など、いろいろな人が自分の地域でもやりたいと始めている。「暮らしの保健室」は、イギリスで始まった、がんの相談支援の新しいスタイル「マギーズキヤンサーケアリングセンター」の方式を真似ている。話をよく聞くとところからつながり、がんのどの時期の人も、遺族も含めて支え合う。16年10月に「マギーズ東京」をオープンし、もうすぐ10年を迎える。これもつながって支えて新しいものをつくり出すという1つの試みだと思っている。

地域共生社会が充実していくには、「場」からつながること。また、重装備にしない最期を迎えられる地域をつくるには、日頃からのつながりや対話の大切さがあると思う。その時に医療が出しゃばりすぎないで、予防的に関わり、相談窓口の充実を図り、おせっかいな人が活躍できる地域社会を目指す。医療も限りある資源として上手に使えるように、お互いに支え合っていくことが必要ではないか。そして、働く人もケアを受ける人もお互いのウェルビーイングを大切にしていきたいと締めくくった。

宮本さんは、「暮らしの保健室」には多職種が集まっているが、1人の人のつながりを支える多様な応援はどうかと尋ねた。秋山さんは、多職種が集まった時や日頃のチームをつくる時に遠慮してしゃべらないことがあるが、「ケース勉強会」では関わった人たちみんなが横並びの関係で上も下もなく一緒にディスカッションができることがすごく大事なポイントで、171回も続いている1つの要因だと思っていると答えた。

地域社会の一員として社会貢献活動を推進

全国の信用金庫が加盟する全国信用金庫協会の菅野浩之さんは、信用金庫と地域共生社会との関わり、社会貢献活動等を紹介した。

共通する地域共生の理念は3点あり、1点目は、信用金庫は地域の中小企業や住民のための協同組織による地域金

融機関であり、相互扶助の助け合いの理念に基づき地域の中小企業の発展、個人の生活の向上と地域全体の繁栄に貢献することを経営の理念としている。

2点目は、融資先が原則として地域の中小企業や個人に限定されるなど、事業を行う区域に制約があり、地域性が強いこと。信用金庫がそれぞれの地域で集めた預金・お金をその地域の中小企業や個人の皆様に融資することを主な使い先としているので、いわば金融の「地産地消」、地域のお金を地域で循環させていくことで地域の発展を支えている。自らの存立基盤である地域の繁栄なくして信用金庫の発展はないという思いで日々活動を続けている。そのため教育・芸術・文化支援や金融教育の実践など様々な地域貢献活動やSDGsなどにも積極的に取り組み、地域の課題解決にも努めている。

3点目は、すべての都道府県に254の信用金庫があり、それぞれの地域の実情や課題に応じて特色ある経営・業務運営を行うと同時に、全国的なネットワークを構成し、お互いに助け合い、連携しながら活動している。例えば、自分たちの地域の事業者へ他の地域の事業者を紹介し販路拡大に協力するなど、つなぐ力を発揮している。災害があれば取り急ぎ救援・支援の手を差し伸べている。

また、地域社会の一員として様々な社会貢献活動を続けている。6月15日は「信用金庫の日」と呼び、6月中は全国の信用金庫がそれぞれの地域で、地域との絆を深めるため地域の清掃や献血などを一致団結して取り組んでいるし、他にも盆踊り大会のお手伝いなどもしている。97年に「信用金庫社会貢献賞」を創設し、毎年度の顕彰を通じて地域における社会貢献活動を後押ししている。この賞は、地域に生まれ地域と共に歩むという原点を踏まえ、地域の発展に貢献する信用金庫の姿を広くアピールして、存在感・信頼を高めていきたいと運営している。顕彰の対象は、信用金庫にふさわしい地域に根差した地域振興、社会福祉、芸術・文化支援、史跡・伝統文化保存、交通安全、教育支援・金融教育、環境保全、各種ボランティアや災害支援等の活動に対してで、内容に応じ①「Face to Face賞」、②「個人賞」、③「地域活性化しんきん運動・優秀賞」があり、①と③の受賞候補のうち最優秀活動を「会長賞」として1つ選定。応募対象は信用金庫、信用金庫の役職員（個人・グループ）、関係団体で、特色の1つは個人的な活動をも信用金庫らしいということで顕彰の対象にしているところで、地域を応援する気持ちを込めた賞となっている。

受賞例を4つ紹介。最初は京都信用金庫で23年度第27回会長賞を受賞。京都市の河原町支店の建て替えにより、20年「地域の人と人、事業と事業をつなぐ地域のネットワークの集合知」をコンセプトとする共創施設「QUESTION」を開設。地域社会の課題、中小企業や起業家の課題、将来に希望と不安を抱える学生の課題等を持ち寄り、様々な持ち寄せられた「問い」に常駐職員や専門家も含めみんなで知



菅野 浩之氏

信用金庫社会貢献賞



「信用金庫社会貢献賞」は、**地域に生まれ、地域とともに歩む信用金庫の原点**を踏まえ、地域の発展に貢献する信用金庫の真摯な姿を広くアピールし、お客様や地域からの信頼と地域における存在感を一層高めていくことを目的に創設・運営しています。



(1) 顕彰の対象

信用金庫にふさわしい地域に根差した地域振興、社会福祉、芸術・文化支援、史跡・伝統文化保存、交通安全、教育支援・金融教育、環境保全、各種ボランティアや災害救援等の活動

— 内容に応じて、①Face to Face賞、②個人賞、③地域活性化しんきん運動・優秀賞があり、①、③の受賞候補のうち最優秀活動を「会長賞」とする。

(2) 応募対象

信用金庫、信用金庫の役職員（個人・グループ）、地区・府県信用金庫協会、中央団体

Copyright © 2025 The National Association of Shinkin Banks. All Rights Reserved.

恵を出し合うフラットな交流の場として機能している。学生と企業のコラボレーションによる新製品の開発や、行政との連携による地域課題解決に向けたタウンミーティングの開催など、日々イノベティブな成果が生まれている。

続いて、愛知信用金庫は「認知症の人にやさしいまちづくり」として22年度第26回「Face to Face賞」を受賞。金融機関の職員にもっと認知症の知識を持ってほしいという声や、特殊詐欺に対して地域金融機関として何ができるかと考え、17年以降、自治体とも連携し認知症への理解を広め、認知症の方が地域で安心して暮らしていくための活動に取り組んでいる。職員の多くが認知症サポーターとなり自治体や包括との協力体制を構築し、業務を通して継続的に見守りを行い、さらに認知症サポーター養成講座などを開き、地域の企業や学校、住民の皆様へ認知症への理解を深めてもらう活動をしている。

次に24年度第28回受賞の個人賞を2つ紹介。北海道の稚内信用金庫の田所彩さんは、11年から消防団に入団し仕事の傍ら消防団活動を行い、22年には班長に任命され女性団員を牽引する役割を担っている。田所さんは「地元と共に繁栄します」という同信用金庫の経営理念のもと、「今後も消防活動を通して消防団の魅力を発信し、地域住民との交流を図り、生まれ育った地域に貢献できるよう取り組んでいきたい」と話している。愛知県の豊川信用金庫の森田孝徳さんは、実家がある4世帯しかない集落で「明日みらい研究会」を15年に立ち上げ、過疎化が進む限界集落において関係人口の創出と地域活性化を図るため、名産の梅など地域資源を活用して人々を呼び込み、地域の活性化、賑わいづくりに貢献していると締めくくった。

宮本さんは、地域で頑張っている人たちに、こんなふうには信用金庫にアクセスするといったメッセージはあるかと尋ねた。菅野さんは、静岡県の信用金庫は全国に先駆けて後見支援預金として家庭裁判所と連携して認知症の方、高齢者の方のお金を守る取り組みを導入し、現にたくさんの方が利用されている。また、前述の愛知信用金庫は、認知症の方、高齢者の方に限らず、子どもから中高年層を含めて皆様の幸せ・発展のために貢献したいという気持ちで取り組んでいる。このように誇りと矜持を持って取り組んでいるので、何かお困りのことがあれば遠慮なくご相談いただければと答えた。

コミュニケーションが脳にとって非常に重要



瀧 靖之氏

瀧靖之さんは、多くの方といろいろなつながり合うコミュニケーションが脳にもたらす効用を脳科学の研究に基づいて解き明かした。

脳科学の専門から、地域共生社会の実現で何が重要かと考えた時にコミュニケーション、会話をすることが非常に重要になる。私たちが会話

をする時、常に相手の表情とか仕草、声の抑揚、さらには言葉の内容を理解して、今何を考えているのか、そして気持ちを理解して、どういうふうに話をしたら自分の気持ちを理解してもらえるかと適切な言動を取る。つまり、コミュニケーションは、感情認知、言語、共感性、社会性等に関わる脳の多くの領域を駆使するので、大人の脳の健康維持、将来の認知症リスクを下げ、もちろん子どもの脳の発達にもよい。もう少し掘り下げると、日々の会話は実は気持ちのやり取りであり、相手の表情とか仕草、声の抑揚という非言語的なノンバーバルな情報がコミュニケーションには含まれている。世界的な研究からも、コミュニケーションをより多くとっている方、いろいろ社会とつながっている方、社交的である方は脳の健康が保たれ、考えたり判断したり記憶する高次認知機能も非常に保たれていると言われている。他方で、独居であろうとなかろうと、日々何か楽しいことがあった時や悲しいことがあった時にコミュニケーションできる相手がいない方は社会的に孤立している状態で、この社会的孤立は心身にとって非常にストレスが大きく、将来の認知症リスクを有意に高めると言われている。つまり、社会的孤立、孤独感は寂しいとか辛いという気持ちだけではなく、結果的に脳を萎縮させ、認知機能を下げ得るという報告があり、脳に非常に悪影響を与える。逆に、ボランティア活動でも地域のサークルや趣味活動でも何でもいいが、できるだけ「生涯現役」でいろいろな方と関わっていると、脳の健康が保たれ将来の死亡リスクまで下げ得る。地域の方といろいろつながって、楽しく会話をしながら過ごしていくことが大事だと、世界中の様々な脳研究からも明らかになってきている。

社交性が高く社会とつながっている方は主観的幸福感も非常に高いと言われている。日々「幸せだな」「楽しい」と感じることも自体すごく大事だが、主観的幸福感が高いと医学的にストレスレベルが下がり、動脈硬化性の高血圧や糖尿病、高脂血症などの生活習慣病や認知症のリスクを下げる。その結果として、健康寿命が延び、長生きする。主観的幸福感について掘り下げると、健康はもちろん大事だが、経済的な状況より地域や家族など様々な人と人との温かいつながり、人と人との関係性が高いほうが幸福感につながることがわかっている。つまり、多くの人とコミュニケーションをとると主観的幸福感が高まり、それは健康にも寄与し、将来の認知症のリスクも下げるので、個人にと

っても地域にとっても国にとってもすごく大事である。

また、縦割りを超えて「つながり・つなぎ・『場』をつくる」時に大事なことは、共通の興味・関心、知的好奇心を持つことである。ニュース、趣味、旅行、料理等いろいろなことに興味・関心を持ち、ちょっと努力して学んでも楽しい経験をしたいというのが知的好奇心と言われている。さらに、趣味活動等をみんなですると、「こうやったらうまくいくのでは?」「次はこうやったらいい」などと考えたり判断するので、このことが脳の可塑性、つまり変化をする力を高め、結果的に脳の加齢の変化である萎縮や認知機能の低下が抑えられ、記憶力も高まる。日々の生活で経験があると思うが、楽しくないことをやっているとなかなか覚えられないが、逆にワクワクしてやるとより覚えやすい。感情と記憶には密接な相関があると言われている。

「もう60歳だ」「80歳だから手遅れだ」と思われる方もいるかもしれないが、それは今の脳科学では完全に否定されている。脳には可塑性があり、いつから何をやっても確実に伸びる。例えば楽器を弾くのも3~5歳から始めるとすぐ上達する。では、30歳、あるいは80歳から始めたらダメかということそんなことはない。何歳から始めても確実に能力はつく。何が違うかということ、脳が変化をして様々な能力を獲得する力、可塑性は発達・加齢によってゆっくり下がっていくので上達するためにかかる時間が違う。30歳からだちょっと時間がかかり、80歳からでも練習時間はだいぶ増えるが、ちゃんと能力は獲得できる。最近の脳科学では、脳は可塑性があるので、脳を楽しく使っているいろいろなことにみんなで取り組むと、考えたり判断したり記憶する力がちゃんと伸びると言われている。楽器を弾くなど、能動的な活動はより脳の健康を維持し、将来の認知症リスクを明らかに下げることがわかっている。東北大学での私たちの取り組みで、これまで楽器を弾いたことがない方が4か月みんなで練習をすると、記憶力が高まり気持ちが改善することも明らかになっている。いろいろな方と集まって、いろいろなことを楽しく行うことは脳の健康を保つ上で非常に重要であり、こうやって地域共生社会をみんなでつくっていくことは大変素晴らしいと締めくくった。

宮本さんは、知能の維持・向上についても少し伺いたいと尋ねた。瀧さんは、より早く考え、いろいろなことを記憶して、それをアウトプットする流動性知能は加齢によって落ちていくことがこれまでの考え方で、他方で知識のような結晶性知能はあるところまでは維持されて、そこから落ちると言われていた。最近では、楽しくいろいろな方といろいろなことを積極的に能動的に行うと、結晶性知能だけではなく流動性知能も維持・向上するとされている。楽器演奏がまさに通ずると思うが、より能動的に料理でも旅行でもガーデニングでも楽しむと、高次認知機能が維持・向上されると言われてきていると答えた。

みんなの参加で地域共生社会をつくるには

宮本さんは瀧さんに、相談する相手はChatGPTが一番

の友達だという現役世代の方が現実に増えているが、Chat GPTとコミュニケーションをすることは脳にとってどうかと尋ねた。瀧さんは、非常に重要な質問だと思う。子どもの研究でも生成AIをかなり使っているいろいろなことをやっている。そういう観点から話をすると、例えば質問に対する答えが欲しい時や雑談したい時はChatGPTのような対話型生成AIは決してネガティブなものではなく、むしろ私たちの記憶装置が外にも拡張したようなところもあるので素晴らしいと思う。ただ一方で、相手の気持ちを理解でき、自分の気持ちを相手に理解してもらえることによって非常に大きな幸福感を感じると考えた時に、ChatGPTなどの対話型生成AIは、相手の気持ちを理解できたとか自分の気持ちを理解してもらえたというのは理論的なアルゴリズムとして、それに類似する回答は出てくるが、それが本当に「相手」と言っているのかかわからないし、理解してもらえるとというのは別な問題になると思う。やはり人と人とのフェイストゥフェイス、対面でのコミュニケーションに勝るものはないと思っていますと答えた。

宮本さんは秋山さんに、生成AIの話聞いてどんなふう感じたかと尋ねた。秋山さんは、介護の現場では経過記録等を書く時にAIを利用しているというスタッフもいて、これから必要だと思う。しかし、がんの相談の場合は身体だけではなくメンタルの面でも傷ついている人たちに対して、言葉が出てくるまで待って、聞いて、そして共感をしながら、その方の抱えているいろいろな悩みを引き出して、一緒に心の整理をして背中を押してあげるので、AIの文章ではうまくいかない部分があるかなと思った。また、時にはご遺族の相談にも乗るが、大事な人が亡くなって、もう自分は生きている価値がないから「死んでしまいたい」と言う。愛する人がそばにいないことが毎日辛い思いになっている。それに共感する気持ちを表すのに、時には背中に手を回しながら一緒に泣くことも必要で、そういうことはAIには難しいだろうと思ったと答えた。

宮本さんは菅野さんに、先ほど「地産地消」と話されたが、自分のお金が地域に役立ったらうれしくなる。地域に役立つことで何かヒントがあるかと尋ねた。菅野さんは、地域で集めたお金を地域で有効に活かすことが信用金庫の基本的なビジネスのモデルで、金融リテラシーの向上に向けては子どもの時から金融教育・金銭教育に取り組んでいるし、大人に向けても運用に役立つような知識を提供するセミナーを開き力を入れている。もう1つ重要だと思うのが特殊詐欺の防止で、信用金庫の職員が窓口で大金を下ろそうとしているお年寄りを止めることで被害を防止しており、地域に根付いて地域のために親身になって活動している信用金庫ならではのエピソードだと思っている。そういう意味で地域のお金に関することはお任せくださいという思いで頑張っている職員が多いと思うと答えた。

宮本さんは、地域共生社会づくりは国とか自治体の事業を受け身で遂行することではないことが見えてきたし、稲葉さんと秋山さんの話から、ちょっとした困り事に耳を傾ける、あるいは居心地がいい「場」をつくることからス

タートすることで、ここまでできることが見えてきたと話し、稲葉さんに、制度をこんなふうに使っているという話があるかと尋ねた。稲葉さんは、介護保険がスタートして25年、ずっとその推移について関心を持ってみんなで話し合っているが、私たちの団体自体は介護保険の事業は絶対やらない。しかし多くの仲間たちは高齢になってちょっと認知症にもなるし身体も不自由になる中で、介護保険も使いながら、私たちのような出会いの場にも参加している人がすごく多い。だからデイサービスへ行く日もあれば、私たちと一緒に集う日もある。また、施設に入っていて私たちが訪ねるのを待っていてくれる方がいて、その方の話をよく聞く。やはり、ただ集まり、デイサービスのようにメニューをこなしてもらっただけではダメだと思う。居場所へ来るとみんな自由に発言して、「本当に世間の話が聞けてよかった」と言う。普通の日常に一気に戻れるようなものがやはりあったほうがいいのだと思う。「1人の人を大事に」を心がけて、訪ねたり個人的に引っ張り出すことを今、試み出しているところで、いくつになっても社会の中の1人として、自分の存在をみんなが見ていてくれるという場面があることが必要だと思うと答えた。

最後に、宮本さんは参加者の皆さんへのメッセージを4人の登壇者の方たちに聞いた。瀧さんは、脳を健康に保つ上で温かい会話がすごく重要だと思う。会話をして脳の健康をみんなで高めていけば、より健康な脳、健康な身体、そして健康な社会が保たれると考えている。いつから何をやっても確実に伸びるので、ぜひみんなで頑張ればと思うと述べた。菅野さんは、信用金庫は地域共生社会の一員として住民や地域全体のお役に立ちたいという思いを持っていることを知って、少しでも親しみを持っていただけならありがたい。一番身近な金融機関として店舗の窓口あるいは本部へのお電話等でお気軽に相談していただければと思う。もちろん全国の信用金庫それぞれに考え方や対応能力の違いもあり、対応できないことがあるかもしれないが、何ができるか、どうすればできるかは真剣に考えてもらえると思うと述べた。秋山さんは、元気で過ごしていた人が転んだとか熱中症にかかった、コロナで発熱したなどで病院に入ってしまうと、日常の生活から一気に切り離されてしまい、それまでのつながりも途絶えてしまうことがすごく多い。できるだけ短い期間で元の生活に戻れるように、地域がいろいろな意味で動き出すような仕組みをつくっていかないと、そのままずっと寝たきりの状態になっていくのをたくさん見ている。そのような時に制度の活用ももちろんだが、制度外の地域のつながりがとても大事で、なるべく人のつながりを分断させないような医療の関わりを大事にしていきたいと述べた。稲葉さんは、地域には私も含めて何かやりたいという人がいる。SCさんは助け合い活動を地域に広めようとお苦勞されている。その接点、出会いがとても大事だと思う。私たちはSCさんを応援しているとエールを送った。宮本さんは、みんなが参加する地域づくりに関して豊かなヒントをいろいろ伺えたと締めくくった。

【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】柿沼 弦司氏 四街道市旭中学校地区第2層SC

鈴木 恵子氏 (認定特非) すずの会理事長

岩元 伸司氏 (社福) 鹿屋市社会福祉協議会地域福祉課課長



高橋 良太氏

前回のフェスタでは「近隣助け合いの広げ方」というテーマで、防災の視点も交えた実践事例を紹介したが、今回は特に地縁組織や人と人とのつながりが希薄な都市部において、ネットワークや連携を活かしながらいかに近隣助け合いを生み出し、広げていくかについて考えていきたい

と、進行役の高橋良太さんが趣旨説明を行った後、各登壇者の発表に移った。

助け合いのできるご近所づくり

最初に、神奈川県川崎市宮前区の中学校区の1つ、野川地区で1995年から「すずの会」の活動を始めた鈴木恵子さんが31年目に入った活動の様子を紹介した。活動地域は50年前に開発された住宅街で、高齢者施設は多く、都市部のためサービスもかなり揃っているが、丘陵地帯で坂道が多いため買い物は不便で足が不自由になると生活が苦しくなる。野川地区の人口は3万2000人弱、高齢化率は活動を始めた95年は7.8%だったが、2023年は24.5%と高齢化の進行が早く、家族状況は子どもと同居、夫婦2人暮らし、一人暮らしの順になっている。さらに子どもと同居の内訳を見ると、単身息子との同居が41%、息子世帯との同居が33%、娘世帯、あるいは単身娘との同居がそれぞれ13%で、単身の息子との同居が非常に多いのが都市部の特徴だと思っている。

「すずの会」は自分が介護中に助けてくれたPTA仲間5人で始めたもので、「ちょっと困った時、気楽に鈴を鳴らしてくださいね」という思いを込めて、鈴の音を聞き逃さないような、自分たちの老後も考えたグループ活動。特に当事者の立場で考え、生活者の視点を忘れず、身近な咳きを実践に活かすことを肝に銘じながらネットワークづくりにも力を入れてきた。2000年に介護保険制度が始まり、介護の社会化と言われて女性の社会進出が当たり前になり、同時に非婚化が急速に進んで男性介護者が増加。団塊の世



鈴木 恵子氏

代の家族構成が変化していったきっかけにもなった。すずの会の活動はその前から始めていたが、制度の隙間に対応できる生活支援をしよう、つながりづくりの再生をしてみようという気持ちで取り組んでいた。ただ、気になる人を発見する目を増やしたり、居場所づくりをしたいという思いはあったもののそう簡単にできるわけではない。

そこで、大きな活動から小さな咳きを拾っていくのは難しいので、小さな単位の集まりをたくさん重ねようと考えて、04年にご近所サークル「ダイヤモンドクラブ」を始めた。40世帯くらいの徒歩圏内で一つの塊をつくり、有志が自宅を開放する等してお茶飲みする。開催日時は自由。ここでは悩みもさりげなく語られるので、そこからニーズを発見していこうというのが目的だった。これが意外に都市部でヒットした。近所が声を掛けてくれれば喜んで参加してくれ、特に一杯の飲み会から始まった男子会と言われるようなつながりづくりは、男性陣に人気があった。あまり深入りせず緩やかな関係で、世代間の交流ができたり、男性介護者を囲む男子会があったり、いろいろなタイプが生まれたが、「いざ」という時に駆けつけてくれるご近所の安心感、「最後まで自分が望む場所で過ごしたい」を叶えてくれるのがこのダイヤモンドクラブである。専門職のネットワークが中心になったとしても、介護者の心が萎えて不安になった時に「大丈夫？」と声を掛けてくれるご近所がいるだけで、「最後まで在宅で」が叶えられるケースが増えてきたのがこの時期からだった。

医師とのネットワークや、ちょっとしたお手伝いをして

ご近所サークル 「ダイヤモンドクラブ」

- ご近所単位の集いの場
- 有志が自宅を開放
- ちょっと気になる人を仲間に
- 緩やかな関係作り
- 悩みもさりげなく
- 当事者の自宅を開放
- 開催は自由に
- ニーズの発見



くれる40代から90代のサポーターのつながりができた。コロナ禍で地域の様々な活動ができなくなり、しばらく中止になった時も、最初に復活したのがダイヤモンドクラブだった。大きな集まりが中止になってもご近所の集まりは近所の了解が得られれば開催できたからである。

宮前区は体操グループが活発で、そのまま解散では寂しいからと元気な人たちの集いの場として公園体操の後に、すずの会の拠点「すずの家」でダイヤモンドクラブを行っている。人数が増え、月に3回開いているがとても人気である。この「すずの家」はいつでも使える場所、誰でもふらっと来られる場が欲しいと14年に一軒家を借りてスタート。今「すずの家」は2軒あり、1か月の家賃は合わせて15万円と高額だが、途中から川崎市の一般介護予防事業を受託することになり助かる部分が多い。ただ、地域の方々の応援の寄付により家賃のあらかたは賄われている。毎週水・土曜日に開き、要介護者は送迎付きで入浴と昼食も利用できる。ボランティアの平均年齢は80歳、多少のお小遣いももらえて本人たちのいきがいになっている。公園体操は9か所に増え、ダイヤモンドクラブをやっているお宅も点在して大きな地域活動の力になっており、都市部でもご近所づくりはできると実感していると締めくくった。

30年続いている秘訣を高橋さんが尋ねると、活動を止めたら「この人どうするの」という方がたくさんいて止めるわけにはいかなかったことと、ボランティアの仲間たちが「やってみよう」と何でも率先して挑戦してくれたことが秘訣だと鈴木さんは答えた。また、授業の一環として先生と一緒に「すずの家」に来た19歳の学生が、その後も活動に参加したいと通ってきて一番若いボランティアだと紹介すると、高橋さんから大学があり、若い人を巻き込んでいけるのは都市部ならではの感想があった。

Aあいさつ、K声掛け、K気かけあいのAKKが重要

千葉県四街道市旭中学校地区で第2層S Cを務める柿沼弦司さんからは、助け合い創出に至る住民の取り組みの様子が紹介された。同市は人口10万人弱、東京駅まで快速電車で50分、成田国際空港まで30分と交通の便に恵まれ、一方で田畑や里山、公園等の緑地が市の7割を占め、都会と田舎の真ん中にある地域という意味で、「トカイナカ」と呼んだりしている。旭中学校地区は市内で一番面積が広い昭和40年代から始まった戸建て分譲住宅団地で、旭ヶ丘団地、みそら団地、鷹の台団地の3つの大型団地と、それ以前からの集落で構成されている。50年程前に開発が進んだ住宅団地で、旭ヶ丘には1800世帯、3900人が住んでいる。高齢化率は市の平均28%に比べ、旭ヶ丘団地、みそら団地で40%超と相当高くなっており、このうち75歳以上はいずれも70%を超えている。空き家や廃屋も増えて限界集落化が進んでいる。そこで旭ヶ丘団地では14年に旭中学校地区民生委員・児童委員協議会、地区社会福祉協議会、自治会



柿沼 弦司氏

の合同で、当時孤独死ゼロ作戦に取り組んでいた同県松戸市の常盤平団地の自治会、社協への研修会を実施した。その後すぐに3者で協議し、居場所づくり、支え合いのまちづくりを目指して同年2月に「プロジェクトひまわり」を立ち上げ、5月には「ひまわりサロン旭ヶ丘」を開設。15年には「ひまわりサロンみそら」、16年には鷹の台にもサロンがオープンし、少しずつ変化をしながら貯筋体操、オレンジカフェ等の月間行事や年忘れコンサート、ハロウィンスタンプラリー等の年間行事を開催し、地域住民の拠り所として現在も活発に活動が行われている。

四街道市では16年から、「参加・支援・相談の3つのS」が身近にある地域づくりを目指し、四街道市地域支え合い推進会議（第1層協議体）が立ち上がった。旭ヶ丘ではすでにひまわりサロンと自治会館に住民が集う居場所ができていたが、これを受けて「みんなで支え合う笑顔の街・旭ヶ丘の街づくりをみんなで進めていきませんか？」という第1弾チラシを全戸配布し、ミニワークショップとアンケート調査を重ね、活動に参加してくれる有志を募った。話し合いの中から地域の助け合いを基盤とする生活支援に重点を置くことになり、18年9月にミニ協議体「チーム旭ヶ丘」（第2層協議体）が誕生。同時期に近隣でも次々に協議体が誕生した。旭ヶ丘では、「勇気を出して小さなお節介をしてみませんか。地域のお助けマンになりませんか？」という第2弾チラシを全戸配布したところ22人が集まった。名前を「お助けマン」から「ちょこっとサポーター」に改め、ゴミ出しの手伝い、草むしり、電球交換等11項目の困り事に対応できるようにした。各サポーター宅の門扉に「ちょこっと困りごとサポーターの家」とプレートを掲示し、寄せられた小さな困り事に対応すると共に、サポーターネットワークをつくって自分にできないことは、できるサポーターにつないだり、行政や専門機関を紹介している。また、サポーター10か条を設定し、第1条「周囲に困っている人がいたら、まず自分から声掛けをしましょう。但し、親切の押し売りには気を付けましょう」から始まり、個人情報保護等の最低限の約束ごとを記している。現在サポーターは33人となり、定期的集まって振り返りを行うと共に、近隣のみそら、鷹の台でも始まっている生活支援サポーターたちとの情報連絡会も定期的に開催している。「地域の支え合い活動を継続していくためには何が必要か？」。突き詰めるごとく普通の日常生活の中にヒントがあることがわかった。「支え合うって何だろう」と難しく考えてしまうことがあるが、笑顔で挨拶、誰でもできることの実践。心のアンテナを高く、広く、気にかけて声掛けする努力。「お節介おばさん、おじさんになろう！」等の意見から、「Aあいさつ、K声掛け、K気かけあい」のAKKが重要だと結論づけた。サポーターを増やしていくために様々なことに取り組んでいる。サポーター募集チラシの回覧や掲示板での告知だけでは効果が薄いので、散歩がてらのお手紙ポスティングを実践。サポーターの趣味仲間、ボランティア仲間等、個人的な人脈を活用。民生委員、自治会、地区社協等の役員改選期を利用し、積極的に勧誘す

る等を核とし、「点から面へ」をスローガンに、さらに地域助け合いの輪を広げていきたいと思っている。

サポーター活動を点から面へ

平成30年（7年前）に22名でスタートしたサポーターは、現在**33名**に増えました

<これまでに取り組んだこと>

- ・サポーター募集チラシの回覧や掲示版告知では効果が薄く、自宅を訪問して本人と直接相談したり、散歩がてらのお手紙ポストイングする事が重要と考え実践しました。
- ・スマホでLINEなどのSNSツールで情報発信するのは容易ですが、なかなか**買意・熱意は伝わりません**。
- ・友人や趣味仲間など、サポーターの**個人的なつながり(人脈)**に重点をおき、ネットワーク拡大に取り組んできました。
- ・街の**ボランティア仲間**への声掛けは非常に効果的でありました。
- ・また**民生委員**の改選時期には、重点的に支え合いスタッフの勧誘を行いました。
- ・旭ヶ丘では、ごみ出し、買い物など小さな困りごとのある家には近所同士で助け合う・支え合う地域づくりが少しずつずつが出来始めています。**近所同士の助け合い**がそれとなく行われるような地域づくりを、
- ・サポーターが後押しして、さらに「**点から面へ**」をスローガンに広げていきたいと考えております。

25年7月から「チーム旭ヶ丘」として、通院支援サービスもスタート。団地内の高齢者や身体の不自由な方で、既存の交通機関や自家用車での通院が困難で不便をきたしている方の通院並びに付き添い支援を目的に、11人のボランティアが活躍中である。高齢化が進む中、大変重要な取り組みの1つであり、活動がしっかりと根付いていくために、継続的なボランティア確保を行っていききたいとまとめた。

高橋さんが男性の活躍ぶり、また活動を無償にした点について尋ねると、柿沼さんは、6～7割が男性だが、買い物の手伝い等のサポートは女性のほうがいい場合もあり、有償か無償かについては議論を重ね、最終的に無償でできるところまでやってみようということになったと答えた。

移動支援の課題から生まれたドライブサロン

鹿児島県鹿屋市社協の岩元伸司さんからはドライブサロンの取り組みについて紹介された。同市は大隅半島のほぼ中央にあり、中核都市として交通、産業、経済、文化の拠点になっている。人口9万7000人強、高齢化率約31.3%だが、山間地域や海岸沿いの地域によっては50%、60%を超える地域もある。



岩元 伸司氏

ドライブサロン事業は、自ら交通手段を有しない高齢者等に対し、買い物支援を行うと共に、ふれあい・いきいきサロンの効果を得ることも目的にした、ドライブ＝移動するのと、サロンでおしゃべりすることを掛け合わせたものになる。そこでは参加者の健康状態のチェック、安否確認もしており、複合的な生活支援サービスになっている。市内の社会福祉法人が運行管理をする車両と運転手が、週1回派遣協力してくれるという、社会福祉法人の地域貢献活動の一環としての事業である。取り組みが始まった背景は、旧国鉄が廃線になり、バス等の公共交通機関も減便し、交通手段が自家用車中心で、車がないと不便な地域も多く、高齢者の運転免許証の自主返納も増えたが、生鮮食品を買いなお店が近所がない、でも人に頼むより自分で買い物をしたい等の声が上がったことである。また、16年の社会福祉法の改正をきっかけに、社会福祉法人から「地域におけ

る公益的な取り組みが責務化されたが、地域課題に取り組むよい方法はないだろうか。そもそも地域課題にはどんなものがあるのか」と相談を受けたことである。これをうまくコーディネートできないかと考えたのがドライブサロンで、町内会やコミュニティ協議会でサロンを立ち上げ、派遣協力を得て、そこからスーパーやホームセンターに定期的に買い物支援を行うという、地域と社会福祉法人、そして社協が間に入って調整した事業になる。

開始までの流れは、①対象地域のニーズ及び公共交通機関の路線や運行時刻を把握し、②選定地域の町内会や民生委員等へ事業を説明し、了解を得る、③対象者の抽出、④住民説明会で参加者決定及びサロンを立ち上げ代表者を決めると共に、買い物先や日時、集合場所等の決定、⑤経路確認、運行時間確認、買い物先との調整、⑥赤い羽根共同募金の財源を活用し保険に加入、⑦協力法人と運行管理契約書の締結。住民説明会には社会福祉法人職員にも出席してもらい、地域の方から出された買い物先や日時等の要望について、直接職員と調整することにより、安心の効果も得られた。実際にスタートしてみると、買い物支援が主な目的だが、人に会っておしゃべりすることをとても楽しみにしていることがわかった。現在は生活支援としての買い物を中心としたドライブサロンと、観光地に出かける等遠足的ないきがいづくり型の2パターンを実施し、生活支援型は7つの福祉施設が13地域を対象に支援、また、いきがいづくり型は2つの福祉施設が2地域で行っている。利用者からは、「目で見て生鮮食料品を買えるのが楽しい」「料理をする機会が増えた」などの声が上がリ、法人職員からは、「地域住民と顔見知りになることで、職員が地域を気にかけるようになった」「地域との交流が進み、開かれた法人になってきた」「地域課題に関心を持つようになった」などの声が上がっている。

このように広がりを見せている一方で、市内の法人数には限りがあり、また法人が点在する地域とそうでない地域があることから、これ以上実施地域を広げていくには限界があると感じていた。そんな折、県内で移動支援に取り組む際は、車両を地域に貸し出す事業が行われていることを知り、鹿屋市でも取り組めないかと考えた。市社協では、住民が主体となり、地域の困り事を把握し、情報共有し、問題解決するための話し合いの場として「地域福祉協議会」の設立を推進しているが、ここで買い物支援に困っていて、あったらいいなという所に声を掛け、社協で車両を準備して週に1回無償で貸し出す。運転は地域のボランティアが担い、支援が必要な住民を買い物に連れていく取り組みで、これまでのドライブサロンに新たな機能を加えることで、ドライブサロンプラスへと展開させた。運転ボランティアの安全運転講習は市内の自動車学校が地域貢献の一環として担ってくれ、利用者は無料で受講できる。車両のリース料、ガソリン代、車検代、自動車保険代は赤い羽根共同募金配分金を財源に社協が全額負担している。運転ボランティアには地域の中で話し合いをしてもらい、町内会等の負担で実費程度をお支払いしている。活動の流れは、運転ボ

ランティアが社協に車両を取りに行き、利用者を送迎した後、社協へ車両を返却することとしている。23年8月に高須町で最初に開始することになり、開始式には市長や自動車学校関係者、地域住民などが集まり、住民代表から「協力し合って良いモデルになるよう続けていきたい」という挨拶がされた。

ドライブサロンプラス開始式

【R5.8.3(鹿屋市高須町)】

鹿屋市長や鹿屋自動車学校の関係者、地域住民など67名の出席のもと、開始式を行った。地域住民の代表は「車の免許証返納などにより、移動に困る方が増えてくると思うので、協力し合って良いモデルになるように続けていきたい。」と述べられた。



社協では今年度からSC事業に取り組んでおり、社会福祉法人や民間企業等、多種多様な主体と連携しながら今後も地域課題に取り組んでいくと共に、地域の思いや願いを近隣の助け合いや地域の力でつないでいくための働きかけを続けていきたいと思うとまとめた。

自動車学校への声かけはどのように行ったのかとの高橋さんの質問に、岩元さんは、社協が地域の方に運転技術を伝えるのは難しいため、どうしようかと考えてダメ元で相談に行った。ある程度の講習料も予定していたが無償で快く引き受けてくれたと紹介した。

都市部の特性を活かした活動の進め方

高橋さんから、都市部を中心にそれぞれの活動が紹介されたが、ボランティアや活動に協力してくれる人を見つけるために、いろいろな所への声かけも行っていると思う。どんな工夫をしているのか各登壇者へ質問した。鈴木さんからは、30代、40代、50代の方をボランティアにというのは今は皆さん働いていて難しく、やりたいと言ってくれるのはだいたい60代以上になってくる。ただ、人生100年時代を考えると、60代、70代からのボランティアでも皆さん十分活躍できると実感しているし、現に80代のボランティアたちもいきがい、やりがいを持って活動していて、だから元気でいられる。そこを大事にしつつ、いかに周りの専門職集団と仲良くし、ネットワークを広げていくかも意識していると答えた。柿沼さんは、先ほど紹介の今年7月から始めた移送の取り組みも、市が運転ボランティアの年齢制限を75歳としており、そうなるほとんどいなくなってしまうため、集めるのに苦労した。そこで、仕事をしている方でも土曜日は休みが取れるのではないかと。土曜日だけ通院時の送迎をしてほしいという方もいるはずだと考え、土曜日だけの運転ボランティアをお願いできないかと条件付きで募集を行ってみた。すると若い方が2人ほど手を挙

げてくれた。固定のボランティアでなく、その時その時の状況に合わせてボランティアをしてもらおうという工夫も必要で、今後もボランティアに合わせる形も取り入れながら進めていきたいと答えた。岩元さんからは、自分たちから「地域にはこんな困り事があります。地域にはこんな思いや願いがあります」ということを、いろいろな方に届けていく。すると、「それなら私も、僕もしてみよう。私たちの会社でもやってみよう」と動いてくれる人や組織は必ずいるはずで、だからこちらから積極的に声を掛けていくようにしていると答えた。

続いて専門職を含めたつながり、ネットワークについての考えを高橋さんから質問した。鈴木さんは、今、大学の授業の一環で来た学生が、そのまま毎週来たいと言って通って来ている。また、活動エリアの中心になる駅のすぐそばに医学部を中心とした大学の移転が決定したが、例えば「通院支援や話し相手等をするフィールドとして活動させてもらえないか」という話がある。この上手なマッチングができれば心強いし、よいボランティアが育つのではないかと期待している。都会には学校がたくさんあり、中学校でも高校でも生徒たちの活躍の場として活かしてもらえたらよいと思うと述べた。柿沼さんは、自分たちにできないことは行政や民生委員、専門職につないでいこうというスタンスで活動しているが、住民の中に大工や電気屋をしていたような方もいて、ちょっとした困り事にはそういう方が対応してくれ助かっていると答えた。岩元さんからは、運転ボランティアと話をしていると、「一言『ありがとう』と言ってもらうだけで励みになる、力になる」と言う方が多く、「できる時にできる活動をただしているだけだよ」といつも言われる。こうしたボランティアの思い、活躍を社協としてしっかり地域の中に発信していくことも大事な役割だと感じていると答えた。

最後のメッセージとして、鈴木さんは、都市部では隣近所でも顔見知りがない方がたくさんいる。つながりをつくるのは難しいと思うが、自分たちのそばの人を気にかけて合う地域づくりを続けていくことに意味があると思っていると述べた。柿沼さんは、ちょこっとサポート依頼者から笑顔でお礼を言われると、「こんなちっぽけなことでこんなに喜んでくれた」とうれしくなるが、これが目的ではなく、目的は孤独・孤立をなくすこと。そのためにAKKに今後も取り組んでいきたいと語った。岩元さんからは、地域の課題に取り組んでいる方々は笑顔でキラキラしている。地域の課題や悩みをネガティブに考えるのではなく、どう解決していくかを前向きな気持ちで捉え、安心して暮らせるまちづくりを進めていくために、これからもお手伝いしていきたいと述べた。最後に高橋さんが、人口が多い都市部だからこそ、そこにいる人たちの特技や技能をどう活かしていくか。活動をしている側からも地域の助けを借りていくことが必要だし、社会資源が豊富な都市部だからこそ、その特性を活かした活動ができやすい点がある。様々な協力を得ながら活動を進めていくことが大事だと感じたことと締めくくった。

【進行役】丸藤 競氏 (一社) みなみ北海道地域づくりサポートセンター代表理事

【登壇者】梶谷 唯花氏 真狩村第1層・第2層SC

河村 侑乃氏 九戸村保健福祉課 席主任保健師

早川 理恵氏 (社福) 大和の園園長



丸藤 競氏

進行役の丸藤競さんから、日本全体で少子高齢化や人口減少が大きな課題となっている中、小規模自治体はそれを肌感覚でかなり強く実感しているのではないかと。人材不足や介護事業所の撤退、専門職や企業等の資源が少ないなど課題も多いが、一方で、実は小さな町の中にもいろいろ

な資源があり、それに気がついていないだけなのではないか、という話も聞こえてくる。小規模だからこそその強みを活かして活動している事例を共有し、これからの時代に合った助け合う関係をどう推進していけばよいかを皆さんと考えていきたいと趣旨説明をした。

住民のやりたいを支え、伴走していく

岩手県九戸村の保健師・河村侑乃さんは、生活支援ボランティアや居場所の立ち上げを中心に取り組みを紹介した。九戸村は人口約5000人、高齢化率46.9%。そのうち75歳以上が27.4%と人口の4分の1を超えている。2017年度から生活支援体制整備事業に取り組み、協議体立ち上げに向けてさわやか福祉財団の協力を得ながら住民勉強会を進めていき、19年に立ち上がった。協議体を住民に覚えてもらうために、「ご近所すけっ隊」と愛称を付け、目指す地域像を、①助け合い活動が定着し、困った時に声を上げやすい村、②子どもから大人まで多世代が気軽に集まり、声を掛け合える通いの場がある村、③ゴミ出しや除雪、買い物等の身の回りの生活支援が充実している村とし、様々な視察を行ったり、生活支援ボランティア養成講座を行いながら協議を進め、21年に「生活支援ボランティアご近所すけっ隊」が誕生した。25年2月現在の会員は24人で、③の他に簡単な修理・修繕、書類の代読、話し相手等を行っている。また、家に上がる食事作り、洗濯、布団干し、1階のガラス拭き等家事全般については2人1組で行っている。利用料は1枚100円のチケットを使い、15分以内は1



河村 侑乃氏

枚、30分以内は3枚、60分以内は5枚。買い物代行は1回につき5枚、家事全般は2人それぞれが活動時間分のチケットを受領する。1時間以上になりそうな支援はシルバー人材センターに紹介し、決められた支援内容以外は引き受けないとルールを設けた。スタートした21年は、利用者実人数7人、延べ回数55回だったが、24年は11人、延べ回数は212回と、回数が非常に伸びていて、その内容はゴミ出し、話し相手、安否確認、草取り、掃除等になっている。

また、21年9月に居場所「ほずのいえ」が立ち上がった。協議体メンバーと「生活支援ボランティアご近所すけっ隊」隊員全員が「ほずのいえ友の会」(以下、友の会)メンバーとなり、住民主体で運営している。週3回、9時30分から15時30分まで開所し、いつ来てもいつ帰ってもよい場所になっている。ここに役場の職員が1人いて、「生活支援ボランティアご近所すけっ隊」の事務局を兼ねている。24年度は151回開所し、1516人が利用している。月に1回友の会会員が当番になってカレーの日を開くほか、偶数月には地域包括支援センター主催で認知症カフェを開催し、「ほずのいえ」利用者におやつ作りを依頼したりしている。他にも不定期で「かご作り」「かぼちゃドーナツ作り」等、利用者のやってみたいという声を事務局が拾って形にしている。「若返り企画 ネイルの日」は、お正月やお盆の前にきれいになって家族を迎えたいという話がきっかけで、利用者同士で上手な若手が塗ってあげたり、楽しみながら開催している。

活動状況

- 令和6年度 開所日 151回 利用者 1,516人(前年度1,409人) 1日平均10人
- 月1回 カレーの日(ほずのいえ友の会の会員が当番で実施)
- 偶数月 包括主催の認知症カフェを開催 ほずのいえの利用者さんにおやつ作りを依頼
- 不定期イベント 「かご作り」「若返り企画 ネイルの日」「おやつ企画 かぼちゃドーナツ作り」



九戸村は1955年に3村合併により誕生し、「ほずのいえ」は商店街の中にある。拠点がない他の2地区への設置の必

要性を検討するため、「出張ほずのいえカレーの日」を行って反応を見ている。1地区は結構住宅が密集して子どもたちが歩いて支所に来られるため、長期休みに開催すると盛況になるが、もう1地区は家が点在する地域で徒歩での移動が大変で、開催しても人数がまばらというように、地域差がある。課題は事務局機能、場所の問題と、25年度5校が統合し、小学校が余っているのでそれを活用できないかということ。そして、「ほずのいえ」は比較的認知されているが、「生活支援ボランティアご近所すけっ隊」はケアマネジャーからはインフォーマルサービスとして重要な地域資源だと認識されているものの、住民の認知度が低い。そこで、25年度から社会福祉協議会が第2層SCになり行政と一緒に動いているので、周知を図っていきたいと考えている。また、村内に2か所あった訪問介護事業所が1か所休止してしまい、「生活支援ボランティアご近所すけっ隊」の担う部分が増えてきている。移動の問題も顕著になってきており、付き添い支援も含めた訪問型のサービス・活動Bの要綱整備の必要性もあると思っている。さらに、多世代が集まる居場所として1校に統合した学校でつながりを深めていきたいのだが、小学生は下校後家に荷物を置いてこないと教育サイドからは寄り道と言われてしまうため、寄り道の捉え方、開所時間と授業終了時間の関係等、連携をしていけたらいいと思っている。

17年からこの事業に取り組んできているが、助け合いの定着とか広がりには時間がかかると実感している。ただ、焦らないこと、「やってみる」を止めないことが大事だと思っている。すぐに結果が見えない事業を地道に手探りで継続するのはとてもエネルギーのいることだが、長い目で見ると決して無駄にはならない。何のために居場所をつくるのか、何のために生活支援ボランティアを立ち上げるのか、目的（目指す地域像）さえぶれなければ、住民と行政がお互いに軌道修正しながら進んでいけるはずである。チラシより、講話より、住民が信頼しているのは口コミ。住民の「これをやりたい」という企画を支え、伴走支援をしながら、口コミを住民に頼る・地域力を信じる。そのために地域にたくさん入り、顔を知る・顔を売ることが大事だと日々取り組んでいると締めくくった。

丸藤さんからの九戸村はもともと人と人とのつながりが強く、住民の「やろうよ」という意識が高い地域だったのかという質問に、河村さんが何かやりたいという人たちはいて、でも立ち上げの立場にはなりたくない。そこを協議体メンバーがその役割を担い、住民を引っ張っていった。口コミで時間はかかったが、振り返ってみるとそれが効果的だったと思うし、現在中心街には「ほずのいえ」ともう1つ地域おこし協力隊がやっている居場所があり、いろいろな場所を選べるが必要だと思っていると答えた。

日頃の暮らしにある活動を見つけ、地域をつくっていく

続いて、人口約1360人、高齢化率43.39%の鹿児島県大和村の直営特別養護老人ホームで園長をしている早川理恵さんが報告した。主な社会資源は役場、診療所、直営特養、

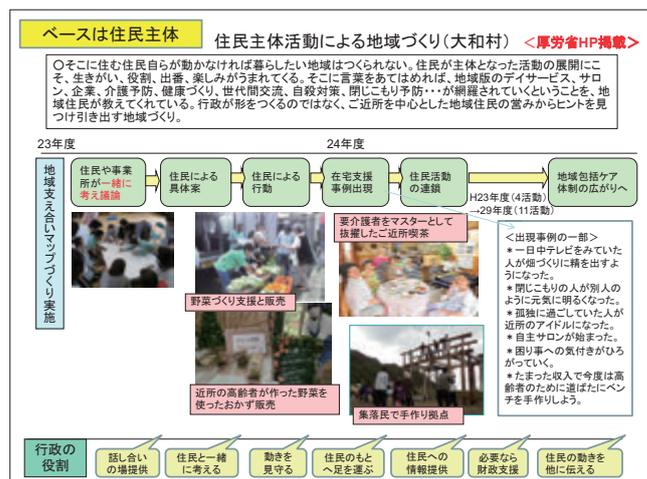


早川 理恵氏

社協。小学校と保育所は休校、廃校が進んでいる状況で、児童が4人の小学校もある。世界で1か所のアマミノクロウサギの飼育施設が25年4月にオープンして賑わっているが、人口は目に見えて減少しており、地域がどこまで存続できるかという状況である。だから取り組んでも無駄

だと思ってしまったらそこまで、弱いところやできない理由を探すより、強みを活かした取り組みをしていくことが必要だと考えている。小規模地域の特徴には、①地域に知っている人がたくさんいて、関わりを持ちやすく情報も伝わりやすい。そのため日常から災害時まで困った時の助け合いにも活かされる、②エリアが小さいため何度も地域に出向きやすく地域の状況を把握しやすい。顔を覚えてもらえるので早期対応にも活かされる、③組織が小さいので様々な決定が早く、ハードルが少ない、という利点がある。

その中でも人のつながりが非常に強みで、普段から地域でお互いに挨拶し声を掛け合っているが、これは一度失うとそう簡単にはつけれないため、大事にしていかなければいけないと思っている。とはいえ、しがらみが暮らしにくさにつながる面があることにも理解や配慮をしていく必要がある。日常的に畑でのおしゃべり、お茶飲み集い等たくさんつながりがあり、何か特別に行くということではなく、普段からすでに地域の中にたくさんあるものを見つけたい。こうした住民活動は制度や予算に関係なく非常に足腰が強いが、制度として活用できるものについては積極的に活用していくことも必要だと思う。しかし、公的の制度の中には小規模自治体に、はまらないものもあり、逆に活用することにより住民活動を衰退させてしまうケースもあることに注意しながら取り組みを進めている。住民が主体となった活動の展開にこそ、いきがい、役割、出番、楽しみが生まれ、そこに言葉を当てはめれば地域版のデイサービス、サロン、健康づくり、世代間交流、自殺対策等いろいろなものが網羅されているということを住民が教えてくれる。行政の役割は、こうした活動をつくるということではなく、あるものを見つける中でそれを強めたり、一緒に考えたり、つないでみたり、情報を提供すること。そ



して、そこに住む人、地域の1人として、一緒に楽しみながら取り組んでいる。

「自分の選んだ場所で最後まで心豊かに過ごしたい」という願いが叶えられるようにするための取り組みを進めてきている。自宅は難しくても住み慣れた集落の知り合いみんながいる中で、これまでのように暮らせる選択肢をどう増やしていきけるか。小規模自治体は特に公的サービスだけでは暮らしを維持できないことは明らかなので、時間をかけて希望を叶えられるように、今仕組みを根付かせようとしている。種まきから目に見える形に現れ、あと数年で形になりそうなステージまで来ているが、地域づくりは根付くまでに30年程かかるとしており、今が15年目くらいなので、引き続きじっくり取り組んでいきたいと締めくくった。

丸藤さんが、地域の活動をどのように見つけ、引っ張り出して輝かせているのか、何かコツはあるのかと尋ねた。早川さんから、小規模だからこそあるというものに目を向けると、いろいろなことが見え、知らなかったことがたくさんあることに気づいてくる。本当にすごいなと心から思う活動があるのでその思いを口に出したり、こういうよい所があるよとつないでみたりを日頃からしている。住民も、自分たちの活動を見ていてくれるとか、いざという時に助けてくれたり、相談に乗ってくれて活動がしやすいと言ってくることが多く、日々の良好な関係性が大事ではないかと答えた。さらに丸藤さんが、人口1300人の自治体は自分が住む北海道の中でもだいぶ少なく、2000から3000人規模の自治体に支援に入っても地域の方々はお互い顔見知りだが、1300人規模となるとみんなが早川さんをご存じなのではないか。そういう中で活動していくにあたり、よい面、やりづらい面についてはいかがかと質問した。早川さんは、自分が声を掛けた方から誰かにつながり、さらに誰かにつながるといいうように、誰かに助けを求めたらどうにかなる。つながりが非常にしやすい点がよい面だと思う。反面、職場も集落もメンバーが同じで仕事とプライベートの区別がつけづらいところがあるかもしれないが、そういう面も楽しんでるし、よい点だと思っていると答えた。

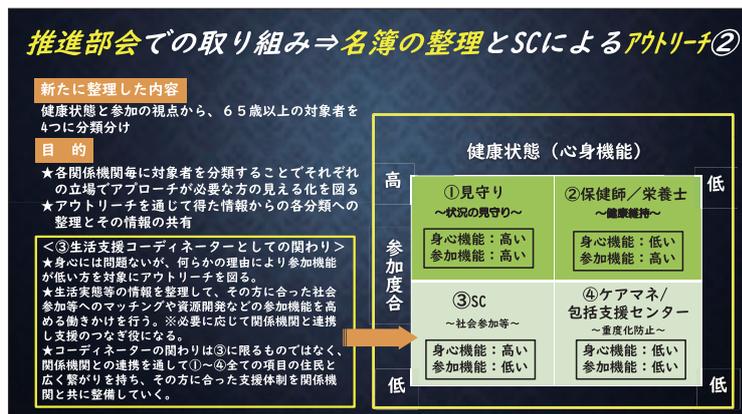
「見える化」することから、つながりを創出

北海道真狩村からリモート出演の梶谷唯花さんは、第1層と第2層の機能を併せ持つ社協所属のSCとして村全域を1人で担当している。同村は人口2000人弱で高齢化率は32.8%。協議体は親会と推進部会の2つで構成され、親会は年1回、推進部会は月1回開催。推進部会では村内65歳以上の方を名簿化し共有しているが、その目的は、①住民のつながり（強み）を「見える化」すること、②つながりのない人にアウトリーチし、実態を把握することであり、この作業をすることが社会参加や趣味活動の推進といった介護予防につなげていくための材料になっている。ただし、無理に外に連れ出したり、大勢の場に引っ張り出そ



梶谷 唯花氏

うとしているわけではなく、一人ひとりに合った参加の機会や取り組み、活動を考えてマッチングを行っている。また、誰とどのようなつながりがあるかについてもリスト化している。そこから普段見えてこないその方のネットワークが見えてくるし、誰ともつながりのなかった方については、SCがアウトリーチをかけていく。さらに、その名簿化した内容を健康状態（心身機能）と社会参加度合から4つに分類している。心身の状態はよいが、あまり社会参加をしていない分類に属する方については、生活実態等の情報を整理して、その方に合った社会参加へのマッチングや資源開発等の参加機能を高める働きかけを行い、必要に応じて関係機関と連携している。このような方がSCの対象に一番近い方になると思うが、それ以外の3つの分類（心身機能が高く社会参加の機会が多い方、心身機能は低いが社会参加の機会が多い方、いずれも低い方）についても、住民と広くつながりを持ち、一人ひとりに合った支援体制を関係機関と共に整備している。実際のアウトリーチ実施数は、年々該当者の人数が減ってきており、25年度は誰ともつながりのなかった方は1人もいなかった。ただ、もう一度情報を整理したほうがいいと思う方が47人いるため、推進部会として改めて整理をしている。



SCになりたての頃、地域の方から「スマホの使い方がよくわからず、誰か教えてくれる人はいないか」という相談を受けた。そして、この声に応えてくれる方を探して子育てサークルを訪問してみた。すると、村外から移住してきた育児中の母親が、「地域の方と仲良くなりたい。困っている方がいたら役に立ちたい。何か私たちにできることはないですか」と声を掛けてくれた。スマホを教えている間の子どもたちの世話をどうするかという問題には、「教えている間、見ててあげるよ」という方が現れ、ニーズ解決の場・スマホ教室が誕生した。地域の方が先生をしてくれるという特徴があり、21年からスタートし、現在も続く長い活動になっている。さらに、そこで出会った先生役の母親と生徒として来ていた方の思いから、絵手紙の会が始まった。始めて1年間は2人だけで活動をしていましたが、1年過ぎた頃に推進部会のメンバーの声かけで参加者が1人増え、その方が友人を誘って今は6人で活動している。チラシでも広報したのだが、やはり口コミが一番人を呼んでくれると実感した。月に1回の集まりではあるが、「この

活動は死ぬまで続けたい」と言う方がいたり、少人数でも続けてきたことで誰かの居場所になれる大切さを感じている。

このように活動のほとんどに若い世代が関わってくれており、広い意味での担い手育成にもつながっているのではないかと思う。それは、他の地域から入ってくる若い世代と地元の高齢者につながってほしいという自身の思いもある。高齢者は若い人たちとはしがらみなく関わるのができたり、子どもたちとの関わりの中で何かを伝える役割を持てるといったメリットがある。一例を挙げると、老人クラブの環境美化運動に子どもたちがボランティアとして参加し一緒にゴミを拾って活躍。小学校の6年間、同じ高齢者と絵手紙を交換し合い、お互いを気に掛け合い、地域がつながっていくきっかけをつくる「ほっこり便」。5年生の福祉の授業では「ほっこり便」を書いた方たちと初めて対面し、5年生のおもてなしと高齢者からお話を聞ける機会づくり。高齢者と子どもたちが身体障がい者の方に先生になってもらいハンドベルを練習して発表する機会づくり。これらはSC1人の取り組みではなく、小学校、保育所、子育て支援センター、老人クラブほか、たくさんの方々に支えられて活動が成り立っている。このようにSCだけでなく推進部会や様々な団体・機関が関わり協力することで、参加や活動の場が広がり、介護予防や健康状態の維持につながる人が増えていくことを実感しているので、さらに他の機関にもこの事業に対する共通認識を持ってもらうため周知を図っていききたい。また、高齢者が参加する時に担い手になったり受け手になったり、あるいは若い世代と同じ目線で活動したりすることで、目的が定まっていれば、いろいろな手法でアプローチができて様々な効果を得られるため、それぞれの場で関わる方々が目的を共有することが大事だと思う。そして、人の気持ちが変わるプロセスを大切にすること。人と人との関わりなので長期戦になることもあり、結果が見えないからと不安になることも多々あるが、人を信じて、丁寧に関わっていくことが必要だと思う。その際、行政の理解、後押しも重要になるので、よい関係性を保ち、これからもそれぞれの人に合った参加の場をつくれるよう活動していききたいと報告した。

丸藤さんが、名簿を作って見える化し、マッチングさせていくという紹介があったが、この大変な作業をSCが1人で行うのかと尋ねると、梶谷さんが、推進部会のメンバーに4月になった時点で名簿を回して、各自の活動の中から知っている情報を記入してもらい、みんなで情報共有して作り上げており、さらに年度途中で情報が入ればSCが更新し、毎月開催の推進部会で情報交換している。マッチングについては、関わりを拒む方もいて、実際に訪問すると怒られたことも何度かある。そういう方には本人の思いがあり、何度か話をしていくうちに理解をしてくれる。そうなったらすぐに活動に参加してくれるかと言うと半年近くかかったケースもあり、だからSC1人でなく、推進部会のメンバー等の助けも借りながら進めている。ただ、活動に参加することだけがすべてではなく、何かイベントの

時に材料を提供してくれるということも活動の1つになると思っていると答えた。さらに、丸藤さんから、北海道各地に支援で回っているが、マッチングの難しさ、効果的な活動になかなか結び付かない所が少なくない。真狩村ではそれがうまくできているが、工夫していること、裏技はあるのかと尋ねた。梶谷さんは、先ほど紹介したように若い世代や小学校とのやりとりを比較的多くしているが、実際に小学校と一緒に活動できるようになるまでには数年かかっている。高齢者に「子どもたちのためにこんなことをお願いしたい」「子どもたちが呼んでいるから」とお話しすると、自分じゃなきゃ助けられないかもしれない、自分だから呼ばれていると思ってくれるので、そんな意識を持ってもらえるように心がけていると答えた。

時間はかかっても楽しく取り組む

後半は登壇者相互の質問時間を設けた。まず早川さんが、大和村では「この方はどういうつながりがあるのか」をマップにしているが、個人情報保護の問題が壁になることがある。真狩村ではその辺はどのようにクリアしているのかと尋ねると、梶谷さんが当初は「協議体と言っても違う部署に情報を出すことはどうなんだ」という声が出たが、「1つの事業をみんなでやっていくのに、お互いに情報が出せないのでは村としてよい方向に進めない」と行政の係長が説得してくれ、同じ方向を向くことができたと紹介した。また、河村さんが、今小学校とつながりたいと思いつけているが、どういう工夫をしたのかと梶谷さんに尋ねると、最初は何もわからず、高齢者と関われるようなことがあったら教えてくださいとざっくりした訪問だったが、各学年の単元を把握して、こういうことをやっているが一緒にできないか、こういう方なら出てきてくれるかもしれない等と話を重ねていくうちに、学校側からも何かやれないかと声を掛けてもらえるようになったと紹介した。

最後にこれから取り組んでみたいことについて丸藤さんが尋ねた。河村さんは中心街の商店街に居場所があることで、皆からこれがやりたい、あれがやりたいという声が出てくる。かぼちゃドーナツ作りも、得意な方の物忘れが進んできたから今教えてもらおうと企画が立ち上がったもので、他の地域にも皆の声を聞ける場をたくさん持てるようにしたい。最初は住民とつながるのが苦手だったが、地域に出て行く中でかわいがってもらい今がある。時間はかかるがたくさん地域に出て、お互いのことを理解していくことが大事だと思うとまとめた。早川さんは人口規模の大小にかかわらずスタートはそこに暮らしている個々の方で、その課題の解決の積み重ねが仕組みになっていくと思っており、時間はかかるが仲間と一緒に楽しんで続けていきたいとまとめた。梶谷さんは中高生とのつながりが弱く感じており、小学生の時に築いた関わりを活かし、中高生に生活支援の担い手として力を発揮してもらえないかと思っている。これからも住民の声を聞きながら、住み続けたいまちにできるよう今できることを楽しみながらやっていきたいと締めくくった。

【進行役】 飛田 敦子氏 (認定特非) コミュニティ・サポートセンター神戸事務局長

【登壇者】 今泉 靖徳氏 八王子市第1層 SC

大串 倫子氏 西海市包括支援課 保健師



飛田 敦子氏

冒頭、進行役の飛田敦子さんから、本プログラムでは地域活動への関心をどう高め、助け合いの参加につなげていけるのか、住民への働きかけについて具体的なアプローチや手法を学んでいきたい。これができたらすべてうまくいくというような魔法の杖があるわけではないが、登壇者の実践から共感を得る方法や、参加・創出が増えていくヒントなどを学び、一緒に考えていきたいと趣旨を説明した。

共感から始まる活動創出

東京都八王子市の第1層SC歴7年目の今泉靖徳さんは、八王子保健生活協同組合（医療・介護・福祉の生協）に所属している。2011年5月、市内の大規模集合住宅で最も高齢化率が高い館ヶ丘団地の中に同生協が受託して、高齢者の相談窓口「八王子市シルバーふらっと相談室館ヶ丘」が開設され、相談室長としてこれまで関わってきた。館ヶ丘団地は1975年に入居が始まった東京ドーム6個分の広さを持つ地域で、相談室長として赴任後も人口は3割減り、高齢化率は20%上昇し、現在は60%近くになっている。赴任してからこれまで14年間の変遷のいくつかを紹介していく。

まず、すべての始まりと言えるのが、相談室1年目の活動。これは1か月半にわたって行った熱中症注意喚起の活動で、もともと八王子市の要請を受けて始めたものだが、やり方は現場に一任されていた。試行錯誤の末に生まれたアイデアが戸別訪問と街頭での給水所活動だったが、相談室の常勤は自分1人だった。そこで気がついたのが、市内には多くの大学・専門学校が存在しているということで、翌日から各学校への呼びかけを始めた。そして賛同してくれた74人の学生たちと手分けをしながら一軒一軒高齢者のお宅を回ると同時に、街頭に給水所を設置して、高齢者だけでなく通りすがりの全員に声を掛けていった。すると、面白そうだと手伝ってくれる子どもたちが現れた。汗だくで団地中を歩き回る学生たちに共感して、民生委員たちも



今泉 靖徳氏

参加してくれるようになり、心強く、また、想像以上のデータを集められた。そこにはたくさんの切実な悩みや不安、地域課題が刻み込まれていた。驚いたことに訪問を受けた高齢者は、初対面の若者たちに自分のこれまでの人生や家族のこと、戦争体験などを「少ししゃべり過ぎちゃったね」とはかみながら話してくれた。無我夢中で取り組んだ結果、その後につながる大切な学びをたくさん得られた夏になった。

その年の10月には、我々の要望が叶い、相談室の空きスペースを利用した「ふらっとカフェ」をオープンすることができた。スタッフは住民と夏から通い続けてくれた学生たちで、中には人間関係で心を病んだ休職中の若者や、リハビリのためだと言って参加してくれる片麻痺の方もいた。ここが年間1万人が来店する多世代・多文化・多国籍の地域のたまり場となり、住民の課題解決に向け大きな成果をもたらしている。2年目は残念ながら行政から熱中症予防事業の取り組み依頼が来なかったのだが、それを自治会の集まりで話すと、「お金がなくなったら必要なことならみんなでやりましょう」と声が上がった。そこでみんなも賛同してくれ、アレンジしたのが「おむすび計画」。「おむすび」という名前は、活動を通じて人と人との輪が結ばれたらいいなという思いを込めて付けたもので、参加者のお昼ご飯のためにお米の寄付を呼びかけると、200キロも集まった。寄付は参加の1つの大切な形であると思っているが、おむすびをつくるおばあちゃんたちも集まってくれた。「おむすび隊」と名乗り、「若い子たちが私たちのために頑張ってくれるんだから私たちもできることをやろう」と毎日交替でお昼を作ってくれた。さらに即席の塾ということで、「ふら塾」というものが始まり、いろいろな人が集まると本当にいろいろなことが始まることを学んだ。おむすび計画のフィナーレにとみんなで参加した団地の夏祭りでは、学生たちが空き店舗に30年近く埋もれていた埃だらけの子ども神輿を発見して復活させ、団地に世代や立場を超えた共感をもたらした。

並行して動き始めていたのが日々寄せられる相談から生まれた「自転車タクシー」で、人を乗せる乗り物だけれど人をつなぐ乗り物。移動支援を通じて孤独・孤立の解決に乗り出そうと生まれたアイデアで、今も元気に団地の中を走り続けている。ハードな挑戦だったからこそみんなで楽

しく取り組むことができたのも、熱中症の取り組みから学んだと言える。3年目の秋には、日々の多世代交流が高齢者の心を動かし、高齢者から地域の子どもの門出を祝うために、卒業式に胸元に付けるコサージュを作りたいという声が上がった。最初は作るだけのつもりが学校の計らいで卒業式に招待され、昔、不慮の事故でお子さんを亡くした方が、子どもたちの退場時に感極まって手が壊れそうなくらいの拍手を送る場面もあった。

大変なこと、困難なことへの向き合い方
どうせなら楽しく取り組んでみる



日々寄せられる相談から生まれた自転車タクシー
これ、人を乗せる乗り物ですが、人を繋ぐ乗り物でもあります





親しまれるデザインを
みんなで模索

近くの教会から宣教師たち

6年目にはスーパーの閉店という団地を揺るがす事件が起きた。その危機に立ち上がったのが「おむすび隊」で、みんなでお弁当を作り地域を励まし始めた。やはり食は大事だと2年後には500万円の寄付を地域から集め、地域食堂「たてキッチンさくら」をスタートさせた。行政が「子ども食堂の申請をすれば、補助金が得られます」と伝えた時、当時の代表は「地域にはいろいろな人がいて、誰にとっても食べることは必要だから分け隔てはしない。それが食に携わる者の役割だと思っている」とその話を断った。人を分け隔てないという思いは、今も脈々と受け継がれている。

さらに個人的に25年4月から、近所の調理師専門学校の学生たちと一緒に週3日、子どもも大人も対象の朝ごはん食堂を始めたが、住民目線で参加すると発見の連続で、学ぶことがたくさんある。選ばれた人たちで機能的かつ合理的に物事を進めるほうがスムーズで最適解を得やすいという考え方があるかもしれないが、違う属性の人が混ざり合い、共感することで次々に活動が生まれてくる。これはまさに機能性の反対の多様性の産物で、多層的で持続可能な支え合いの体制づくりが地域包括ケアの目標であるならば、大変でもそこを目指さなければいけないし、常に変化しながらも核となる部分や本質は変えてはいけない。形を残すことより、思いを受け継ぐことが地域の中では大切だと思いと報告した。

飛田さんが話の中に何度も学生という言葉が出てきたが、最初はどうのようなアプローチをしたのかと尋ねると、今泉さんがとにかく片っ端から電話をかけたし、何度断られても学生課を訪問して客観的に団地の状況を、思いを持って伝えたことが大事だったと思うと答えた。

地域に根付いている助け合いの気持ちを顕在化していく

長崎県西海市の保健師・大串倫子さんは、同市における助け合い活動の歩みと、住民による助け合いの参加と創出について報告した。同市は05年に5町が合併し、25年度に20周年を迎える。人口約2万5000人で高齢化率は40.5%。圏域は6つで、そのうち離島が3つあり、一番遠い島は陸から1時間かけての移動となる。第1層S Cが直営包括に1人、第2層S Cは社会福祉協議会に5人配置されている。同市は、県が行う地域包括ケアシステム自己評価の点数が伸び悩んでいたため、県の長寿社会課と西彼保健所と一緒に、全体的な事業について考える機会を設けてもらった。そこで、さわやか福祉財団とのつながりが生まれ、生活支援体制整備事業が動き出すこととなった。



大串 倫子氏

これまでの歩みを時系列にまとめると、17年に第1層S Cが配置され、社会資源の把握や地域の生活支援のニーズ把握を始めた。そこから19年に第1層協議体を立ち上げた。自身は現在の部署に20年に配属されたが、何から始めていいのか非常に悩んでいた。そこで翌年さわやか福祉財団の協力を得て、S Cと協議体を対象に「地域助け合い強化事業勉強会」を始めた。同市がどんな地域助け合い活動を展開していくのか、根幹となる「なぜ、地域づくりが必要なのか」「S C・協議体の役割と両者の関係性」等について話をしてもらい、理解を深め活動の推進を目指すこととした。勉強会を終えた時がコロナ禍だったため、まずは「地域助け合いミニフォーラム」という形で住民向けにフォーラムをやってみようと西海地区で21年度に開催し、85人の参加を得た。熱い思いが冷めないうちに毎月1回、計4回の勉強会を開催し、初回は地域で困っていることを皆で話し合うと、高齢になって車の運転が難しくなった、出かける場所がない、毎日の食事作りに困っている、ゴミ出しが不自由等、たくさんの課題が出された。第2回は「目指す地域像を実現するために、今後の勉強会に誰を誘いますか？助け合いの仲間を広げよう」をテーマに掲げた。そしてフォーラムのアンケートの中に設けた「どんな町だったらいいと思いますか？」という質問の結果から、皆で「目指す地域像」を選んでいき、①高齢者から子どもまで、みんなが住み慣れた地域で長く暮らし続けられる町、②通院、買い物などの不安がなく、安心して暮らせる町、③同じ地域の仲間としてフラットな関係でつながり、困った時には「助けて」と言える町、を目指していくことに決まった。

第3回はさわやか福祉財団からの「目指す地域像を実現するための方策について学ぼう」の話の後に、これからやってみたいことをワークショップで話し合い、買い物や移動支援、安否確認、1品持ち寄りで月に1回集まりたい等のアイデアが出された。第4回もできそうな活動や生活支援の助け合いに関して地区ごとに話し合い、そこから2つのつどいの場が誕生した。1つが月に1回公民館に集まり、

おしゃべりしたりみんながやりたいことを楽しむ「かたろう会」、もう1つがお墓にベンチを置き、お墓参りに来た人同士でお茶を飲んでお話しできる、墓地とぼちぼちを掛け合わせたユニークな名前の「ぼちぼちサロン」。



25年度までにミニフォーラムと4回の勉強会の組み合わせを他の地区でも行っていく長期計画を立て、必要に応じて地域課題に合わせたテーマ別の学習会も肉付けした。すでにロールモデルがあったことで関係者間で共通認識が持て、成功事例を経験できたことも強みとなった。地域の皆さんが主体的にアンケートを取るのに動き出してくれ、そこから居場所が始まる好事例も出てきた。25年度は「助け合いの『たね』がどんどん芽生え中！」と謳い、移動販売、生活支援、居場所をテーマにシンポジウムを開催予定で、23、24年度に第2層協議体も5圏域で誕生した。

生活支援体制整備事業は奥が深く、何から始めていけばいいのか理解が進まなかったのだが、「とにかくフォーラムをやってみよう」を合い言葉に第1層S Cと協議体、行政が団結して、「公的財源が乏しくなっていく中、助け合いの推進が必要であること、助け合いは一気に広がらないこと」をはっきり伝え、何かやってみたいと感じてくれた住民と一緒にすぐに助け合い勉強会を4回開催する手法は、助け合いの創出に非常に有効だった。地域の困り事の表出と目指す地域像の共有は重要なプロセスであり、これがもともと地域に根付いている助け合いの気持ちを顕在化していく過程だったし、これからも関係者と協働しながら、住民とともに一歩一歩進んでいきたいとまとめた。

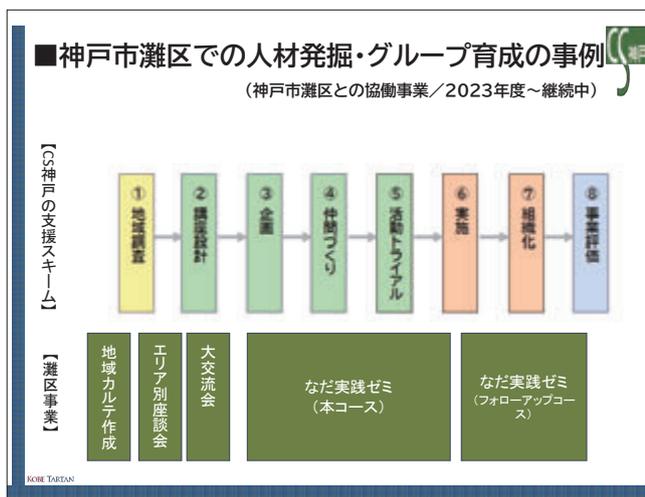
「地域カルテ」から課題解決に向かうスキームづくり

続いて、進行役の飛田さんから所属の認定NPO法人コミュニティ・サポートセンター神戸（以下、CS神戸）の取り組みの1つ、兵庫県神戸市東部にある「灘区」での実践事例が紹介された。CS神戸は阪神・淡路大震災をきっかけに立ち上がった民設民営の中間支援組織で、市内5拠点で活動を展開しているが、今回は特に灘区の人材発掘・グループ育成事例を取り上げる。これは灘区との協働事業で23年度から継続しているものになる。CS神戸では年間30から40の団体を創出しているが、そのスキームは地域調査→講座設計→企画→仲間づくり→活動トライアル→実施→組織化である。今回の協働事業もこの基本的スキームに則り、まず「地域の現在地の可視化」ということで、区役

所とCS神戸が協働して「地域カルテ」を作成した。人口13万人の区內を4つのエリアに分け、人口、世帯人数、年齢区分、住居の区分、介護認定者数、外国人数、交通事故件数などマクロの基礎データは行政から出してもらった。一方、CS神戸は、高齢、障がい、子ども、外国人等の分野について当事者、支援者にミクロの個人の困り事としてヒアリングをし、データをまとめた。これを元に「エリア別座談会」を4エリアで開催し、身近な地域の現状を知ってもらい、「あったらいいな」のアイデア出しをワークショップ形式で行った。4エリアから関心のある合計90人の参加を得た後、さらに全体で集まる「灘区の『いま』を見つめ『これから』を考える なた大交流会」を開催したところ、100人規模の参加となり、各エリアで出された課題や意見を10テーマに分類し、分類ごとにワークショップを行った。10のテーマは、多世代が楽しく交流できる場、高齢者が元気でいられる地域、子ども・若者が自分らしくある地域、災害が起こっても安心な地域、集合住宅のコミュニティづくり、初めて地域活動に参加するには、次世代の参加を促すには、企業と連携した地域活動とは等で、それぞれが交流しながら内容を深めていく、地域のパワーを参加者が感じるものになった。

さらに、24年度から始めて今も進行形なのが「なた実践ゼミ」で、創出の部分の一番重要なところになる。9か月間、全10回実践していく講座で、大交流会の10テーマから5つのテーマ（高齢者、子ども・若者、居場所、防災、企業連携）について、仲間とともに活動を具体化させるというカリキュラムになっている。座談会・大交流会参加者と、ゼミから参加の方を合わせて30人で第1期はスタート。社員研修の一環として参加する企業もあり、これからの地域づくりを考えた時には企業連携は外せないことから、企業連携もテーマの1つに設けている。実際にどのような流れで行っていかるといって、「地域カルテ」を立脚点にしている。「地域カルテ」からスタートして、再度灘区の現状を捉え直してみる。そして各テーマの事例を紹介してもらった後に、活動体験として実際にインターンに行ってもらった。それから5つのテーマの中からグループを作り、その方々でまずは1回トライアルをしてもらう。例えば、ゴミ出しトライアルであれば、早朝に高齢者のゴミ出しを手伝ってみる。他にも子どもが先生になってできることを発表し、「こども先生」という建て付けで交流を深めていくグループも生まれているし、「防災で防業」は、公園の中で食べられる野菜作りをして、防災に役立てることを起点にコミュニティづくりをしていこうというグループである。トライアルは必ずやらないといけないことになっている。そこでポイントになるのが活動支援金1万円をお渡しするというもので、去年は5グループだったが、その支援金から会場費や材料費、広報費、交通費等をすべて賄ってもらった。予め計画内容を書いてもらったうえで渡すので、活動のPDCAが回っていくことと、このプロセスを経ることで「何かできるかもしれへん」という意識付けにつながっていく。最後は今後本当にやっていくためにはどんな計画

が必要になるか、どれくらいお金が必要になるだろうかを考えて、事業計画書と予算書を作成してもらおう。「なだ実践ゼミ」という名の通り、実践するところに重きを置いているが、1年間でスムーズに立ち上がっていくかという点、仲間割れや方向性の違い等なかなか難しい点もある。そこで2年目はフォローアップコースということで、1期生の方に2期生の中に入れてもらった。すると自分たちの先輩がどうしているのかを学びながら活動を進めることができるため、相乗効果が生まれてくる。



「なだ実践ゼミ」は区役所と一緒にやっている。これは行政との連携がないと信用力や信頼度の部分でNPOだけだと限界があるという理由からだが、企業からも社員研修として参加いただき、実際にその企業が運営しているショッピングモール等のデジタルサイネージを使用させてもらえることで、トライアルの報告やPRができています。我々が進める助け合い活動は、居場所、生活支援、互助、ボランティア等、地域包括ケアシステムの中の介護予防や生活支援と言われる部分になると思うが、この部分はやはり人のエンパワーになっていくのではないかと感じている。行政や企業はサービスの受け手と担い手を固定化しがちであるが、住民の互助活動、助け合い活動は受け手と担い手が交互に行ったり来たりすることがあり、これが住民のエンパワーを生んでいくのではないかと感じている。だからこそ、助け合いの創出や参加がこれから非常に重要になっていくことを考えながら、日々活動していると語った。

地域は学び舎、傍観者でなく参加しよう

前半の発表を受け、飛田さんから、活動創出の最初の部分である「ニーズの掘り起こし」について、気をつけている点、この辺りが大事だと思う点はあるかと質問した。今泉さんからは、赴任場所が相談室なので、そこに年間700件程の相談があり、最初は個別の困り事や悩み事をいかに体系化し、地域課題に変換させていくかという点にすごく苦労した。そこから、相談事をすべて性別、年代、家族構成、介護保険サービスや医療に関する状況、困り事の内容等にコード化することを知り、体系化がスムーズにできるようになった。特に、どこに困り事をつないだかという点

が大切で、近隣の包括や社協、または商店街や自治会というように、つなぎ先を明確にした。そうすることで年間の状況がわかり、地域の皆さんの力によってこれだけの相談が解決・改善しているということが把握できるため、地域のモチベーションを上げることができる。データを集めることも大事だけれど、それをどう活用していくかのほうがはるかに大事だと思うと答えた。大串さんからは、高齢者が増え、過疎化が進み、老人クラブやつどいの場が減少していく中で、さわやか福祉財団の協力を得てフォーラムと4回の勉強会を行う方法を繰り返していくうちに、住民自らがアンケートを取っていくという動きが出てきた。第1層・第2層SCの働きかけも大きかったと思うが、住民の自主性を損なわない形で、実際にいろいろな話題は出てきた。例えば居場所が欲しいという声には、どうやったらできるかに寄り添いながら居場所をつくっていくことができた。何度も話し合いを行い、本当に鍋の底がぐつぐつと煮立っていくような長い時間をかけて、そろそろ活動を始めようというように、住民のアンケートが助け合いへの参加・創出の土台になっていると思うと述べた。飛田さんが、今泉さんが相談のインプットからアウトプットまでを網羅した形でデータ化し、これを元に支援に入られるのは説得力があり、共感の部分呼び起こす仕掛けを最初にしていることが勉強になったし、「ぐつぐつと鍋底が」という表現は非常にわかりやすく、ある日突然パッと変わるのではなく、住民の声を聞いてみようからニーズが生まれ、居場所等が生まれるというように、次の活動につながっているのだと思うと述べた。

もう1点、飛田さんから活動をしていく中で、住民の気持ち動いたという場面があると思うが、それはどんな場面かどんな伴走支援をしてきたかについて尋ねた。今泉さんからは、地域が動いたなと感じる瞬間は幸せなことに数え上げたらキリがない。例えば食堂をつくる前に、「こういうことをやりたいので皆さんの意見を聞かせてください」と住民向けに集まりを開催した時、学生が歩行に困難がある方を迎えに行ったり、目や耳が不自由な方のフォローをしている様子を見て、自分たちで助け合う地域になったんだ、この地域はどんどん変わっていくと期待を持つことができた。地域は学び舎で、学生や住民は自分の先生だどつくづく実感しているし、傍観者でなくそこに参加し、仲間として活動していくことが大事だと思うと答えた。大串さんは、仕掛けをしていく中で住民の心が動き、知らない間につながり、動いて形になっていく様子を見せてもらい、それが自分たちの活動の糧になっていると答えた。飛田さんは、CS神戸でも講座の中で「私はこれをやります」という方が出てきて、これは自発性に火がつくタイミングで、それがいつなのかはわからないのだが、伴走支援をしていく中で一番やりがいを感じる時である。2人の発表から、誰かにあてがわれた幸せ、一方的なサービスではなく、我がまち、我が事になり、つながりをつくっていくことが、尊厳を持って幸せに暮らせる社会・地域につながっていくのではないかと感じたまとめた。

【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】 加藤 由紀子氏 (特非) ふれあい天童理事長

上田 潤氏 (一社) ヒトナリ代表理事

中村 悦子氏 (一社) みんなの健康サロン海風代表理事

地域共生社会を実現するためには人がつながる居場所が大切なものと位置付けており、当財団では20年ほど前から赤ちゃんからお年寄りまですべての人が自由に参加でき、いつ行ってもいい、誰が行ってもいいという共生常設型のごちゃまぜの居場所を推進している。居場所とは自分が自分で居られる場所。ありのままの自分を受け入れてもらえると安心感が生まれ、一緒に過ごすうちに共感が生まれ、何かに取り組もうという動きが始まったり、気になる関係から助け合いが始まる。そこに居場所の意義がある。また、行きたい所へ住民一人ひとりが選んでいけるようにネットワークを推進していくことが大切である。これまでも居場所をテーマに設けており、今回は「来られない人たちにどうしたら来てもらえるか」に焦点を当て、ごちゃまぜの居場所を実践している3人の取り組み、特に上田潤さんには閉じこもりがちな若者、加藤由紀子さんには認知症の方、中村悦子さんには病気を抱えている方について伺い、どう広げていくかを一緒に考えていきたいと、最初に進行役の鶴山芳子が趣旨を説明した。



(新潟市 実家の茶の間・紫竹)

居場所とは

自分が自分で居られる場所

助け合いの原動力となる共感を生み出すところ

子どもも若者も高齢者もみんなで幸せに！

山梨県富士吉田市で子どもから高齢者までごちゃまぜで様々な取り組みを実践している上田潤さんは、閉じこもりがちな若者が多世代交流拠点「ソーシャルセンターたからじま」で元気になっていく様子等を交えて紹介した。

1991年に同県南アルプス市で生まれ、サラリーマン時代

にがんや鬱を経験し、2020年に富士山のお膝元に位置する富士吉田市(人口約4万5000人)に地域おこし協力隊として移住。地域包括支援センターの皆さんから介護保険制度では手が届かない困り事がたくさんあると聞き、「専門職ではないが、孫みたいに病院や買い物に付き添うことはできる」と思い、高齢者の生活支援を始めた。ゴミ捨てや掃除、外出支援、買い物代行、不用品整理など1人で300件くらい実施した中、支援というアプローチには限界があり、地域全体を巻き込んだ仕組みづくりが必要だと思った。また、いろいろな人たちが孤立、孤独という状況の中で必死に生きており、人の力強さみたいなものも感じた。みんなで幸せになれる方法を考えていきたいと思い、一般社団法人ヒトナリを23年5月に立ち上げ、「人が隣り合う」という造語で人と向き合いたいという思いを込めた。「人のつながりで社会をゆるめる」をコンセプトに、つながりづくりや居場所づくりが現代のあらゆる社会課題をよい方向に向かわせると思い、様々な活動を実践している。



上田 潤氏

25年に「人がつながる住民基地」として「ソーシャルセンターたからじま」を始めた。おじいちゃんらに「たからじまってパチンコ屋か」みたいなことを言われるが、ケアを受ける福祉施設ではなく、自分の意思で行き、活動的になれるような名前にしたくて「たからじま」にしたので、「たからじまに遊びに行ってくるわ」はすごくポジティブでいいなと思っている。「たからじま」では、地域サロン、不登校の子どもたちの支援のほか、いろいろな理由で働いていない若者のサポートなど、様々な取り組みをしている。最近では地域の飲食店と連携し、おばあちゃんたちと飲食事業もしている。

一番大切にしていることはフラットな関係性で、その人の一面だけを見てどんな支援が必要かを考えるのではなく、どう生きていくかを一緒に考えることを大切に、みんなで生きていこうという文化をつくることを大事にしている。障がい者や高齢者、不登校等というラベルを外して、目の前の人間をちゃんと見て、一緒にいることから始めて、どんなドラマが生まれるかを楽しみたい。また、対象を絞ら

ず、どんな人も基本的に受け入れている。いろいろな人が関わることで人の可能性がどんどん開いていくので、ごちゃまぜの世界観を重要視している。おばあちゃんたちの飲食事業の黒字部分をフリースクール事業に投入しており、子どもたちに「おばあちゃんたちがサポートしてくれているからフリースクールができるんだよ」と説明している。そこで子どもたちはおばあちゃんたちに感謝を伝えたいと月1回交流会を開催し、おばあちゃんたちにおやつを作っている。このように、属性で区切らない良さがごちゃまぜにはあると思っている。

最近では若者が相談に来るようになり、若者の居場所にもなっている。若者を支援する制度はあまりないので、伴走できるような仕組みが地域や世の中にあったほうがいいと思い、日常的に相談に乗ったりサポートを行っている。きっかけは、1年くらい働かず家に閉じこもっている若者について地域の知り合いから相談があり、「たからじま」に来てもらった。毎日フリースクールの子どもたちと楽しそうに遊び、どんどん明るく元気になり、2か月くらいでアルバイトを開始、今は就職している。「君の今の状況はこうで、こういう能力を伸ばしていこう」などの話は全くせず、一緒に過ごしているだけだった。



加藤 由紀子氏

前に「困った時は、お互い様ね」ということで「ふれあい天童」をつくった。生活支援、外出支援、移動支援など様々な助け合いを行っていて、その1つに居場所「の～んびり茶の間」がある。「ふれあい天童」の活動の基本は「元気で安心しながら、自宅で暮らし続けられるように」い

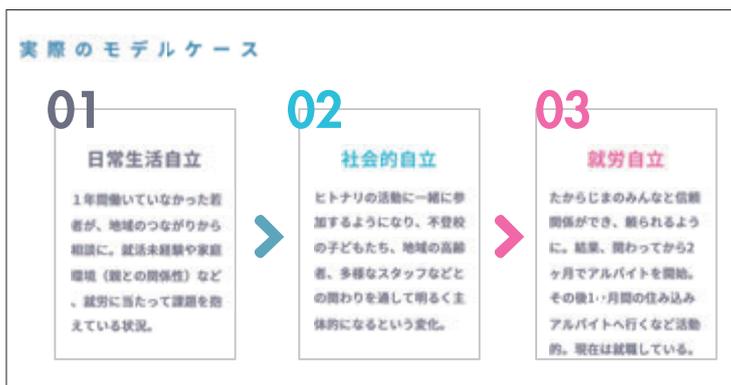
ろいろな人を応援すること。そして、お互い様から社会参加を目指す。誰かの役に立てたら達成感が湧き喜びがいっぱいになり、いい仲間と続けていける。

目指している地域は、生活で困りが生じた時、すぐ「助けて」と言えて、気軽に助け合いができる地域で、どのような依頼も断らないで対応している。また、活動を通して高齢者や社会から学ぶことはたくさんあり、「老いることを学び品格ある老い」を目指す仲間づくりをし、利用もでき協力もできるという「助けられたり助けたり」の双方向型の活動である。認知症やいろいろな困りがあっても安心して暮らし続けられるように、毎日の支援をずっと続けていきたい。

介護保険制度がスタートする以前は要介護者等を抱える家族は本当に困っていた。移動支援を伴う病院の付き添いや認知症の方の支援は大きな課題で、居場所の必要性を強く感じた。96年、利用者の男性が家を新築するので1階部分を居場所に使ってほしいと申し出てくれ、要介護者と家族を守る居場所として「の～んびり茶の間」は始まった。最初は週1回月曜日だけだったが、間もなく大盛況となった。利用者の半数以上は重い認知症の方で、家族は仕事にも行けず医者に連れて行くのも大変な状況だった。一方、軽い認知症の方には居場所の効果は大きく、よくなることに気づき希望が湧いた。今は月曜日から金曜日まで毎日開き、バランスのいい食事と心地いい空間をつくることを心がけている。

「の～んびり茶の間」には年齢制限がなく、例えば、ここで出会ったおじいさんと男の子が仲良くしていたり、認知症のおばあさんが赤ちゃんを連れてきたお母さんに寄り添っていたりする。また、何をやってもいい。習字の好きな方が集まり学び合って習字をしたり、お裁縫や編み物をする手仕事の会、手芸の会などがある。参加している方には認知症の方も含めて、配膳や洗濯物を畳むなど、できることで様々な役割を担ってもらっており、「役に立った」という幸せ感と達成感がみなぎっているような気がする。そういう気持ちを多くの皆さんに味わってほしいと思っている。

参加者は、より多くの人と出会い楽しく前向きに、いきがいのある毎日を過ごし、また、他の方に寄り添い、やさしく思いやりのある行動をすることにより、70代でも80代でもほとんど認知症に至っていない。そして、居場所に参加することで認知症は改善する。最初は外出支援で送迎をしていた認知症の女性が、居場所に来るうちに「自分で帰る」と言い出し帰れるようになり、1人で来ることもでき



彼みたいな若者が他にもいて、そこで地域の企業と連携し、どういう仕組みで若者が求人情報を得るか、採用手順も面接だけではなくて実際に働いてもらうプログラムを作ろうなどの提案をし、企業の採用コンサルティングなどもしている。地域の若者をみんなで育てようと企業も地域の方も前のめりでいろいろ話を聞いてくれるので、みんなとどんなことをやるかを考え、若者が安心して企業とコンタクトを取れる仕組みをつくり、若者が地域で活躍できるようなエンジンになっていきたい。

人と関わる豊かさを知り、みんなと生きていくという文化をつくっていくことを念頭に、これからも活動を頑張っていきたいと締めくくった。

認知症の方もそうでない方もここでつながりましょう！

山形県天童市で様々な助け合い活動をつくり広げている加藤由紀子さんは、居場所「の～んびり茶の間」で普通に過ごす認知症の方たちの日常等を紹介した。

4人の介護と3人の子育てをしていた時に助けってもらえる所がなかったので、「助け合いが必要だ」と思い、33年

るようになった。この女性から居場所でみんなと一緒にいることで認知症は改善することを学び、認知症の方も他の方と区別なく、同じように対応することが大切だと実感した。何歳になっても「心の能力」は伸び、人と会い、おしゃべりは素晴らしく、仲間の1人として尊厳のある対応を心がけることが大事である。感謝の気持ち「ありがとう様」は魔法の言葉で、「ありがとう」は伝播し、やさしさの笑顔が広がり、また「素晴らしいね!!」という褒め言葉は成長につながる。

助け合いで認知症は改善!! (その1)

- ・ 参加する支援者はより多くの方と出会い、楽しく前向きに参加しいきがいのある毎日をつくっている。
また、他の方により添い、やさしく思いやりのある行動をすることにより、70代でも80代になっても認知症に殆どなっていない
- ・ 認知症の方は、助け合い活動を利用したり、居場所に参加することで認知症が改善するので驚きです。

「の～んびり茶の間」では、虚弱でも歩行に不安があっても認知症でも小さな子どもでも、閉じこもりの方でも鬱や精神的に不安を抱えている方でも学校に行くのが不安だという方でも、どなたでも我が家のように過ごしてほしい。様々な所からの紹介で多様な皆さんが参加している。最近では包括やケアマネジャーから教えてもらったという方が増え、家族からの問い合わせも増えている。行政や社会福祉協議会、民生委員などともつながり合い、介護保険事業所と連携し、利用者が介護保険と両方利用することで生活や身体の質が上がっている。

どなたにも尊厳ある対応をし、心地よい空間づくりを心がけたいと締めくくった。

病気や身体の不調を気軽に相談できる居場所

地震と水害という多重災害に見舞われた石川県輪島市で、訪問看護師として活躍している中村悦子さんは、病気等について気軽に相談できる「みんなの保健室わじま」の取り組み等について紹介した。

大学病院で勤めた後、急性期病院である市立輪島病院で訪問看護、地域医療連携室、栄養サポートチームを立ち上げ、11年に新設された栄養サポート室の専従看護師になった。その時、「輪島病院にかかっていないが、何を食べてもいいかわからない」「どんな運動をしたらいいかわからない」という相談があり、輪島の住民が輪島病院だけを頼っているわけではないことを知った。それをきっかけに、何か美味しい物を食べながら話し合う場所を地域につくりたいと思い、15年に病院を辞めて一般社団法人みんなの健康サロン海風を設立し地域に出た。風いだ海のように寄り添うという意味を込めた。



中村 悦子氏

最初はショッピングセンターの中に「みんなの保健室わじま」をつくり、日替わりランチを500円で提供し、ランチと専門職の無料相談を売りにした。また、たくさんの方に助けてもらい、いろいろなイベントも催し、ランチを食べて買い物をし、帰りは自宅まで送るという形を取った。摂食嚥下障害の方にも対応し、子ども食堂も開いた。ショッピングセンターは気軽に足が運べ、買い物も楽しめ、広くて散策でき、オープンな雰囲気というメリットがある一方、いつでも行けると思うとなかなか行けない、買い物をしたら早く帰りたい、広くて空調が行き届かず暑くて寒い、プライバシーが守れないというデメリットがあった。

そのような時に、ある社会福祉法人から「地域生活支援ウミユードソラ」の中で訪問看護ステーションをやってほしいと依頼があり、二つ返事で受けた。障がい者のグループホームとショートステイ、相談支援員とケアマネジャーの事務所があり、そこに「訪問看護ステーションみなぎ」と「みんなの保健室わじま」「みんなのカフェわじま」を開いた。利用者も増え介護食品や排泄ケア用品などの物販も始めた。ウミユードソラは自主避難所だったので、各事業所の職員が防災士の資格を取得し、年に数回避難訓練も実施。また2か月に1回住民と一緒に、災害が起きた時、市は何をしてくれるか、自分たちの地域は何ができるか、自分は何を備えているかなどを話し合った実りある1年間があり、翌年のもっといろいろなことをしようと言っていた矢先の24年1月1日に能登半島地震が起きた。

朝市通りは火事で、プロパンガスの爆発音が聞こえてくる中、70人近い住民が避難して来た。電気は来ていたが水は出なかった。8日、ウミユードソラは福祉避難所として指定され受け入れ準備に入った。食べることが大事なので、支援者と一緒にご飯を作って、「食べて元気になって、いつかは立ち上がろう」とみんなを励まし続けた。3月になると、ベッドに寝ていた皆さんもだんだん動けるようになり、水も来るようになり、コミュニティの場ができてきた。炊き出しには300人ぐらいの列ができ、そういう人たちにコーヒーを提供し居場所にしてた。その後、避難所から仮設住宅に移るが、皆さん本当に孤独で「独りでいると息苦しくなる、嫌になる、生かされているだけだ」と言っていた。介護サービスも縮小され、入所施設もなく、ヘルパーステーションも廃止になった所があり、ショートステイできる所は輪島市で1か所だけ。学校も9校から3校になった。そのような中、市外からの支援者と一緒に炊き出しや健康相談カフェを行っていた。

ようやく落ち着いた9月に今度は豪雨被害が起きた。仮設住宅に移ってやっと慣れてきたのに、持ってきた物も電化製品も泥だらけになり、皆さん本当につらい思いをした。そのような時にさだまささんが設立した公益財団法人風に立つライオン基金が、「みんなの保健室わじまが再開し軌道に乗るまでお手伝いします」と声をかけてくれ、最初の1か月はトレーラーハウスで、その後は民家を借りて3か月、コーヒーを無償で提供する居場所を開いた。その後、住民から「お金を払ってもいいから続けてほしい」と言わ

れ、子どもたちが勉強に来ている居場所を借りて続けることにした。お客さんで来ていた人たちが「いつまでも頼ってられないから」と言ってコーヒーを入れに来てくれるようになり、住民主体のコミュニティになった。

「住み慣れた地域でその人らしく」と言われるが、能登では通用しない。どこにいても生き抜く力が求められる。それを育むことが私たちの責務だと思っている。最初保健室を始めた時、若い引きこもりの子たちが「喫茶店も行きづらいし、家にもいづらい」と来るようになりびっくりしたが、その後、難病の方や若いがん患者さんも来て、今では「ちょっとしたことも相談できる」と健康な方も来るようになった。皆さん、新聞を見たり折り紙をしたり自分の好きなことをして楽しんでおり、ごちゃまぜのいい感じの居場所になっている。また、今までのネットワークを通じて、つなぐことも保健室の大事な役割だと思っている。

しっかり食べてすっきり出して、さっそうと動いて元気にしゃべることを日頃からモットーにしており、「歩ける足があるか、食べる口ができていないか」と啓発し、地域の住民の生活を看護の目で見て護っていききたい。そして、誰もが集える居場所でこれから語り合っていきたいと思っている。アンパンマンのように平時からパトロールをして、有事には自分のパンを欠いてでも人に分け与える、そんな支援者であり続けたい。これからも大好きな能登で過ごさずひるまず頑張っていきたいと締めくくった。

住み慣れた地域でその人らしく？

どこにいても生き抜く力を
育むことが求められます
食べる！出す！動く！喋る！
歩ける足か？食べる口か？
地域住民の生活を看護で護る

誰もが集える居場所
今を、そしてこれから語り合う

なかなか来てくれない人に来てもらうには？

後半は、なかなか来てくれない人に来てもらえるようにどう働きかけるかについて話し合った。まず鶴山が3人の事例から、「どなたでもどうぞ」とオープンにしていることが共通で、いろいろな入り口があり、やはり口コミが大きい。そして、そこではフラットな関係で、みんなが役割を持てるような、あるいは何もしなくてもよく、また行きたいという場所になっているとまとめた。

初めに居場所の効果について尋ねた。上田さんは、その人を受容して一緒に過ごすことが、その人の力を取り戻し、その人本来の活力になっていく。そして、人としての尊厳を取り戻せると「困った人」ではなくなってくることを現場で感じていると答えた。加藤さんは、人と一緒にいると前向きな気持ちになっていくので、人の力が何よりもすごいと答えた。中村さんは、「人の力」に加えて、一緒に食べることが大切で、食べ残したらその分を何で補充するか

を考え、「食力」も大事にしていると答えた。

続いて、SCや行政等に望むことを尋ねた。上田さんは、支援というより「一緒にやる」という考え方をもち、まず地域の資源がたくさんあることを認識し、地域と一緒に考える主体を増やすことが一番大事で、そのため情報や資源の共有、地域活動をしている人同士がもっと助け合うという感覚が必要ではないか。また、居場所を会場にして、住民がどういったまちにしたいかを考える会などをやれば、来やすい意見も出やすく解像度の高いニーズが出てくるような気がする。行政には、広く住民に地域の様々な活動を紹介してもらい、理解の促進に力を借りたいと答えた。加藤さんは、現場視察として様々な居場所に地域の皆さんとSC、行政の方が一緒に行き、どう一日を過ごしているか様子を見て一緒に食事もすると、これぐらいのことなら自分たちもできるかもしれないという気持ちが湧いてくるので、すごく効果的な学びだと思う。私の所に現場視察に来る方にはご飯を一緒に食べることを条件にしている。というのは、認知症があっても食事作りや配膳の手伝いをしている方を見て、自分たちの居場所でも手伝ってもらえばいいとわかるのでと答えた。中村さんは、今まで助けられた分、今度は助けていきたいと思う。専門職が今激減している状況で、何か困っている人がいたらこっちから出向くようにし、その人が元気になったら居場所に来てもらうという流れで、これからもやっていきたいと答えた。

最後に思いの丈を伺った。上田さんは、参加者が少ないと悩んでいる方がいるかもしれないが、どんな活動でも誰かの生きる力になっており、その人の人生が変わっている可能性がある。そのことを誇りに思い、活動があること自体が尊いので、前向きに地域の人たちを巻き込んで一緒に幸せになっていくことを大切にしたら、よい地域になっていくのではないかと話した。加藤さんは、「この地域をよくしたい」と頑張っている素晴らしい人が地域にはたくさんいるので、行政の方は褒めてあげてほしい。そうすることで活動する意欲が湧いてくるという姿を何度も見ていると話した。中村さんは、最初に保健室をつくった時は専門職に何でも相談できる所を売りにしていたが、これからは輪島にいるやさしいおせっかいおじちゃんやおばちゃんをたくさん見つけて友達になって、そういう人たちが住民主体で接客してくれ、時には体操をやったり美味しい物を食べたりイベントもやり、何かあれば私たちが駆けつけるという形でやっていきたい。行政も一緒に地域全部をチームとしてこれからも頑張っていきたいと話した。

鶴山は、3人の話から、いろいろな方を受け入れ一人ひとりを大切にすることで居心地のいい居場所になり、結果的に様々な人たちが行きたい居場所になっていくという姿が見えた。ぜひ、こんな居場所を広げていけたらと思う。まず現場視察などに行きながら、現場の皆さんとも一緒に広げていきたいと締めくくった。



鶴山 芳子

- 【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】さとう みき氏 とうきょう認知症希望大使
村瀬 孝生氏 よりあい統括所長
横山 麻衣氏 藤枝市地域包括ケア推進課
 認知症地域支援推進員



堀田 聡子氏

冒頭、進行役の堀田聡子さんが趣旨等を説明した。「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」（以下、認知症基本法）が2024年1月に施行、12月には認知症施策推進基本計画が閣議決定され、25年度は都道府県あるいは市区町村において、認知症の人の声を起点に、認知症の人の視点から、認知症の人、家族、様々な方と一緒に「認知症の人と共に生きる地域づくり」を進めていく計画を作っていくことになっている。

今回は、改めて認知症ご本人の立場、また介護現場の立場、そして地域の中で行政の立場で推進している3人の登壇者の方からそれぞれの取り組みを紹介してもらおうと説明した。

認知症になってからの人生は第2章「いまを生きる」「わたしを生きる」

43歳の時に若年性認知症の診断を受け、現在とうきょう認知症希望大使を務めるさとうみきさんは、自身の経験から認知症の人の気持ちや思いを紹介した。

18年に主人公が若年性認知症のテレビドラマを見た時、様々な物を買ってしまう、約束をすっばかすなど、ドラマの出来事と自分自身の体験が重なり、認知症なのかもしれないと不安になり年末に受診、翌年1月に若年性アルツハイマー型認知症の診断を受けた。インターネットで「認知症」を検索すると、寿命や予後が良くないという情報ばかりが目にとまり、「私の人生はあと数年で寝たきりで終わってしまう」と、認知症イコール人生の終わりと感じてしまった。しかし、市役所を介して若年性認知症総合支援センターにつないでもらい、出身地である東京都八王子市のデイサービス代表に出会った。その後、そのデイサービスに行くと、認知症と診断を受けた高齢の方、若年性認知症と診断を受けた仲間たちがいて、性別や世代を問わ



さとう みき氏

ず、本当に安心できる、ほっとできる場だった。代表から「家で閉じこもっているのだったら、うちで働いてみないか」と声をかけてもらい、資格も経験もなかったが、当事者スタッフとして働くことで居場所と役割ができ、これが前を向けたきっかけになった。

認知症のイメージというと、もの忘れ、記憶障害、徘徊…私は道に迷う迷子だと思っているが、それ以外に疲れやすさがある。体だけではなくて、情報をうまく整理できずに「脳疲労」がすごくある。また、一番知られていないのが「視空間認知障害」で、特に若年性認知症の仲間たちが体調に変化がある時に起きやすい。手元のコップや手すりなどの距離感を取るのが難しかったり、エスカレーターや階段のちょっとした段差が大きく見えたり、坂か階段かわからず、特に下りは最初の一步を踏み出すのに躊躇してしまい、外出するのが怖くなる。このように困っている方を見かけたらちょっと声をかけてくれるとうれしい。

早期受診、早期診断のメリットは、苦手なことがあっても暮らしの中で工夫をすることができること。私の場合はシャンプーとボディソープを間違えるので、ボトルに「シャンプー」「ボディソープ」とラベルを貼り付けたり、よく探し物をするので「物忘れ防止タグ」を付けている。工夫する時に一番大切なのは、家族などが優しさから先に工夫してしまうことがあるが、本人と一緒に本人の目線で考えるほうが私たちも認識しやすく身に付きやすい。

最初、家族も周りの方たちも、できなくなったことや失敗が目に向いているという感覚があった。しかし、自分自身が苦手になってきた、できないと受容する時期があるので、周囲はできることに目を向けてほしい。例えば一緒に美味しいものを食べに行った後で「行ってない」などと言ったとしても、笑顔で「美味しいね」「楽しいね」と言っていた瞬間があったことを大切にしてほしいと思う。また、認知症になると何もかもができなくなり、新しいことも覚えられないと思われがちだが、私自身も他の方も好きなことは体が覚えていて、記憶の定着につながっている。この2か月くらい、メダカのビオトープにハマっていて、初めの頃は「次はどうするんだっけ」とメモ書きなどを見返していたが、スムーズにできるようになってきた。それはや

はり好きなことで興味があるから。認知症になったからと好きなことや大切にしてきたことを諦めるのではなく、人に頼ってでも続けてほしいし、新たなことにもぜひ挑戦してほしいと思う。

いろいろな経験をする中で、認知症だからということでは不快な思いをしたこともあった。認知症とか疾患名ではなく、まずは目の前の1人の人として出会うことを大切にしたいと強く感じている。よく「どう接したらいいのかわからない」と言われるが、普通に、特別扱いはしないでほしい。「したくない」「嫌だ」と言う時、なぜしたくないのか、その気持ちの裏側から思いを汲み取ってもらえたらうれしい。私も仲間たちもまだまだ頼られる存在でありたいので、どんどん頼ってほしい。

息子が友達から「お母さん認知症なの？かわいそうだね」と声をかけられた時に、「母さんは認知症だけど、かわいそうだと思わないでね」と返したと聞いて、私自身も「なんで私なんだろう」と思ったり、「なんできみばかり」と言われることもあったが、改めて認知症の私たちは決してかわいそうな人ではないと感じている。2年ほど前に岩波書店から『認知症のわたしから、10代のあなたへ』という本を出した。息子は発達障害でパニックがひどかった時もあったので、そういう時は「息子の心の声に耳を傾けてほしい」と近所の人たちに手紙を書いた。これは認知症も同じで、症状が深くなり会話が難しくなっても、心の声に耳を傾けてほしい。その人らしさ、その人は生き続けていることを改めて伝えたいと思う。

認知症の漢字は「ありのままを認め合って、その人を知ること」という意味に取れると思っており、その人の好きなことや困り事を知れば、いずれ認知症という言葉もなくなるかなと思っている。認知症になってからの人生を第2章だと思って、今を本当に楽しく暮らしている。「いまを生きる」、そして最近付け加えた言葉「わたしを生きる」という言葉を大切にしたいと思っていると締めくくった。



村瀬 孝生氏

かなか一人暮らしが難しくなり、老人ホームにも入りたくないと言うので、女性3人が生活を支えるボランティアになり、通いの場をつくることにした。最初は寺の茶室、それから同じ敷地内の民家を借り、通い慣れた所に泊まることもでき、いざとなったら住むこともできるという形

で1991年に開所。95年に開所した2か所目の「よりあい」も若年性アルツハイマーを抱えた女性がかきかけだった。まだ若かったから既存のデイサービスに行くのに抵抗感があり、彼女の居場所をつくりたいというボランティアや友人の願いから始まった。このように1人の人からスタートしていく形で始まり、15年には地域密着型特養をつくって現在に至っている。

夕方にお年寄りが「家に帰る」と言い出すことを「帰宅願望」と専門職は言うが、「帰りたい気持ち」を認知症の症状に含むことに抵抗を感じていた。職員数も限られ、歩くのに付き合うのも大変なため、社会は今まで薬を処方したり抑制や隔離という形で対応してきたが、強い向精神薬は「問題行動」がなくなっても笑顔もなくなっていく。だから、我々はこれまで「閉じ込めない」「縛らない」「薬漬けにしない」、そして「たらい回しにしない」という考え方で対応してきた。しかし、高齢なので15分ぐらい歩けばいいだろうと思ったが、休み休み2時間ぐらい歩いたりもする。「昼日中、手を握り合ったら世間の人やどんな噂を流すかわからん」と言われて手をつなぐこともできない。日が暮れて街灯が点く頃、体力的な限界を迎えてやっと手をつないでくれ、灯りに浮かび上がった家を見て「あれが私の家だ」と言うが、自分の家ではないとわかると気力も尽きてその場に座り込んでしまう。その時に初めて接点生まれ、「よりあい」に戻ることを承知する体験してきた。でも次の日になると、また「家に帰る」と言う。その繰り返しに付き合うことに努めてきた。そうすると、僕らに対する対応が変わってくる。付き合った職員に対して、「あの人も食事を作ってあげなさい。あの人は家に帰れなかった。気の毒だ」と、自分の心情を職員に移して、職員をケアするという関係性が出てくる。それを重ねていくと、帰れないことが本人の胸の中に落ちる瞬間があり、自然に「家に帰る」と言わなくなることがある。

ドアに鍵をかけていないので、いなくなる時もあり、その時はもう心臓が潰れるような思いだが、地域の方が「今、うちの前を通ったよ」と電話をくれたり、車で送り届けてくれる方もいる。介護専門職は事故が起こらないようにとリスクを考えるがゆえにどんどん閉じていき、当事者を閉じ込めていくことが起こりがちだが、一緒に歩いているのを地域の方が実はちゃんと見て気にかけてくれていることがよくわかった。それからは家族に了承を取った上で、いなくなると半径200メートルのご近所に「見かけたら、まず『よりあい』に電話をください」と一軒一軒お願いに行ったり、自治会を通してお願いしている。自治会の方は地

ありのままに生きること

~それが、私たちの希望です~

ありのままを「認」め合い
その人を「知」ること
一人ひとりの「症」状を知る

認知症の人のおかげで地域と結び付きが深くなった

福岡市で2か所の宅老所「よりあい」と地域密着型特養「よりあいの森」を運営している村瀬孝生さんは、始めた経緯、経験から感じ取った認知症の方たちの思いや地域との関係づくりを紹介した。

1か所目の「よりあい」ができるきっかけは92歳の女性からだった。一人暮らしをしていたが、ボヤを出すなどな

域の用事で大変なので、「一緒に探してください」と言うと引いてしまうが、「見かけたら電話をください」だと積極的に受け入れてくれる。だから、いなくなるなどの問題が起きた時には集まれる人だけ集まり、解決したら解散を繰り返すという形にし、ネットワークづくりを急がなかった。そういう意味では、「家に帰る」と歩く方やいなくなった方が、閉じていた僕らをどんどん開かせ、地域との関係を強化してくれ、そういった形で僕らは地域と結び付きが深くなっていったと考えている。

また、職員と共に家族が主体的に看取することができる環境づくりに努めている。例えばお母さんを看取った後、夫を看取り、その後、自分が息子から看取られるというふうに、看取りが世代をまたいでいるし、利用の仕方が直系的に、さらには傍系的になり、知人や親戚に口コミで広がり、層が厚くなっている。特に家族会に残ったOBの方に看取りの話をしてもらうと、中にはいろいろな家族の看取り体験を聞いて、今度は自分の番だとハッスルされる方もいる。そんな姿を見ていると、専門職が全く介入しなくても、家族同士で学び合い、OBの方がピアサポートになってくれていると感じる。このように家族、特にOBの方に支えられ、僕らの仕事がどんどん減っていき、楽になっている。1人の人から様々な人につながり、看取りでさらにつながっていくという形で、「よりあい」は34年かけて共同性を育んできた。今、家族会は自主独立運営で、OBの中にはいずれ自分も利用したいと考えてくださる方がいて、時間をかけてお母さんやお父さんのケアに対する再評価をいただいていると思う一方、「自分が利用するまでケアの質を落としたらならんよ」「潰れたらだめだよ」と言われており、厳しい緊張関係もある。

地域でどうお年寄りがちゃんと住み続けていくのか。我々が見つけた地域密着型特養のコンセプトは「老人ホームに入らなくて済む特養」。市のコンペに受かり、それを実践する意味で、いざとなったら入れる場所ではあるが、地域の方と関わり合っているうちに、一人暮らしで自宅で亡くなっても、それは孤独死でも孤立死でもないと思うようになった。そういう形の支援を行っている。1年間一緒に取り組んできたことをみんなで労うためにおでん会などを開き関係を深めている。その中心になっているのはお年寄



おでん会の様子。
コロナ禍の間は中止していたが、ようやく再開できた

りたち当事者で、一人の人がこういう関係をちゃんとつくっていくのだと実感していると締めくくった。

認知症の人の声や経験を起点に 共に生き、共に創るまち



横山 麻衣氏

静岡県藤枝市地域包括ケア推進課で認知症地域支援推進員を務める横山麻衣さんは、認知症本人の声や経験を活かし、「本人ミーティング」など一緒に取り組んでいることについて紹介した。藤枝市では独自に「認知症とともに生きる共創のまちづくり条例」を施行しており、認知症基本法と条例を基に「本人の声や経験」を起点に認知症施策を推進している。

まず日頃から1人の本人との出会いと声を大切にすることを心がけている。本人ミーティングのきっかけは若年性認知症の女性との出会いだった。彼女から「外に出たい気持ちはあるが、自分の選んだ服に自信がない。家族に相談してもなかなか深刻に捉えてもらえない」という悩みを聞いて、これはフォーマルなサービスにつながれば解決するわけではないと思い、他の人はどうしているか、外出しやすい環境を一緒に考えてみよう、本人同士でじっくり話し合ってもらった。「誰に相談していいのかわからなかった。他にも同じ思いの人がいるとわかった」と、本人同士だからこそ話せることがあり、安心して話せるとはこういうことだと教えてもらった。そこから、本人同士が安心して話せる環境、出会える環境が大切だと思い、定期的に本人同士が交流する本人ミーティングを始めた。暮らしの中での工夫に関する話題が多く、薬の管理やヘルプカードなど、本人の工夫が次に続く人にもつながっている。

本人ミーティングで、「支払いが難しく、1人で買い物に行っていない」という話があり、みんなで一緒に近くのコンビニに行ってみた。セルフレジが多く、どうしていいかわからなかったり、何よりも店員が話しかけてくるスピードの早さに本人が戸惑う場面があり、何がバリアになっているのかがリアルにわかった。このように本人と一緒に地域の中で過ごすことで、何が暮らしの中でのバリアになっているのかがすぐわかる。また、「認知症と診断された時、もう自分が何もできなくなると思った。だから人に言えなかったし相談できなかった」という声や、「自分の中に認知症に対する偏見があることに気づいた」という声が多くあった。しかし、「実際はそうではなかったことを伝えていきたい」という声から、本人ガイド『あなたへ～認知症のわたしたちから伝えたいこと』を作成した。

認知症になった経験を活かして、地域に向かい認知症のことを伝える活動も一緒に取り組んでいる。今年も中学校に一緒に行かせてもらい、中学生の質問に本人が答えるなど、本人の声を通して、認知症の人に対する理解を深めることはすごく大事だと思っている。

本人ミーティングを重ねる中で、「本人ミーティングに

行きたいが会場まで遠い」という話があり、一緒に移動手段について調べると、バスで行けることがわかったため、一緒に乗ってみた。初めは「バスでの移動は時間に縛られるから好きじゃない」と言っていたが、「中学生の頃から通っていた床屋もバスで行けるかも」と、実際やってみることで可能性が広がることを教えてもらった。また、バスの支払いで運賃箱と両替機があるので、何度も両替機のほうにお金を入れてしまって苦戦したが、本人が運転手に「認知症なので時間がかかってしまって申し訳ない」と言ったら、運転手が「わかりづらくて申し訳ない。いずれお釣りが出てくる機械になるかもしれないから、それまで乗り続けてほしい」と言ってくれ、本人は涙が出そうになっていた。行きたい所に行くことや社会参加することが、認知症の人の暮らしの中でのバリア、わかりづらさや使いづらさを知ることになり、何よりこうしたやり取りを通してお互いに理解が深まっていくことをすごく実感した。

また、地域のゴミ収集の会社では、SDGsの一環で給食センターの生ゴミを回収し、堆肥を作り、それで野菜を作る取り組みをしており、社員が認知症サポーター養成講座を受けたことをきっかけに、「畑をやってみよう」という本人たちの声もあり、野菜作りを一緒に行うことにした。初めはジャガイモの収穫、すごく楽しくて、次はサツマイモ。そして、マルシェで「一緒に売ろう」となり、収穫したサツマイモを洗ったり、焼き芋用にホイルでくるむ等の準備も一緒に行った。その会社のインスタグラムに「認知症の方と一緒に活動いろいろ学ばせてもらっており、認知症をマイナスに捉えず前向きに向き合っていることが素晴らしい」などと書いてくれ、共に過ごす体験を通して感じてくれたことがうれしく、本人が地域を変えていくことを実感した。地域の中で、分野を超えてつながっていくことで、いろいろな可能性も広がっていくと思う。

今、中高校生も本人も家族も企業の人と一緒に、認知症と共に生きることを自分事として考えて、安心して共に生きることができるまちに必要なことや大切なことを話し合っている。25年度、本人にとって必要なつながりやサポートは何かを改めて知るために、介護サービス事業所の方にも協力してもらったところ、やはり医療や福祉だけでなく、

様々な分野とのつながりや関わりがあることを改めて感じた。これまで認知症施策というと、医療や福祉の取り組みとして考えられてきたが、これからは本人の声を基に、分野を超えて共創のまちづくりに向けて共に話し合うことがすごく大事だと考えている。認知症の人の声や経験から、私たち誰もが暮らしやすいまちを考えていくことが必要であると、本人との出会いや声から教えてもらっていると締めくくった。

認知症の人と共に生きるとは？

堀田さんが、一人ひとりの声から、人と人として出会うところから始まるという点が3人に共通していたと話し、さとうさんにどうやったら本人同士がお互い元気付け合うような出会いや場につながっていくと思うかと尋ねた。さとうさんは、近隣からバスに乗って若年性認知症総合支援センターに来る方もいて、一緒に活動をやっているのも大切だが、いずれはその方を中心として、その方の地域に新たな資源をつくってほしいと思っている。また、出会ったり出掛けるきっかけをつくるため、月1回認知症カフェを開いたり、「海が見たい」「旅行に行きたい」というみんなの声から、2、3か月に1回、日帰りの企画などしていると答えた。

続いて、堀田さんは横山さんに、多くのご本人一人ひとりと日々の小さなことを一緒に積み重ねてきて、それが藤枝市では文化になってきていると感じるか尋ねた。横山さんは、文化として根付くにはすごく時間がかかると思うが、一人ずつに呼びかけ、少しずつ変化があるかなと思っている。また、藤枝市では企業等を対象に「認知症の人に優しいお店・事業所認定制度」を10年ぐらい前から実施し、今90か所近くが登録店になっている。自分たちが地域に何ができるかを日々考えていて、困っている人がいたら声をかけるなど、職域の中で立場を活かして、できることに取り組んでくれていると答えた。

堀田さんは村瀬さんに、「本人の声を起点に」と聞いて何を思うかと尋ねた。村瀬さんは、「声」を言葉に限定し、言葉が思う通りに使えなくなった人とはコミュニケーションが取れない、自己決定ができないと思込んでしまっている。しかし、人は最期まで意思表示がある。特に最期までできるのは「嫌」で、顔を見たらわかるし、介助する時にも体が緊張している。心臓の鼓動の遅さ速さ、脈の強さ弱さ、発汗の状況など全身で「今私はこういう状況にある」と伝えていて、そこには言葉は全く必要ない。だから、亡くなる瞬間までコミュニケーションはでき、このほうが言葉よりも信頼性がある。「声」とはそういうものではないかと思うと答えた。

最後に堀田さんは、今日の話から、認知症のある方と共に時に楽しみ、時に万策尽きるという経験を共にし、それを重ねていくことが、その一人ひとり、そしてまちの記憶にもつながっていくのだと思った。この「共に生きる」経験をどれだけ広げていくことができるかが、これからのチャレンジだと思うと締めくくった。

世代や立場を超えて共に考える

誰もが安心して認知症とともに生きることができるといえるまちづくりに向けて、多様な世代（中学生や高校生も）や立場の方と、共に考え、話し合いを始めています。

本人と出会い
共に過ごすことで
新しい認知症観へ

自分事
として考える

わたしが思う“安心して認知症とともに生きることができるまちに必要なこと”

- ・ 当たり前は人それぞれ
- ・ 本人の声を発信する
- ・ 本人が希望を持てる
- ・ 工夫を一緒に考える
- ・ 買い物での支払いが安心してできる
- ・ 認知症になっても働ける
- ・ できないところを分かってくれる
- ・ 水路等の蓋や安全な歩道
- ・ 自分から意思表示できる・家族のケア・声をかけ繋げる役割の人が多くいる
- ・ 柔軟に声がかげられる、助け合いが自然にできる
- ・ 本人が自分で相談しやすい場所がたくさんあること
- ・ 子どもの頃から認知症について知る機会がある
- ・ いずれは認知症になるという自分事としての理解
- ・ 本人がやりたいことを続けられる
- ・ 失敗しても良いから挑戦できる環境
- ・ 安心して移動できる交通手段がある
- ・ 家族も働き続けられる
- ・ 困ったときに頼める、相談できる
- ・ 本人も家族も垣根を作らず集える場所がある

【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) びーのびーの理事長

【登壇者】 小林 普子氏 (特非) みんなのおうち代表理事
藤田 直美氏 special SIBLINGS 代表

2023年4月にこども家庭庁が発足し、政府が「こども・子育て支援加速化プラン」を打ち出したが、一方で少子化は予想をはるかに上回る勢いで進んでいる。「こどもまんなか実行計画2025」においても「全てのこども・若者が、ウェルビーイングで生活を送ることができる『こどもまんなか社会』の実現」を謳い、政府一丸、横断的に取り組みを進めていくことになっている。制度の着実な普及は当然のことながら、住民の立場から地域で子どもやその保護者・養育者への支援をどう応援していくのか、仲間とともに知恵を絞って活動を展開している実践者の事例を通して一緒に考えていきたいと、進行役の奥山千鶴子さんが趣旨を説明した。



奥山 千鶴子氏

しながら励まし合える関係を大切にしている。2つ目はおやこの遊び場「チューリップ」。対象は未就学児・新1年生とそのママたち。孤独にならずに未来に必要な情報を得て、安心して暮らせる場所探しを一緒に見つけていきたいと思っている。3つ目は「絆の会」。障がいがあることで大勢の中に入りにくかったりイベントに参加しづらい等の理由から、きょうだいも寂しい思いをすることがたくさんある。そんな気持ちを解消し家族みんなで楽しめる夏祭りやクリスマス会、マルシェ等を開催している。専門機関や地域のボランティアの協力を得ることで横のつながりが生まれ、地域での生きやすさにつながっている。4つ目は「me time」。ママたちが当事者同士でヨガをした後にみんなでおしゃべりする、癒やしと学びと自分を大切にする時間で、また、わが子の将来に向けて就労や施設見学等、1人で探しに行くのはハードルが高くて気が重いことでも、みんなで集まって楽しく見学しながら明るい未来を描いていければとの思いで「未来ツアー」も開催している。

先輩ママとしてそっと手をつなぎたい



藤田 直美氏

福岡県宗像市に在住の藤田直美さんは、障がいのある子どもを育てる仲間たちによるコミュニティ団体「special SIBLINGS」代表として活動中である。当事者の強みとして「誰かを支えられるといいな」という思いで、21年12月に市民活動団体として登録。3人の子育て中だが、

長男は自閉症スペクトラム・知的障がいがあり、たくさんの孤独や不安を抱え涙からスタートした育児だった。その頃の自分と同じように悩んでいるママたちに少しでも安心できる居場所を届けたいとピアサポートを中心に活動しているが、これは「私たちよく頑張ってきたよね」と過去の自分たちを励ますことにもなり、関わってくれるママたちが少しでも元気になるようなコミュニティづくりを目標にしている。

活動内容は大きく4つ。1つ目は障がいのある子や発達がゆっくりな子を育てるママたちのぎゅっくばらんな「おしゃべり会」。ここは、悩みの共有や日々の生活への不安を吐き出す場で、同じ道を歩いてきたからこそわかる痛みや苦しみ、喜びに寄り添い、お互いの頑張りやキツさを想像

活動していくにあたり、当初は自己資金が必要だったが、現在は助成金の力を借りている。とはいえ、助成金も永久的、確実性はないため継続を考えた場合、安定性はない。そんな中、保護者・きょうだい児支援の必要性に共感してもらい、地域の放課後等デイサービス事業所が協賛企業として資金面の援助のほか、事業の相談や助成金申請時の推薦人を引き受けてくれる等のサポートをしてくれている。他にも、場所の無償提供、お菓子の差し入れ、ボランティア等で協力してくれる企業のおかげで、特性のある子どもたちのサポート体制の充実が図れ、就労支援事業所は見学の際のランチ提供でママたちを労ってくれている。さらに、ママ友たちが運営メンバーになってくれ、ケーキ屋のママからはクリスマスケーキ等を提供してもらい、工作が得意なママは「絆の会」の工作キットを毎回人数分準備してくれる。イベントのママはマルシェ等での広報活動に協力してくれるし、活動にボランティア参加してくれるママもいて、自身の暗黒期を知る友人たちの協力も大きな力になっている。さらに訪問看護ステーションの方のボランティア協力が叶い、専門性の高いボランティアの充実を目標に体制を整えていきたいと思っている。これらの活動は、障がい児子育てという限定した活動になるが、自分たちだけ

で細々と活動するのではなく、地域の方に知ってもらい、悩んでいるママがいたら、「こんな所があるよ」と教えてくれる人も大切にしたい。当事者ママからの紹介より、信頼できる誰か、知っている誰かからの紹介のほうが安心することもあり、背中を押してくれる方、応援してくれる方を増やして、優しい循環をつくっていくことが大事だと思っている。

当事者として常日頃考えているのが、最近の政策や社会の動きとして「インクルージョン」「インクルーシブ」が推進されている。「みんなで一緒に過ごそう」というインクルーシブな考え方は大切だと思うが、その理想的な環境が整うまでの現実として、当事者からするとそれが「頑張らなきゃいけない場所」になってしまうこともある。例えば、子どもが周囲に迷惑をかけないように気を張って過ごしたり、親が「ごめんなさい」「大丈夫です」と周囲に気を遣い続ける時間。本来は安心して過ごすための場所なのに、逆に疲れてしまうこともある。だから「みんな一緒の場所」が必要なと同じくらい、「障がいのある家族だけで過ごせる安心できる場所」としてのセーフスペースも大切で、それがインクルーシブな社会で生きるための頑張る力のトランポリン的役割、疲れた時に寄れる場所、頑張った後にくつろげる場所になる。そんな場所があることにより、安心できるし、自分を保つことができ、「また頑張ろう」と思えるのだと思う。

25年度からスタートした乳幼児健診の場を利用しておしゃべりカフェ「よりみちチューリップ」は、宗像市福祉課職員の発案により、私たちの気持ちに火が点き、コミュニティ協働推進課の協力のもとスタートした。定型発達の子の健診は、成長を確認し、できることを喜べる場所になるが、発達に不安がある子育てだったらどうなのか？健診前に届く視力、聴力、尿検査等の事前検査を、知的な遅れ、言葉の遅れ、おむつが取れない子らができるのか。親はそこで「できない」ことに傷つくことになる。健診に来るまでも走り回るわが子を追いかけ回したり、あるいは、歩けない子であったりと、「いろいろ」を抱えたまま来る場所になる。自分自身、子どもの3歳児健診には行けなかった、行く勇気がなかった。そんな苦い思い出から、ママたちから健診エピソードを集めると、同じように涙した声、辛かった声がたくさん届いた。行きたくない健診から、行ってみようかなと思う健診になってほしいと、こうした声を行政に届けた。そこから始めたカフェである。行政だからできる制度や仕組みづくりと、行政が立場上できない、住民だからこそできる寄り添いの部分を協力してやっていくこと。「やってくれない」「足りない」ではなく、みんなができることを少しずつでもすることにより、悩んでいる親の心が軽くなってくれたらいいと思って始めた活動である。健診スペースの一角に設けたふらっと立ち寄れる空間で、子育てが心配、疲れちゃった等の頑張っている子育てを認め、健診の日でなくても参加が可能。「待つ支援」から「迎えに行く支援」への試みで、「こんなことで悩んでいるなんて甘えていると思われないか」「誰にどう相談した

らいいのかわからない」「そもそも人と話す元気もないほど毎日きつい」「子どもに手を上げてしまった」というように、心が塞がっているママは実はとても多い。明らかな障がいがないくても、育てにくさを感じていたり、子育ては孤立しがちなものだから、誰でも来てほしい。少し先を歩いてきた先輩ママとしてそっと手をつなぎ、気持ちが楽になり、自分を許せる時間をつくれる場所としての役割を担えればいいなと思っている。よい親になる場所ではなく、よい日もうまくできない日も、いつでも頑張っているママたちとお互いにハグし合う。誰か一人が辛くなって何か起きた時では遅いから、誰か一人が救われることを大切に。自分もその誰か一人であり、助けてもらえる仲間がいることに感謝しながら活動しているとまとめた。



**私達も来てくれるママに癒されて
助け・助けられる仲間に感謝**

みんなに届くからするのではなく
誰か一人が救われればよいのではないかと
誰か一人が辛くなって、何か起きたときは遅い
その誰かひとりを大切にすることから
ひとりからがスタート

活動報告は
Instagram
みてください♡

子どもから大人まで、それぞれに寄り添う

東京都新宿区で活動を始めて25年、03年にNPO法人「みんなのおうち」を立ち上げた小林普子さんから、外国ルーツの子どもを中心にした取り組みが紹介された。法人の理念は、大都会で子育てを通して知り合った不特定多数の家族の縁を「知縁」とし、親睦と交流を図る事業を中心に、子育て・子育て支援及び都市コミュニティの再生に寄与することを目的としており、特に、「常に子どもを中心として考える」ことを基本にしている。活動のきっかけは、00年初頭に同区では、「外国人保護者が日本語が読めない、理解できないために子どもに予防接種を受けさせられない」という記事を目にしたことで、先進国と言われている日本で子どもの生存権が脅かされている現実遭遇し、外国ルーツの人たちの問題に関わろうと思った。



小林 普子氏

主な取り組みとして5つ紹介する。1つ目は「居場所みんなのおうち」を17年に開設した。利用者がどのようにつながってくるかと言うと、地域の知り合いを連れてきたり、子ども家庭支援センターから連絡が来たり、区内の学校から「こういう子どもがいるが面倒を見てもらえないか」と連絡が入る。あるいは、スクールコーディネーターや民生児童委員、行政の福祉課等から紹介されて来る。他にも社会福祉協議会とも連携しながら活動している。ここでは、小学生は宿題や予習・復習、中学生も日本語が十分でない

ため授業が理解できない子が多いので、その部分のサポートや自習。高校生は中間・期末試験の勉強、大学生は自習や就職相談に来ている。希望者には週3回夕食を提供しており、子ども同士でゲームをしたり、クリスマス等には季節の行事を行っている。



2つ目はキャリア教育。外国ルーツの子どもたちはコミュニティが狭い所に住んでいることが多く、それだとなかなか自分の将来を考えられないという状況から始めた活動である。卒業していった先輩の話の聞いたり、文字入力が必要なパソコンを学んだり、起業した留学生や専門職の話の聞いたり、会社見学を行う等の取り組みをしている。

3つ目は相談業務で、多くは進学相談や学校の編入相談になる。親が日本の教育システムを理解していないことが非常に多いため、代わって学校見学に連れて行ったり、学校選びのコツを話している。それから子育てや出産、いじめや不登校。日本語が不十分なためにいじめられたり不登校になるのか、発達障害だからそうなのかの区別が難しく、発達障害があった場合はどの学校に行けばいいのかという相談もある。家族問題としては、夫婦関係や相続問題、祖父母の介護の問題等、複雑な問題にも対応している。他にも就職相談や、ビザによってはなかなか日本で長く働けることができないためにビザの関係。そして10歳くらいで日本に来ると大学卒業時には日本にいる時間のほうが長くなるということから帰化問題の相談にも乗っているが、これは弁護士と連携しながら行っている。他にも職場の問題等、相談は多岐にわたっている。

4つ目は、子どもとその家族、友人、支えてくれている地域の人々が集まり、各国の家庭料理を囲んで交流する「多文化交流会」。コロナ禍は一時取り止めたが、05年から年に1回行っており、防災知識を知ってもらうために必ず防災講座も組み入れている。サポート企業として、ハンバーガーの会社からは毎年50個ほどのハンバーガーを寄付してもらっている。5つ目は公立図書館との共催で行う「多言語の絵本の読み聞かせ」。それぞれの出身国の絵本を日本語に翻訳して、参加者に母国語と日本語で紹介するというもので、母国語を読むのが母親、翻訳するのが子どもというやり方になっているが、この活動を通して「自国の言語を日本人の前で話していいとは思っていなかった」と親のほう感激し、年に4か国語ほど取り上げていると、日頃の活動の様子を紹介した。

人生のスタート期を豊かに、地域で応援する

奥山さんから横浜市港北区で展開している認定NPO法人「びーのびーの」の活動が紹介された。0から3歳児の育児は子どもの成長の土台づくりの大切な時期で、親の影響力が強いのに、地域の互助機能が失われてしまったために密室育児になりがち。そこで、親子が共に学び、育ち合う場をつくりたいという思いで、00年に子育て中の親たちで法人を立ち上げた。当初から地域のシニアやボランティアの力を借り、みんなで子育てする環境づくりを意識して進めており、それが活力ある地域社会、共に支え合う新たなシステムの基盤づくりになる。これは設立した25年前に掲げた基本理念であるが、以来この考えをベースに活動してきている。また、3年程前に若手職員たちが、さらに法人のこれまでのあゆみを確認して「ビジョン・ミッション」をつくってくれた。その内容は、「子育てを誇りに、『私』を誇りに子育てをする人、支える人、誰もが誇りを持つために。あなたが自分らしさに気づき、認められ、納得し、自分を好きになるために。私たちが人と人をつなぎ、まさに『ありがとう』を巡らせたい。」というものである。

事業概要は、乳幼児の親子の交流の場を区内4か所で行い、そこで一時預かり事業や、こども誰でも通園制度も試行的に実施している。それから、多世代の交流スペース、自宅へ訪問する訪問型の支援等を行っている。00年にオープンした「おやこの広場びーのびーの」は、商店街の空き店舗を利用して始めた。子どもたちが商店街の中を三輪車で走り回っても周囲が認めてくれ、当時お母さんだった方が、今は支援者、職員になってくれている。最近できた居場所「子育て支援スペースCOCOひよし」は、大きなマンションの中に交流スペースをつくってもらった。他にも区との協働事業として、中核となる子育て支援施設「港北区地域子育て支援拠点どろっぷ」「どろっぷサテライト」を運営している。多世代交流スペース「地域福祉交流スペースCOCOしのはら」は、庭の広い一戸建てを地域の方から家賃を払って借りているが、介護予防・生活支援サービス通所型として、行政から家賃補助がある。高齢者の健康づくりが中心ではあるが、誰でもランチやカフェで利用できる。また、火曜日には学校に行きづらい子どものいる家庭の団体が利用しており、家の中にいた子どもたちも庭で遊んでくれるようになっている。

団体立ち上げ当初から、多世代の関わりが「寛容さ」を広げると思って活動してきた。居場所が女性だけ、同じ年代、日本人だけといったように同質性が高くなってしまったり、誰かと比べてしまうというように、寛容性が低くなる気がしている。ここに男性、シニア、外国人等がいることで、寛容な雰囲気が生まれるという経験をしてきた。そこで今、ボランティアの募集に非常に力を入れている。募集チラシを「入り口の」「ドアを開けて」という意味を込めて「DOORS」と名付け、一般ボランティア、学生ボランティアを募集しており、そこには有償の活動もあれば無償の活動もある。その内容は、子どもたちのお世話・遊び

の他にも、庭の手入れ、読み聞かせ、調理、力仕事、DIY等、できることをそれぞれのペースでお願いしている。25年度がちょうど設立25周年にあたるので、6月には地域の公園で「Thanksフェスティバル」を開催した。ここに、地域の作業所の皆さんに飲食などの出店をしてもらいながら、地域に感謝を込めたイベントとなった。

今、こども家庭庁では乳幼児期のこどもの育ちに係る基本的なビジョンとして、「はじめの100か月の育ちビジョン」を策定している。そこには以下、5つのビジョンが示されている。①こどもの権利と尊厳を守る、②「安心と挑戦の循環」を通してこどものウェルビーイングを高める、③「こどもの誕生前」から切れ目なく育ちを支える、④保護者・養育者のウェルビーイングと成長の支援・応援をする、⑤こどもの育ちを支える環境や社会の厚みを増す。このうち、例えば②については、「アタッチメントの形成（安心）と豊かな遊びと体験（挑戦）が重要」と補足されているが、子どもが主体的に遊びを通して学んでいくことがウェルビーイングにつながり、その時に子どもと大人のアタッチメントの形成が非常に大事になる。そして、この大人は決して親だけではなく、地域の大人たちもこの重要な役割を果たすとされている。また、⑤も地域づくりに大きく関わることになる。

24年度に国のモデル事業「はじめの100か月の育ちビジョン地域コーディネーター養成モデル事業」を受託し、25年度が2年目になる。地域住民や学生にコーディネーターになってもらい、地域に水平展開していくことを目指した取り組みである。4つの推進活動は、・同法人が23年度にスタートした産前産後期の居場所「産前産後のおうち」を活用した子育て家庭と高齢者の交流事業、・小中高校生と赤ちゃんとのふれあい体験授業を通じ、子どもや学校関係者、地域に同ビジョンの広報普及活動を実施する事業、・子育て家庭には特典を付け、カードを持って行くと特典が受けられる等、地域の店舗や住民への啓発事業、・こども食堂に同行し同ビジョンの普及啓発や多世代交流の促進を図る事業で、地域の住民、学校や企業・事業者に対して、少子化対策のための視点からではなく、子どもの育ちの上で妊娠期からの100か月が大切であることを伝えていくための、学びや体験を行っている。

地域の子育て支援拠点は、人生のスタート期における地域との接点だと思っている。安心できる場で親同士の語り

合いや親子の交流を通じて、自分なりのほどよい子育てを確立することができる。また、子どもにとって、親以外の信頼できる大人との出会いが社会への基本的な信頼を生むうえで非常に重要であり、子ども同士が集団の中で自発的に遊び、育ち合いが保障されることで子どもの主体性が育まれる。子育てはもともと共同養育であったはずで、子どもたちの未来のために切れ目のない支援の輪をつくっていきたいと思っていると紹介した。

未来を担う子どものために一歩を踏み出してほしい

後半は、最初に奥山さんから地域の理解を得るためのポイントについて尋ねた。小林さんは、活動を始めた頃は「外国人はいらない」といった声もあったので、自分から地域のイベントにお手伝いに行ったり、意識的に近づいていく努力をかなりした。そこから理解者が少しずつ増え、行政も理解してつなげてくれるようになったので、自分から出て行くことが必要だと思うと答えた。藤田さんは、障がいのあることに対し誰も差別的な目で見ないし、何か力になりたいと思っても、具体的にどう手を差し伸べればいいのかわからないことが多いと思うので、やはり知ってもらえることが大切だと思っている。インスタグラム等でわが子のことをオープンにしていると、「見たよ」とか「自分1人だけじゃなかった」といった反応が寄せられると答えた。続いて、奥山さんから今後やっていきたいことについて質問した。藤田さんは、活動を始めた当初は人が集まらない、資金をどうするんだと1人で悩んでいたが、運営メンバーが増え、やりたいことができていたので、仲間を大切にしながら、大きなことを成し遂げようということではなく、目の前の一人ひとりの力になれるように小さなことから続けていきたいと答えた。小林さんは、藤田さんの話を聞いて、自分もそれをしてきたんだと思ったし、子どもたちが「もう関わってくれなくていいよ」と言うまではこれからも丁寧につながっていききたいと答えた。

最後の一言として、藤田さんから非営利な活動は大変なこともたくさんあるが、初心を忘れずに頑張っていくことが大事だし、一緒に活動してくれる仲間と前を見て、こんなことをしたいというビジョンを描くことが大切だと思う。みんなで楽しく活動することが他の参加者を救うことになり、自分たちも救われることがあるので、温かいコミュニティを築けるようみんなで頑張っていましょと締めくくった。小林さんは、子どもを大切にすることに国も出生も関係ない。眺めているだけでは何も変わらないので、ちょっとやってみたいなと感じたら一歩を踏み出してほしいし、声をかけてもらったら協力していきたいと締めくくった。2人のコメントを受け奥山さんが、子ども・若者の支援はある意味コミュニティを変えていく力を持っていると思う。子どもたちの未来がルーツや障がいの有無で諦めたり分断されないよう、大人たちの理解、覚悟が必要だと感じたが、覚悟と言ってもみんなで楽しく、つながりながらということだと思う。未来を担う子ども・若者が育つ環境づくりの輪を各地で確実に広げていってほしいとまとめた。

さいごに

住み慣れた地域での子育ても、縁があって今住んでいる地域での子育ても、子育てのスタートが豊かであってほしい。

たとえ引越したとしても、こどもの「ふるさと」の地はスペシャルです。

こどもたちのウェルビーイングを育む「こどもまんなか社会」はすべての世代のウェルビーイングも育みます。

こどもたちの未来のために切れ目のない支援の輪をつくろう！



【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】 高野 康栄氏 佐渡市第1層SC

野老 真理子氏 大里綜合管理(株)相談役

佐藤 清和氏 厚生労働省老健局認知症施策・地域介護推進課 地域づくり推進室長補佐



中村 順子氏

進行役の中村順子さんがまず趣旨等を説明した。SDGsという地球規模の大きなビジョンが示された以降、それぞれの企業でどのように取り組んだらいいのか議論をされてきた。地域で活動する私たちもどうすればこの運動が広がるのか、企業・行政とどう連携できるのかを模索し

てきたが、連携は簡単なようでなかなか難しい。そこで、企業と連携した住民参加の具体的な取り組み、地域づくりについて、それぞれ立場が異なる3人の登壇者の方に話を伺うと紹介した後、話題提供として中村さんの取り組み「ごちゃまぜかふえ」について説明した。

神戸市の東部、人口約30万人規模のエリアに、歴史も成り立ちも異なる10の常設居場所があり、地域の福祉力を高めようとネットワークを組んだ。そして、SDGsの11番目「住み続けられるまちづくりを」を住民、地域の団体、企業等の力を合わせて実現しようという思いで、2024年に「普段居場所に来られない人が無料で利用できるように『ごちゃまぜかふえ』に協力してほしい」と地元の企業を回った。「ごちゃまぜかふえ」とは、10の常設居場所がそれぞれ月に1回、無料飲食等の特典を用意し、誰でも利用できるというもの。企業にお願いした協力の1つ目は「ごちゃまぜかふえ」に年間6万円の寄付、2つ目はミニイベントの開催、3つ目は災害時に提供できる救援物資の提供。どの企業も「住みよい暮らしをつくる一助になるなら」と喜んで参加してくれ、地域の居場所を通して、企業と地域活動団体が連携して地域づくりをしていると説明した。

企業との連携をきっかけとしたつながりづくりの実践

新潟県佐渡市第1層SCの高野康栄さんは、企業との連携をきっかけとしたつながりづくりの実践について紹介した。

佐渡市は東京23区の1.4倍で1周するのに時速50キロの車で約6時間かかる。人口は約4万7000人、高齢化率は43.3%。課題は、人口減少等



高野 康栄氏

による商店の閉鎖、運転免許証返納や公共交通の減少などにより買い物や移動が困難になっていること。また新型コロナウイルスにより集まりが減ったことでつながりが希薄化していること。このような状況下、23年6月に佐渡市とウエルシア薬局が「支え合いによる地域づくりに関する連携協定」を締結した。目的は佐渡市とウエルシア薬局が、地域住民が住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、高齢者等の社会参加を促進する地域づくりの推進に関して協力すること。この話は地域貢献をしたいというウエルシア薬局から申し出があったと聞いている。

この協定を基に地域づくりの一環として同年10月から移動販売車の運行を開始し、単なる買い物や移動に困難のある方の支援だけではなく、移動販売を通じて住民の皆さんに自身の地域について考えてもらい、地域の集まりの再開や立ち上げを目的とした。現在、移動販売車2台で合計95か所に立ち寄っている。

移動販売の駐車場所については、SCが区長等に働きかけ、決定した。駐車場所の選定は、近くにお店がなく、別の移動販売車が入っていない地域を対象とした。区長等には、移動販売による買い物支援だけではなく居場所づくりを目的にしていること、居場所が介護予防・健康寿命の延伸につながることを、見守りにつながることを伝えた。地域からの要望により常会に同席したり話し合いの場を設けてもらい、説明会を実施。移動販売先は地域住民の通いの場、交流の場となるよう、公民館や集会所など地域の方が集まりやすい場所を設定した。駐車場所まで行くのが大変な場合は買い物代行や駐車場所まで車で乗り合っていくなどの助け合いを働きかけている。

移動販売が開始され、利用者の方に普段の暮らしの様子を聞いた。「昔は集まるが多かった」「今は1人でテレビを見ているだけ」「人と話したい」などの声が多くあった。ニーズはあるのに、お互いが遠慮して買い物だけして帰る様子が販売当初は見受けられた。そこでSCが積極的に居場所づくりに向け、区長や民生委員に相談し、居場所となるよう環境を整えていった。

山間地区にある小倉地域では民生委員が発起人となり移動販売日に合わせてサロン「小倉トーク会」が立ち上がった。買い物前後に集会場の玄関を使ってサロンを実施。当

SCの関わり(駐車場所の選定と目的)



- ・移動販売の駐車場所については、SCが区長等に働きかけ決定。
- ・区長等には、移動販売による買い物支援だけでなく、居場所づくりを目的にしていることをお伝えする。
- ⇒介護予防・健康寿命の延伸や地域の見守りにつながることを意識づけ。
- ・地域からの要望により常会に同席したり、話し合いの場を設けてもらい説明を実施。
- ・移動販売先は、地域住民の通いの場・交流の場となるよう、公民館や集会所など地域の方が集まりやすい場所を設定。
- ・駐車場所まで行くのが大変な方については、買い物代行や駐車場所まで車で乗り合っただけで行くなどの地域の助け合いを働きかける。

初サロンの開催は雪が降る前の12月までとしていたが、雪の季節もおしゃべりしたいとの強い要望があり継続が決定し毎週開催している。笹川地域では民生委員に声をかけたところ、大工仕事得意だということで翌週にはお手製の立派な椅子ができていた。島地域では区長のアイデアで柿のコンテナを使った憩いの場をつくった。看板は区長の奥さんが作り、「買い物したり、おしゃべりしたり、ここは小さな憩いのスペースです」と書いてある。地域によってはバス停や集会場の軒下、作業小屋を使って、自然と居場所になっている所もある。

住民同士の見守り、ドライバーの見守りにもつながっている。いつも来る方が来ないと、家に行って声をかけてくれたり、「来週は健康診断があるから、みんな来られないかもしれない」とドライバーへ伝えたりと関係性ができている。25年3月、いつも来る利用者が来ておらず、ドライバーが心配になり住民の方に見に行ってもらったら、倒れているところを発見し、救急車を呼んで助かったという事例があった。

住み慣れた地域でいきいきと暮らしていくためには、様々なところとネットワークを組む必要がある。企業も地域の社会資源であり、いち住民。第1層協議体をつくる時に最初から企業にも声かけをした。その後、住民主体の活動をもっと強くしていくために第1層協議体と分け、企業版の協議体「企業体」を設置した。「企業体」では第1層協議体から出た課題を話し合ったり、企業の社会貢献活動の事例紹介やグループワークを行い、助け合い活動推進の理解を深めている。また、第1層協議体と一緒に会議もし、企業と企業、企業と住民のネットワークの構築を図ると共に、助け合いを広げるため、住民活動の課題について企業が取り組めることを考える機会を設けている。

25年1月に佐渡市が常設の居場所「ほっとてらす」を開設。地域の方と一緒に居心地のいい楽しい居場所をつくりたいと締めくくった。

仕事時間の4割は地域活動のボランティア

会社を地域住民に開放し、250以上の地域活動をしている千葉県大網白里市の大里総合管理株式会社の野老真理子さんは、地域活動を始めた経緯や思い、多様な取り組みに

ついて紹介した。

大網白里市は九十九里浜のほぼ中央にあり人口は約5万人。1975年に設立し、不動産業、建設業、土地管理等を中心に、売り上げは約5億円、社員数は約30人。仕事時間の4割は地域活動のボランティアをしており、経営者を務めた30年の間、「行政やNPOがやることだ」と言われ続けたが、続けていたら時代が来てきたと思っている。行政や福祉がやることを肩代わりしているとは決して思っていない。気づいたことを、気づいた本人として、できることをしている。



野老 真理子氏

会社の経営理念は、「生きていることに、めぐりあえたことに感謝し、お役に立ちます…。今こうしてこの時代に一緒にいられること、喜びや悲しみを分かち合えることに幸せを感じます。この幸せが無数の人々への感謝の気持ちに変わり、小さな力ですが、その限りを尽くしてお役に立ちたいと思うのです。感謝の気持ちに裏付けされた『お役に立つ』という一人一人の命の輝きこそが、『一隅を照らす』ことだと考えています」。そして、「どんな時代になろうとも、その一瞬一瞬に心を寄せ、何ができるか、どうお役に立つかという知恵と思いと行動で尽くします。そして、スタッフ全員の心を一つに、めぐりあう一人一人と一緒にあって、みんなで力を合わせて、良い世の中を作っていきます」。「良い世の中を作る」という理念に基づくことを実践し続け、今、地域活動が250以上になっている。例えば、毎月1日は13か所の駅の掃除、毎月7日は地域の人たちと3か所の道の掃除、毎月第2土曜日は海辺の掃除、毎週土曜日は大網駅のトイレ掃除、毎週火曜日は東金駅のトイレ掃除などを10年から20年行っている。

その経緯は、大きな事故を起こしたことがきっかけで、毎日、仕事時間中に1時間社内の掃除をしている。事故はその時に気づけないことが最大の問題なので、気づく訓練として掃除を始めた。掃除をしていない時とした後では空気が違い、いろいろなことに気づけるようになる。この気づきをそのままにしないで、30年近く業務改善をはじめ、お客様サービスなど100以上の実践につなげている。

同時に地域への気づきも出てきた。社内は基本的に地域の方たちの出入りは自由で、会議室を地域の方たちに使ってもらっている。2階の台所では地域の主婦が日替わりシェフになるレストランを20年以上開いている。会議室の壁には地域の60人ぐらいの方の手作りの物を飾っている。仕事のことで会社に来る人は年間6000人ぐらいだが、レストランやコンサート、習い事等に来る人は3万人ぐらいいる。

また、講演会でもコンサートでも参加費をもらい、企業だからといってお金を出すことはしない。仕組みをつくらせて、地域の人たちと一緒に実践し、きちんと黒字にしている。黒字だからこそ次のことができる。サマースクールは32年目になり、80人の子どもたちが社員たちと一緒に3週間、朝の7時半から夕方6時まで過ごし、子どもたちが中心になって昼食やおやつを作り、15キロウォークなどいる

いろいろなイベントを行う。そういう費用もちゃんと採算が取れるようにして、会社が持ち出すことはない。会社は赤字になったら倒産してしまう。それは地域活動も同じで、しっかりと準備をし行動し反省会をするというやり方を続けてきた。もちろんお金を出すことはできないわけではないが、イベント等に参加する人たちが応分に負担し合い、成功しても失敗しても得たものが参加者たちのものになることを堅持することが大事なことだと思っている。



東日本大震災の時も会社の2台のマイクロバスを使って、「朝出発して日中ボランティアをして、夜11時に帰ってくれば日帰りで行ける」と地域の人たちに呼びかけて、300回、延べ3000人と岩手県陸前高田や福島県南相馬へ一緒に行った。その数年後、台風が来た時、手の空いている住民が会社に来て「何かできることないか」と言ってくれた。

特別なことをやっているという意識や構えみたいなものはない。毎日掃除をしながら気づいたことをやり続けてきた結果だった。気づいたことを気づいた人からやり始め、とにかく一歩動かしてみる、やってみる行為が大切で、目の前のゴミを拾うことや声かけなど、自分1人でもできることから始め、それがいつの間にか輪になって広がっていくと思っている。気づいたらやろうという文化、風土を地域につくっていくことも大事だと思うと締めくくった。

生活支援体制整備事業を活用した地域づくりについて



佐藤 清和氏

厚生労働省老健局で高齢者の生活支援のための地域づくりを担当している佐藤清和さんは、生活支援体制整備事業を活用した地域づくりについて、企業との連携という観点も入れて施策を紹介した。

まず、厚労省がどのような地域を目指しているかということ、地域包括ケアシステムで、重度の方も含め高齢者が要介護状態になっても住み慣れた地域で暮らし続けることができるように、地域の実情に応じて、医療・介護・予防・住まい・生活支援が一体的に提供される状態を実現しようとしている。高齢者が自宅に住み、必要に応じて医療や介護のサービスを受けて暮らし続けるには、どのように生活を支援していく

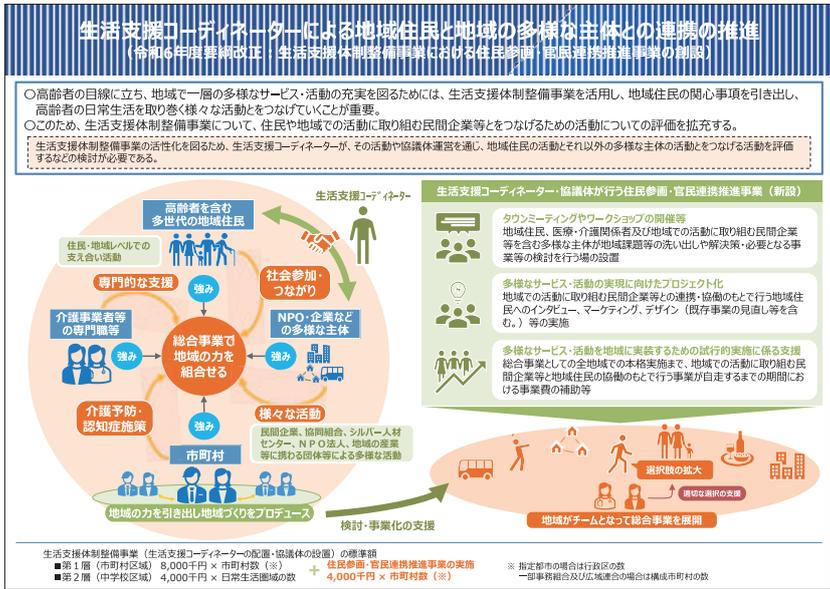
のか、介護予防に取り組んでもらうのかというテーマで、生活支援についての施策を紹介する。

地域支援事業は地域包括ケアシステムの実現に向けて、介護予防、生活支援体制の整備、医療・介護連携、認知症支援などを一体的に推進する事業で2つ事業がある。1つ目は介護予防・日常生活支援総合事業、いわゆる総合事業で、要介護認定で要支援となった方などを支援するためにボランティアや民間企業も含めた多様な主体による地域の支え合いを含め、訪問・通所によりサービス活動を提供することを支援。もう1つは「生活支援の充実・強化」ということで、SC（地域支え合い推進員）を配置し、多様な主体による介護予防・生活支援のための活動、サービスの創出などの支え合いの体制づくりを推進する生活支援体制整備事業で、この2つにより推進をしている。

直近の動きとして、24年度に総合事業を充実するために見直しを行っている。その背景・趣旨については、25年以降、介護や支援が必要な85歳以上の人口は増加する一方、専門人材などの担い手が不足することが見込まれている。その中で、市町村が中心となって、医療・介護専門職がより専門性を発揮しつつ、地域住民、NPO、民間企業などの多様な主体を含めた地域の力を組み合わせるという視点に立ち、地域をデザインしていくことができるようにという観点で見直しをしている。充実した姿のイメージとして、高齢者自身が適切に活動できるように「選択肢の拡大」と表現している。介護サービス以外にも様々な地域資源を活用することで、元気なうちから地域社会や医療・介護専門職とつながり、そのつながりのもとで社会活動が続け、要介護状態となり介護が必要になっても支援を受けながら、住民一人ひとりが自分らしく暮らし続けるという地域共生社会の実現を目指している。

併せて生活支援体制整備事業も推進しており、SCを配置し、多様な主体による多様な生活支援の取り組みをコーディネートする。また、多様な主体の連携・協働の推進に関わってもらう必要がある人たちに協議体に参加してもらい、ネットワーク、スキル、ノウハウなどを出し合って、SCを組織的にバックアップ、補完してもらう。SCの業務について改めて定義をし、1点目は総合事業に該当しない多様な活動、事業も含めて、事業間での連動を図りながら実施することの重要性を改めて強調している。2点目は多様な主体の方々がやりたいことを尊重しながら進めることは、結果的に高齢者の支援のみならず、多様な世代の支援になってもよいということも改めた。

さらに、SCの活動を活性化し、住民活動の補完、さらなる推進を図るためには、地域の多様な主体と連動を深めることが重要なので24年度から新規事業をメニュー化している。1つ目はSC・協議体が行うタウンミーティングやワークショップにて、地域住民や民間企業等を含む多様な主体による地域課題等の洗い出しや解決策・必要となる事業等の検討を行う場の設置。2つ目はそれを踏まえ、多様なサービス・活動の実現に向け、地域住民へのインタビューやマーケティング等の実施。3つ目はそれらを踏まえ、



多様なサービス・活動を実装するまでの試行的実施で、新たに事業費に対して補助ができる。このように多様な主体との連携を推進していく。

また、交通や産業、商業など介護保険の領域を超えた活動との連携を深めて地域づくりをする生活支援共創プラットフォームの構築を進めていく。国、都道府県において、官・民の多様な主体により構成されるプラットフォームを構築し、地域の多様な主体と皆さんの活動をつなげるための広域的な支援を実施する。全国版プラットフォーム（国）は多様な分野の全国規模の関係団体と皆さんが地域づくりのプレイヤーとして集まり交流することで、高齢者を支える生活支援の取り組みを共創していくための基盤として位置付けている。国としては、これらの施策や取り組みを通じて、地域での活動に取り組むNPO、民間企業等と地域住民の連携・協働で行う生活支援体制整備を支援していければと考えている。

生活支援体制整備事業については、まずボランティアや支援できる方等と民間企業等の多様な主体をつなぐことが重要だと思っており、そのためにSCに頑張っていたいただき、そして、SCが頑張る時に協議体もSCの活動を支援したり補完する、あるいは場合によっては協議体構成員たちが「自分たちはこれができる」ということで、地域の課題と皆さんがやれることをつないでいくことが大事だと思っていると締めくくった。

企業との連携を進めるには？

中村さんが佐藤さんに企業との連携を進めるために登壇者に質問はないかと聞いた。佐藤さんは、高野さんと中村さんには企業と連携を進めるためのコツやきっかけはどのようにしていっているのか、野老さんにはどのような時に企業は協働してくれるのかと尋ねた。

高野さんは、人口が少なく高齢化率も高く動ける方が少ないので、「オール佐渡」で取り組みを進めていこうと佐渡市とも相談し、最初から企業に協議体に入ってもらい、「目指す地域像」についても意見を出し合って形をつくってきた経緯がある。こういう地域像を目指していきたいと

日々話し、地域としてやりたいことや企業のできることを意見交換しながら進めてきたのが企業と連携するきっかけだった。最近では企業から積極的に声をかけてくれる機会も多くなったと答えた。

中村さんは、企業に連携の話をしに行く時に、1団体だけではうまくいかないと経験上思っていた。そこで、常設居場所という1つの目標を持つ10団体のネットワークとして、常設居場所という具体的な地域資源を使って企業に提案した。また、社員の方、家族の方、あなた自身も生活上の困り事があったらこの居場所を利用してくださいと生活者レベルで話を進めた。いろいろな企業が「地域の居場所を応援することがSDGs、暮らしよいまちをつくることにつながるのであれば」と参加してくれた。SDGsの11番目を共通の目標にした時に企業が「協力しよう」となったので、お互いに違う立場ではあるが、共通の目標を持つことはとても大事だと思ったと答えた。

野老さんは、売りに行って断られたからと言ってそれで終わりではなく、売るにはどうしたらいいかと企業はそこからいろいろ考える。だから、企業に一度断られても、そこから始まると考えてほしい。困っている人がいて何とかしてはいけないという譲れないものがあり、地域の中の共同体として一緒にやることを崩さなければ、道は開けると思う。また、自分でできることの限りを尽くすことに時間と能力を使うと、自然と協働ができていくのではないかと答えた。

佐藤さんは、どうやったら連携が進むのかは共通の課題だと思ふ。活動を「見える化」していくことは我々としても取り組んでいきたい。また、1回断られてからが勝負というふうなマインドを変えていきたいと思うと述べた。

最後に、企業と連携した地域づくりの進め方について聞いた。高野さんは、企業に対しては私たちのやりたいこと、やっていきたいことを伝え、一方、企業がどういうことをしているか、強みはどこかと、お互いに知ることが大事だと思っている。企業に売り込んでいくことがSCの役割だと思っているので、今後も頑張っていきたいと話した。野老さんは、企業は必死で頑張っ生きて抜いていこうとしている。同志として向き合ってくれたら、きっと協働できると思うと話した。佐藤さんは、企業側の思いをよく聞くことが大事で、行政側もやりたいことをしっかり伝えることがその次につながっていくと思った。地域づくりを進めていくために、引き続き様々な支援のいろいろな形を考えながら進めていければと思うと話した。

中村さんは、それぞれの企業、団体、行政が連携しながら進めるのは、住民の福祉、一人ひとりが幸せになることだと思ふ。住民一人ひとりや企業、団体、行政等がつながり合えば、小さな動きでも成果が見えてくる。それぞれのまちで工夫をしながら、1つでもいい、一歩でもいい、明日から取り組んでいただくことを皆さんにお願いしたいと締めくくった。

【進行役】 岡野 貴代 (公財) さわやか福祉財団共生社会推進リーダー

【登壇者】 渡辺 恵司氏 (社福) 江東区社会福祉協議会会長
(特非) こうとう親子センター副代表理事

下郷 宰氏 ダイヤランド暮らしの応援隊副代表

勝部 麗子氏 (社福) 豊中市社会福祉協議会事務局長

シニア世代にとって地域で活躍の場があることは、心身の健康維持に高い効果があると言え、一方、地域にとっても豊かな知識・経験を持つシニアが活躍してくれることは大きな地域の力になると言える。しかし、シニア世代からは、これまで地域に接点がなかったということ等から、どのように地域につながればいいのかかわからない、あるいは誘われてもなかなか一歩を踏み出す勇気が出ない等の声が聞こえてくる。逆にSCからは、どうシニア世代に働きかけたらいいのかかわからない、お誘いしてもなかなか新しい方に参加してもらえないといった悩みが聞こえてくる。これまでのサミット、フェスタでも本テーマで議論を重ねてきているが、今回も様々な立場の登壇者からシニアにどう働きかけたらよいかを中心に取り組みを紹介してもらい、テーマを深めていきたいと、進行役の岡野貴代が冒頭趣旨説明を行った。

地域参加を広げるためには 「つなぐ」「支える」「広げる」を意識して



下郷 宰氏

静岡県東部伊豆半島の玄関口に位置する函南町在住の下郷宰さんは、積極的に地域活動に参加しており、そのきっかけや思いなどを紹介した。今回の肩書にもしている、居住地の住民同士の助け合い・支え合い活動「ダイヤランド暮らしの応援隊」副代表の他にも、ボランティア活動として、

かなみおでかけサポート、このゆびとまれ(子ども食堂)、介護予防体操トレーナー、施設作業グループ(高齢者施設の草刈り)、時々ファーム(社会福祉協議会主催の野菜作り)をしており、サークル活動では、蕎麦打ち、コーヒー焙煎、コーラスを楽しみ、ダイヤランド自治会組織の幹事も引き受けている。皆から「やり過ぎだ」と言われているが、断れない性格もありこれだけの活動に関わっている。特にいろいろなボランティア活動に関わるようになったのには、第1層SCの存在が大きく影響している。「ダイヤランド暮らしの応援隊」設立にも多大な援助をもらい、活動で壁にぶち当たった時にも行政担当者とい

つでも相談に乗ってくれ、たくさんのアドバイスをもらった。第1層SCとの出会いのきっかけは、民生委員を引き受けたことから社協とのつながりができていき、ある時、男の料理教室に参加したのだが、その事務方をしてのが第1層SCだった。彼女は強力なリーダーシップを有し、企画力にも優れた人で、町として居場所づくり、居場所までの移動支援体制づくりを進めていく中で、運転ボランティア養成講座があり声がかかった。これが同町でのボランティア活動の出発点で、移動支援の活動は「かなみおでかけサポート」と名付けられた。

退職直後まで話を巻き戻すと、現役引退後に静岡の地に住居を移し、第3の人生をスタートさせたが、知り合いはおらず、行く所もない。「さてどうしよう?」という時に目に留まったのが新聞折り込みで、隣町のNPO法人のボランティア募集の記事だった。「家でボーッとしないでやってみたら」と妻から後押しがあり参加した。内容は、水草「三島梅花藻」のお世話と、工房での竹細工を主とする物作りだった。そしてもう1つの活動が野菜作りと蕎麦の栽培で、収穫した蕎麦で年末は蕎麦打ちも行った。初めてのチャレンジはまったくうまく打てなかった。翌年、行政から生涯学習講座の案内が配布され、そこに「蕎麦打ち教室」の文字を見つけ、1年間の修業を経て、そこそこ打つことができるようになった。終了後はサークルを立ち上げ、仲間10人と毎月蕎麦打ちをしており、13年続いている。仲間の1人がコーヒー焙煎講座を受けたことからコーヒー焙煎サークルも立ち上げ、両方のサークルを続けている。

民生委員活動は3期9年やったが、非常に有意義でプラスになることが多く、今でも引き受けてよかったと思っている。これも蕎麦打ち仲間から「やってもらえないか?」と言われて断る理由はないから簡単に引き受けた。巷では民生委員は大変な仕事だという感覚で受け止めている人が多く、後任探しに大変な思いをしている地域が多いと聞く。私はこの人だと思ふ人に、「自分なりにやれる範囲で活動すればいいし、いいこともたくさんあります」と話すのだが、これは経験してみないと実感できないことだと思う。今の制度では後任探しはなかなか大変なので、地域の区長などに任せきりにせず、行政も一体となって新しい委員の

勧誘をしていくべきで、前任者とのオーバーラップ期間を設けたり、地域の経験者のアドバイスを一定期間受けられるようにしたりといった工夫や改善が必要だと感じている。民生委員の気づきが地域の支え合い、助け合い活動につながっていった事例をいくつも耳にしており、ダイヤモンドでも、ある民生委員がちょっとした困り事を抱えている高齢者がいることに気づき、何とかしてあげたいということで社協に相談に行った。それがきっかけで「暮らしの応援隊」の設立につながっている。民生委員はとても大切な存在なので、誰もが負担に感じないやり方を行政、市民レベルで工夫していけるようにしたいと思う。

また、生涯学習は多くの町民が利用しているが、講師を務める人は地域参加、人集めのキーパーソン的人材のような気がする。行政やSCがこうした地域のキーパーソンと もっと密接に交流の場をつくっていくことも、シニアの地域参加の1つの方策になるのではないかと。我々は1年間の講座終了後もサークル活動を続けているが、続けるには2つのポイントがある。1つは場所の確保、もう1つは高齢になるほど移動手段に困難が伴うので、この辺りも行政やSCには目を向けてもらい、一緒に改善を図っていききたい。

自分は物作り（竹細工、木工、蕎麦打ち）、芸術（書）、音楽（カラオケ、合唱、楽器演奏など）、野菜作り、男の料理教室などを体験した。趣味の講座や生涯学習、ボランティア活動は、全国的に多く展開されていると思うが、それではシニアの地域参加のきっかけとは改めて何なのか。身近にあるか、知り合いが参加しているか、誘われたか、行政からの案内があるか。肝心なのはその人の興味を引く内容なのか、仲間になれる魅力を感じるものなのか、ということではないかと考える。自分は誘われるとホイホイと参加してしまうし、パンフレットを見て面白そうだと思えば顔を出すタイプだが、そうではない人もたくさんいるわけで、その時に大事なものは、その地域に引き込む力のある人、魅力ある人が存在しているかということ。そうした人の発掘を行政やSCにはどんどん進めてほしいし、そのために行政やSCに支援してほしいことは、①シニアのやりたいこと、受けた相談は受け止めて、次につないでほしい、②具体的な活動に結び付くように、話し合いの場や活動場所の提供など後方支援をしてほしい、③誰もが気軽に参加できるよう、広く呼びかけてほしい（活動者に任せるだけでなく協力を）。この「つなぐ」「支える」「広

げる」を意識して、シニアの地域参加を促してほしいと思っているとまとめた。

岡野から、話の中にSCの支援もあって生活支援の取り組みである「ダイヤモンド暮らしの応援隊」が立ち上がったとあったが、具体的にSCからどんな働きかけや支援があったのかと尋ねると、下郷さんは、「暮らしの応援隊」はもともとSCが所属する社協の活動で、ダイヤモンドへも支援に来てもらっていた。でもダイヤモンドは距離が遠いため、それなら自分たちで立ち上げようと機運が高まり、いろいろ協議をしていく中で常にSCは参加してくれた。移動支援の要望が多く出され、難しい面がありすぐには「やりましょう」とはならなかった時も、SCや全国移動サービスネットワークの力を得て立ち上げ準備ができ、SCが関係先との連携や団体紹介等でも力になってくれたと述べた。もう1点、岡野から蕎麦打ちやコーヒー焙煎等の趣味の講座に関しても、そこから民生委員になるきっかけとなったり、活動を立ち上げる際の仲間づくりにつながっており、地域参加が様々な効果を生み出していると思うが、どんな講座を企画してもそれが実際シニアの目に届かなければ意味がなく、周知に悩んでいるSCはとても多い。主観で構わないがどんな場所に情報を掲載するとシニアに届くと思うかと尋ねると、下郷さんは、自分は新聞折り込みがきっかけだったが、行政や社協が発行する広報紙に面白そうな記事を掲載するのが大事だと思うし、昨今自治会が不活発になりつつあり、行政も広い範囲を回るのは大変なので住民が身近な所に声を掛けて回る必要があるし、行政と住民が一緒になって周知する必要があると思うと答えた。

区内各地で楽しくシニアが活躍中



渡辺 恵司氏

東京都江東区で20数年前に子育て支援を始めたのを契機に、その後、区内にいくつかのボランティア団体を立ち上げてきた実績から、2年前に江東区社協の会長に就任した渡辺恵司さんからは、江東区におけるシニアの活動が紹介された。

1つ目は、2018年4月から行政が通所型サービスBとして始めた「ご近所ミニデイ」で、これは地域のボランティアがグループをつくり、要支援者を対象に週1回昼食付きで3時間程度行うもので、孤食対策の1つでもある。会場費、光熱水費、お茶代等の活動費は、1回あたり参加人数10人以下は9000円、それ以上になると1万3000円の補助がある。NPO法人やボランティア団体、町会・自治会、近所のシニア等が運営し、現在19か所で軽い体操をしたり、お茶を飲みながら雑談をしたり、そこには悩み事も楽しい話もいろいろある。ギターを弾く人が結構いて、ギターを弾きながら一緒に歌を歌うなどボランティアを含めて楽しみながら認知症の予防にもなっている。

社協の取り組みとしては、人口54万人に社協は1か所置かれていたが、それでは住民へのサービスが届かないからもっと広げられないかと提案し、2年前に4つのエリアに

シニアの地域参加のきっかけとは

- ▶ シニアの地域参加のきっかけ
 - ▶ 身近にある活動か
 - ▶ 知り合いが参加しているか（知人の誘いがあるか）
 - ▶ 行政からの案内があるか
 - ▶ 興味を引く内容であるか
 - ▶ 仲間をつくれるか

自己紹介

- さわやかインストラクター(東京ブロック)
- 東京都江東区にて、子育て支援、地域活動、「江東区助け合い活動連絡会」等に取り組む
- 江東区社会福祉協議会会長(2年前に就任)
 - NPO法人こうとう親子センター副代表理事
 - 江東区助け合い活動連絡会副代表
 - 江東区大島2丁目町会前会長(10年)
 - 江東区大島地区連合会前会長(3年)
 - みんなで多文化交流in大島元会長(5年) 等

分けて、サテライトと称した地区社協を設置した。従前の地域住民の相談や悩み事への支援の他に、「社協カフェ」をスタートさせた。地域の住民に呼びかけて、集会所などで健康体操、折々の話題をグループワークで協議、落語会、ボッチャ等をしたり、お茶を飲みながら会話をしたり歌を歌ったり、様々な趣向で月に2回各地区で開催。シニアボランティアを含めて30~40人が活発に活躍している。

地域住民の取り組み事例としては、10年前に地域の町会長だった方が自宅の離れを地域の皆さんへと開放して始めた居場所「砂町よっちゃん家」。ボランティアスタッフが主体的に、その日のスケジュールや責任者を話し合い、計画を立てている。子育てママから超高齢者まで幅広い世代が参加し、子ども食堂、大人食堂、お茶会、歌声広場、そして土曜日は小中学生対象に無料の学習支援も行っている。スタッフの高齢化という問題は、他と同じで出てくるが、次のシニアが受け継いで活動は続いている。認知症が進行して、会話がなかなかできずに誰が声をかけても無愛想だった方が、赤ちゃんが寄って行って膝に手をかけたら笑顔になり、それからすっかり馴染んでいろいろなことをやってくれるようになったという、うれしいエピソードもある。

続いて、「カフェ06」は、1900世帯が入るUR賃貸住宅が築50年の修繕工事を行うタイミングで、自治会から「住民がボランティアで居場所を開きたいから、調理室付きのスペースを作ってほしい」との要望で作られたもの。スタッフは入居者および地域住民の希望者を含めてシニア10数人。週に2日、ランチカフェとしてオープンし、公園のような広場を目の前に食事ができる、お茶が飲める、会話ができると大変喜ばれ、地域がつながる居場所になっている。こうした住民の活動が区内各地で年々増え、そこではまさにシニアが活躍している。卓球、グラウンドゴルフ、ラジオ体操のグループ等は身体を動かしながら交流し、ハーモニカやオカリナ、コーラスグループは練習を楽しみながら介護施設へ訪問し、ボランティアで演奏を行っている。

今後の展望として考えているのが「社会貢献大学」で、シニアを中心にしたボランティアの育成を行うというもの。長年社会人として経験してきた能力や子育ての豊かな経験を活かして、子育て支援学科、障がい者高齢者健康学科、安全安心楽しいまちづくり学科、多文化交流地域づくり学

科等をつくり、2年間、週に4~5時間、研修・実践の積み重ねといった内容で、仲間をつくり楽しく学んでもらう。そして、学んだ後は、地域の中で活躍=社会貢献してもらう。それによって地域から感謝され、自身も心身共に健康になり、認知症予防の観点からも大きな効果が期待できるのではないか。シニアの社会参加にはこれ以上のものはないと仲間と協議を重ね、行政に計画を提案している。この仲間というのは、これまで数々のフォーラムをやっている中で、住民からの「フォーラムをやってそのままではもったいない、これをグループにしよう」という提案から「江東区助け合い活動連絡会」として立ち上がったもので、ここが中心になり、現在区内の様々な活動が広がる力になっていると述べた。

岡野から、区内で様々な活動が展開されている様子が紹介されたが、渡辺さん自身が地域参加をしている中で、もたらされる効果について質問した。渡辺さんは、先程紹介した認知症の方も、赤ちゃんが膝を触ったことで本当に人が変わったくらい皆さんと会話ができるようになった。これは新しい「その方」がそこから生まれてきたとも言え、高齢者との関わりが多くからも、地域で様々な人とふれあう効果を感じていると語った。

得意なことからアプローチすることで活動が広がる



勝部 麗子氏

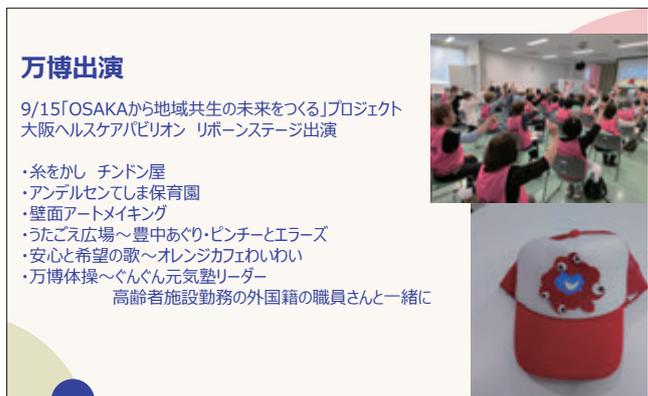
大阪府豊中市の第1層SCを兼務している勝部麗子さんは、地域で様々な介護予防や社会参加の場を住民主体の取り組みとして、住民と一緒ににつくってきた実践事例を紹介した。一般的に定年後の男性は地域の中でどこにいるかという、犬の散歩と図書館、そしてショッピングセンターの中を歩いているといったように、つながることができないまま、居場所を求めながらも自分からは積極的に探しあてることが難しい人が多い。

豊中市は専業農家が12軒しかなく土地のない所だが、市民からお借りした宅地を農地に変えるところからシニアが農業に取り組む「豊中めぐり」の活動が始まり、今は180人が日々活躍中。10年を経て、25年4月からは10か所目がスタートした。ここは長らく使用していなかった公園を行政から借り受けたもので、定年後の男性の農業スペースと、半分は不登校の子どもたちのプレーパークにした。同年代で集まっているだけだと役割がなかなか見つからないということで、例えば野菜の収穫体験を子どもたちと一緒にやったり、壁に絵を描く壁画アートにも取り組んでいる。毎日やることもあり、そこに行くとなかのためになるということが、介護予防につながるし健康寿命も延びる。この10年そのためにいろいろなことにチャレンジしてきたが、ついには街中にバナナができてしまいテレビでも注目されている。東南アジアに赴任しバナナに関わる仕事をしていた人が、たまたま沖縄からバナナの苗をもらったことがきっかけだった。それが大きな木に育ち、バナナが実ったとい

うことで、子どもも見に来て楽しいつながりができている。様々な生活支援のプログラムを考えているが、SCが今のシニア層とどうやって楽しくつながり、社会参加や介護予防につながるような活動を生み出せるかが大きな鍵になると思う。そこで、最近にわかに流行っているのが「健康マージャン」。3か月コース、20人の定員で申し込みを始めてみたらあっという間に100人を超え、受け入れ人数を増やしたものの、お断わりせざるを得ない状況だった。ただ、練習を始めて1か月ほど経つと、男性がいなくなり、女性ばかりになっていた。やはり男性には男性だけの場所をつくる工夫も必要だなと感じたが、マージャンをやるだけなら趣味活動と変わらないので、ここに役割をつくることにした。例えば参加者に、修了後に不登校の子どもらへのマージャン教室の開催を呼びかけると、どうしたら伝えられるか、一緒に遊べるかと考え、工夫が始まっていく。さらに25年1月、阪神・淡路大震災から30年の節目で開催した「災害支援フォーラム」の際に結成したメンバーが、歌うことが元気になる「健康コーラス」を立ち上げ、地域の老人ホームを慰問したり、イベントで発表する機会を得て、ますます元気になっている。渡辺さんの話にもギターが出てきたが、豊中あぐりのメンバーにもギターが得意な人がいて、彼らが地域のために協力すると言って、23年から「うたごえ広場」のような形でどんどん作り始め、毎回満員御礼。楽団の名称は「ピンチとエラーズ」。ピンチもあるが、楽しく行っていて、ここには認知症の方もいるし、介護度が高い元シャンソン歌手が皆の前で歌うことで介護予防になっている。そして、ここに参加している人に「子ども食堂のお手伝いができるか」と呼びかけたら、たくさんの方が名乗り出てくれることになった。

新たな福祉の担い手として定期的に「安心サポーター養成研修」も実施しており、24年度は67人の新たなサポーターが誕生した。やろうとしてもなかなか人が集まらないという声をよく聞かすが、まずニーズとシーズを調査する。困り事と助けられる事の両方を書いてもらうアンケートを全戸配布するのだが、配布することがポイント。自治会が3割しかないので、引きこもりの青年たちに就労事業として協力してもらったり、高齢者にも手伝ってもらうが、10人、20人でも参加者が増えることで地域は活性化していく。そして、土日なら担い手として活動できると答えてくれた人を中心に、いくつかの地域をZoomでつないで研修を行う方法も取り入れている。「ぐんぐん元気塾」は住民主体の通所型サービスBの取り組みで、各小学校区でDVDを見ながら体操をしており2500人程が参加している。コロナ禍には「ぐんぐんウォーク」と名前を変え、外を歩いてウォークスタンプにスタンプを押すというように、皆が知恵を出し、工夫をしている。今年はずいに「ぐんぐん元気塾」の皆で大阪万博に出演することになり、「2回目の万博に行けたね」と家族も喜び、貴重な体験をすることができた。

認知症の方の地域参加を考えてきている中では、「岡町オレンジカフェ和居輪居」を開所した。ここは当事者も家族も集まれる場で、来月は吊るし柿を作る計画を立ててい



る。認知症の方も包丁を使うし、歌を歌うし、できることがたくさんあるということ、こういう場に来ることにより家族が気づくことがある。介護度が上がり施設を利用することになった方の家族が、「もう一度オレンジカフェに帰ってくることができないか」と言ったことから施設に協力してもらい、月に1回「逆デイ」としてカフェに連れてきてもらうことも始めた。それによって施設の職員も「この人はこんな暮らしをされていたのか、地域で活躍していた人だったんだ」と理解し、尊重するというように変わっていく。外国人への支援としては、サラリーマンとして海外に赴任していた方等による「多文化ボランティア」が、一緒にスポーツをしたり、定時制高校の外国人を食で応援する活動を始めている。活動者をどう広げるか。何かには当てはめようとするのではなく、それぞれが得意なことからアプローチしていくことで、様々なプログラムができていくと思っている。楽しいことでつながり、社会貢献を計算していく。つながりが人を元気にし、役割が人を輝かせる。そんなSCの取り組みをこれからも頑張っていていきたいとまとめた。

1つの活動から次の活動にどんどん広がっている様子がわかったが、SCの中には自信を失ったり、業務の多忙から余裕を持たずにいる方がいるのも事実で、岡野から考え方のポイントを尋ねた。勝部さんは、SCは行政からもらった仕様書通りにしないとイケないとか、こういう人を何人以上、何回以上ということに縛られてしまい、主体である住民が何を求めているかが二の次になっていることがある。住民はボランティアをしなくても生きていけるのだから、楽しいと思えるかがすごく大事になり、その時にSC自身が地域のことが好きで一緒に楽しんでいるかが重要である。SCが何でも自分でやってしまうのではなく、助けられることが上手なSCが地域の中にいることが大事で、人は必要とされることが必要な存在なので、「仲間になりましょう」といろいろな人を巻き込んでいけるような取り組みが広がってほしいと答えた。

最後に岡野が、全体を通してシニアがいきいきできる分野を見つけ出し、そこに結び付けることが大事で、その結び付ける先も広く柔軟に考えることが大切だと感じたまとめた。



岡野 貴代

生活支援コーディネーターと 協議体による地域づくり

—悩みを出し合い様々な解決方法を共有しよう—

【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】 田中 明美氏 奈良県福祉保険部次長

齊藤 節子氏 南アルプス市元第1層SC

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SC

生活支援体制整備事業が始まったこの10年で、SCと協議体の仕組みは全国で広がり、様々な助け合いや住民の主体的な取り組みが広がってきている一方、取り組みば取り組むほど悩みや課題は多岐にわたっている。その間、人口減少のスピードは加速化し、地域のニーズが変化中、制度改正も行われた。地域づくりは時間をかけてじっくり取り組むものだが、多くの自治体で毎年行政担当やSCの異動や交代があり、「もう一度、基本を押さえたい」「体制を立て直したい」という声も聞こえる。このような状況を受け、「地域づくりの主役は住民である」という基本を押さえながら、住民主体の地域づくりをどう推進していくのか、また、多様な主体の連携や多世代の参加をどのように進めていくのかについて悩みを出し合い、どう解決していけばいいのかについて学び合う機会としたいと、冒頭、進行役の鶴山芳子が趣旨を説明した。そして、登壇者の発表後、投票等を用いて双方向の参加型を進めると全体の流れを説明し、続けて投票の練習を行った。1問目は「参加者の立場」で、SCが一番多く、社会福祉協議会、地域包括支援センター、行政が続いた。2問目は「今の立場での経験年数」で、「1年目」と「6年以上」がほぼ同じくらいで、「2～3年」「4～5年」が続いたと紹介した。

我がまちの状況に応じて、リ・デザインしよう



田中 明美氏

生駒市(奈良県)で地域包括ケアシステムの構築に長年に渡り関与し、2020年4月から厚生労働省に3年間出向した奈良県福祉保険部の田中明美さんは、24年度制度改正の生活支援体制整備事業(以下、本事業)に関係するところを中心に説明した。

23年4月から生駒市役所特命監として地域づくりを進めてきたが、県内市町村のサポートをしていきたいという思いに駆られ、生駒市を25年7月に退職し8月から奈良県の福祉保険部次長として県庁に入職した。奈良県の人口は約128万5000人、12市15町12村で、市町村合併が進まなかった。「地域包括ケアシステムの深化・推進」「介護保険制度の持続可能性の確保」という2つ

の基本軸を持って第9期介護保険事業支援計画・認知症施策推進計画を立て、これを基に本事業や介護予防・日常生活支援総合事業(以下、総合事業)、そして地域づくりがうまく進んでいくようにと市町村の思いを聞いている。

「地域支援事業実施要綱改正」に関して、まず「介護予防・日常生活支援総合事業の充実に向けた検討会」(以下、本検討会)について。22年に社会保障審議会介護保険部会から「介護保険制度の見直しに関する意見」が出され、23年度に本検討会が設置された。さわやか福祉財団の清水肇子理事長も構成員の1人で、私も参加した。議論では、今まで「元気～フレイル予防」「フレイル～要支援」「要介護や認知症」と分けて取り組んできたが、これからは高齢者が地域の中で状態像に左右されることなく、いろいろな方とつながりながら、本人がやりたいこと・実現したいことが叶えられるような地域共生社会の実現を目指していくことが必要なのではないか。例えば「社会的処方」として、地域でやっているサロンや介護予防に行ってみたらと、まちのお医者さんが声をかけてくれるだけで、主体的な参加が促される可能性が高まるとか、虚弱になっても元気を取り戻せる取り組みを促すことによっていつもの自分の居場所に戻っていける、あるいは認知症になっても地域の活動に迎えに来てくれる友達がいたら馴染みの環境を継続できるなど、そういった社会を目指していく必要性があって、そのためには地域をもっと活性化していき、地域がチームとなって総合事業を展開していく必要がある等が議論された。本検討会における議論の中間整理では、総合事業を、地域共生社会を実現するための基盤と位置づけ、また、本検討会で掲げる自立とは、公的・社会的支援を利用しながらも行為主体として独立していることで、主体的に高齢者自身が自由に暮らし方を選べることであり、高齢者の視点に立って考えることが強く打ち出された。つまり、これまでの市町村の総合事業の取り組みを活かしつつも、大きな発想転換によるフルモデルチェンジを促すものとして、高齢者の立場を優先し、住民一人ひとりが自分らしく暮らし続けられる「地域共生社会」の実現を目指す取り組みが進むことが期待されている。

24年度要綱改正の「多様なサービス・活動の交付金上の

分類」については、改正前の基準緩和型の印象は従前相当サービスとほぼ類似だったのが、改正後のサービス・活動Aは中身は多様でよくなった。一番驚いたのは、ガイドライン改正の「訪問型」で「高齢者の生活支援のための掃除・買い物等の一部の支援を行う活動など」のところに「市町村の判断により老計10号の範囲を越えてサービス・活動を行うことも可能」と、老計10号を外してもいいということが示されたこと。これは非常に大きなことで、総合事業をつくり始めた時、従前相当サービスと同じように「庭の草むしりはできない」「天井の拭き掃除はできない」など一定の制度の中で運営をしなければいけなかったが、市町村の実情に応じてそこを緩めていいとなった。また、24年度省令改正の「継続利用要介護者の利用可能サービスの弾力化」では、要支援の時に多様なサービスを使っていて、状態像が大きく変わらず事業所もオーケーであれば、要介護になった時、今まではB型でしか認められていなかったが、サービス・活動Aでもそのままサービスを使うことができるようになった。つまり、生活援助の部分を拡充していける可能性があるので、ヘルパー不足の問題を解決していく1つの道になると感じた。

ガイドライン改正の「通所型」で注目したいのは「住民や地域の多様な主体相互の協力で行う入浴、食事等を支援する活動など」。人口が少なくデイサービスはなくヘルパーは村に数人、他に何の社会資源もないため、拠点施設を使ってみんなで要支援や要介護1、2ぐらいまでの方たちの入浴の見守りをしたり一緒にご飯を食べたりと、ミニデイサービスのようなことをしていくしかない市町村もある。そういった時にこの多様なサービスの括りをAとかBとか言わずに、もう少し広範囲に柔軟に対応できるような制度改正になっていることに着眼していただきたい。

次に、24年度要綱改正の「住民主体のサービス・活動の推進」について、対象経費の額を対象者の数で按分するという按分ルールがあったが、この改正により、地域住民を含む多様な主体による活動を促進していく観点から、活動に係る間接経費の範囲内で市町村の裁量により定めるとなった。活動の立ち上げ支援に要する費用や活動場所の借りに要する費用、光熱水費、利用者の利用調整等を行う者に対する人件費、支援者のボランティア活動に対する奨励金等も以前よりは柔軟に補助が出せるようになった。

ここまでのまとめとして、住民、専門職、事業所、民間の力を借りて、元気～フレイル予防～フレイル～要支援～要介護（認知症）と分けなくて、連動させて地域づくりを進めていく必要があること、実施手法が変わり、地域の実情に応じた形で対応可能になったこと、さらに、老計10号の縛りも柔軟に外せることになり、ここも市町村が決めることになっている。従って、地域で暮らす高齢者の立場を考えながら、我がまちの状況に応じてリ・デザインすることが重要になった。こういった制度改正を受けて、行政や実際にサービスを提供する人、SC、高齢者と関わっている包括の人等が集まって、「私たちのまちはどうあるのがいいのか」などの話し合いをし、どう進めていくかを考

【まとめ】

- 住民・専門職・事業所・民間の力を借りて、元気～フレイル予防～フレイル～要支援～要介護（認知症）⇒地域と資源をつないでいく、切りわり（×）
- 改正前の基準緩和型の印象⇒従前相当サービスとほぼ類似、改正後のサービス・活動A⇒中身は多様で良い
- 改正前はサービスAは、指定or委託 サービスBは補助・助成という枠組みだったが、そこも地域の実情に応じた形で対応可能になった
- 改正前は、老計10号の縛りがあった基準緩和型サービスのAも改正後はこの縛りも絶対ではなくなった⇒しかも継続利用要介護者にとって好都合
- 従前相当サービスについては、専門職による専門的な支援ニーズに総合的に応えるサービスで、想定される対象者をしっかりと考えること サービス内容も総合的なものであるほか、一定の制約がある！
- ケアマネジメントB・Cについては、一件、一件ではなくその調整費として、委託料で出すことができるようになった。（包括的な支援体制の構築）

結論

今回の改正は、「こうしないといけない」というものを極力外し、市町村が総合事業のデザインをしやすいようにしている。従前相当を使うことが最適なのか、という問いを立て続けながら、地域で暮らす高齢者の立場を考えながら、我が町の状況に応じてリ・デザインすることが重要！

えてほしいと思う。

「生活支援体制整備事業に係る令和6（24）年度要綱改正」については、SCは地域住民や多様な主体との対話、ネットワークの構築を行うことを通じて、関係者の中で地域の現状や将来像の共有をはかると共に、地域住民や多様な主体ごとの多様な価値判断を尊重しながら、地域での共創を推進するために主にコーディネート業務をするが、住民の声、地域の民間企業の声等いろいろな人の声を聞くことがすごく大切で、その声を行政や関係機関に上げていくという役割がとても重要となった。「SCによる地域住民と地域の多様な主体との連携の推進」については、SC・協議体がタウンミーティング等で地域の課題にみんなで向き合うことができるように、1市町村当たり400万円が組み込まれ、試行的に実施する事業の事業費にも活用できるので、ぜひこれも予算に組み込んでいただきたいと思う。

「包括的支援事業を活用した地域づくりの推進」については、必ずしも包括にSCを置かなければいけないということではない。そのまちが包括の機能強化をはかる上で、一緒に働いてもらったほうが包括的な支援体制が作りやすく、地域づくりが進むということであれば、包括の本来やらないといけない業務の一部を、本事業の中で担っていくことも含めて標準額800万円が用意できることとなった。

最後に、22年度の調査研究の結果では、第2層SCは専従が少なく兼務の自治体が多く、SCは評価や意識醸成などに悩んでいるという回答がすごく多かった。そして、全国各地で聞かれる関係者のつぶやきとして、行政及びSCのネガティブ意見・ポジティブ意見のいくつかを紹介するが、協働して実施している自治体からは行政、SCともポジティブ意見が届いていると締めくくった。

住民の意識が変わり、地域は変わっていく

25年3月まで山梨県南アルプス市で第1層SCを務めていた齊藤節子さんは、生活支援体制整備事業（以下、本事業）がスタートしてからの住民とSCの取り組みの経過、その思いを紹介した。



齊藤 節子氏

南アルプス市は25年7月時点で人口7万1000人強、高齢化率28.4%。

03年に2村4町が合併した。山間地域や果樹地帯、新興住

宅地と地域特性は様々で、課題も様々。15年に第1層SCが配置され本事業がスタートし、それまで私は社協の職員だったが、退職後に第1層SCになった。

15年当時、最初にしたことは内部関係者の意識統一で、介護を含む福祉部局、包括、社協、SCとで、さわやか福祉財団に助言をお願いして勉強会を行った。本事業とこれまでやってきたことと何が違うかがよくわからず、特に疑問だったのは、包括と社協、新しくできたSCの役割の違いは何かということだった。なかなかみんなの気持ちがあいつになれず、勉強会を8回重ねた。そして、包括やコミュニティソーシャルワーカーが扱っている個別のニーズの中に地域の支援が必要なことがあり、地域の支援として住民が主体的に支え合いの活動をし、それをSCが伴走していくことで意識統一することができた。もう1つ確認したのは「どんな協議体にしていきたいか」。充て職ではなく、自分事として考え実践していく意志のある住民たちで始めていきたいと考えた。協議体の全体像について話し合いながら協議体体制図を考えていった。地域づくりは高齢者だけの問題ではないことは当時も想定していたが、最初は高齢者の問題から始めて、徐々に住民の皆さんが気づいてくれたらいいとなった。第2層協議体については、国では中学校区と言っていたが、小学校区とし、社協に力を借りる体制にして、住民主体で進めることとした。そして、SCが第1層と第2層をつなぐ役割とした。

私たちは「協議体」という言葉にこだわった。今自分が暮らしている地域で最後まで自分らしく暮らせるかをみんなで考え話し合うことを「協議」、自分たちの力でできることからやってみることを「体」とし、「協議体」を地域の中に根付かせていきたいと考えた。行政は、住民を信じて待ち、動き出したら全力で応援していく（情報・財源・施策）、そしてSCが住民の気持ちを動かし、行政と住民をつなぐ役割を果たすこととなった。

意識統一ができて5か月後、初めて住民に伝えるフォーラムを開催した。「人口減少や少子高齢化は避けて通れないが、皆さんが元気でいきいきと暮らせるまちにしたい。それは行政も皆さんもきっと同じだと思う。だから一緒に協議体をつくって、そんなまちをつくっていきましょう」と呼びかけ、行政の覚悟を伝えた。事例として紹介した、認知症の父親の介護で仕事を辞める状況に追い込まれた時に、近所の人たちの支援で乗り切れた50代の息子の話は、「地域の力は介護サービスを超越するのだ」ということが伝わり、皆さんの心を動かしたようだった。また、協議体について、80歳のAさんが買い物の荷物を持って帰ることが大変になってきた例を用いて説明した。これまでは介護申請をしてヘルパーに買い物してもらおう。それだと、外出の機会が減り人との会話も減り筋力低下や認知症の心配も出て、健康寿命の低下、「支えられる人」になっていくかもしれない。しかし、協議体ができたら、Aさんに対して地域で何かできることがないかと考え、一緒に買い物に行ったり移動販売の導入や移動支援を検討できるかもしれない。そして、Aさんは外出の機会を維持でき、買い物先での会話を楽し

み、筋力低下や認知症の予防につながって健康寿命が延び、「支える人」になれるかもしれない。こんな協議体を皆さんでつくっていきましょうと話した。フォーラム後、参加者の3分の1が「一緒にやりたい」と手を挙げてくれた。

その後、手を挙げた59人の皆さんと一緒に勉強会を重ね、地域課題や、この協議体にどんな人やどんな団体に入ってもらったら有効な協議体になるかを話し合い、第1層協議体のメンバーが選ばれた。団体としてJA、商工会などが選ばれたが、勉強会に参加していなかったため、JAには少子高齢化の中で生活支援としての役割が期待されている、商工会には地域の店が協議体に加わってもらえたらという期待が込められている等の住民の声を届け、第1層協議体のメンバーに加わってもらった。

第1層協議体の話し合いの中で第2層協議体をつくっていきましょうとなり、第2層協議体の地区である小学校区ごとに協議体の説明会を開いていった。参加者にとっては初めて聞く話で、「お金がないから住民に何とかしろということか」という厳しい声もたくさん聞かれた。その時、力になってくれたのは各地区に散らばっていた59人の皆さんで、「厳しい時代だからこそ、自分たちで自分たちのことを何とかしていきましょうと考えよう」と応援してくれて、少しずつ会場の雰囲気が変わっていった。

3年弱で第2層協議体が全地区に立ち上がり、最初はみんなやる気満々で毎月集まって話し合うが、なかなか具体的な活動は生まれなかった。ところが、ある地区で「この第2層という圏域がどうも自分の地域と思えない。自治会圏域ぐらいに分かれて話し合いたい」という提案があり、2つの地区に分かれた。同級生や駐在さんなど身近な人たちが集まって、自分たちの地域の誰がどこで何に困っているのかと具体的な話が出てきた。そこから1つの地区では有償ボランティア、もう1つの地区では移動支援サービスが生まれた。この話を各第2層協議体に伝えたところ、他でも第3層圏域での話し合いが生まれ、どこでどんな人たちが困っているのかを知るためにアンケート調査等を行い、例えばゴミ出し、移動販売、買い物ツアーをはじめ、制服リサイクル、登下校の見守りや、様々な居場所も始まり、お祭りが生まれた所もある。他に、介護予防としていろいろな体操教室や、地域みんなに知らせたいと協議体説明会や地域情報満載の瓦版などの広報活動も生まれた。

今は第2層協議体が16地区、第3層協議体が59地区で立ち上がり、第3層が中心になって、小さな地域の話し合いから具体的なニーズを発見して実践に移し、第2層が第3層の情報交換の場になっている。第2層は第3層と第1層のつなぎ役として、第3層からの課題で住民の力だけでは難しいものは第1層に持ち上げ、第1層では市全域の協議、市の施策が必要かなどを話し合っている。また、皆さんの声から自治会対象の協議体説明会、市全局の職員向けの協議体研修会、専門職と協議体の合同事例勉強会等も開いている。市の一般財源から「第3層協議体支援交付金」が創設され、各協議体に交付をし、さらに活動が活発になっている。住民任せではなく市がいつも応援している姿勢を見

3層(自治会圏域)59カ所(小さな地区だと地域が見える) 地域のニーズと住民のできることがつながる

生活支援	居場所	介護予防	広報・担い手発掘

せることで、住民のモチベーションは上がっている。

協議体の活動の成果として、住民の意識の変化がある。例えば87歳の女性は第3層協議体のメンバーで、毎朝、杖をついて子どもたちの見守りをしている。自分のできごとで地域に役立つという意識が芽生え、これまでだったら「支えられる人」だったのが「支える人」になっている。また、「シニアがこんなに頑張っているから私たちも応援したい」と、消防団等の若い世代が生活支援の応援組織を立ち上げてフットワーク軽く動いている。

自分自身がどう生きていくのか、どんな地域で生きていくのかを考えてきた10年で、その課題は公的な支援だけで解決することは難しいと住民は気づいていった。いきいきと暮らせる地域のため自分たちができることを始めたいから協議体は生まれた。もちろん住民だけでできることは限られており、行政、専門職、企業等が力を合わせていく必要がある。ただ、その中心にいるのは当事者である住民で、自分事として考え、行動していく住民が広がっていくことで地域は変わっていく。それこそがこれからの厳しい時代に希望を見出せる一歩だと思っている。もっと広がっていくことが必要だと、今山梨県SC情報交換会をさわやか福祉財団のさわやかインストラクターの皆さんが発起人となって開き、「SCが代わるたびに振り出しに戻り、何から始めていいかわからない」「SC、行政、包括、住民が目指しているものが共有できていない」「成果を早急に求めていないか」など、ざっくばらんに話をしている。市町村の枠を超えて広げていくために、みんなで手をつないで地域づくりをしていきたいと締めくくった。

お互い様で支え合う地域づくり

群馬県高崎市の第1層SCの目崎智恵子は、高崎市の生活支援体制整備事業（以下、本事業）にどう取り組んでいるかを紹介した。

認定NPO法人で配食や居場所、助け合い活動、移動支援、総合相談などのインフォーマルな事業を担当する中、SCとして委嘱され、この



目崎 智恵子

10年活動をしてきた。5年前にさわやか福祉財団に移り個人で委嘱SCを受けている。3年前にNPOを立ち上げ、共生常設型の居場所と総合相談も行っている。高崎市は平成の大合併で1市6町村が合併した中核市で、人口約36万

4000人、高齢化率は28.94%だが、元村部では約50%。

本事業が始まる時に行政職員の保健師から「どうしたらこの事業ができるだろうか。様々な助け合い活動や資源がたくさんある所もあるが、ない所もある」という話があり、行政が中心となり、私が所属していたNPOや社協、包括、地域活動をしている方等と半年ぐらい話し合いを繰り返した。住民主体の支え合い活動を本事業から生み出すこと、それには自分事として捉える意識づくり、主体的・自律的な基盤づくり、地域の人材と社会資源の掘り起こし、できていること・できること探しをすること、また、地域・市民の提言を施策へつなげる仕組みをつくらうとなった。

協議体は、地域の皆さんの声を大切にするために地域ごとの話し合いを機能させ、SCや行政職員が代わっても地域の話し合いを継続させようと第2層協議体から設置することにした。本事業が始まるまでは直営の包括が8カ所だったが、包括を「高齢者あんしんセンター」とし、社会福祉法人や医療法人に委託し市内26カ所に設置。包括の担当圏域を第2層とし、包括が第2層協議体の推進役を担うこととした。協議体を立ち上げる時には地域性に合わせた声かけをし数回の勉強会を開催、3年かけて第2層協議体を26カ所に設置した。その後、第2層協議体のメンバーの中から多様な背景を持つ方で第1層協議体を立ち上げ、様々な視点から市全域の取り組みを考え、第1層SCとして私ともう1人が推進役となり、行政の中をつなぐ役割として行政職員1人もSCとなり体制を整えた。第1層協議体は、第2層協議体をバックアップし、施策へつなげる役割を持ちながら、地域の実情に合わせた第2層の基盤づくりを進めた。行政も一緒に地域を見て、住民の声を聞いて事業計画を立てるなど、伴走支援する形をつくってきた。

課題は、地域差が大きいこと、情報共有・連携がなかなか難しいこと、協議体の進捗に差が出てくること、市民への周知と参加促進が難しいこと、専門職との連携が進めにくいこと。このような課題解決のために、SC、社協、本事業担当の長寿社会課（基幹包括）で月に2回、地域の状況共有や協議体の進め方等を考える作戦会議をしている。そして、介護保険事業計画の中・長期計画や単年度計画を細かに立てながら、意識改革にも努めている。

第1層協議体は2部構成になっており、1部は、住民の思いを大切にしたい自由な意見交換のできる「住民企画会議」。第2層協議体メンバーで多様な背景を持つ住民8人と第1層SC、社協、包括、行政等で情報共有・第2層のバックアップについて、市全体での取り組みを検討している。2部は、推進役である包括の推進力をアップする「地域包括支援センター推進会議」。29カ所（現在）の包括、第1層SC、社協、行政でグループワークや勉強会などで情報交換、具体的な活動の事例検討などを行っている。第1層協議体の取り組みの1つ「第2層協議体の機能強化・継続支援」は、市内での周知活動として、第1層協議体を中心となってイベント参加、パネル展開催、区長・民生委員向け事業説明会等を行っている。情報発信としては市のホームページを活用し動画などを使いながらバックアップをしている。

また、第2層協議体間の情報共有として、全協議体から数名ずつが参加する年1回の情報交換会や、似通った数か所の地域で情報交換をする年2回の小規模情報交換会を開催するほか、皆さんの活動を見える化していくために『SC通信』を2か月に1回、また、イベントがあると特集号を発行し、取り組みを紹介する冊子も作っている。もう1つの取り組み「第2層協議体・推進役のバックアップ」は、第2層と第1層の協議体メンバーの情報交換や、助け合い活動づくりのワークブックを作成したり、推進役のバックアップとして研修・勉強会などを開いている。

協議体の継続期では、私たちSCは包括も含めて、柔軟で多様で楽しく、みんなで情報共有できる仕組みをつくっていきこうと意識合わせをしている。高齢者の社会参加・介護予防・生活支援・ネットワークづくりの視点を持ち、入り口はハードル低く・出口はたくさん、小さな課題を見つけて、できることを探して、いろいろな活動を実践していく。何のために、誰のために、どんな地域になったらいいかと住民や包括、社協、行政がフラットな関係で推進している。そして、各協議体の情報を把握できるように、決まったこと、気づいたこと、課題、他地域に聞きたいことなどを書く「第2層協議体情報共有シート」を作って、SCや行政と共有し、バックアップや軌道修正をする1つの手段としている。

活動創出期では、無理なくできることからやってみようという勧め、みんなで一緒に考えて、できることから始めることを大切にしている。ネットワークをつくる時に、私たちは1人の人としっかりと手をつなぐことによって、その人の持っているネットワークに働きかけ、いろいろとつながってきた。担い手づくりも、地域ニーズに応じて得意なことができる人をマッチングしている。



連携に関しては、まず行政とは一緒に現場を見に行き、住民としっかり向き合い、活動しやすい環境づくりを検討している。次に、包括が推進役を務めているので、認知症の推進員や介護予防活動の担当者等と地域の課題や新しくできた認知症カフェなど地域の資源を共有している。多職種連携では、地域ケア会議に参加し課題を地域の協議体と共有する他に、ケアマネジャー研修やPOS会研修にも参加し、さらに医療ソーシャルワーカーらにも本事業の説明をしている。企業とは、企業と共に地域の課題を解決することを大切に、企業が「こんなことができる」と言って

きてくれたら、まずはその地域の協議体と一緒に話し合いをしている。高崎市には医師会が3つあるが、合併した町村の医師会の先生たちは視点を住民の所まで持ってこないと包括ケアを進めていけないと考えてくれていて、ドクターかふえを開催してくれている。ケアマネジャーも地域の居場所と連携する体制を整えてくれている。

住民、行政、包括、社協等と共に誰もが安心して暮らせる高崎市を目指して、定期的な情報共有・連携強化の場（協議体）を継続し、地域の多様な資源と連携しながら必要な助け合い活動をたくさん創出してきた。自分事として地域に関わる支え合いの基盤づくりを進め、住民主体の活動が各地で広がり、「自分たちでできることを自分たちで」という意識の定着も少しずつ浸透し、一体となって支援を進める文化が形成され、「共助の力」が育ってきたと実感していると締めくくった。

事前アンケートからの質問

後半は、事前アンケートを基にした質問への投票後、多かった回答について登壇者に答えてもらい、その後、登壇者への質疑応答という流れで進めると鶴山が説明し、4問出題するので一番課題だと思うことや聞きたいことを1つ選んでほしいと参加者に呼びかけた。

問1 「住民主体の地域づくりの推進」

- A 制度や事業への住民理解を深め、関心を高めるにはどんな工夫が有効か **37%**
- B 住民の「やらされ感」を払しょくし、主体的な地域づくりへの意欲をどう高めるか **33%**
- C 一部のやる気のある人への負担集中を防ぎ、地域全体で取り組む仕組みをどうつくるか **24%**
- D SCが兼務で支援に十分に時間をつくれな中、意欲ある住民の熱が冷めない方法は **6%**

Aについて、田中さんは、大々的に市の広報紙等で特集を組んだり、地域に出向いているSCや包括職員たちが制度を説明するプチ講話を開いたり、あるいは定期刊行物を作り、広く知らせることが大事だと答えた。齊藤さんは、好事例を伝えると皆さん共感する。それも住民が住民に伝えるのが一番効果がある。例えば、一番先に本事業を理解した八田地区では、認知症のおじいちゃんに対して、「行政が何とかすべきだ」と言う地域、「住民で支えてあげたい」と言う地域の寸劇を自分たちで作って上演した。見ているうちに自分事だとみんなが感じていった。住民が住民に大事だと伝えることが理解を深めると答えた。

Bについて、目崎は、「なぜこの活動が必要なのか」を丁寧に皆さんに伝えていくことが大事で、「自分のこと」と理解するとすごく動いてくれる。「やらされ感」はお願いされてやる時に感じる人が多いので、「やれるかやれないか、まずは一緒に考えてみませんか」と呼びかけ伴走していくと、「やってみよう」になる。「できることをまず

1つ」がすごく大事で、敷居を低くすることも大切。市の出前講座等も実施し、広く市民に呼びかけていると答えた。

問2 「SCと協議体の役割」

- A 担い手の掘り起こしや後継者の育成をどのようにしていけばよいか **42%**
- B 協議体が活発な話し合いになる方法、また機能するにはどうしたらよいか **20%**
- C 1層SCと2層SCの役割分担と連携方法 **13%**
- D SCや協議体のモチベーションを保つには、どんな工夫が必要か **11%**
- E 地元企業や学校など多様な主体との連携をどのように進めていけばよいか **8%**
- F 点在する地域活動をどのように「線」に、そして「面」に広げていけばよいか **6%**

Aについて、目崎は、ちょっと重い腰を上げて来てもらう時には、「あの人が声かけしてくれれば行くよ」という人がいる。助け合いの必要性に気づいた人たちが他の人に声かけをしてくれるような体制をつくるのが大切で、「当事者の声」がすごく響く。担い手同士の交流会も必要。後継者の育成は、一緒に活動をする時間を持つことがすごく大事だと答えた。

Bについて、斉藤さんは、今までの経験から、具体的なニーズを基に何ができて、どこら辺までやっていこうかという話になると盛り上がる。だから、漠然といろいろなことをしていこうというより、地域の中にある具体的なニーズに対して何ができるかと考えていくと、いろいろな意見が出て工程や成果の予想も出てくると答えた。

Eについて、田中さんは、地元企業にアクセスしながら、どんなことに地元企業として地域貢献できるか、どういふふうはこの地域を見ているか等の対話からスタートして、一緒にできることを考えていくことが大事で、学校なども同じだと答えた。

問3 「行政の関わり」

- A 行政から地域に「本事業を活用した地域づくりに主体的に関わる必要性」を示してほしい **30%**
- B 本事業以外の事業とどのように連携するのか **20%**
- C 委託者丸投げではなく、成功事例は行政が積極的に関わっているように思う **19%**
- D 行政担当者の異動によるリセットの影響を少なくし、地域づくりの支援をどう継続するか **15%**
- E SCが行政職員であることで生じる「やらされ感」をどう軽減するか **8%**
- F その時々の特ピックスに流されずに長期的な計画と年度計画を一貫性を持って進めるにはどうしたらよいか **8%**

Aについて、斉藤さんは、最初に行政や包括、社協、SCとで話し合った時に、この事業を行政が住民と一緒にやっていく姿勢を持ち、そのことを住民にはっきり伝えようと決めて、最初のフォーラムの時に「行政も頑張るが、行政だけではもう無理なので、皆さんと一緒にやっていきたい」と行政が話し、そのことが住民に伝わり、一方行政も住民の活動に対して応援していく姿勢につながったと思うと答えた。田中さんは、これからの地域づくりや地域共生社会などをわかりやすく住民に伝え、行政だけではできないことを話し、住民たちが興味・関心を持って楽しく活動することによって地域が活性化することを打ち出すフォーラム等をしている所は本事業が進んでいるように思う。外部から有識者を呼ぶことも大事だし、行政職員自らが自分の言葉で住民や事業者と対話をする時間をしっかり持つことが必要だと答えた。

Bについて、田中さんは、本事業と重層的支援体制整備事業、本事業と認知症の施策は親和性があり、介護予防という点では総合事業とも親和性が高い。包括ケアを推進し地域共生社会を目指すために、SC・協議体としてどう展開していくかなど、しっかりと軸足を持って地域を見ていくと、誰とつながるのがいいかがわかり、他の事業と連携できると思うと答えた。

問4 「制度に関すること」

- A 担い手が不足している中、支援の器を用意するだけでは継続が難しくなる。シニア世代や若い世代はじめ多くの住民の参加を進めるには **53%**
- B 制度改正で「SCは地域包括支援センターに配置推奨」と見えるが、その意味と対応策について知りたい **18%**
- C 本事業と重層的支援体制整備事業との違いや関連性を教えてほしい **17%**
- D 制度改正の内容を理解し、地域づくりにどのように活かしていけばよいか **6%**
- E 短期集中予防サービスが重要とされているが、我がまちの強みとして取り組んできた支え合いのサロン中心の取り組みを活かした展開にするにはどうしたらよいか **3%**
- F SCに「個別支援」が求められているように思うが、社会福祉士の視点も必要ではないか **3%**

Aについて、田中さんは、やはり「興味・関心を持つ」「楽しい」「わくわくする」「やりがいを感じる」がベースにないと、器を用意したとしても幅広い世代に参加してもらうのは難しい。それぞれの世代の人が何に興味・関心を持っているのかを関係者は理解しながら、担い手が主体的に取り組みたいと思うようなことはどんなことか、地域課題と結び付きやすいものは何かを意識的に考えておく必要があると思う。また、これだけ人手不足なので、市町村職員も副業、兼業ができて、フィールドワークの中で自分の時間を使って活動できるような幅広い環境整備も併せて

進めていく必要があるかなと思うと答えた。目崎は、1回だけ、緩くちょっとやってみるくらいだと、若い人たちが「そこだけならできる」となる。SNSなどで募集すると若い人たちが反応してくれることがある。多世代や専門職が参加できるようなイベントとして、高崎市では24年から「地域包括ケアフェスティバル」を開き、協議体のブースをつくりアンケートなども行っている。また、シニア男性は何か役が付くと、それが1つのいきがいにって活動してくれることがあると答えた。齊藤さんは、若い人もシニア世代も楽しく参加できることがきっかけになって知り合えて、そこから協議体に関心を持ってくれるという流れがある。今、休耕の畑を使ってサツマイモを高齢者が作って、若い世代が掘って焼き芋大会をする「サツマイモ作り」がブームで、いろいろな地区で始まっている。そこでシニア世代が「次の世代がこの地区でちゃんと暮らしていけるようにと思って、今地域づくりをしている」などを会話の中ですると、本事業の理解や将来のためにこういう活動が大事だと若い世代にわかってもらえると思うと答えた。

Bについて、田中さんは、包括が限られた人員で運営をしている中、後期高齢者の予防プランも増えるし、ヤングケアラーや孤独・孤立対策、閉じこもり・引きこもり等、いろいろな相談を請け負い包括が回らないという実情がある。このような複合化した課題解決のために、地域づくりの1つとして、SCが聞き取りや相談を請け負ってもいいと本事業の拡充として枠を設けたのであって、「包括にSCを配置しなさい」ということではない。そのまちな何が課題で、どうするのが適正か、みんなでいい地域づくりに臨めるかを考えた上で進めていただきたいと答えた。

鶴山がFに関わる「SCの個別支援」について田中さんに尋ねた。田中さんは、SCは個別を見ながら地域全体を見ていくことも、地域全体を見ながら課題を整理したり展開を考えることも大事で、いずれかに偏るのではなく、両方を行き来しながら地域全体をよくするために何ができるかを考えるといい。SCは素敵な職業だと思うと答えた。

3人の登壇者へのそれぞれの質問

鶴山が、3人の登壇者の方へそれぞれ質問をたくさんいただき、その中の1問に回答していただくと説明した。

■ **田中さんへの質問**「行政担当者が毎年代わるが、担当者には本事業を理解してもらい、安定して取り組みを進めるには、どのような工夫や働きかけが有効か」

田中さんは、担当者の考え方によって変わる地域づくりは絶対よくない。やはりビジョンがあって、そのビジョンに向かって現状がどれだけ乖離しているかが課題になるので、目指すべき方向性と現状をみんなで話し合いながら共有し、例えば3年後、5年後にはこうなりたい、来年はこうだねということをもみんなで共有し、それを介護保険の事業計画等に落とし込みロードマップにし、担当者が代わっても引き継がれていくことが大事。また、行政担当者や委託先が代わって新人が来た時に、この事業が好きになるような仕掛けとか仕組みをみんなでつくり上げておく

といいと思う。ベテランの方がいなくなった途端にその地域の力がなくなっていくのではなく、地域の住民が底上げをしていくことで担保できるような環境を、常日頃からみんなで考えておくことが大事だと思うと答えた。

■ **齊藤さんへの質問**「どのようにして59か所に広がったのか。また若い世代の参加はあるか」

齊藤さんは、最初にできた地区がすごくうまくいって、今もやりがいを持って活動しているので、その事例を他の地区の皆さんが聞いたり見たりしたことが広がっていった1つの要因だと思う。小さい地域なのでみんなよく顔を知っていて井戸端会議みたいな話し合いになり、参加すること自体が楽しく、「あの地区もやっているから、うちもやってみようか」と、ちょっとライバル意識もあって広がったような気がする。「みんな違って、みんないい」といつも皆さんに言っており、それぞれの地区のやり方で自分たちが納得のいく楽しい活動ができればいいと思う。また、若い方の参加は、ある地区ではシニアメンバーが生活支援として植木の伐採や一人暮らしのお年寄りの庭の手入れなどを行うグループを立ち上げていて、それを知った消防団が「大変そうだから自分たちができるところはやる」と言っていて、どこかで支援が必要だと連絡すると集まってくる。協議体の会議には出ないが、いずれもっと関わってくれていると思っている。さらに、いろいろな地区で開催している多世代交流のイベントで、若い親子連れたちに協議体の意義等を伝えているので将来期待していると答えた。

■ **目崎への質問**「広く本事業の理解を進め、ネットワークによる地域づくりを進めていくためにはどうしていったらいいか」

目崎は、今関わっている1人の人としっかりと手をつなぐと、その人がいろいろな人たちへアプローチをしてくれるケースが多いし、1つの組織と関わるといろいろな活動の人たちとつながることができる。1人の人とつながることが大事なので、時間をかけて思いを共有すると広がっていくと思う。企業へのアプローチは、いろいろな企業や人と関係している住民がたくさんいるので、その情報を得る手段をどうするかをみんなで考えるといいと答えた。

最後に一言ずつメッセージを聞いた。田中さんは、事例を聞いてすごく温かい気持ちになった。皆さんも何か1つ、「これ」ということを明日から始めていただけたらと思うと述べた。齊藤さんは、悩んでいるSCさんが全国にたくさんいることが改めてわかって、これからも応援していきたいと気持ちを新たにしたいと述べた。目崎は、小さな活動を積み上げて共に歩

みを重ねる人は絶対に現れてくると思うので、皆さんと共に明るく楽しい高齢者を支える仕組みをつくりたいと述べた。鶴山は、たくさんの方の情報を提供できたと思う。「ここは使える」というところをぜひ皆さんの地域で活かしていただけたら大変うれしく思うと締めくくった。



鶴山 芳子

語ろう
編有償ボランティアによる生活支援（移送含む）の
具体的な立ち上げノウハウ

【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】加藤 由紀子氏 （特非）ふれあい天童理事長

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

田口 研一郎氏 葛城市第1層SC

ひとり暮らしや認知症の方は今後増えていく一方、多くの地域でご近所のつながりは希薄となり家族機能も低下し、生活支援・移動支援のニーズは高まっている。様々なサービスを広げていく必要があり、その中でも地域愛を活かした温かい助け合う関係、日常的な生活支援を継続できる助け合いの仕組みとしての有償ボランティアが大変有効である。しかし、「何かあったらどうしよう」という不安や、「家の中の生活支援には至らない」「どういう手順で進めればいいのか」「マッチングを住民ができるだろうか」「社会福祉協議会等で立ち上げた後、住民主体にどう移していくか」等、様々な悩みが聞こえてくる。そこで今回は有償ボランティアの移動も含めた生活支援を住民主体でどう立ち上げていけばいいのか、具体的なノウハウを学び合い、各地の取り組みに活かしてほしいと、冒頭、進行役の鶴山芳子が趣旨を説明した。そして、登壇者の発表後、投票等を用いて双方向の参加型で進めながら、事前アンケート回答者の中から代表して3人の方にオンラインで直接質問してもらって全体の流れを説明した。まず投票の練習も兼ねて「地域に有償ボランティアによる生活支援は立ち上がっているか」を参加者に尋ね、「はい」が半分強、「いいえ」が半分弱という状況を共有し、スタートした。

利用しやすいのは有償の助け合い

移動も含んだ助け合い活動を有償ボランティアで30年以上実践している山形県天童市のNPO法人ふれあい天童の加藤由紀子さんは、立ち上げのプロセスや思いを紹介した。

地域がつながることがとても大事で、地域がつながり安心が広がる有償ボランティアが地域にいっぱいあったらいい。有償ボランティアは気兼ねなく利用し合える助け合いで、助け合いに参加することによって老いを学び自分の老いを育て、品格ある老いを目指せると思う。私は1980年から91年までの12年間、夫の両親と夫の叔父・叔母の介護と3人の子育てが重なり大変だった。助けてほしいと思っても気軽に頼める所がなかったので、「助け合いをつくるのは私の使命だ」と思うと同時に、「介護は個人の



加藤 由紀子氏

課題ではなく社会の課題だ」と思い、どのような形にするのかがいいかを考えた。1つ目は介護をしている立場から利用しやすいのは、有償の助け合い。2つ目はしっかりした理念・趣旨。3つ目は同じ人が利用もでき、協力者にもなれる仕組み。4つ目は事務所の設置や運営のスタッフについて。

92年に在宅介護は終了し、翌年、さわやか福祉推進センター（さわやか福祉財団の前身）の第1回リーダー研修会に参加し、助け合い活動への思いがさらに高まった。市内に助け合いを広げたいという気持ちが大きく膨らみ、どこから進めるか、組織づくり、支援の形、理念・趣旨書や日報の書き方、何を支援できるか等が頭を巡った。

本格的に動くには、まず仲間・スタッフが大事だと思い、志を同じくする仲間5人が集まり、組織をつくる前に週1回の頻度でスタッフ研修を始めた。拠点については、自宅は家族がゆっくりする場という気持ちがあるので私は考えなかった。「拠点を求めている」と発信したら、様々な住民から「使ってほしい」という申し出があった。次に、新しい助け合いの会を住民にどのように知らせるかについては、まず地域のミニコミ誌に依頼し10行の文字だけの案内文を出してもらった。その後、助け合いを始めたいので地域の公民館で説明会を開くと知人に話したら、30人ぐらいの方が集まり、こんないいことをするのだから、もっと人が集まる所で説明会をしたほうがいいと言われ、中央の福祉センターで2回説明会を行った。

協力者をどう集めるかは、地元山形のNHKテレビの地方ニュースに取り上げてもらい大きな反響があり、当時、時間預託なども取り入れたいと思っていたので、関心の高い人材が集まった。そして、利用したい方、困りを抱えている方へどう知らせるかは、NHKのニュースで知った方から連絡があったり、地元の社協で紹介してもらった。社協は私たちが新しく立ち上げることに関心を持ち、温かい対応をたくさんしてくれた。当時はボランティアは無償が当たり前だったので、有償については理解が難しくハードルが高いと思い、有償だと利用者が利用しやすいことを丁寧に一生懸命説明をし、信頼を得た。

活動するにあたり最初に、利用会員・協力会員の申込書と同意書を作った。同意書は当時はまだ一般的ではなかつ

たが、とても大事な部分であると思う。実際活動するには、最初に依頼を受けるコーディネーターの役割がとても大事で、「電話を受ける時には声のトーンを高くして」「相手の話によく耳を傾けて」と話をした。今もコーディネーターの役割がとても重要であると肝に銘じている。また、どのように活動が評価されているのかに常に関心を持ち、仲間内で話し合いを密にし、いいサポートをすることを心がけている。

ふれあい天童で行っている活動は、利用者の自宅に入っでの生活支援で、掃除、食事作り、洗濯、書類書き、ゴミ出し、薬もらい、話し相手など。活動を始めた15日目から外出支援や移動支援の利用があり、病院への送迎と付き添いが主な活動で、他に買い物同行、親戚宅やふれあい天童の居場所「の〜んびり茶の間」への送迎、利用者にとって大事な墓参りや教会・寺院へのお参りの送迎も常にあった。また、洗濯サービスとして、病院に入院、施設に入所、在宅の方等20人から25人ぐらいの洗濯物を週2回集め、ふれあい天童の家庭用洗濯機で洗濯している。多い時には200枚を超えるような日もある。「の〜んびり茶の間」を月曜日から金曜日に開き、昼食を400円で提供している。他に、教育委員会や社協と連携し、不登校や閉じこもり、心に悩みを抱えている方へのサポートもしている。閉じこもりの方が「私もボランティアをしたい」と変わってくると、「本当に私たちの仲間になった」という気持ちになる。天童市をよくしたい、天童市をよくするために行動する方が集まる「夜の居場所」を月1回開いている。1品持ち寄り、500円飲み放題という形で、この人たちが様々な前向きな行動をすることにより天童市がよくなっていくのではないかと期待している。

ふれあい天童で現在行っている活動

◎生活支援(利用者のお宅に入っでの活動)
掃除・食事づくり・自宅で洗濯・書類書き・
ゴミ出し・薬もらい・話し相手
などなど

◎外出支援及び移動支援
買い物同行・親戚へ・医院・病院へ送迎と付き
添い・の〜んびり茶の間への送り迎え・
大きな荷物の移動・墓参り・教会や寺院への
送迎



助け合いの会は、人と人が集まり応援する気持ちがあれば難しくなく、どの地域でも生まれると思う。困ったところをお互いにカバーし合ったり教え合ったり、そんな温かい気持ちが広がっていけば、助け合いはすぐに生まれるといつも考えていると締めくくった。

鶴山は、立ち上げに向かって住民の気持ちが醸成していくのはどんな感じかと尋ねた。加藤さんは、研修会などで話を聞いて、世の中には助け合いが必要だという思いが出てきて、いろいろ勉強していくうちに思いが広がり、深まり、高まるという感じなので、そういう気持ちになるように皆さんの気持ちをぐっさぐっさと揺さぶって、思いが胸

に届いた方と手を取り合って、助け合いをやっていけるようになったらいいと思う。やはり思いのある方を応援する気持ちが周りにないといけないし、せっかくその気持ちになったのに否定したり命令したりしないで、すくい上げていくことがすごく大事だと思っていると答えた。

生活支援と移動支援を一体的に行う

全国移動サービスネットワーク副理事長の河崎民子さんは、事例を交えながら生活支援と一体型の移動支援のメリット等を紹介した。

高齢者が外出して人と交流することが介護・フレイル予防に非常に重要だということで、全国で様々な取り組みが行われている。私の今の到達点としては、生活支援と移動支援を一つの仕組みの中でやる「生活支援と一体型に支援」が一番いいと思っている。厚生労働省の「2024年国民生活基礎調査」の「65歳以上の者がいる世帯の構造」は、「ひとり暮らし」が32%を超え、「夫婦とも高齢者」も31%を超えている。一方、「3世代で一緒に住んでいる」は、昭和の終わり頃には45%の高齢者がそうだったが今や6%くらい。こうなると、家庭内で助け合う機能はほぼ期待できなくなって、話し相手もなく、電球の取り替えにも困り、通院・買い物も困るといふ高齢者が増えている。

私が住んでいる人口約24万人の神奈川県大和市では高齢者がいる世帯の42.4%がひとり暮らし。23年の「おひとりさまアンケート結果報告書」によると、「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」について「直接会って話す」は「月1回未満」18%、「全くない」22%。つまり40%くらいの方が直接会って話すことがほとんどできていない。大和市は交通の便はかなりいいので、人との交流は交通の整備では解決できない問題だと思う。

外出を支援するパターンとしては、まず「乗り合っで」買い物支援・サロン送迎・ルート運行。次に「個別に」生活支援と一体型に支援。これらは「道路運送法における許可又は登録の手続き不要の形態」で行われることが多く、「利用者の制限はない」「運賃に該当するものは利用者からは受け取れない」が大きな特徴である。

「乗り合っで」の事例としては、神奈川県秦野市の買い物支援「とちくほ買い物クラブ」では、当初は「必要な物が手に入ればいい」くらいだったが、一緒に乗っている間に話し相手ができ悩みを話す人もできて、地域づくりにつながったという副産物があった。女性の方ばかりというサロンは多いが、新潟県燕市のサロン「地域のえんがわ」では食事があるため男性も多く、男性参加には食事の効果が大きい。静岡県沼津市のルート運行「愛鷹地区移動支援プロジェクトチーム」では、何か所かで乗り降りできる。

「個別に」生活支援と一体型に支援の事例としては、長野県須坂市「旭ヶ丘地区生活たすけ合いの会」では、行政は訪問型サービスBの補助で支援している。衣類の整理・裾



河崎 民子氏

上げや話し相手などいろいろな生活支援を行っているが、23年度も24年度も通院や買い物付き添いの車を使った支援がほとんどだった。結果的にこうであっても差し支えなく、仕組みとして車を使うサービスと車を使わないサービスがあることが必要。埼玉県三芳町の「おたがいさまの会」では利用者負担額として10分ごとに200円を設けている。新潟県長岡市社協の「長岡市地域ささえあい事業」では、人口約25万人、41地区の全域で実施しており、サービスではなく、かつ地域交通の補完でもないという明確な視点を持ち、地域づくり、つながりづくりであるという点は学ぶところが多い。

移動支援と生活支援を一体的に行うメリットとして、移動支援以外にも困り事のある高齢者がいる、車を運転できない人もサポーターになれる。有償ボランティアも大事な要素で、サポーターへの謝金など団体の継続に必要な収入を確保しやすくなるし、感謝の気持ちを利用料として渡すことで利用者の心理的負担が軽減されるなどがある。何よりも法制度が活動に柔軟にできているので活用しない手はない。

移動支援と生活支援を一体的に行うメリット 

- 移動支援以外にも困りごとがある高齢者がいる（電球の取替え、ごみの整理・搬出、話相手・相談相手など）
- 車を運転できない人もサポーターになれる（衣類の補修など。支援メニューによっては、利用者もサポーターになれる）
- 移動支援のみだと利用者から利用料金をいただくことが難しいケースが多いが、生活支援サービスとして一体的に行うことで、サポーターへの謝金など団体の継続に必要な収入を確保しやすくなる
- 利用する側は、無料のサービスだと気兼ねがあつて遠慮することがあるが、感謝の気持ちを利用料として決済できれば、利用者の心理的負担が軽減される
- 市町村が総合事業で補助を行う場合は 訪問型サービス・活動Bが適用される
- 複数人での利用も可能
- 法制度が活動に柔軟にできている

法制度については、24年3月に「許可又は登録を要しない輸送に関するガイドライン」の大きな改定が行われ、前文も全部書き換えられた。具体的には、まず、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。この実費は①ガソリン代等の燃料費、②有料道路使用料、③駐車場代、④移動サービス専用保険料、⑤運送を行うために発生した車両借料。次に、生活支援サービスなどとの一体運送においては「実費」も収受できる。基本は、家事支援などの車を使わないサービスと車を使って付き添うサービスが同一メニューと料金体系にある形態であること。制度が柔軟と言っているのは、乗車中はどうなるのかについて国土交通省旅客課は「乗車中も時間にカウントして良い」との判断を21年11月に地方運輸局に連絡済みである。

具体的にどう書いてあるかという点、「当該サービス自体が有料であったとしても」とは金額が決まっていますが、「当該運送に特定した反対給付がない限り」とは利用者から運賃をもらっていない限り、「許可又は登録は不要」と書いてある。気をつけるのは、「なお、生活支援サービスと称していても、提供されるサービスの実態が目的地への運送のみである場合には、許可又は登録を要する」の部分で、つまり基本は付き添いで、病院等で長時間かかる場合

は利用料が高むうえ、ボランティアにも負担なので、看護師や受付まで「送り届ける」ことを実践する。また、補助金については、「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」ようになった。そして「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、団体の判断で任意に決定していいと書かれている。厚労省関係の補助金等についても24年8月に柔軟な改定が行われ、ほとんどの活動、人件費に補助が付けられるようになった。

「事故への備え」については、事故が起きた時は保険会社に任せるのが基本。自動車保険には事故により他人を死傷させたり、他人の財物を損壊させた場合の補償がついているので、他人を乗せる時特別な保険は必要ないが、活動する日に団体が掛ける自動車保険もあり、怪我だけ補償してもらう場合は1日1台当たり400円、車両保険を加えると約1200円。ただ、生活支援との一体型支援で行う場合、毎日マイカーのボランティアの誰かが出動するので、この方法でないほうがいいかなと思う。全国社会福祉協議会もいろいろな保険を出していて、「送迎サービス補償（Aプラン）」「福祉サービス総合補償」で補っている団体・地域もたくさんある。

生活支援・外出支援の立ち上げプロセスは、①勉強会等から始まる。②ニーズの把握と共有、ニーズを見える化することがとても大事。③地域資源を見つける。つながれそうな人や協力してくれる人や組織（グループ）などを探す。④把握したニーズや見つけた資源を基にどのような移動支援を行うか検討。⑤コアメンバーをグループ化。⑥担い手の発掘・育成。⑦様々な事例から学んだり、視察に行く。先進事例の方に来てもらって話を聞くのもとてもいい。⑧仕組みや役割分担を決める。規約などは事例がたくさんあるので参考にするといい。⑨試験運行と地域への説明。試験運行は早目にやり、ミニコミ誌等で取り上げてもらえば地域への周知にもなり、「利用したい」「自分も仲間になりたい」という方が現れる。⑩本格実施、という流れになる。行政やSCの関わりは①は大きく、⑩に向かってだんだん小さくなっていくのが理想だと思う。

最後に「どんな車を使う？」について、私はマイカーが一番いいと思う。第一は乗り慣れているので事故が少ない。自宅から直接行けて、終わったらずぐ自宅に帰れる点が入っていると締めくくった。

鶴山は、制度が使いやすくなってきているのはどうしてかと尋ねた。河崎さんは、国交省が「許可又は登録を要しない輸送に関するガイドライン」を改定する際に、23年くらいから勉強会として、タクシー協会、バス協会、タクシーやバスの労組、厚労省、全国移動サービスネットワーク等が意見を聞かれた。地域からいろいろな課題が寄せられていたので、課題解決のために変えてほしいと思っていたところを伝え、ほぼ変えてもらった。使いやすくなったのは、やはり国としてもバスやタクシーの関係者にしても、互助で移動支援をすることが必要であるという認識を持っていた点が大きかったと思うと答えた。

生活支援コーディネーターはどう伴走する!?



田口 研一郎氏

奈良県葛城市の第1層SCの田口研一郎さんは、住民主体の移動も含んだ生活支援の立ち上げのプロセス、SCとしてどう伴走支援したか、大切にしていることなどを紹介した。

葛城市では今3グループが有償ボランティアとして立ち上がっている。1つ目の東和苑地区では高齢者が

緊急搬送されるという一件から地域の方の危機感が膨らんでいった。そこで、地域の中でその思いを共有しようと、第3層協議体「あんしん会議」ができた。その中で、緊急時に必要な医療情報や緊急連絡先などを書いたシートを「東和苑あんしんキット」に入れ、冷蔵庫に保管する取り組みが広がっていき、さらに、あんしんキットを配置する時に地域の住民自らが地域住民の困り事、暮らしぶりを聞いて回った。買い物、通院、庭木の剪定、草引き、ゴミ出しなど、いろいろな生活課題が出され、その自治会域をエリアとして概ね1時間以内500円で手伝うというボランティアグループ「東和苑ささえ愛会」が4か月で立ち上がった。新規の受付から相談、誰が行くかの調整、実働、活動者への謝礼の計算や支払いなどすべてを地域住民が行っており、3つのグループともそうしている。

こういった助け合いがとても必要だと感じた事例は、要支援の認定を受けている一人暮らしの女性が、花を世話したいと思ってヘルパーの買い物は日常の必需品だけなので叶わなかった。ところが、今は有償ボランティアの外出支援を利用し花を買い、楽しくいきがいを持った暮らしを送ることができている。地域の助け合いである互助と、介護保険などの公的サービスである共助、それぞれが役割を果たして、しっかりとバランスが取れて合致することで高齢者が豊かな生活を送れると思う。ただ、互助は地域住民の主体性やボランティアな部分に任せているので、継続していくためには行政・社協・民間企業等が地域住民の主体的な活動・互助をしっかりとサポートすることが大事であり、それは例えば総合事業の訪問型BやDであったり助成金であったり、企業や事業者と連携した取り組みだと思う。

2つ目のグループは「大畑まあるい会 芽ぶき」で半年ぐらいで立ち上がった。3つ目のグループは「有償ボランティアグループ すずらん会」で、集まったその日に「とりあえず明日から試してみよう」となり、お試し期間約12か月を経て正式に開始した。3つのグループとも「生活支援との一体型」で行っている。利用料はそれぞれのグループで話し合っていて決めているが、「大畑まあるい会」も「すずらん会」も「東和苑ささえ愛会」と同じ金額である。掃除や草引き、車での移動支援も同じ金額で行い、車での移動支援は実費ももらっている。生活支援との一体型のメリットは、運転が得意な人も苦手な人も参加でき、運転免許証を返納した場合も身体が動くうちはずっと活躍できる。また、無償だとお世話になりっぱなしだが、有償で負担した分が

会の運営に役立てば、他の誰かのためになるので利用者が支え合いに参加できることも大きな特徴だと思う。

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

◆生活支援サービスとの一体型。(※運送に対する個別の対価がない)





メニューの1つに移動・外出支援


=

=

+

R6.3.1通達
燃料代・移動サービス保険などの実費可

これなら**運転が苦手な私**も一緒にお手伝いできそう!

免許返納した私も草引きや庭木の剪定で**活躍**できる!

500円の一部が、会の運営にも役立てられる♪
わたしも、支え合いに「参加」してるのね♥

一番大事なのは「入り口」だと思う。例えば「移動困難者が多いから、移動支援をつくろう」とサービスづくりから入ると、住民が「確かに移動困難者が多いと思うけど」と消極的な場合、「市(社協)から補助金を出し、仕組みも考える」と勧めても、「そう言われても…」と言われ、「養成講座を開いて担い手も我々が集めるので安心してください」と押し切り、移動支援をつくり「資源ができた」と喜んで、利用者が増えないとか何かトラブルがあったら「あんたらが言うから始めた」となると思う。では、住民主体で進めるにはどうするか。地域住民の思いや声、ニーズが一番大事なので、そこを出発点として、その思いを持っている方が周囲の方に声かけしたり、回覧板で仲間を集めたり、場合によっては助成金を使ったりと様々な水面下の動きがあって初めて水面上に生活支援などが生まれると思う。地域住民一人ひとりとしっかりと向き合っていくと、一人ひとりの個性や特技などがわかる。グループのまとめ役や、「誰かがやってくれるなら手伝う」という人もいるので、両者をうまくマッチングしたらグループができる。SCは地域住民の声を聞ける距離を意識しながら、どんどん地域に出ているいろいろな方と出会ってほしい。

伴走支援の実例として、例えば「移動に困っている人が多いから、助け合いの仕組みをつくりたい」と相談があった時、この人は熱い思いを持っているが、まだ「私」の課題なので、「友人やご近所さんらと一緒に考える機会を持たないか」と、友達を呼んで一緒に話し合う場をつくる。そこでみんなが賛同すれば「私たち」の課題へと地域化していく。住民自身が「移動だけではなく、日常の生活でも困っている」「ゴミ出しとか電球交換も高齢者には無理」などと気づき、自分たちで解決法を選択しているが、その中で「運転するのに気をつけることは？」と聞かれたら「運転ボランティア講習がある」と情報提供し、「保険はどうするか」と聞かれたらボランティアセンターに保険のことを一緒に聞きに行き、「初期費用がかかる」と言われたら助成金を紹介するなど、住民が不安になっていることを解消する手伝いをしていたら自然と広がっていくと思う。

「地域づくりに必要なSCの視点」としては、原点は地域住民の声・思いで、ニーズに基づくことが必要で、主体性を持った方との出会い、そこから広げていく。また、個別の課題を地域化していく必要もあり、住民が必要な仕組みをSCも一緒に考えてつくっていくことが大事である。様々な選択肢を準備して、地域の住民が自分たちで仕組みを選択できるようにするのがSCの役割だと思う。住民がどのエリアまでできるか、例えば「自分の日常生活圏域の移動支援だったら安心して行ける」「自治会から外へ出るのは怖い」と思ったらそうするのがいいと思う。まずはやってみて、自分たちが安心して活動できるようになったら少しずつ広げていけばいい。お試し会（プレ実施）で支援者同士で乗せ合い、互いに気づいた点などを共有したり、全国移動サービスネットワークの運転ボランティア講習等で必要な知識・技術を学び合うといい。

活動を始めた後のフォローアップとして活動団体のネットワーク化を図っている。事故・トラブル防止に向けた「ヒヤリハット報告書」（共通テンプレ）を作成し、制度改正などの情報を早期にキャッチして共有し、住民主体の活動について行政に政策提言なども行っている。葛城市ではお互いに顔が見える距離、生活圏域が大体大字とか自治会域なので、小地域の助け合いが基本になり、これを広げていくと共に、中域から広域の支え合いも含めて重層的な支え合いの仕組みが必要だと思っている。最後に、葛城市のボランティアグループは自立しているので、明日から私がいなくなっても地域の中で継続していける。今後もこのような自立した支え合い、強い地域づくりを進めていきたいと締めくくった。

鶴山は、3つ目の「すずらん会」がお試しをすぐ始めた理由は何かと尋ねた。田口さんは、実は友達グループが「何かやりたい」ということで私が出前講座をして、その中で「ボランティア、私らもできるかも」となり、その後、ランチをしながらの相談会を開き、その場の乗りで「明日から始めよう」となった。やはりそれには「東和苑ささえ愛会」と「大畑まあるい会」が自分たちのボランティアの規約や趣旨、同意書などを次の人たちに使っていていいと情報を分けてくれたので、後に続く者は安心して立ち上げられたと思うと答えた。

事前アンケートからの質問

後半は、事前アンケートを基にした質問への投票後、多かった回答について、また事前アンケートを寄せてくれた方の中から3人の方による質問に登壇者に答えてもらうという流れで進めると鶴山が説明し、5問出題するので一番課題だと思うことや聞きたいことを1つ選んでほしいと参加者に呼びかけた。

問1「住民の意識の醸成」

A 住民の意識の醸成を継続して広げていくために必要なことや方法は何か **52%**

- B 活動の趣旨や意義をわかりやすく伝える
コツやポイントは何か** **30%**
- C 「我が事」として助け合いのある地域づくりを推進するために勉強会や養成講座を開いてきたが人が集まらない** **16%**
- D 「助けてもらうことになったらここに住めない」と感じる住民たちの理解をどう変えていけるか** **2%**

Aについて、田口さんは、地域の住民の言葉が一番だと思う。僕らSCや社協、行政が支え合いや助け合いをしようといくら言っても、実際に助け合うのは住民同士。毎年「住民活動発表会」で3つのグループの皆さんがいきいきと発表する。実際に活動をしている方の姿と声を聞くと共感が生まれると答えた。加藤さんは、実践者の話で心を揺さぶった後、その気持ちを継続してもらうには「ちょっと助けて」と言って実際に体験してもらう。それが、「すごく喜ばれてうれしい」「またやってみる」となり、その体験の積み重ねが温かい助け合いのハートをつくっていくのではない。福祉の体験は他の生涯学習に比べてすごい学びになっていると思うと答えた。河崎さんは、互助型で許可又は登録不要でやる場合は運転ドライバーに必要な資格はないが、利用者に乗せるので安全な運転について勉強し、実技も行う安全運転講習を定期的に主催する市町村が増え、そのカリキュラムの中に「なぜ住民参加が必要か」という話を入れる所が大変増えてきている。市町村だから無料で受けられ、市の広報紙やホームページなどに掲載するので幅広い裾野の方々の目に留まるので、市町村がこういう取り組みを実施することがすごく大事だと思うと答えた。

■参加者の1人目・平野歌織さんの質問

鶴山は長野市第2層SCの平野さんに呼びかけ質問を聞いた。平野さんは、「運転免許証の返納をした後、移動手段に困る」という声が多く聞かれるので、「みんなで一緒に考えましょう」と声をかけると、「無理でしょう」とか「行政がやることなんじゃない?」と先に進まないような状態になっている。アドバイスをお願いしますと質問した。



長野市第2層SC
平野歌織氏

田口さんは、「無理でしょう」と聞いたら、「どういった部分が無理なのか」ともう一歩突っ込んでみる。事故のリスクか、車か、生活支援か、あるいは圏域・エリアか。引っかかっているところを解いていくと、住民も安心して活動できるのかなと思ったと答えた。

加藤さんは、研修会の後に現場研修としてふれあい天童の移動支援、生活支援、居場所の研修を実際に経験してもらったら、「やってみたい」という方が何人も出てきて、今6人ぐらいの方が移動支援に参加している。実践の場を見ることがすごく大きな学びで、心が揺さぶられる場になると思うと答えた。

河崎さんは、私も「この地域は高齢化率が高く、人口も

少なく、運転ボランティアを見つけるのは無理」と言われてきた。しかし、今、大分県日田市に支援に入っていて、最初に立ち上がったのはわずか64世帯で高齢化率が50数%の自治会で、出発式の時に8人の運転ボランティアが並んでいて、私は「やろうと思う地域はできるんだ」とすごく思った。小さい地域だからこそいろいろ困っている人の顔が見えるし、「あの人がいたらやってくれそう」というのを民生委員等が知っていることがある。漠然と「やらなきゃいけない」みたいだと、みんなは心が動かないのだと思うので、ニーズ調査をし直すことから出発されたいかがかと思う。また、マイカーを使う場合「事故があったらどうするの」とよく皆さんに聞かれるが、突き詰めれば、事故があった時に自分の保険を使って等級がダウンし、掛け金が増えた場合、「私が払うの?」ということを知りたいのだと最近理解した。だから「その場合はこういう補償をする」など、初めにはっきりさせることが必要だと思うと答えた。

問2「立ち上げと運営（ひと）」

A 若い世代（40代以下）の参加を促進するにはどうしたらよいか	28%
B 中核となるリーダーや事務局メンバーを見つける方法やコツ	28%
C 高齢化した団体の後継者育成とノウハウ継承をどう進めるか	22%
D 担い手を増やす効果的な募集と育成方法は何か	20%
E 担い手育成の研修内容や回数ほどの程度が適切か	2%

Aについて、加藤さんは、若い方は働いている人が多いので、土・日に参加してもらおうと私生活もなくなってしまふ。だから、できる時に応援に来て体験を何度もしてもらって、人を助ける喜び、少しお手当でももらえてうれしいが重なっていったら、50、60歳になった時にやってみたいと育つ方はいるかなと思うと答えた。

Bについて、田口さんは、いわゆる宝石の原石を探すイメージ。目立っているボランティアやすでに活動されている方の背後とか周りにいる方の中に、普段は目立たないが実は熱い思いを持っている方もいる。その熱い思いをくすぐるとダイヤモンドのようにキラキラと輝くのが基本だと思う。実際3つのグループの代表の方は、チームのリーダーでずっと目立っていた人はいない。その思いを僕らが磨き上げて伴走し、リーダーになっていったと思うと答えた。

■参加者の2人目・関根まき子さんの質問

鶴山は東京都あきる野市の4月から第2層SCを務める関根さんに呼びかけ質問を聞いた。関根さんは、住民主体の生活支援の有償ボランティアをつくりたいと思っているが、立ち上げに際してのポイントや人の集め方などについてアドバイスをお願いしますと質問した。



あきる野市第2層SC 関根まき子氏

田口さんは、有償ボランティアや生活支援が必要だと思っている住民をまず探すことがキーだと思う。ニーズがぼやけている状態では絶対いけないので、次にその方たちと一緒に地域を回り聞き取り等をし、ニーズを知る。地域住民の声を直接聞くと、その方たちは「頑張らなければ」となり、仲間集めが進んでいくと思う。住民の活動者の思いや、困っている方のニーズという発端になる原動力をまず探し、頑張ってもらいたいと答えた。

問3「立ち上げと運営（もの）」

A 活動拠点となる自宅、空き家、公民館等のメリットとデメリット	50%
B 移動支援の車両について、購入、レンタル、自家用車、地域貢献のメリットとデメリット	40%
C 移動支援の車両の管理方法	10%

Aについて、加藤さんは、空き家をずっと活用してきた。公民館を活用するのもいいと思うが、公民館は基本的にみんなのもので申し込みも必要。開けたい時に自由に開けられることを考えた場合は空き家が一番使いやすいと思う。しかし、費用はかかるので、例えば市にその空き家を借り上げてもらうとか、固定資産税等を市で補てんしてもらうなど、市の支援も必要だと答えた。河崎さんは、移動支援を始めて27年になるが、マイカーで、事務所もカネも無しというところから始めた。当初から転送電話とそれぞれのパソコン、添付ファイル等を駆使してやってきた。福祉車両を日本財団から助成を受けて今は4台使っているが、市の2か所の駐車場に無料で置かせてもらっている。何もないから行政との連携・連帯・協働が進んだ。今ストレッチャーや車椅子なども保健福祉センターの倉庫に置かせてもらっている。事務所があると、事務所に詰めてもらう人が必要になり、人件費も発生するので、いろいろな考え方があると思う。これがなければできないと考えるのではなく、比較的自由的な発想で始め、知恵自体も地域資源だと思って楽しまれたらいいと思うと答えた。

問4「立ち上げと運営（おかね）」

A 継続運営のための人件費等をどう捻出しているのか	56%
B 謝礼の額の決め方について。例えばゴミ出しや相談、家事支援や移動等	19%
C 立ち上げ資金の捻出方法	13%
D 謝礼は現金とチケットでどちらがいいのか、チケットは偽造されないか	12%

Aについて、加藤さんは、重要な役割なのでコーディネーターだけを雇用し、全体の収入の中から給料を出している。また、総合事業のBとDで年間50万円の補助金をもらっていると答えた。河崎さんは、生活支援などとの一体型でやると、利用者から利用料をもらいやすくなる。また、活動を始めたら、たぶん行政側も何らかの支援を考えてくれると思うし、利用者からの寄付や賛助会費を取るなどの工夫もある。やはり外に外にと活動を広げアピールしていくことが、費用の面だけではなくて理解者を増やすために大事ではないかと思うと答えた。

問5「立ち上げと運営（情報）」

A 活動のマッチング (利用者の情報共有と担当決定)の方法	43%
B 住民への情報発信の方法	34%
C 助け合いの移送に取り組む時はどこに 相談したらよいか	15%
D 会員の登録や申請の流れなどの方法	8%

Aについて、加藤さんは、コーディネーターと私が利用者・協力者のことを把握し、情報を共有し判断していると答えた。田口さんは、どのグループも定例会を開き情報を共有し、受け入れる・受け入れないの判断もそのグループごとで基準を決めてやっている。例えば「息子が気にかけて定期的に来てくれるが、気を遣うからボランティアを頼みたい」と言われた場合、「そうすると息子が来なくなることも心配ではないか？」ということもある。そういうバランスも含めてしっかり精査している。みんな仲良しで、LINEグループで「何月何日、誰々さん、依頼ありました。誰か行けますか」「私、行けます」というやりとりをしている。週に1回、1時間か2時間を誰かのために使う、そんなボランティアがいいということで手挙げ式で行っていると答えた。河崎さんは、今私は現場には入っていないが、「LINEグループが使えるようになって楽になった」という話をよく聞くと答えた。

■参加者の3人目・戸澤真澄さんの質問

鶴山は秋田県大館市第1層SCの戸澤さんに呼びかけ質問を聞いた。戸澤さんは、大館市の協議体と活動者の皆さんと一緒に視聴している。



大館市第1層SC戸澤真澄氏(右)と協議体、活動者の皆さん

ヘルパー不足への対応が大きな課題となっている中、ヘルパーと助け合い活動の違いについて聞かれることが多い。改めてその違いについて教えてほしいと質問した。

田口さんは、介護保険でできないことを何とかしようと思って地域の支え合いを私たちは広めている。私は介護保険制度創設前から介護関係の仕事をしていて、今年で28年

になる。今も現任でケアマネジャーも務めている。介護保険制度ではヘルパーがやるのが決まっており、「やってあげたくてもできない」と、もやもやしているヘルパーも多く、有償ボランティアがなかった時は自分の休みを利用して車に乗せてあげることをけっこうやっていた。一方、やってあげたいという思いのもと、かなり自由度が高いのが助け合いで、そこに絶対的な違いがあると思う。助け合いの場合、想定していなかった頼み事があっても、誰かしながら「得意だからやろう」となり、形を自由に変えていけるのも住民主体のボランティアグループの利点だと思うと答えた。

加藤さんは、利用者が安心して豊かな人生を送れるように、様々な希望に応えられる助け合い活動をしている。介護保険を利用しながら私たちの活動を利用する方が増えてきており、利用者は喜ばれるし、生活や身体の質が上がっていることを実感している。それにはケアマネジャーと私たちがつながることが大事で、多くのケアマネジャーに助け合いの意義を知ってもらい、介護保険と助け合いをつなぐ役割をしてもらえたらよい。また、行政から「利用者の豊かな人生のために助け合いを利用してみよう」とケアマネジャーに話してもらえたらと思うと答えた。

河崎さんは、ヘルパーも助け合いも、利用する方の自立を助けるものではあるが、大きな違いは有償であっても、助け合いはボランティアなので、自発性と自主性がすごく大事で、そういう人が対応するから、様々な対応があって面白いのではないかと思うと答えた。

最後にメッセージを聞いた。加藤さんは、助け合いはずっと楽しかった。多くの人といろいろな情報を交換したり、多くの人と幸せを分かち合える助け合いは本当にいい活動だと思っていると述べた。河崎さんは、人は出かけて交流することが非常に大事で、移動支援活動が全国に広がりつつあって、とてもうれしく思っている。これからもお役に立っていききたいと述べた。田口さんは、全国のSCへのメッセージとして、なかなか思うように地域づくりが進まないとか、立ち上げたいがうまくいかずに悩めるSCがたくさんいると思う。しかし、SCが悩んで暗い顔をして抱え込むよりは、まずSCが楽しそうな顔をして、「どんな地域の人たちと出会えるか」「どんな話を聞けるか」とわくわくした気持ちで地域に出ていき、熱い思いを持った地域の方と一緒に伴走して共に考えて悩んで、それが形になった時の喜びは何ものにも代えがたい。SCはすごくやりがいのある仕事だと思っている。皆さんと共に頑張っていきたいと述べた。鶴山は、まずはやってみようということ



鶴山 芳子

でやってみると、いろいろな課題も見えてくると思う。生活の質が向上し、いきいきし、人生が豊かになるというプラスの材料がたくさんあることも共有できたと思う。そういうことも住民の方に伝えながら、助け合いを広げていきたいと改めて思ったと締めくくった。

- 【進行役】 清水 肇子 (公財) さわやか福祉財団理事長
 【登壇者】 河田 珪子氏 支え合いのしくみづくりアドバイザー
 高木 大資氏 京都大学大学院医学研究科社会的インパクト評価学講座特定准教授
 新田 國夫氏 (一社) 日本在宅ケアアライアンス理事長

このプログラムはフェスタ全体の最後を締めるものであり、クロージングフォーラム的な位置付けとして行った。人生100年時代を迎え、いきがい・助け合いは私たちの暮らしの中に重要かつ不可欠なものである。どのような状態になってもいきいきと最後まで自分を生かして暮らせるように、そんな社会をどのようにつくっていいのか、助け合いとつながりから考えたい、と冒頭清水肇子から説明した。そして、まず5つの質問について、参加者に投票を呼びかけた。質問と回答は次の通り。

問1 「お立場・ご所属を教えてください」

回答 生活支援コーディネーター43%、社会福祉協議会19%、地域包括支援センター18%、行政13%、地縁組織・NPO・非営利団体6%、一般市民6%、協議体構成員1%、企業・学校1%、その他地域づくり関係者1%

問2 「今の活動・仕事（職務）に関わっている年数を教えてください」

回答 1年未満29%、1～3年未満25%、3～5年未満16%、5～10年未満25%、10～20年未満5%、20年以上1%

問3 「自身の活動・仕事の社会的価値を実感できていますか？」

回答 大いに感じている26%、まあまあ感じている38%、どちらともいえない21%、あまり実感できていない15%

問4 「地域におけるつながりづくり・連携についての経験をお尋ねします。当てはまる一番近いものをお答えください」

回答 気持ちはあるが、まだ実行できていない45%、比較的できている30%、実行したがうまく行かなかった経験がある24%、大いにできている1%

問5 「『社会的インパクト』という言葉を知っていますか？あるいは評価指標として活用していますか？」

回答 言葉も聞いたことがない48%、言葉は聞いたことがあるが、その内容はよく知らない44%、知っているが、採り入れることはまだ考えていない7%、近い将来、採り入れることを考えている1%、すでに採り入れている0%

これらの内容を参加者と登壇者で共有し、3人のパネリストの発表に移った。

助けてほしいと思う側からの視点を大切に



河田 珪子氏

共生の居場所や生活支援の助け合いを広げる取り組みを30年以上にわたり先駆的に実践し活躍している新潟市の河田珪子さんは、「誰でも参加できる地域の茶の間づくりの実践から助け合いの地域づくりへ」と題して、助け合いの価値や思いを現場の立場から事例も含めて語った。

「おかげさまで、今年から年金をもらえるようになりました。ありがとうございました」とは、介護退職せずに定年まで仕事を続けることができた方からいただいた私どもの活動に対するお礼と報告の言葉で、特にこの10年ほど多くの方からいただいた。36年前、私自身が介護退職したことから、「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。そんなシステムをつくりたい」という思いを地元の新聞が取り上げてくれたことで、多くの共感者が集まり、1990年に有償による会員相互の助け合い活動「まごころヘルプ」を始めた。退職後の男性を中心に始めた夕食の配食サービスや家の中まで入る生活支援、それから赤ちゃんからお年寄りまで障がいのある人もない人も関係なく、外国の人も誰もが参加できる「地域の茶の間」を提唱して、以来ずっとつくり続けてきた。空き家を借りて、常設型の居場所「うちの実家」を始めたのは今から20年ほど前、空き家問題が始まった頃のことだった。すべての活動は、利用する当事者の立場からつくった。「研

修」と「実践」を車の両輪と考えて、個人、地域、団体、行政、企業、学校、マスコミなど多くの方々となつながら、共感と協力で「見える化」され広がった。

「実家の茶の間・紫竹」は、新潟市と私ども法人格のない団体が協働事業として2014年に始め、毎年、協働契約書に捺印し10年間続けた。子どもたちが食事を配食している時の認知症の方の表情がとても柔らかくて、思わずうれしい気持ちになる、そんな毎日だった。

今、全国に多様な居場所が燎原の火のごとく広がっており、「通いの場」「いきいきふれあいサロン」「地域の茶の間」「ふれあいの居場所」「縁側」「コミュニティカフェ」など呼び方はそれぞれ違うが、思いは同じだと思う。社会構造の大きな変化があったこの30年の中で、求められているのは、「人と人とのつながりの再生」であり、そこから生まれる安心社会の再構築が一番大事だと考えながら現場で動いてきた。

居場所にはどんな効果があるのか。8つのメリットをお伝えしたい。

1. 人と人とのつながり、人と社会とのつながりやいきがいをつくる。
2. 知り合うことで、人の不自由を知り、人へのやさしさが育ち地域に広がる。
3. いざ！という時、困った時に気軽に助け合える人間関係が生まれる。
4. お互い様の関係をつくり、地域に暮らし続ける安心感や楽しみを持つ。
5. 地域住民が自らのために力（労力、物、知恵、金）を出し合う。
6. 視野の広い子どもに育つ。地域の人から見守られる安心感、子育て中の親の孤独、不安、拘束感の解消。
7. 異世代、異文化の交流から、伝統、文化の伝承。例えば、急須を使ってお茶を入れること、その地に伝わる料理・慣わし、作法、気遣い、生活の知恵など。
8. 情報の共有化が一度にできる。また、敷居の低い相談場所でもある。例えば、防犯、防災、健康相談、日常生活上の相談、行政相談、新しい制度等の情報共有など。

居場所を周知するためのチラシには、「誰かに会いたい、行く所が欲しい、誰かと一緒にお茶飲みしたい方はどうぞお越しください」と皆さんがつぶやいた声を書いて回覧板で呼びかけた。そして、集まった皆さんが受け身にならないよう、できるだけ「ありがとう」と言われる機会を意図的につくることを大事にしてきた。

「地域の茶の間」には様々な状態像の方たちが来る。「字が書けなくなった」と言う男性には「そんなことを言わないで、今日の献立の食材を書いてください」と頼むと喜んで書いてくれる。また、家の様々な修理も男性たちが率先してやってくれる。

2004年の新潟県中越地震の際には、被災地に急遽「地域の茶の間」が学校の中にでき、「地震後、初めて今日泣いた」と涙をいっぱい流したお年寄りの方もいた。不安、孤



独、恐怖を和らげ、共感し、助け合い、心のつながる、ほっとする場になった。また、同年の「7.13水害」では、施設なども水に浸かり、日常生活上の支援や介護が必要な方が避難所で生活することが非常に難しいということで、一軒家を借りていた常設型の地域の茶の間「うちの実家」で、そういった高齢者5人を預かり、学生たちも含めた多くの方の協力で9日間一緒に過ごしたりもした。

冒頭に述べた「まごころヘルプ」の14畳の小さな事務所から出発した居場所だったが、多様な効果をいくつも実感し、その後地元の自治会、老人クラブの協力を得て、本格的に居場所を始めた。「誰かと一緒に食事をしたい」「行くところ、居られるところが欲しい」「ほんの少しの間、介護や子守を代わってほしい」など、マズローの5段階欲求でいえばちょうど「社会的欲求」が始まったような頃に焦点をあてた呼びかけを行ってきた。居場所の効果を少しでも「見える化」していきたいという思いもあった。

当時、新潟日報の「新潟に地域の茶の間ができた」という記事から了解を得て、居場所を「地域の茶の間」と命名した。個人の茶の間ではなく、誰でも来られる社会性のある茶の間という意味を込めている。介護保険制度が始まった2000年には新潟県の長期総合計画の中で「地域の茶の間」の全県普及が打ち出された。最初は300ぐらいの予定だったが、あっという間に600か所できて、その後も次々と広がっていった。そして、さわやか福祉財団はじめ様々な方々から大変大きな協力を得て居場所が全国に広がっていった。

年齢も障がいの有無も国籍なども問わず、誰でも参加できる身近な居場所づくりは、矩を超えず、距離感を学べる場でもある。百人百様の違いを認め合い、お互いの不自由さを知ることで自然に支え合い、お互い様の身近な助け合いにつながることをぜひお伝えしたい。

「助けて！」と言える自分をつくろう。

「助けて！」と言い合える地域をつくろう！

この言葉を今後ますます必要となる助け合いと居場所づくりの目的として掲げている。介護保険が厳しくなるなど様々な不安な言葉を聞いたり見たりしている。しかし、まず自分自身が困った時に「助けて！」と言えるだろうか。そして、困った時に「助けて！」と言える人が周りに何人いるだろうか。そんなことをみんなで一緒に考えながら広

げていきたい、と締めくくった。

清水から、居場所にはいろいろな役割があることを踏まえて、助け合いの効果をより深めるには具体的にどのような考えたらいいかと尋ねた。河田さんは、まず手助けを受ける側、助けてほしいと思う側からの視点が大事。私たち住民の活動は共感を基にして広がっていくから、他人事ではないという思いをどれだけ広げていけるかを一番大事にしてほしい、と述べた。さらに清水より、河田さんの取り組みは地域の住民や助け合い活動の皆さんはもちろんだが、専門職の方々ともいろいろ連携している。そのつながり方はどのようにしているのかと尋ねた。河田さんは、「7.13 水害」の時、お風呂に入る前にバイタルサインチェックをするため、保健師さん、包括にお願ひし、それがきっかけで居場所に来てくれるようになった。また、退院したばかりの方がいたので、日常生活の中での困り事を見てもらうため、作業療法士会に相談した。連携はすべてニーズからで、誰かのつぶやきや困り事を聞いて、「では、どこに相談に行ったらいいだろうか」と考え、多くの所へ「助けてください」と相談に行き、専門職の皆さんも居場所に来てもらっている、と答えた。

本人のいきがいを大切に、「治し、支える」医療へ



新田 國夫氏

住み慣れた地域でできる限り最期までという在宅医療の観点から取り組んでいる新田國夫さんは、人が人として生きるという中でいきがい・助け合いの社会的価値、つながり方などを医師の立場から語った。

河田さんの話の中に「『助けて!』と言える自分をつくろう。『助けて!』

と言ひ合える地域をつくろう」とあったが、まさにその通りだと思う。全国あらゆる地域で、医療や介護だけではなく、生活の困り事、人とのつながりなどの課題が一体となっており、改めて在宅医療は医療に特化したものだけではないという意味で「在宅医療 新たなミッション～治し、支えるから、次の課題へ～」と題した。最終的には地域での助け合い、つながり方、そのものが私たちの在宅医療の新たなミッションではないかと改めて思う。

カナダに有名なウィリアム・オスラーという偉人、医学者がいるが、彼の名言集は心に刺さる。「良き医師は病気を治し、最良の医師は病気を持つ患者を治療する」。現在の支える医療の原点がここにある。「良き医師」と「最良の医師」の違いは何なのだろうと皆さんに考えてみてほしい。例えば「患者を診ることについてのアートの側面」。「アート」はいわゆる芸術の意味も含めたアートであり、アートの側面は患者の生活であり、本人の持ついきがいであり、人生そのものを共に考えていく、そういったこと。そのためには哲学、倫理、文学の教養も必須であろうとなると、「良き医師」は医学を学べば誰でもなれる可能性があるが、このような側面を持った「最良の医師」は誰もがなることは難しいだろうということがまず原点にある。

在宅医療は「生活を診る」、つまり「治し」から「治し、支える」。この「治し、支える」は生活を支えるということで、河田さんのように助け合って生きる、居場所があって生きる、その人たちを守るということ。地域で守るためには、私たちの医療の知識は2分の1か3分の1か5分の1か、そのくらいのもの。オスラーは病理や生理学を見極めた達人だが、彼が最終的に到達したのはそういった愚直な医療ということになる。私はもともと外科医だったが、在宅医療へ転身して30数年、まさにこの愚直な医療の領域に行きたいと思っている。その意味で、「治し」から「治し、支える」である。治すことの意味とはいったい何だったのか。もちろん先端医療も含めて治す医療は非常に進み、がん治療でステージ4の人を治すことも可能になってきた。その意味では「治す医療」は大変先駆的になった。一方で治らない、治すことができない病気も増えてきた中で、私たちは年齢を重ねて、治らない、治すことができない病気を抱えていくことになる。

「入院料ごとの入院患者の主傷病の内訳」というデータがあるが、急性期医療も含めて大体の病院で、入院患者の主傷病は誤嚥性肺炎と心不全、それと転倒骨折。今の高齢社会はこの3つにだいたい絞られ、特に85歳以上になればなるほど誤嚥性肺炎、心不全、転倒骨折となる。誤嚥性肺炎は病気が原因で起こることもあるが、年齢がいくに従って筋力の低下を含めて飲み込む力が落ちて、結果として肺炎を起こす。これって入院するものでしょうか。入院で身体能力がもっと低下し、さらに生活者としての存在がなくなってしまう。そこで、そうならないように地域で支え、住民にも理解してもらうことが重要だと思う。

治す医療の限界を改めて考えると、医療者は症状を分析し、診断名を確定し、その後、治療や支援方針を決める。今でもその方法が基本だが、誤嚥性肺炎や心不全、認知症も含めて、こうした困難に直面した人を医療では助けられない。困難は診断の外にある。在宅医療は、この人たちのニーズ、つまり「生きる生活」に寄り添っていくもので、治療の枠組みを超えたいきがい・生活そのものを大切にしたい考え方を基本に置いていくことが、地域の人たちと共に生き、その人たちを守ることにいるのではないかと考えている。

地域包括ケア委員会に私もかつて所属したことがあるが、地域包括ケアの構図で一番下にあるのは何よりも「本人の選択」。その次に「本人と家族の心構え」、どうやって最期まで生きるかも含めての生きる心構えが基本にある。その上で、一番の原点は「住まいと住まい方」。まさにその地域に住む。住まい方の中には生き方も入ってくると思う。その原点を守ることが「介護予防と生活支援」。今、例えば85歳以上の方たちには介護や医療よりもちょっとした生活の困り事が出ており、お互いに支援をしないと、その地域で暮らせないことになる。その意味で生活支援体制整備はとても重要である。さらにその上に「医療・看護」「保健・福祉」「介護・リハビリ」という概念がある。実は、その上に花があり、ジョウロがあり、花が咲く、それが大変

重要な「地域」だという話があった。新版・地域包括ケアとして、この資料には「大往生 満足死」と花が記載されているが、そこまでの人生を私たちは考えなければいけない。ひたすら生かす医療から、命を考えることが大切になっている。

高齢者の多くは治らない病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。従って、「終末期」という言い方で片付けるのではなく「人生の物語の最終章」としての認識が必要となる。例えば「社会保障制度改革国民会議報告書」では「死すべき運命にある人間の尊厳ある死を視野に入れた『QOD（クオリティ・オブ・デス）』を高める医療」という概念をつくっている。「ACP」（人生会議）という言葉も言われているが、そういうことも含めてきちっと考えていく必要がある。「人生の物語の最終章」を書き終えるために必要なのはいきがいだらうと思う。

日本在宅ケアアライアンスでつくった「在宅医療の構造とQOLの確保」で言えば、最初はまず若い世代も含めて病気を治す医療、年を取るに従って、「病気を治す医療」がだんだん少なくなっていく。何が変わってくるかというと、「生活の充実」、あるいは「人生の満足度」、まさにそこをどう生きるかということになる。もちろんどの世代でも治す医療はあるが、根拠に基づいてより総合的に提供し、本人（家族）の選択が必要となる。そこが非常にターニングポイントであり、ただし重要なのはやはり人生のいきがいである。

の立場だと、地域の生活や、患者が何で苦勞しているか考えられない。そういう医師と話しても、基本的な思い・考え方の垣根があるだろう。生活も含めて一緒に考えていくことが大事で、90代の人たちが外来に来た時に、医療だけを考えていてはその人を支えられないことを理解して初めて、同じ土俵で話ができると思う。医師もSCなど地域の方もお互いに、一步超えれば、その人を支えることができるという世界にぜひ立ちたい、と答えた。

助け合いの価値の「見える化」を通じた、地域共生社会づくりの推進に向けて

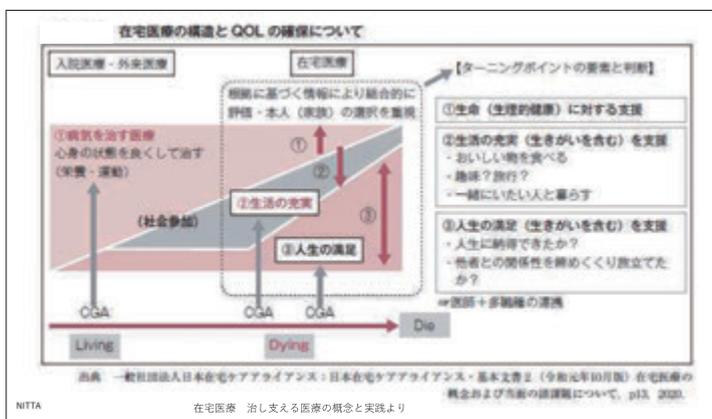
京都大学で「社会的インパクト」を研究している高木大資さんのチームとさわやか福祉財団は、共生社会における助け合いの価値を論理的にできる限り「見える化」するために、社会的インパクトの共同研究を行うことになった。高木さんは、「助け合いの価値の見える化」、社会に影響を与える「社会的インパクト」についてのポイント等を紹介した。



高木 大資氏

今「社会的インパクト評価学講座」で、様々な事業・活動が社会に対してどのような多面的な価値を持っているのか、そしてこれまであまり評価されていなかったことをしっかり評価して社会に発信していくという取り組みを進めている。この講座は医学研究科の中にあり、私は医学の研究者だが、地域で行われている助け合いの価値を「見える化」する社会的背景を説明すると、人生100年時代、つまり人々の健康寿命が長くなり100年近く生きることが一般的になる。これまでは病気がない、障がいがないという疾病の不在が健康であると考えられていたが、そういった健康観から、疾病や障がいを持ちながらも自立生活ができている、自分らしい生き方ができているといった感覚を持ちながら生きていくことが新たな健康観として重要になってくるという指摘がある。一言でいうと「ウェルビーイング」で、旧来の健康観からウェルビーイングの時代に移行してきている。しかし残念ながら、新田先生の話の通り、日本の保険医療制度は依然として治療中心の構造を持っており、ウェルビーイングに十分に対応できているとは言えないという背景がある。

新たな健康観を達成するためにどのような取り組みが必要か。そのヒントとなるのは「健康の社会的決定要因」という考え方になると思う。私たちの健康を規定している要因としては、遺伝子、細胞、臓器、組織といった生物学的・医学的な要因があり、それらを規定する要因として健康行動、生活習慣がある。それを規定しているものとして、社会的つながりや所属しているコミュニティと、私たちが階層的に取り巻いている社会的な要因があり、これらが私たちの健康を規定している。つまり、生物学的・医学的な観点から人々の健康を増進していくことから、社会的な要因によって人々の健康を促進していくことを考えることが



QOL・QODの最善化を目指すには、何よりも「生活の充実」「人生の満足度」が重要と思う。最終的には「本人がしたい」を支えるケアであり、つまり、つながり、こだわり、いきがいを支えるケアが大事になる。こだわりというのは、本当に難しいことではなくて、例えば1杯のコーヒーを飲むことでもいきがいになる。私たちの日本在宅ケアアライアンスも、ここで暮らし続けたいということも含めて、「～したい思い」を叶える在宅医療をテーマにして進めている、と締めくくった。

清水から、医療には敷居が高いというイメージがあるが、地域の医療関係の方とつながる時のアドバイスを尋ねた。新田さんは、敷居がなぜ高くなるのか、医療者の課題でもあるが、例えば「治す」という従来型の考え方をした医師

必要になってきている。

「社会的つながり」「地域コミュニティ」は人々の健康にどのような価値を持っているのか。日本老年学的評価研究機構では、「例えば趣味の会、スポーツの会、ボランティア活動など、どれぐらい社会参加をしているか」のアンケートを地域の中で行い、そのアンケート結果と、行政が持っている介護給付費のデータを結合して、それぞれのグループに参加している人がその後6年間の累積介護費がどれぐらい減少されるかを調べた。例えば週1回、趣味の会に参加している場合、その後6年間の介護給付費が、参加していない人と比べて11万円抑制されるという、社会参加を貨幣価値という観点から見える化していく取り組みである。他にも、社会参加の多面的価値の見える化で、集いの場の効果を検証する際に、介護予防効果の評価に加えて、人々が集まることで夏と冬でそれぞれの家庭で使うはずだった冷暖房が使われずに、その地域全体でCO₂排出量がどれぐらい削減されたかという非常にユニークな効果評価もある。あまり大きくはないがCO₂削減効果があったことが報告されている。すなわち人々が社会の中で集うような事業に関しては、もともと目指していた健康になる効果に加えて、環境あるいは出歩くことによって経済活動も促進されるかもしれない。さらに言えば、日本の家計由来のCO₂排出量において介護・医療由来の排出量は全体の約8%を占めているので、介護予防事業、あるいは助け合い活動で人々が元気になり介護・医療をあまり使わなくなると、地球環境にもよい影響を与える可能性があり、プラネタリーヘルス、地球の健康にとってもよい影響が生じると言える。そんな様々な多面的な価値を持つことが示唆されている。

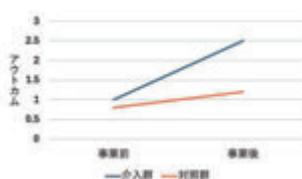
助け合い活動、例えば地縁組織の活動支援、有償ボランティア、居場所づくり、移動サービス、配食サービス等がどのような価値を持っているかを見える化していくことは、自分たちの活動を説明する時に「私たちの活動は社会にこういうよい影響を与えている」という活動紹介の仕方ができる。あるいは、自分たちの活動を新たな視点で見ることができ。そういったことが社会の中で行われている事業の価値を「見える化」していくことの1つの有用なポイントだと思う。

「社会的インパクト評価」は、「事業の対象および社会全体に現れる中長期的な社会的・環境的アウトカム（社会的インパクト）を定量的・定性的に把握し、事業について価値判断を加えること」と定義されている。その事業がその地域全体に波及効果として現れ、中長期的にどのような影響が生じていくのか、どのようなステークホルダーにいつどのような効果が生じていくのかをしっかりと把握し、この事業がどのような価値を持っているかを見える化していく。この一連の活動が「社会的インパクト評価」と呼ばれる。ただ、助け合い活動は、貨幣価値のようなわかりやすい指標に換算できるものばかりではなく、貨幣価値換算できない心理・社会的な影響についてもしっかりと見える化をしていく必要があると思う。

地域の中で様々に行われている助け合い活動の効果が誰

に及ぶのかと考えた時に、利用者の方の健康、あるいはウェルビーイングに効果があることは、これまでの研究から示唆されている。ただ、それだけではなく、支援者の側にも何かしらの効果があると考えられる。例えば支援をすることで自己肯定感を持ち、所属感を持つようになり、支援する側も健康になりウェルビーイングが高まっていくことがあると思う。また、その活動自体に参加していなくても、その地域に住んでいる人々にとってよい影響が波及効果としてあると思う。そのように様々なステークホルダーに多面的な価値が生じてくると考えられる。しかも、一見数量化しにくい「自分らしさ」「自己肯定感」「所属感」が社会の中で生じると、とても大きな価値を持つ多面的な効果が生まれる。だから、助け合い活動の効果を見える化するといった時には、従来の疫学的な研究を超えた取り組みが必要になってくる。そして、評価をする時に、「数値で見える化をする」とことと、「ナラティブで評価をする」とことの2つが必要になってくる。前者はこれまでの医学研究が行ってきたような量的研究で、助け合い活動に関わっている人、関わっていない人、つまり介入群と対照群の事業参加前後のデータを取って比較をするという非常に疫学的な方法だが、助け合い活動の効果を見える化していく時には、それだけでは見えてこない部分がある。後者は数値として現れてこない「心の動き」や「物語」「当事者の語り」を質的な研究として見える化していく取り組みで、チャレンジなものとして必要になる。今後、助け合い活動を行っている団体やさわやか福祉財団と一緒に、「助け合い活動の社会的価値を見える化」し、発信し、普及展開を図りたい。また、寄付者への説明責任、助け合い活動への賛同者の増加を「見える化」と共に進めていきたいと考えている、と締めくくった。

「数値」と「ナラティブ」で



助け合い活動に関わっている人（「介入群」）と関わっていない人（「対照群」）の、事前・事後の変化を統計的に分析
→量的研究

数値としては現れてこない心の動きや物語。当事者の語り。
→質的研究

清水から、助け合い活動の社会的インパクトの研究においてポイント、指標等を伺いたいと尋ねた。高木さんは、ポイントとしては、まず助け合い活動は様々な地域で行われているが、共通している社会への影響が何なのか。例えばウェルビーイングという目標があると、様々な団体がそれを目標に頑張れるという面がある。だから、皆が共通して共感できるような目標を1つ定める必要があると思う。ただ一方で、事業ごとに目指しているものがあるので、それぞれの事業のステークホルダー間でしっかりと議論をして、

この事業は何を目的にしているか、そして、それを達成することで人々にどういう影響を与えていくかをしっかり考えていく。その2つの側面があると思う。「社会的インパクト評価」は、最終的に事業を評価するという印象があるが、そうではなく、どういうことを私たちは目指し、そのためにどういう指標がよくなるかという話し合いからインパクト評価になる。ステークホルダーたちで話し合いをしながら決めていくという、そこからがとても大事になる活動と考えている、と答えた。地域づくりで考えると、地域住民が話し合いながら、指標なり目標を考えていくことからインパクト評価は始まると考えられるかという質問に、高木さんはその通りと回答。「これを目指してやっているが、この取り組みはそこに向かっていくのか」「今やっている取り組みはもともと掲げていた目標を超えて、こういうインパクトを社会にもたらすのではないかな」など、話し合いの中で予想されるインパクトがだんだん見えてくることもある。従って、こうした話し合いのところからがとても重要な評価の一部になる、と答えた。

助け合いの社会的評価で大事なこと

続いて自由討論に移った。助け合い活動の「見える化」、社会的評価の研究を進めるにあたり、河田さんは、人には百人百様の生き方があることを大前提として、自分事として、利用する側のニーズに応えるために、例えば「1人のAさんのニーズに応えるためには」というところから専門職あるいは団体等すべてを含めて、そのつながりを大事にしていくという視点も入れながら、データを集めていいものをつくっていただきたい、と述べた。

それを受けて高木さんからは、それはとても重要な点だと思っており、1人のAさんのニーズに応える、あるいはAさんがそこに参加することによってどのように変わっていったのか。これを捉えるためには、これまでとは違う方法で助け合い活動の価値を見出していかないと考えている。例えば研究者がその活動の中に入り込んで一緒に活動しながら、どういったことが起こっているのかを把握する「参与観察」と呼ばれる方法で、それぞれの方の「物語」を把握していきたい、と述べた。

続けて、社会的インパクト評価について、新田さんからは、高木さんの話をとても興味深く、また楽しく聞いた。今までも介護予防で何をしなければいけないのか、評価指標をどうするかという中で、要介護認定率が半減するとか要介護リスクがどんどん下がるなどの評価指標があって、「だからこういった事業は有効なのだ」という話をしていた。しかし、実はそうではないというのがあって、先ほどの「数値とナラティブ」という話はなるほどと思った。数値としては表れてこない「心の動き」や「物語」「当事者の語り」に加えて、僕は「笑顔」もあると思うが、そのところをきちっと社会的インパクトとして、それが評価だということをもっと出していく必要があると思っている。個の人たちが生きているので、数字だけではないだろうと思う。だんだん高齢化し、いつまでも元気だという概念を

捨てなければいけない。だから、最終的には「質的ナラティブ評価」はとっても重要だと思う、と述べた。

それを受けて高木さんは、河田さんからも新田さんからも重要な点を伺い、改めてその点をしっかりやっつけていかないと確認することができた。こういった活動に参加している方がどのように変わっていったのか、どういう「物語」を語るのか。事業のインパクトというと数値寄りになり、ナラティブ評価が軽視されてしまったというのがプログラム評価等の限界だったと思う。これから共同研究する際にはぜひナラティブ評価にチャレンジしていきたい、と述べた。

また、新田さんは、世の中で評価されるのは数値で出され「価値がある」となる一方で、「ナラティブ」は「その人が思っているだけでしょ」と、個人の思いに矮小化されてしまうことがある。しかし、「ナラティブにはこういう価値がある」と分析することによって、個の思い、つまり、その人だけの情緒的なものではなくて、さらに価値があるものとなるとよい。「数字だけではない」というのは、「そんなもので惑わされないよ」という思いであり、オスラーの言葉もあえて資料に記した、と述べた。

続いて、高木さんは、集いの場に男性がほとんど来ないことが多くの自治体の悩みだが、河田さんの居場所「うちの実家」の写真には多くの男性が写っていた。男性が集まる理由を伺いたいと河田さんに尋ねた。

河田さんは、今から20年以上前の写真で、当時はまだパソコンが家庭にない方もいたので、「パソコン茶の間をやりましょう」と声をかけたら、家の中にずっと引きこもっている方も身体の悪い方もいろいろな方が来られて、男性も女性も関係なく集まった。いきがよいになるようなお誘いをすれば皆さん集まってくれると思う、と答えた。



さらに高木さんは新田さんに、これからの健康観に対処していくために医療や医師の方と一緒にウェルビーイングを求めていきたいと考えている。その中の1つは社会的処方、病院が孤独・孤立を抱えている患者さんを地域の社会的資源につなぐという関わり方も医療の側から出てきている。医師や医療が「いきがよい支援」にどのように関わっていけるかを伺いたいと尋ねた。

新田さんは、例えば脳梗塞の方でまひがあると、これまでの医療的な見方だと「リハビリをやりよう」だったが、それだけだとどこかで限界が来る。まひがあっても、その方は生きる道、生きる場所、いきがいを見つけなければいけない。脳梗塞でまひがあっても、例えば河田さんの居場所へ行けば楽しい世界がある。一見元気な高齢の方も脳梗塞の方も同じ状況でいられる。そういう意味で居場所が必要である。難病やがんの終末期になったとしても、家にいる必要はなく、痛み等は我々医師がきちんとコントロールするので、自分に合う居場所を見つけて、人生の最期まで楽しく過ごしてほしい。「参加概念」というか、どのような病態でも参加をすることだろうと思う、と答えた。

それを受けて河田さんは、「参加概念」という言葉を使ったことはないが、みんなが参加できるように、手助けを受けるだけの人という状況をつくらないようにした。それで男性の方も来やすかったのかも、と述べた。

参加者の皆さんからの質問

◆ 河田瑠子さんへの質問

「地域の茶の間を運営する人たちが打ち合わせやミーティングをする際、委託先の行政や包括なども参加しているのか。運営方針を教えてください」

(回答) 私はSCにも行政にもいつも「どうぞ」と言ってきた。24年10月までやっていた居場所「実家の茶の間・紫竹」は、新潟市と協働事業で運営していた。なぜ協働にしたのか。行政は行政の立場があることを私たち住民もわからないといけないと思う。私たち住民が居場所をやる時は、どのくらいの時間数で、どのくらいの回数で、何を目的にというのは、百人いれば百様だが、行政は全く違う。違うからこそ、11年前に新潟市に「協働事業であれば一緒にやりましょう」と言ったのは、お互いの立場を理解し合うことが大事だからだった。行政は硬いとか決まり事が多いかもしれないが、そのことを前提にして住民の側からは「こういう気持ちで集まっている」という思いを伝えた。一緒にやってきて、とてもよかったと思う。

◆ 新田國夫さんへの質問

「本人の『したい』と家族の『したほうがいい』が一致しない場合、間をつなぐ立場としての家族も地域の関係者の方も大変かと思うが、基本の考え方として、どのようにしたらいいか」

(回答) まずその「したい」が本当に本人の発言なのか。例えば認知症の方が「デイサービスなんて行きたくない」と言うが、それは本当の言葉なのか。本人と家族、関係者がちゃんと話し合っているかどうかのほうか私にとっては問題である。周りにいる家族も含めて本人の気持ちと本当に寄り添って話し合いができていくかということ、そうではない場合が多い。むしろ周りの家族が「したほうがいい」「これをしてください」、ケアマネジャーも「こうしたほうがいい」ということになっていることが多い。だから、本人の意思決定、本人の意思を尊重することを基本に置くことを私たちは守りたいと思う。

◆ 高木大資さんへの質問

「『見える化』するためにどの程度参加者への負担がかかるか」

(回答) 基本的には参加者への負担はあまりかからないと思う。ただ、重要なのは、この事業が何を目指していて、そのためにどういうアウトカムが達成されていないといけないかという、そういった事業の目標を考える時に参加者にも参加していただく。事業実施者だけで目標を決めるのではなく、参加者にも一緒に考えてもらうというのが大事になってくると思う。

最後に

河田さんは、百人百様の生き方があることを大前提にして、自分事として、利用する側のニーズに応えるために、それぞれの職業、医師や団体など、様々なところとネットワークをつくり、しかも「利用者からの発想」でのネットワークづくりが大事である。そして、そのことは助け合いの文化となっていく。自分がやがてその立場になった時に信頼感のある活動につながっていく、と述べた。

高木さんは、助け合い活動の価値を「見える化」していきたいと思った素朴なスタート地点は、私たちは助け合い活動が社会にとってとても重要な価値を持っていると思いつながっているが、正当な評価が行われていない場合は、潜在的に社会にとって重要な価値を持つ活動であっても見過ごされてしまうことが少なくない。そういった問題意識から助け合い活動の価値を「見える化」して、発信して、社会に問う必要があると考えている。助け合い活動を評価していくことについてしっかり話し合いをしながら、どのように助け合い活動の価値を見出していくのかについて考えていきたい、と述べた。

新田さんは、河田さんと高木さんの話は本当に面白い興味深い話だった。やはり基本的には、やっていることの価値を「見える化」していくのはとても重要。ただし、参加している方のいきがい、生きざまが、暮らしも含めて、言語・数値に表れないものが多くあるだろう。すべてをいわゆる数値化することは絶対できないことも認めたくなくて、やっていることを評価する。例えば、そこにいるだけでその人のいきがいがあるとか、ある意味、言語化できないようなことを、これから私たちも一緒に考えていければと思う、と述べた。

清水は、日本はまさに今大転換の時代で、いろいろな課題がある。助け合い活動を広げ、住民主体の地域づくりを進めていくのに、様々な苦勞を抱えている皆さんは全国に

多くいると思う。しかし、助け合い活動、そして住民の皆さんが人と人としてつながり合うことには大変大きな可能性があることを改めて感じている。これからは私たちは皆さんと一緒に助け合いをいかに広げていけるのか、その価値について考えていきたい、と締めくくった。



清水 肇子



生活支援体制整備事業の協議体における フレイル予防の意義とS Cへの期待

辻 哲夫氏

(一財) 医療経済研究・社会保険福祉協会理事長

地域包括ケアシステムの基本である 日常生活圏を起点として考える

今後重要となる生活支援体制整備事業の協議体の第2層、第3層に相当する日常生活圏のあり方、そして、日常生活圏を活性化していく上においてフレイル予防が大切なことをS Cの活躍を期待してお話します。

日常生活圏の概念の原点は「住み慣れた地域でできる限り自立した日常生活を営む」ことです。日常生活圏域とは第2層、第3層、いわゆる中学校区、小学校区を指し、そこで「介護」「医療」「予防」「生活支援」「住まい」という5つが包括的に充足されていること、一言で言えば、自助、互助、共助、公助を適切に組み合わせた地域包括ケアのまちづくりが重要ということになります。

超高齢人口減少社会で地域が生き残る大きな1つのポイントは、年をとってもできる限り自立した生活の持続を目指しつつ、空き家を作らないこと。つまり介護サービス以前の問題として、地域の生活支援の機能がないと一人暮らしの場合、継続居住ができず空き家が増え、地域は衰退していきます。年をとっても高齢者を弱りにくくし、弱ってもその地域から離れなくてもいいネットワークがきちんとあるコミュニティをつくらない限り大変厳しい。しかし、コミュニティの見守り、助け合い、ネットワーク化、そして高齢者が弱りにくいコミュニティの構造は実ははっきりしていません。生活支援体制整備事業はそのものすごく重要なところを担っている事業です。

千葉県柏市の豊四季台地域という第2層協議体では、自治会をベースにして様々な助け合いのNPO法人等や商店街、介護事業所など多様な社会資源が新たなネットワークに参加し、地域の困り事をみんなで受け止めようとする試みをしました。この活動の1つに「通いの場」があり、その中に「フレイル予防の推進」があります。要介護になれば元に戻ることは通常は困難ですが、健常な状態と要介護の状態の間のフレイルであれば、「栄養」「身体活動」「社会参加」の3本柱をしっかりとやれば戻れる、あるいは進行を遅らせるという「可逆性」があることが明確になってきました。これを第2層協議体で話し合い、「通いの場」でのフレイル予防の学びに取り組もうとしました。

高知県仁淀川町では、地域住民のボランティアが住民に「フレイルとは何か」を説明し、「どうなっているか、測りましょう」と呼びかけて、住民主体のフレイル測定会を始めました。そこで自分の弱いところを見つけて自分事化

し、皆で一緒に体操をしながら励まし合うとどんどん元気になり、地域が変容していきます。さらに、フレイルを通して老いについて学び、どうしたら最期までこの地域で過ごせるか、次の世代にどうつないでいったらいいかという形でまちづくりを考える方向に発展しています。つまり、住民主体のフレイル測定がスタート台になって、老いを正しく学び、高齢者が弱らないようにしながら、一方において弱っても安心して暮らせるまちづくりを高齢者が中心になって取り組み始めたのです。やはり一番大事なものは、住民の自助と互助が一体となった「支え合い」で、これがあるまちは生き残れるということが明らかになってきました。

このようなフレイル予防を通して高齢者同士が自ら行動し助け合うことの重要性に気づいた有志の自治体と産業界、学術関係者が中心となって2024年7月にフレイル予防推進会議を立ち上げ、11月には「フレイル予防宣言」をしました。それには、そもそもなぜ弱っていくのか、どうすればよいか、ポピュレーションアプローチをどう推進していくのかについて、エビデンスに基づきまとめたパンフレットと住民啓発用の説明問答集が含まれ公表されています。そして仁淀川町のようなまちづくりの出発点として、住民同士でフレイル測定を行う取り組みを日本中に普及させようという動きが始まっています。

こういう大きな流れの中でS Cはいかにあるべきか。第2層、第3層の協議体という場において、万人が迎えるフレイルをどう受け止め、どのように主体的に生きていくかという問題は必須の共通課題です。S Cが戦略的にフレイルを1つのテコにしながら生活支援体制整備事業を通して、新たなまちづくりとしての生活支援のネットワークづくりにも取り組み、一層の活躍をされますよう祈念いたします。

3. 生活支援体制整備事業の協議体におけるフレイル予防の意義と生活支援コーディネーターへの期待

【問題提起3】

【超高齢人口減少社会の日常生活圏単位の新たなコミュニティ形成の鍵は生活支援体制整備事業の再構築である】

【キーワードー最新の動き】

【医療介護総合改革】「日常生活圏共通の緊急の必須課題としてのフレイル予防」

【結論ーフレイルの学びを通じた新たなコミュニティづくりの提案】

- ①2040年に向けて更なる一歩を踏み出した医療介護総合改革（新たな地域療養構）により公的サービスのあり方のモデルは明らかであるが、問題は、生活支援体制整備事業のあり方が明確でないことにある。
- ②下記に提案するよう生活支援体制整備事業の再構築を目指し、生活支援コーディネーターが今後の地域づくりの明確なビジョンを持ってその役割を果たすことを期待する。
 - i) 新たなコミュニティづくりの基本は生活支援体制整備事業の「第二層又は第三層の協議体における重層的なネットワーク形成によるコミュニティの再構築」であり、そのネットワークのモデルは既にある（名張市と柏市の取組）。
 - ii) 仁淀川町では、地域で「まず高齢者がフレイルを学び、先頭に立った、できる限り元気で弱っても安心できるまちづくり（新たなコミュニティづくり）」に取り組み、高齢者が地域からできる限り離れず、地域を次世代に引き継ぐとしており、高齢者の動きが地域を変えていくという画期的な動きが始まった。大都市圏郊外でもそうしない旧新興住宅団地が衰退していく。
 - iii) 今後の全国の各日常生活圏共通の緊急の必須課題は、仁淀川町のように「高齢者自身がフレイルについて学び、自分事化し、新たなコミュニティ形成に向かうこと」と言える（フレイル予防推進会議の取組み）。
 - iv) 生活支援コーディネーターは、フレイル予防のポピュレーションアプローチを通じた新たなコミュニティづくりのモデル事例について学び、明確なビジョンをもって、新たなコミュニティづくりの主導的な担い手になってほしい。



つながりの力 ～社会的インパクトの「見える化」を～

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

「つながりの力」

私たちは日本老年学的評価研究（JAGES）として、高齢者を対象に「どんなまちに健康な人が多いのか」の分析も行ってきました。その中で、人と人とのつながりは目に見えにくいけれど大きな力があることがわかってきました。愛知県武豊町では2006年から住民のボランティアが担い手となり、地域の高齢者などが気軽に立ち寄って体操したり、趣味の会をしたりする、今でいう住民主体の「通いの場」をつくってきました。まずボランティアに集まってもらい、どんなまちにしたいか、どんな取り組みをしたいか出し合うことからスタートしました。健康体操をしようという話が最初に出てきましたが、それだけでは飽きてしまう。男性に参加してもらうにはどうすればよいか等と頭を使い、さらに後片付けも身体を動かすことが認知症予防や介護予防になると説明して手伝ってもらいました。各会場で毎月違う季節行事をしたり、保育園に声を掛けて園児と交流したり、盆踊り大会なども開催しました。その結果、初めは20人くらいだったボランティアは徐々に増え、コロナ前には300人を超える規模になりました。武豊町ではこれを「憩いのサロン」と呼んでいます。07年に3か所でモデル事業的にスタートし、現在14か所に広がりました。

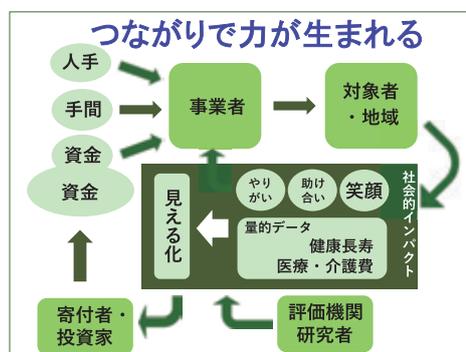
武豊町を含めたJAGES参加の7市町の109か所の「通いの場」の参加者3000人に、「参加前後の心理社会的な変化」を尋ねると、8割以上が健康意識の向上を挙げ、幸せを感じるようになったという方も8割以上いました。健康に無関心な方でも幸せにはなりたいたいと思っているでしょう。「通いの場」に通うことにより、それ以外の会にも参加するようになったという方も2人に1人いることがわかりました。月1～2回の開催が多い中、それがきっかけでボランティア活動をはじめ行く所ができ、生活全体が活発になることがわかってきました。

5年間追跡すると要介護認定を受ける確率が、参加している人で、していない人のおよそ半分抑えられており、認知機能については7年間の追跡で、認知症の発症率が3割低いとわかりました。武豊町の後期高齢者の要介護認定率は15年をピークに下がり始め、20年には6%弱減りました。介護費用に換算すると年間5億円以上が抑制された計算になります。厚生労働省の研究費を使った研究でしたので、厚生労働省にも報告していました。他の地域にも似たような好事例があったので、国の介護予防政策が理学療法士

等の専門職が主導する介護予防教室から住民主体の「通いの場」づくりへと方向転換されました。5年後の19年にこの方法が、全国に普及でき効果があるかを評価する検討会が行われました。他グループからも同様のよい結果が示されたことから、さらに多様なタイプの「通いの場」を全国へ広げることになりました。24年12月に厚労省が公表した高齢者の何%が要介護認定を受けているかという年齢調整済みの認定率も、15年をピークに1.6%弱下がっています。高齢者人口約3600万人を掛け合わせると60万人弱が認定を受けずに元気に過ごしている。「通いの場」づくりにはそんな大きな効果があることが国のデータでも確認されたわけですから。金額にすると1兆円規模となり、こうした人々のつながりはこんなに大きな力を持っているということが見えてきました。

社会的インパクト評価の勧め

このようにいろいろな取り組みによって生まれる成果や力を社会的インパクトと言い、それを「見える化」できるようにする評価をもっと日本中に広げていきたいと考えています。皆さんは全国各地で人手と手間と資金を集め、事業に取り組まれていると思います。対象者・地域に働きかけることにより、参加者に笑顔が生まれ、助け合いが生まれ、ボランティアの方にやりがいも生まれ、事業者や関わっている方の励みになる。そこに評価機関、研究者が関わることで科学的なエビデンスを作り、経済効果も「見える化」できます。そして、それを見た投資家やどこかへ寄付を考えている方が、こんなにより取り組みをしている所なら資金を出そうと、より多くの資金が集まる。事業者、対象者、評価者、出資者がつながることで、さらに取り組みが広がっていく。つながりが、笑顔、助け合い、やりがい、役割、居場所等を生み出すのに加え、介護予防や健康長寿なまちをつくり出す力があることを、社会的インパクト評価で「見える化」していきたいと思っています。





認知症の人が当たり前 生活ができるための地域づくり

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顧問

■ 認知症や認知症の人を正しく理解する

「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」が2024年1月1日に施行され、8つの基本的施策として「国民の理解の増進」「バリアフリー化の推進」「社会参加の機会の確保」「認知症の人の意思決定の支援及び権利利益の保護」「サービス提供体制の整備」「相談体制の整備」「研究等の推進」「認知症の予防」が掲げられました。これは認知症の人が尊厳を保持しつつ希望を持って暮らすためには非常に大事だと思います。

まず認知症とは、記憶力・認識力・判断力・推理力などの知的機能が低下して、社会生活や日常生活に何らかの支障をきたす状態ですが、それには社会・環境的な要因が少なからず関わっています。例えば、買い物で認知症の人専用のレジでゆっくり支払いができたり、あるいはレジでの支払いをすっかり忘れることを「未払い行動」と理解して、この症状を受け止める啓蒙が徹底していれば、支障をきたすことがなくなるかもしれません。また、物忘れが出てきても、メモ書きやスマホに記録しておくことで上手に対応している認知症の人もあります。つまり、認知症に関するバリアフリー化を進めることにより、知的機能の低下があってもその人らしい生活を送ることができるはずですよ。

認知症の人は様々な能力や喜怒哀楽の感情を持ち、周囲の人との交流を求めています。診断後も仕事を続けている人、お花の先生や組み紐の教室を運営している人、絵や音楽や舞踏などの趣味活動を継続している人、家事をそつなくこなしている人など、社会生活や家庭生活をある程度まで自立して送っている人が少なからずいます。25年度から「認知症の人と家族の会」の副代表理事になった丹野智文さんのように全国で講演や発言を続けている人もいます。私の患者さんの約3割は1人で通院しています。「認知症と診断されたら何もかもできなくなり、異常な言動をして周囲の者を困らせ介護が必要な状態になる」という誤解と偏見を正さなければなりません。

話したこと、見たこと、行ったことをすぐに忘れてしまうという特徴や、同じ言動を繰り返してしまったり、家族の顔がわからなくなったり、昔の世界が「その人にとっての現在だ」と理解していれば、認知症の症状は決して異常な言動ではないわけです。

認知症は原則として進行する病気で、その最大要因は加齢です。だから初めは元気でいろいろなことができている

人であっても、次第にできなくなっていく。そこでそれに応じた理解と対応の仕方が基本となります。ただし、進行のスピードには個人差があり、治療や介護によって進行が変わることもあります。周りの環境を変えたり介護しやすい環境をつくることによって、その人らしく最期まで過ごすことができるようになるのではないかと思います。

■ 「良いとこ探し」が認知症の人を受け入れる基本

「認知症の人が当たり前に住生活できる地域とは何か」をおさらいします。いくら親でも仲のいい友達でも、認知症の症状に正しい理解がなされなければ混乱するばかりです。どんな制度をつくっても認知症の症状の理解が難しければ、介護や周りの受け入れが変わっていきます。ですから一番大事なことは「認知症の理解」であることをまず強調したいと思います。認知症になっても仕事や趣味、地域活動が継続でき、そのことによって「自分はこれだけできる」「周りから頼りにされている」と気持ちを前向きにできます。それは社会が受け入れている1つの証拠だと思います。ただし、仕事を継続するためにはいろいろな社会の仕組みが必要で、会社でも認知症の人を受け入れてくれるような仕組みをつくっていただきたいと思っています。

認知症の人が変化していくのは残念ながら避けられないことです。しかし、できることを評価して、「良いとこ探し」をしながらその人を受け入れていただきたいと思えます。家族や周りの人にしてみれば、だんだんできなくなっていくと情けないと思うかもしれませんが、まず「良いとこ探し」をすることが、認知症の人を受け入れる基本になります。そして、認知症の人や家族が地域の人たちと交流できる場が必要です。いくら認知症の知識を持っていても、本人や家族と接しなければ私たちは正しい理解が得られないでしょう。認知症カフェやいろいろな場がありますので、勇気を持って参加していただければと思います。

認知症の人が当たり前に住生活できる地域とは

- ・「認知症」や「認知症の人」の理解が深まっている
- ・認知症になっても仕事、趣味、地域活動が継続できる
- ・認知症の人が持っている能力、潜在能力が大切にされる
- ・認知症の人や家族と地域の人たちが交流できる場がある
- ・医療福祉が充実して、家族に大きな負担がかからない
- ・認知症の人の意思確認や使いやすい成年後見制度などがある
- ・認知症に関する医学・医療が進歩して治療できるなど



これからの社会保障 ～地域で支えるために～

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

■ 社会保障を暮らしの視点から見る

社会保障で使われるお金は、2023年度は135兆円を超え国内総生産に対して22.8%で、内訳は年金4割以上、医療が3分の1強、福祉その他が4分の1で、医療と介護を合わせると42.2%が一番多い。国民皆保険・昔年金ができた日本の社会保障制度のスタートと言われる1961年頃は6000億円でしたが、70年に3兆5000億円、80年に24兆円、90年に47兆円と増え、経済が低迷した90年以降も社会保障費は上がり続け、2020年にコロナ特別対策で跳ね上がり、23年に平常ペースに戻っています。内訳は60年代は医療が中心でしたが、73年に年金制度が大幅に改善され急速に年金が伸び、81年に年金がトップになります。医療は高齢化に伴い上がっています。福祉は全部税金なので国の財政が苦しくなると横ばいになり、特に80年代は全く伸びませんでした。90年あたりからいろいろな手が打たれ、2000年に介護保険制度が始まり、近年は障害者対策、子育て支援が充実し、それ以降急速に伸びています。

一方、暮らしについては、1985年から今日までの世帯の収入は94年をピークとし、その後経済不振で家計も回復していません。厚生労働省は3年に1度、社会保障の機能や世帯の平等度を測るために所得再分配調査を実施、一番新しい2021年調査では「当初所得」は423万円で、そのうち4分の1を税金や社会保険料として拠出、社会保障の給付を加える「再分配所得」は504万円で、「当初所得」より2割ほど増えています。また、全世帯を10等分に分けて所得を見ると、所得の高い2割で全世帯の所得の半分以上を占め、上位4割は「当初所得」より「再分配所得」が低く、下位6割は「再分配所得」のほうが高く、所得の再分配が行われていることが暮らしの面から見た社会保障の機能になっています。効果的なのは高齢者世帯で、「再分配所得」が「当初所得」の3倍近くになり、我が国の社会保障は高齢者世帯には非常に機能しています。一方、母子世帯についてはほとんど機能しておらず、こういった点が社会保障の課題であると思っています。

■ 目指すべき福祉の実現のために

次に、医療と介護についてです。1950年から最近まで日本人がどこで亡くなるかを調査した結果、50年頃は8割以上は自宅でしたが、医療保険制度、医療制度が発達するにつれ病院になり、2005年をピークとして病院死は減少傾向、

自宅や介護施設などで亡くなる方が近年増えています。私が住んでいる東京都世田谷区を例にすると、2023年に亡くなった7579人のうち85%の方は主治医がいる方、いわゆる「看取り」になり、そのうちの84%が75歳以上の後期高齢者です。また、死因別では4人に1人は「がん」で、そのうちの46%は自宅か施設で亡くなり、さらに4人に1人は「老衰」で、そのうちの8割は自宅か施設になり、この場合、自宅より施設が非常に多い。病院で亡くなる方も自宅で介護されていて最期に入院という方も多いと思います。これらのことから、医療と介護の連携がますます重要になります。外来の患者さんの数は今年がピークで、入院患者さんは今後10年で減り出すと言われています。一方、なかなか病院に行けない超高齢者の方々の在宅医療が増えます。在宅医療を支えるためには一層医療と介護の連携が求められます。また病院に通えないのでオンライン診療など新しいICT、あるいは様々な情報通信機器、新たなデリバリーシステムが進むことが考えられると思います。

これから目指すべき福祉は、住民の力を引き出し（エンパワーメント）、住民が主体的に参加する活動と、参加を促すコミュニティづくりが必要で、それぞれの地域の特性を踏まえ、強みを活かすことが大事ではないかと思います。行政は住民を施策の対象と捉えるのではなく、自ら地域をつくり・支える存在として考えていく。皆さんに「居場所と出番」があるまちをつくり、「活動と参加」が住民自身の健康にも貢献することを確認することが大事ではないでしょうか。その実現のためには、利用者の目線で考える。行政、事業者、住民が共に協力し、協働していく。そして、形式ではなく「実のある施策」を組み立てて、成果を重視していくことが必要です。評価基準も見直さなければなりません。人を何人配置しているかというストラクチャーや、会議を何回したかというプロセスの評価ではなく、どれだけ本当に住民に役立ったのか、アウトカム（成果・実質）を評価していくことが重要ではないかと思います。

目指すべき福祉

- 住民の力を引き出し（エンパワーメント）、住民の参加と活動を促すコミュニティ
 - ・それぞれの地域の特性を踏まえ、強みを生かす。
 - ・住民を施策の対象と捉えるのではなく、自ら地域をつくり・支える存在として位置付ける。
- 皆に「居場所と出番」があるまちづくり
- 「活動と参加」が住民の健康にも貢献する。



高齢化とお金のトラブルに備える新しい支援 ～金融包摂と商助～

駒村 康平氏

慶應義塾大学経済学部教授

慶應義塾大学経済研究所ファイナンシャル・ジェロントロジー研究センター長

金融機関と福祉の連携が必要

高齢化とお金のトラブルに備える新しい支援、金融包摂等の状況についてお話をします。現在、私は内閣府の戦略イノベーション創造プログラム（SIP）において、高齢者、特に認知機能が低下した高齢者の財産を見守る研究プロジェクトを行っています。改正社会福祉法により創設された重層的支援体制整備事業を活用して見守りネットワークをつくり、ここに金融機関も組み入れていこうというものです。他に地域の民生委員、スーパー・宅配業者、警察、社会福祉協議会、消費生活センター、地域包括支援センター（以下、包括）等が構成員となり、自治体と連携して情報共有して見守る仕組みです。全国的にはまだあまりこうした取り組みは進んでいません。私たち慶應義塾大学が日本金融ジェロントロジー協会等と共に研究会を設置し、自治体や厚生労働省、消費者庁、金融庁等の関係省庁、業界団体、市民や市民団体、有識者等の参加も得て、モデル事業成果の発信や政策提言を行いながら、全国に金融と福祉が連携した取り組みを広げていくことを目指しています。

2024年に閣議決定した「高齢社会対策大綱」では、認知機能が低下した方の財産、あるいは経済行動に関する支援を国としても強化すべきと決めていただきました。その1つに消費者安全確保地域協議会や重層的支援体制整備事業の支援会議への金融機関の参加促進があります。なぜこれが必要なのか。金融機関の店頭には認知機能の低下している高齢者がかなり来られるのに、例えば包括等と連携できないことが問題になってきています。理由は個人情報保護の関係で本人同意が得られないと金融機関も他の福祉機関と連携できないという制約があるからです。本人同意を取るのなかなか難しいのが現状ですが、先述の協議会や会議に参加してもらうことで、緊急の場合、本人同意が仮に得られなくても本人情報を包括等と共有できるようになります。

認知機能低下というと認知症のことだと思われる方もいますが、軽度認知障害（以下、MCI）も含めています。MCIは日々の生活においては大きな障害が発生するわけではないものの、金銭管理、経済取引ではいろいろなトラブルに巻き込まれやすくなることが確認されており、そこもサポートしなければいけません。85歳を超えると6割超の方がどちらかになりますが、結果、現在の1000万人から1200万人、全人口の12.5%ぐらいまでになるという推計も

出ています。また、75歳以上の保有する金融資産はおよそ660兆円と推計されていますが、そのうち認知機能の低下した方が260兆円相当を保有していると言われていています。ただ、消費者関係の被害・トラブルを本人が相談してくるケースは極めて例外的で、たまたま家族が気づいて相談に来る。こうしたトラブルは高齢者だけではないとはいえ、年間8.8兆円ほどの大きな金額になっています。認知機能の低下が進んでいくと、最初は人の名前が出てこない等、少し物忘れが増えているなどという自覚はありますが、次第に自覚がなくなり、認識に問題が発生することになります。ATMを使えたり、通販で商品を購入したり契約もできてしまいますが、契約内容をきちんと認識せずに契約行動だけができしまうと様々な問題に巻き込まれていきます。その部分をきちんと守る制度が今はないため、金融機関と福祉機関が連携し、見守りの仕組みをつくっていかうのが私たちの取り組みです。

VUCAの時代だからこそ、もう1つの「助」

私たちが目指している社会は、金融包摂社会です。課題を持った方等を排除する、あるいは一部に閉じ込めて分離したり、または統合したりするのではなく、普通の生活ができる社会の中で一緒に生きていこうというのが、まさに包摂社会、地域共生社会であり、金銭管理面でも経済面でも確立しようというのが私たちの最終的な目的です。今後私たちが直面していく社会はVUCAの時代と言われています。変動性があり、不確実で複雑で曖昧な問題が増えてきています。高齢化、お一人様、認知機能の低下、孤独・孤立の問題等が今後ますます大きくなっていきます。これに対して従来は公助、自助、共助、互助の4助で対応してきたわけですが、VUCAの問題がより大きくなる中で、もう1つの「助」があるのではないのでしょうか。

地域にある民間企業、例えば信用金庫やスーパー、薬局等の地域に根差して事業を行っている企業と一緒に地域共生社会を構築していく。これが「商助」の仕組みで、企業が本業で気がついた問題を地域全体で解決していくものであり、行政と民間が得意分野を交換し、共にメリットを得る方式です。私も取りまとめに参加した経済産業省の産福共創社会は、産業と福祉が連携して地域共生社会をつくり、独自の価値を生み出し、地域の持続可能性を高めていこうというものですが、ぜひ「商助」を活用して強化していきたいと考えています。



“地域”共生社会と地域包括ケアシステム ～変わりゆくニーズ～

田中 滋氏

埼玉県立大学理事長
慶應義塾大学名誉教授

■ 共生社会とは多様性を許容すること

共生社会とは何か。社会的包摂、つまり差別を受ける人、孤立する可能性のある人、あるいは地域・社会から見えなくなる等の可能性がある人を放置しない、多様性を許容するという事です。例えば、男女差別、生活困窮の方、とりわけ子どもたちは生活が苦しいだけではなく、親が博物館や遊園地、旅行等に連れて行くことができないため体験の貧困になり、こういう子どもたちにチャンスを与えることも共生の意味です。説明するまでもなく障がい者、性的マイノリティ、外国人居住者、難民等たちも許容していく、そういう社会が共生社会だと私は考えています。

私の専門である医療・介護・福祉・生活ニーズの立場から共生社会を見ていきます。これからの日本の人口の年齢構成から考えると、差別を受ける・孤立する・見えなくなる等の可能性がある人たちは次のような方たちです。

1 番目は身寄り無し高齢者。独居高齢者は単に一人で暮らすだけではなく、たとえ友人や地域が支えてくれていても孤立感は消えません。まして友人がいない、親族もいないとなると孤立感は大きくなります。また、身元保証の問題があります。日本総合研究所が行った調査研究では、3親等内の親族がいない高齢者は増えていき、2040年には400万人を超え、そのうち要介護の高齢者の見通しは50万人以上です。25年の上半期、孤立死の人は約5万人、そのうち死後8日目以降に発見された人は約1万2000人で、この問題は何とかしなくてははいけません。

2 番目はこれからますます増えていく認知症の方とその家族です。「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」ができ、認知症施策推進基本計画もできました。認知症施策推進大綱では「『共生』とは、認知症の人が、尊厳と希望を持って認知症とともに生きる、また、認知症があってもなくても同じ社会でともに生きる、という意味である」と定義されています。日本認知症官民協議会に認知症バリアフリーワーキンググループがあり、『認知症バリアフリー社会実現のための手引き』として、業種ごとに「レジャー・生活関連編」「金融編」「住宅編」「小売編」「薬局・ドラッグストア編」「配食等編」「運動施設編」「図書館編」等を作成しました。認知症の方も認知症の家族の方もともに生きていく社会を実現するための手引きで、簡単な対応の仕方から専門的な会話の持ち方まで紹介しています。日本認知症官民協議会のホームページからダウンロード

ードできるのでご参考にしてください。

目標年を2040年に置いた
地域包括ケアシステム構築 2nd Stage

- 主たるターゲット年齢層：10年先には1,000万人を超える85歳以上
- 重視されるべき要素の例(医療介護連携以外) ...
 - > 身寄り無し高齢者・独居高齢者：孤立感対応と“身元保証”
 - > 認知症：施策・研究・ケア・バリアフリーのまちづくり
 - > 暮らし支援
 - > 尊厳ある看取り

2025 版権 埼玉県立大学・慶應義塾大学 共同編

■ 共生の幅は広い

そして、これから増えていくのがワーキングケアラー（ビジネスケアラー）です。本人は元気で働いているけれども身近に要介護の方や認知症の方がいると、その方たちの介護のために休むことで職場等で差別を受ける・孤立する可能性があります。私は地域共生社会に賛成しますが、ワーキングケアラーが差別を受けたり出世に影響したりするのはビジネスの世界、あるいは官庁、大学等の仕事の世界で、共生すべき「社会」は“地域”だけではありません。差別を受けずに働いていくためには職場の同僚や上司がきちんと助けることです。経済産業省、厚生労働省を挙げて『仕事と介護の両立に関する経営者向けガイドライン』等を作っており、仕事と介護の両立支援、これもまた共生のあり方です。本書によると、一番多いワーキングケアラーは50歳代後半で、責任あるポジションにあるかもしれません。つまり、ワーキングケアラーの生産性、活力が落ちることは、職場の生産性が下がり日本社会の経済の活力に影響します。いかにワーキングケアラーを支援するか、国を挙げて取り組もうとしています。が、まだまだな状況です。

もう一度、社会的包摂とは何か、共生社会とは何か。今、例を挙げた身寄り無し高齢者、認知症の方と家族、ワーキングケアラー、そしてSNSを使いこなせない高齢者等を考えると、地域だけではなく、職場、大学、SNS空間での共生があるかもしれません。また、性的マイノリティや外国人等が教育の場や職場等で差別を受けないことはとても大切です。したがって、共生社会は「地域」に限定する必要はないので、私は「“地域”共生社会」としました。「共生」の幅は広いと考え、この社会をより暮らしやすい社会にしていきたいと思います。皆さん一緒に頑張りましょう。



住民の地域参加とウェルビーイング ～国際比較の視点を交えて～

松岡 洋子氏

東京家政大学客員教授

ヨーロッパ3国のパラダイムシフト

「住み慣れた地域で、その人らしく最期まで」という「エイジング・イン・プレイス」をテーマとして研究してきました。地域福祉の役割、位置付けが大きくなり、2015年と25年あたりにヨーロッパの3国で大改革が起こりました。戦後ヨーロッパ諸国では福祉国家を築き上げ専門職がサービス提供をするという原則でしたが、少子高齢化、人材不足、財政不足の中で制度が立ち行かなくなり、個人のウェルビーイングと同時に地域のウェルビーイングもつくっていくという大きなパラダイムシフトが起きました。

まずデンマークです。これまで世界で最も在宅24時間ケアが充実し、要求通り介護を提供してきましたが、15年に制度が維持できないとなり、提供前にアセスメントをして、機能改善の可能性がある方には短期集中のリハビリ「リエイブルメント」をするという大改革がありました。リハビリにより約半数の人が介護不要とわかりました。リハビリの時に専門職が時間をかけて本人と対話し、「犬と散歩がしたい」「孫と買い物に行きたい」などの希望を叶えています。地域にはたくさんの「アクティビティ・ハウス」がありボランティアが活躍し、エルドラ・セイエンというボランティアの全国組織が後ろ支えをしています。25年7月に「改革新法」が施行され、中核的価値の一番は「高齢者の自己決定」、重点ポイントは民間企業がサービス提供を拡大させ、また、家族参加・市民参加の推進、IT技術の活用などです。家族や市民を巻き込んでみんなで地域での支え合いをやっていこうという大改革です。

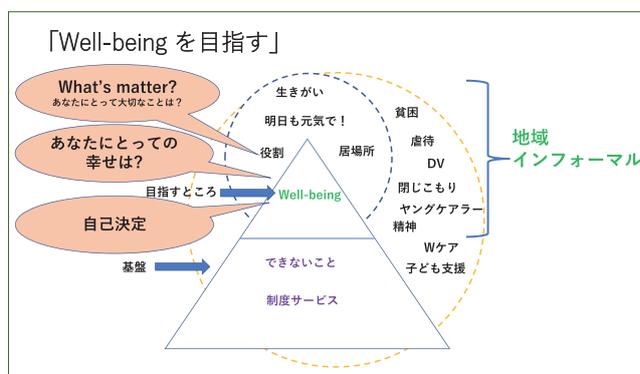
次にイギリスです。15年にケア法が施行され、第1条にウェルビーイング原則が掲げられました。介護を提供する前に、「何ができませんか」ではなく、「あなたにとって大切なことは何ですか」という問いかけから始めます。医療やソーシャルケアの役割が小さくなり、地域の役割が大きく膨らみました。現在取り組んでいるのは社会的処方です。家庭医の所に来る多様な悩みの背景には、孤立、不安、貧困、住宅問題が潜んでいることがわかり、リンクワーカーというソーシャルワーカーが家庭医の所において、社会的に解決し、地域へとつなげていく仕組みです。様々なコミュニティグループが増え、地域に資源が広がっています。

最後に一番大胆な改革をしたオランダです。1968年に日本で初めて介護保険を導入しましたが、給付が20倍以上になりパンク寸前になっていました。15年に介護保険は重度

の方に絞り込み、社会支援法の下、家事援助やデイサービスは自治体で行うことになりました。社会支援法は自立と社会参加で、市民、ボランティアが活躍しています。実際、地域の中にソーシャルバイク・チームという「よろず相談窓口」をつくり、「あなたにとっての幸せは何ですか」と聞き、「実現するには家族や友人は何ができるか」「地域の中には多様なボランティア組織がある」などの話し合いをし、それでも解決できない時に初めて介護保険や医療保険を使うこととなります。23年、「ケアから、健康への投資へ」となり、中央政府、自治体、保険会社と一緒に地域予防政策にさらに取り組めるように「健康でアクティブな生活協定」を締結し、地域の中にいろいろな資源をつくっています。社会的処方も広まり、地域に「ソーシャルカフェ」「地域の居間」「地域食堂」が増え、ボランティアが活躍しています。「福祉組織」という大きなボランティア組織が社会支援法からの予算を得て、豊かな強い地域づくりに取り組んでいます。

地域でウェルビーイングを支える

日本を考えると、ボランティアでできることがたくさんあると思います。買い物・掃除、移動支援などの生活基盤、映画や通院等に付き添うという生活の充実、傾聴や話し相手、一緒に散歩して自然を楽しむなどのスピリチュアリティ。ケアマネジャー対象の調査では、本人のウェルビーイングを重視し、「できること、したいこと」に注目し、これまでの暮らし・つきあいを大切にして、例えば見守りをしている近所にも声かけをするなど、積極的にインフォーマル資源を活用していることがわかります。制度で生存欲求の部分をしっかり支えて、地域でウェルビーイングを支える。ボランティアは、その人のウェルビーイングを支え、それが地域全体のウェルビーイングになっていくことが世界の動きからも見えてきています。





外国人との共生 ～グローバルな動向、地域への影響～

是川 夕氏

国立社会保障・人口問題研究所国際関係部長
博士(社会学)

■ 日本は高学歴層の移住希望先である

日本はもう「選ばれない国」なのか？ 2022年以降、急速な円安が進み日本は諸外国の人々にとって魅力的な国ではなくなったと言われています。しかし、足元では史上空前のペースで日本で暮らす外国人が増え、外国人増加に対する不安が大きくなっています。「選ばれない国」と言われる状況で多くの外国人が働きに來たり、学びに來る背景は何なのか。アメリカの有名な調査会社であるギャラップ社が140か国以上で毎年実施している意識調査によると、08年以降日本は常にアジアからの移住希望先の10位以内であり、24年の最新データではアラブ諸国、アメリカに次ぐ第3位です。高卒、大卒以上の高学歴の方に人気があり、日本と比較されることの多いシンガポールやドイツ、イギリスの倍以上の方が日本への移住を希望しています。

日本に居住する外国の方の多くは国際的には移民と定義されています。これは国連の定義であり、国境を越えた居住地の変更を伴う移動をする人で滞在期間だけでなく、滞在期間の更新回数に上限がない資格で滞在する方を永住型移民と言い、上限がある方を一時滞在型移民と言います。日本は6割が永住型で、労働移民中心の受け入れ国と位置付けられています。制度的に見ると決してオープンな国ではないし、就労や学ぶためのハードルは高く、基本的に日本語での生活が求められます。しかし、ハードルをクリアした方に対してはそれ以上細かい条件を付けることはなく、極めて透明性の高い条件で受け入れています。実は労働移民における永住型の割合は先進国中第3位の高さとなっています。日本はよく外国人労働者を使い捨てにする国だと言われていますが、アジアの出稼ぎを中心とした方々にもフィットした受け入れだというわけです。

■ 外国人受け入れにおける今後の課題は何か

国際的に批判されてきた技能実習制度ですが、これを廃止し、新たに27年度より育成就労制度が始まる予定です。育成期間中の本人意向の転籍は、今の技能実習制度ではできませんが、それが可能になり、より人権保護が高まると考えられています。今日本に來ている方々は、端的に言うとながら呼んだ方々です。23年に全国の知事や市区町村長へ行ったアンケートによると、自治体「消滅」に対する危機感が過去10年間で倍増しています。一方、外国人の受け入れ推進の要否については、およそ9

割の首長が必要と回答しており、基本的に保守的な首長が多いにもかかわらず、この回答は驚きを持って迎えられました。ただ、受け入れ促進の施策は2割の自治体しか有ると答えていません。多文化共生は9割以上の自治体で取り組んでいますが、今後人口減少による社会の構造調整が必要であり、特に地域においてそのニーズはより明らかです。

アジアの側に目を転じると、堅調な経済成長と中産階級の成長により、日本を潜在的に目指す層が増えています。欧米とは異なり、家族ぐるみでとにかく仕事も何もなくとも逃げるように移住するのではなく、期限を切った出稼ぎの形での移住が元々多くありました。仕事や勉強のために最初は期限を切ってやって来て、そのまま卒業して就職する、あるいは企業の中でステップアップし、経済的に安定していく。そして家族ができたり、家族を呼び寄せたりして定住化が進んでいきます。日本に來る外国人は基本的に学生であるか、雇用契約を持って來ています。したがって欧米諸国が経験しているような、難民などの非正規滞在等の別チャンネルを使って大挙して押し寄せる状況と異なり、移民の失業や貧困の問題はクリアされているわけです。欧米諸国のような社会的分断についても、寛容であれといった説教じみたものではなく、むしろこれから日本をどう繁栄・発展させていくのか、その新しい仲間だと捉えることができます。

国会議員をはじめとする意思決定に携わる方の持つ外国人に対する不安の多くは、事実に基づかない杞憂であり、これからの共生は、地域で外国の方々と接している人々にかかっていると言えます。これまで草の根レベルで取り組まれてきた、多文化共生や様々な共生に向けた取り組みがますます重要になってくると考えています。

4. 今後の課題 (2)

-国際労働市場のダイナミズムをどう取り込むか？

表5：欧米と日本（アジア）の国際人口移動の比較

	欧米	日本（アジア）
歴史的沿革（19世紀～）	欧州-北米間の移住、アフリカ-米大陸間の奴隷貿易（旧植民地主義）	アジア各地のアラブ諸国における年季奉公・契約労働（出稼ぎ）
政策の類型	家族、人道（難民、庇護申請者）	労働（労働者、留学生）
中心的メカニズム	権利	経済合理性
移民の出身国	旧植民地が主	アジア全域
労働者としての位置づけ	供給主導（単位労働コスト：低）	需要主導（単位労働コスト：高）
受け入れの課題	失業、貧困、社会的分断	技能形成、家族支援（配偶者の就労、子どもの教育）
マクロな政策的視点	政治的分断、安全保障	成長戦略

1. 日本と欧米の移民政策の違いは歴史的沿革、及び現在の移住メカニズムの違いによるものであり、「移民政策の不在」によるものではない。「日本もいずれ欧米のようになる」といった安易な比較は適当ではない。
2. 欧米は失業や貧困、社会的分断への対処が必要となるのに対して、日本は労働者として来日した外国人の技能形成、家族支援（配偶者の就労、子どもの教育）が主たる課題となっていくと見込まれる。
3. アジアの成長を国際労働市場を通じてどう取り込むかというマクロな成長戦略としての政策的視点が重要。

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)

- ◆どのテーマもヒントがあり大変参考になりました。SCとして活動する中で、職場にはなかなか相談できないこともあったが、今回のフェスタで少し解決に向かいそうな気がしてきました。いまだにSCの仕事は軽視されることがありますが、そうではない、価値があることだと背中を押してくださったような気がします。ありがとうございました。(SC)
- ◆今回のテーマも私にはとても勉強になり、気づきの多い内容でした。地域でのボランティア活動の心構え(何でも自分でやろうとせず、やれる人や企業等を見つけてお任せする)を新たにしました。(その他)
- ◆「居場所と出番があるまちづくり」「4助+商助」「世代間交流」「ニーズはできないことではなく、『やりたいこと、大切なもの』」、どれも心に響く内容でした。地域の企業や学校、幼稚園等とのネットワークを広げていきたいと思いました。(社協)
- ◆たとえ本人が望んでそうしているのだとしても、独りでいることは健康上のリスクであること。強制されるものではなく、住民が自発的に参加したくなる活動や集いの場をいかに提供するか、情報を届けるかについて考えていきたいと思いました。(社協)
- ◆金融の話題や主観的幸福感とコミュニケーションと認知症の関係など、初めて知る内容も多く、学びが多かった。アーカイブ受講ができて本当にためになりました。(認知症地域支援推進員)
- ◆地域共生社会の実現は、誰かのためでなく、すべては自分自身の生活につながることだと実感しました。(その他)
- ◆主体となって動ける方の不足、後継者問題や継続性について心配しています。いろいろな世代の方を巻き込むこと、支援者・被支援者に分けずに「みんなで一緒にやる」意識、まさに包摂的な地域づくりが大切だと感じました。(社協)
- ◆地域共生社会の施策が進められている中、登壇者の話を聞き、前提として地域の中で産官学民が様々な取り組みを行っているが、それらの取り組みがいかに有機的に連携し、地域の中で支え合いの活動などとコラボしていくかが重要だと感じた。(その他)
- ◆制度だけでない地域のつながりをどうやって作っていくかを企業(今回は信用金庫の方でしたが)も一緒に考えたいとおっしゃっておられたのが印象的でした。私たちの地域でも実はそのような想いを持った企業さんがいらっしゃるかもしれないと思うと、提案したりお声掛けしてもいいのではないかと勇気をいただきました。(その他)
- ◆都市部でも過疎部と同じく近隣の助け合いは変わらないという気づきがあった。(その他)
- ◆多世代交流や誰でも参加できる居場所づくりが簡単にできそうで一番難しいと日頃の業務を通して痛感している。フェスタで学んだことは今後の業務や地域づくりに活かせるアドバイスやアイデアがたくさんあり、とても学びになるものだった。(その他)

- ◆ 「地域のニーズを把握する」「一人ひとりの声を聞く」ということがどの登壇者も共通していて印象的だった。 (行政)
- ◆ 認知症の方を取り巻く環境、経済的な活動などは発症したからといって切り離されるものではない。企業、専門職、機関などの連携支援があることで、生活を担保することができる。それぞれの立場でできる共生社会が求められていることが理解できました。 (SC)
- ◆ 認知症のことで、当事者の声を聴くということを改めて考える機会になりました。声を聴き、ともに活動することを実践されている方からのお話を聞いて、自分にも何かできたらと強く思いました。 (その他)
- ◆ SCとして活動していると、難しく考えてしまうことが多いのですが、結局は住民同士がつながっている。住民を信じ、尊重したほうが良い、そのほうが共生社会につながると感じました。また、企業とのつながりが少ないので再度地域を見直すところから始めてみたいと思います。 (SC)
- ◆ 企業との連携をととても興味深く聞きました。企業も地域とのつながりを求めていることや、一度断られてからが始まりという言葉も気づきになった。 (社協)
- ◆ 「企業との連携」「シニアの地域参加」「居場所」については全国的な課題であり、解決に向けた情報提供を引き続き強力に進めてほしい。 (NPO)
- ◆ SCになって4年目ですが「学ぼう編」全体を通して、自分自身がやっと「知りたいこと」「わからないこと」がわかるようになり、皆さんの事例発表を聞く中で学ばせていただける内容がぐんと増えたように感じます。今までは「なるほど～」とだけ思っていただけでしたが、「そうだよな」と共感できたり、一歩踏み出す方法に迷っていた部分をちょうどお話しただけで、一歩を踏み出すきっかけとなりました。SC自身が「楽しみ、わくわくしながら、笑顔で」ということを、この研修を通じて教わりました。 (SC)
- ◆ できることから、できる範囲で始める。地域支援には時間がかかることを前提に、人もシステムもどう関わるかをしっかり考えていきたいと思う。 (その他)
- ◆ 地域の中に入っていきうえて、どの世代も取りこぼさないよう一人ひとりを大切にするという姿勢を見せることが大事だと感じることもできた。そうした姿勢が実を結び、地域の方々も心を開いたり、目に見える成果として形が変わったりというように結果が変わることにもつながるのだと気づかされた。 (社協)
- ◆ パネラーの共通意見が、住民が主役である共生社会を作るうえで、行政、包括、社協が職域の壁を越えて手を携え、その過程を楽しみながらともに行動していくということで、とても印象に残った。 (包括)
- ◆ 様々な形のつながる場、居場所等の事例があり、そこで得られる「いきがい」の重要性が理解できた。また、そうした場に参加することで現れる現象をきちんと「見える化」できれば説得力あることが分かった。 (SC)
- ◆ 助け合いの「見える化」が確かに客観的には必要だと思いましたが、「数値に表れないものも見落とさないで！」という先生のご意見も本当にそうだなと思いました。人相手のことだから、関わりの中でむしろ見えないものの中には実は大事なことが隠れているということもあるなと感じました。 (主任ケアマネ)
- ◆ ライブ配信で、投票によってパネラーが回答してくださるのがよかったです。 (SC)

開催概要

開催時期 | **2025年10月14日（火）～10月23日（木）**

開催方法 | **完全オンライン配信形式**
2025年11月30日（日）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、企業、学校等の関係者、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（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

	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)
13:00	開会メッセージ	都市部を中心とした 近隣助け合いの広げ方	助け合いへの 参加・創出に向けての アプローチ手法	認知症の人と 共に生きる地域づくり
14:00	オープニング フォーラム みんなの参加で 地域共生社会を実現しよう	小規模自治体で 助け合いをどう広げるか	誰でも受け入れる 居場所にするには	子どもの育ちを 地域で応援しよう
15:00	特別トーク (特別講演)			
16:00	18:02に終了			
17:00				

	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)
13:00	企業と連携した 地域づくりの進め方	生活支援コーディネーターと 協議体による地域づくり — 悩みを出し合い 様々な解決方法を共有しよう —	有償ボランティアによる 生活支援 (移送含む) の 具体的な立ち上げノウハウ	助け合いの 社会的価値とつながり方
14:00	シニアの地域参加の広げ方			
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2025」には1450人の皆様に様々な立場でご参加いただきました。登壇者は全国から49人に上りました。

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、1,450,000円を「いきがい・助け合いオンラインフェスタ2025一同」名で、2026年1月14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 みんなの参加で地域共生社会を実現しよう

進行役	登壇者			
 宮本 太郎 中央大学法学部教授	 暹 靖之 医師、医学博士 東北大学スマート・エイジング 学術拠点研究センター センター長 東北大学加齢医学研究所教授	 秋山 正子 暮らしの保健室室長 (認定特別)マギーズ東京 センター長	 稲葉 ゆり子 たすけあい遠州代表	 菅野 浩之 一般社団法人全国信用金庫協会 常務理事

「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/>

同フェスタ2024のオープニングフォーラムの動画、及び、2023のオープニングフォーラム、クロージングフォーラム、特別編の動画についても同様にホームページからご覧いただけます。



オープニングフォーラム

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授業

進行役	登壇者			
 宮本 太郎 中央大学法学部教授	 村本 淳子 (社) 全国社会福祉協議会 会長	 西 智弘 日本社会福祉協会の 福島の代表	 丹野 智文 (一社) 認知症友の会 ネットワークあいち 代表理事	 粕谷 美和子 (財団) たすけあい平岡 理事長

<https://festa.sawayakazaidan.or.jp/2024/>

「いきがい・助け合いオンラインフェスタ2023」
<https://festa.sawayakazaidan.or.jp/2023/>



いきがい・助け合い オンラインフェスタ2025

ダイジェスト版

2026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!