「みんなで、助け合う地域」

をつくるための提言

主催：高齢社会ＮＧＯ連携協議会

後援：Ｊリーグ、あしなが育英会、にっぽん子育て応援団

2018 年 3 月

あいさつ

「民間きずな国民会議」は、高連協（高齢社会 NGO 連携協議会）の呼びかけに応じて全国から集まった志ある市民５００人から成る会議である。会議は、日本社会が今必要とする互助、共助の基盤、つまり「きずな」を広め、深め、固めることを目的とする。この会議が採択した１２の提言は、その目的を達するための方策を、いずれも市民の立場から考案したもので、その原案は会議に寄せられた多くの案の中から、

委員長　川淵　三郎さん
委員　　阿川　佐和子さん
同　　渥美　由喜さん
同　　村木　厚子さん
同　　樋口　恵子
同　　堀田　力

から成る選考委員会で、「広く国民に訴えたい提言」として選ばれたものである。

温かく暮らしやすい地域社会を望む市民のみなさまにおかれては、共感する提言の実現のために是非行動を起こしていただきたい。あなたが動けば、必ず志を同じくする仲間が現れるだろう。その提言は、今回の国民会議で多くの市民の共感を呼ぶものであることが証明されているからである。

提言の実現には、行政の協力、後方支援が求められるものも多い。行政はもはや市民の共助・共生の活動なくして行政目的を達することが難しくなっている。その視点から、これらの提言の実現に向けてどのように後方支援するかを検討し、積極的に市民に情報提供していただきたい。

企業や諸団体も、市民社会の中で活躍するには、その社会が活力を持っていることが必要である。営利・非営利の活動の発展のためにも、「きずな」という社会基盤の強化のために、提言の実現に協力してほしい。

求めるのではなく、参加することを旨とする高連協は、もちろんこれらの提言の実現のため全力をつくす所存である。

みんなで、私たちの力を合わせてよりよい日本社会をつくり出していきたいと切に願うものである。

2018 年 3 月
高齢社会 NGO 連携協議会
共同代表　　樋口　恵子
同　　堀田　力

目次

１．提言のねらい・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・1

２．提言選考委員会選考委員プロフィール・・・・・・・・・・・・・・・2

３．各提言のポイント

提言パートⅠ：高齢者が社会参加する仕組み

（１）認知症になっても最期までいきいきと暮らせる地域にしよう！・・・4

（２）地域通貨で助け合いの輪を広げよう！・・・・・・・・・・・・・・・・10

（３）耕作放棄地を活用して地域の力を高めよう！・・・・・・・・・・・・19

（４）大都市の住民力を掘り起こし、無縁社会を打破しよう！ ・・・・・26

（５）自治会を活性化して、ご近所の助け合いを広げよう！ ・・・・・・33

提言パートⅡ：子どもたちが助け合いの楽しさを知る場づくり

（１）地域の子どもたちを、支え合いの担い手にしよう！ ・・・・・・・・49

（２）子ども食堂を広げよう！ ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・61

（３）ふるさと住民登録制度をつくろう！ ・・・・・・・・・・・・・・・・75

提言パートⅢ：働いている人たちの地域参加を促す方策

（１）企業も地域の一員。ビジネスと地域おこしを両立させよう！ ・・・86

（２）働きながら、地域活動に参加しよう！ ・・・・・・・・・・・・・・・88

（３）就労者の「地域活動インターンシップ」をつくろう！・・・・・・・98

提言パートⅣ：総合的提言

（１）できることを持ち寄って、
みんなの力を合わせて助け合いを広めよう！ ・・・102

４．まとめ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・107

１．提言のねらい

高齢者がいきいきと暮らすためには、高齢者だけでなくすべての世代の人々が安心して暮らせる社会をつくることが不可欠である。子どもから高齢者まで、誰もが生きがいをもって、安心して暮らし続けられる地域をつくるためには、ひとり一人が地域とつながり、助け合うための多種多様な仕組みや場づくりなどの方策が求められる。

そこで、高連協では、「みんなで、助け合う地域を！」をテーマに、誰もが安心して暮らし続けられる地域をつくるためにどのような助け合いが必要になるか、また、助け合うためにどのような環境や仕組みがあれば良いのかを協議する場として「民間きずな国民会議～今きずなをどうつくる～」を開催した。

「民間きずな国民会議」の開催に向けては、「みんなで、助け合う地域をつくるための提言」を全国から募集し、北は北海道から南は鹿児島に至る全国各地の、16 歳から 84 歳までの幅広い年齢層の方々から提言の応募があった。それを川淵三郎選考委員長、阿川佐和子委員、渥美由喜委員、村木厚子委員、樋口恵子委員、堀田力委員で構成する選考委員会で選考し、「高齢者が社会参加する仕組み」から５本、「子どもたちが助け合いの楽しさを知る場づくり」から３本、「働いている人たちの地域参加を促す方策」から３本、「総合的提言」として１本の合わせて 12 提言が選出された。

「民間きずな国民会議」当日は、選考委員会で選ばれた 12 の提言をもとに、少子高齢化という課題を参加者みんなで知恵を寄せ集めて考えたり、地域まるごとで支え合えるための方法を協議したりしながら提言採択を行った。その結果、12 の提言は、助け合う地域づくりにとって有効だと多くの参加者から賛同を得て、すべて採択された。

ここにそれぞれの提言者の発表資料と提言内容及び当日の協議内容をまとめた。

２．提言選考委員会委員プロフィール

川淵三郎選考委員長（日本サッカー協会最高顧問）

1991 年にＪリーグ初代チェアマンに就任。Ｊリーグでは、当初からサッカーを通じて、子どもからお年寄りまでが楽しめる地域コミュニティづくりを目指し、チーム名の決定に際しては、スポンサー企業名ではなくホームタウンの名前を添える姿勢を貫いた。また、Ｊリーグの地域貢献活動の推進にも尽力し、子ども、高齢者、Ｊリーガーが交流するイベントなどに協力すると共に、社会貢献活動として、長年にわたり継続して寄付活動も行っている。

近年は、日本バスケットボール界改革のためのタスクフォースチェアマンとしてＢリーグの立ち上げにも手腕を発揮している。

阿川佐和子委員（作家・エッセイスト）

報道番組のキャスターを務めた後に渡米。帰国後、エッセイスト、小説家として活躍。『ああ言えばこう食う』（檀ふみとの共著、集英社文庫）では講談社エッセイ賞受賞。『ウメ子』（小学館文庫）では坪田譲治文学賞を、『婚約のあとで』（新潮文庫）では島清恋愛文学賞を受賞する。雑誌での対談やテレビ番組でのインタビュー経験を活かし、2012 年、エッセイ『聞く力』（文春新書）を上梓し、大ヒットを記録する。2017 年には、連続ドラマに初出演し、活躍の場を広げている。

渥美由喜委員（ダイバーシティ・コンサルタント

兼務 東レ経営研究所 主席コンサルタント）

これまでに海外 10 数ヶ国を含む､国内のワークライフバランス･ダイバーシティ先進企業 950 社、海外 150 社を訪問ヒアリングし、取組推進のサポートに取り組む。また、官公庁や自治体からの委託研究にも従事してきた。

プライベートでは 11 歳と 8 歳の 2 児の父親として 2 回の育児休業を取得。7 年前からは父親の介護も担う。仕事や育児、介護に奮闘するほか、23 年前から地元の公園で継続してきた「こども会」のボランティア活動をライフワークにしている。座右の銘は、「市民の三面性＝家庭人、地域人、職業人」である。

村木厚子委員（元厚生労働省 事務次官）

1978 年に労働省（現厚生労働省）に入省する。女性政策、障害者政策などに携わり、2008 年雇用均等・児童家庭局長、2010 年内閣府政策統括官（共生社会政策担当）、2012 年社会・援護局長などを歴任し、2013 年 7 月厚生労働事務次官に就任する。

2015 年 10 月に事務次官退官した後は、学校法人大妻学院や土佐中学校・高等学校、日本フィランソロピー協会の理事などを歴任すると共に、津田塾大学総合政策学部客員教授を務める。また、障がいのある人たちの適正な刑事司法や社会復帰活動を支援する共生社会を創る愛の基金の顧問としても活躍している。

樋口恵子委員（高齢社会をよくする女性の会理事長）

時事通信社・学習研究社・キヤノン株式会社での勤務を経て、評論活動に入る。2003 年 3 月まで、東京家政大学教授として教鞭をとるかたわら 2000 年 2 月から 2003 年 3 月まで「女性と仕事の未来館」初代館長を務める。

現在、東京家政大学名誉教授・同大学女性未来研究所長を務め、評論活動や NPO 法人「高齢社会をよくする女性の会」理事長、「高齢社会 NGO 連携協議会」共同代表として住みよい街づくりに関する活動に取り組む。

堀田力委員（さわやか福祉財団会長）

1958 年検事任官後、東京地検特捜部、法務大臣官房人事課長を歴任後、1990 年に法務大臣官房長に就任する。翌 1991 年 11 月に検事を退職し、新しいふれあい社会の実現を目指し「さわやか福祉推進センター」を立ち上げる。1995 年に市民参加型財団として法人化し、社会の動きを先駆的に見つめ、世のニーズを鋭敏に感じ取り、高齢社会におけるふれあい社会の実現に、全国で取り組む。

合わせて、高齢社会 NGO 連携協議会（高連協）共同代表、民間法制・税制調査会座長、認知症になっても安心して暮らせる町づくり 100 人会議議長、日本プロサッカーリーグ裁定委員会委員長などを歴任する。

３．各提言のポイント

【提言パートⅠ：高齢者が社会参加する仕組み】

高齢になっても、認知症になっても、一人暮らしになっても、社会参加して地域とつながりをもつ中で、ひとり一人が生きがいのある生活を送るための仕組みを提言する。

（１）認知症になっても最期までいきいきと暮らせる地域にしよう！

提言者：羽田　冨美江氏　　鞆の浦・さくらホーム

広島県福山市鞆町の高齢化率は 45.2 パーセントで、そのうち後期高齢者は 26 パーセントであり、一人暮らしの認知症者や老々介護の世帯も多くなっている。あるとき、75 歳になる鞆町生まれで一人暮らしの女性Ｋさんに、認知症の症状が見られるようになった。Ｋさんは要介護 3 の状態で、関係者で施設入居も考えたが、「少しでも長く住み慣れた我が家で過ごすことが、本人にとって良いだろう」と話し合った。そして、町内会長と住民が協力して、Ｋさんの外出ルートを調査し、Ｋさんの日々の暮らしを観察することになった。すると、決められた範囲の中を歩いていること、交通量の多い場所も安全に利用できていること、必ず自宅に戻ってくることなどが分かった。

本人が自由に出歩いても安全に生活できることが分かり、住民はＫさんが外を歩いているときは、あいさつなどの声かけや見守りにとどめることにした。しかし、万が一のことも考え、ＧＰＳを携帯し、介護事業所が定期的に確認するようにした。また、在宅の際は、早朝は町内会長が、夜間はご近所が安否確認を担うよう役割分担を決めた。Ｋさんに認知症の症状が現れたときは、一人暮らしをするのは「危ない」「無理だ」という声が地域から多く上がった。しかし、地域の最大の資源は高齢者だと考え、認知症に関する話し合いや勉強会を地域住民と重ねる中で、少しずつＫさんの認知症の症状、生きづらさへの理解が進んでいき、寄り添い見守る文化ができるようになった。地域住民が協力してＫさんを見守る体制ができたことで、Ｋさんは認知症になっても最期まで自宅で穏やかに過ごすことができた。

鞆町ではこの経験を活かし、他の認知症の方々も自由に外出できるように、集落ごとに見守りマップを作成した。地域につなぎ役がいることで、住民が認知症に対して関心をもつようになり、行動の変化がうまれる。ひとり一人の生きづらさを理解し、地域が居場所となることにより、認知症があっても最期まで自宅で過ごせる地域のきずなをつくることを提言する。

「提言への発言」

発言者：認知症の方への見守りなど、協力体制を見える化することの大切さを学んだ。羽田さん自身も含めて、この協力体制を地域でどのように構築したのか、より具体的に教えて欲しい。

⇒提言者：私自身、家族の介護の経験から暮らしやすい地域の大切さを感じ、施設を立ち上げた。その際に、町内会長や民生委員とのパイプができ、困難事例あがったときには、それらの人たちに相談できるネットワークができあがっていたのが、Ｋさんを見守る体制をつくることができた大きな要因の一つになる。

発言者：認知症の方でも地域で豊かに暮らせることを、地域住民に理解いただける提言だと感じた。始めは施設に入るまでの期間限定でのＫさんの見守り活動だったと伺ったが、最終的にＫさんは施設に入られたのか教えて欲しい。

⇒提言者：Ｋさんが施設に入居するまでの間、地域で見守りをしようと始めた取り組みになるが、Ｋさんは、８年間地域住民に見守られながら、地域全体が家族のようになり、亡くなるまで自宅で暮らすことができた。

発言者：地方のように緩やかなつながりのある地域とは逆に、地域のつながりの薄い都会においては交通事故を起こしたときには地域住民にも被害が出ることから、認知症の人は施設で過ごすことを求める傾向にあることに対してどのように思うか。

⇒提言者：認知症の人の行動範囲をある程度調べておけば、一定の安全は守れると考える。

発言者：自治会長は一定程度の任期で交代すると思うが、そこへの対応はどのようにしたのか。

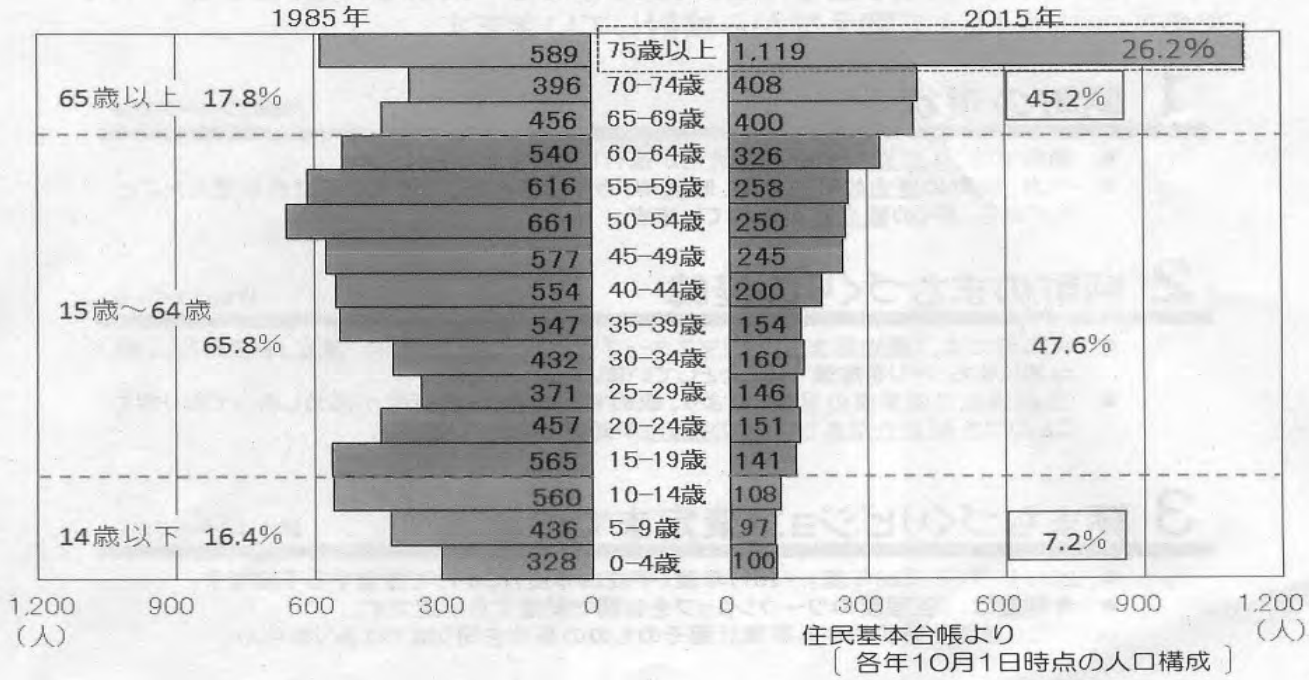
⇒提言者：Ｋさんの住まれていた地区の自治会長さんは、10 年続けて会長職を担ってくれた。他の地区では２～３年で交代している。自治会長が長く続けてくれたことが、今回の見守りがうまくいったポイントになると考える。

地域を居場所に
～鞆の浦の実践　～

鞆の浦・さくらホーム
羽田　冨美江

鞆町の年齢階層別人口構造　人口　4206人

30年で75歳以上の人口が約2倍近くまで増加（人口の4人に1人は75歳以上）
若年層や子どもの数は大幅に減少

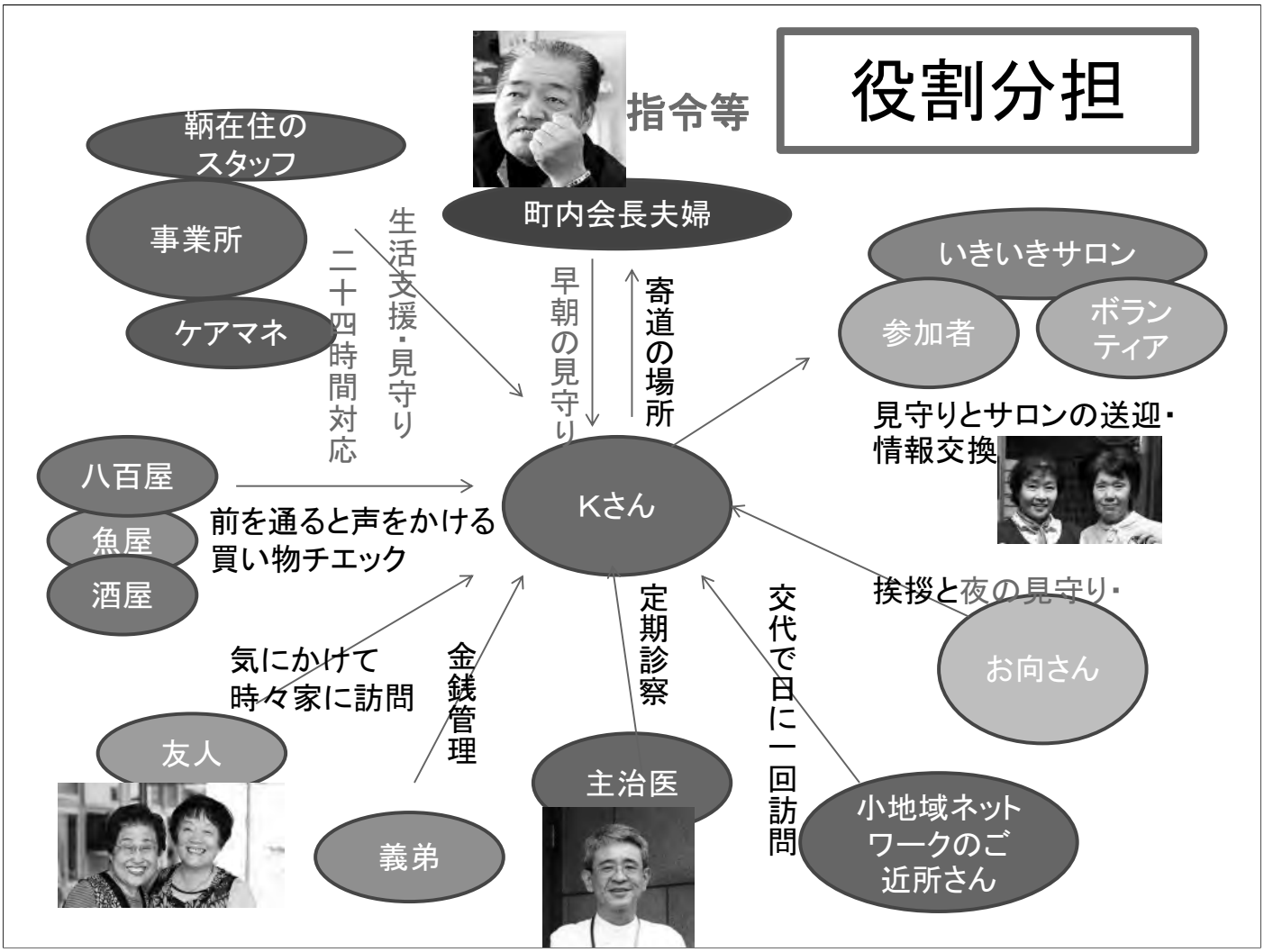


住民基本台帳より
〔各年10月1日時点の人口構成〕

事例　Kさん

75歳　女性　独居　要介護3
アルツハイマー型認知症・ビタミンB12欠乏症
仕事は洋服の仕立て
穏やかな人・近隣との付き合いは苦手

Kさんは8年後　介護度5となりましたが
訪問診療を受けながら、地域の方々と専門職が
交代で見守り　在宅で亡くなられました。



ご近所の方の意識や行動変化

行動の変化
安心・安全な特別養護老人ホームに入居させるべきだと会長に訴える
入居までなら小地域ネットワーク（4人）を作って見守る
何でも問題行動として捉えていた。認知症を理解しようと勉強会を開く。
Kさんを“迷惑な人”ではなく、共に暮らす“地域の生活者”として温かく見守る
住民がKさんの生活は自由で豊かであると気づく。入居しなくても、もう少し地域で支えて行こう。
独居高齢者への見守り活動が活発になる

見守りマップの作成（10ケ所のサロンで）

地域の最大の資源は高齢者

住民一人ひとりの持つネットワークがある

地縁・趣味・仕事仲間・サロン活動・自治会等

↓ つなぎ役の存在

無関心から関心へ→行動の変化

↓ 生きづらさを理解していく

地域が居場所になる

（２）地域通貨で助け合いの輪を広げよう！
提言者：金野　義男氏　　平田どうもの会

「平田どうもの会」は人口 34,717 人で、高齢化率 37．6 パーセントの岩手県釜石市において、釜石復興応援地域通貨「どうも」を活用して助け合いを行う事業と、「どうもカフェ」を中心とした居場所事業に取り組む団体である。

東日本大震災後、最後にできた市内で最大規模の仮設団地では、さまざまな地区からの入居者がありコミュニティの再構築という課題があった。そんな中、震災後に開かれた「さわやか福祉財団」による地域通貨の勉強会がきっかけとなり、地域通貨を活用した住民相互の助け合い活動を広め、住民が主体的にかかわる助け合い社会の構築を目的として、9 名の有志で「平田どうもの会」を設立した。そして、翌年 4 月からは地域通貨による助け合いを基盤とする居場所「どうもカフェ」をオープンした。

「どうもカフェ」の現在の利用会員数は 117 名になり、週 3 回、健康体操教室やグラウンドゴルフ、健康マージャンなどに取り組んでいる。「どうもカフェ」は十数名の世話人が中心となって運営をしており、食事などのお裾分けや掃除、買い物を手伝ってもらったときのお礼として、地域通貨を助けてもらった人から助けた人に手渡している。助け合いに地域通貨が介在することで、主と従という関係ではなく、お互いに助け合える関係性を生み出すことができた。現在、被災地の復興が進むと共に、仮設住宅から再建した自宅や公営住宅への転居が進んでいる。転居先でもコミュニティの再構築に地域通貨が使われている。

地域通貨は、通貨に代替する機能だけではなく、コミュニケーションツールとしての効果もある。つまり、知らない者同士が助け合いをきかっけとしてコミュニケーションがうまれ、質の高いコミュニティとなる。助け合い、コミュニケーションのきっかけとなる地域通貨は人口の多い都会においても役立つものになると考え、助け合いの輪を広げるために必要な地域通貨の普及を提言する。

「提言への発言」

発言者：地域通貨に関して詳しく教えていただきたい。

⇒提言者：地域通貨の運営は「さわやか福祉財団」を介して全国から集められた寄付によって賄われている。助け合いに対する謝礼として助けてもらった人が助けた人に地域通貨を手渡すもので、例えば「平田どうもの会」では、有償ボランティアへの謝礼として 1 時間 500 円の地域通貨を渡している。助けた側は受け取った地域通貨を次に自分が助けて欲しいときに使う循環の仕組みになっている。

発言者：岩手県の大船渡市でも復興支援通貨の活用を考えている。現在、高齢者の集まりの場５か所ほどで、自分たちで簡単な生活の助け合いができないかを検討している。高齢者は人にやってもらうことが多いため、さりげなく助け合うことのできる地域通貨の必要性を今回の提言から改めて実感した。

発言者：釜石市は復興仮設住宅から本設住宅に引っ越している状況になると思うが、本設住宅へ転居後も地域通貨を活用したコミュニティの再構築が進んでいるのか。

⇒提言者：本設の住宅に移り住んでからも平田の住民が地域通貨を広げようとしているが、まだ引っ越してから間もないこともあり、活動は十分に広がっていない状況である。

岩手県釜石市

・釜石市の現状

人　口　　34,717人

高齢化率　37.6%

平成29年11月末現在

平田どうもの会

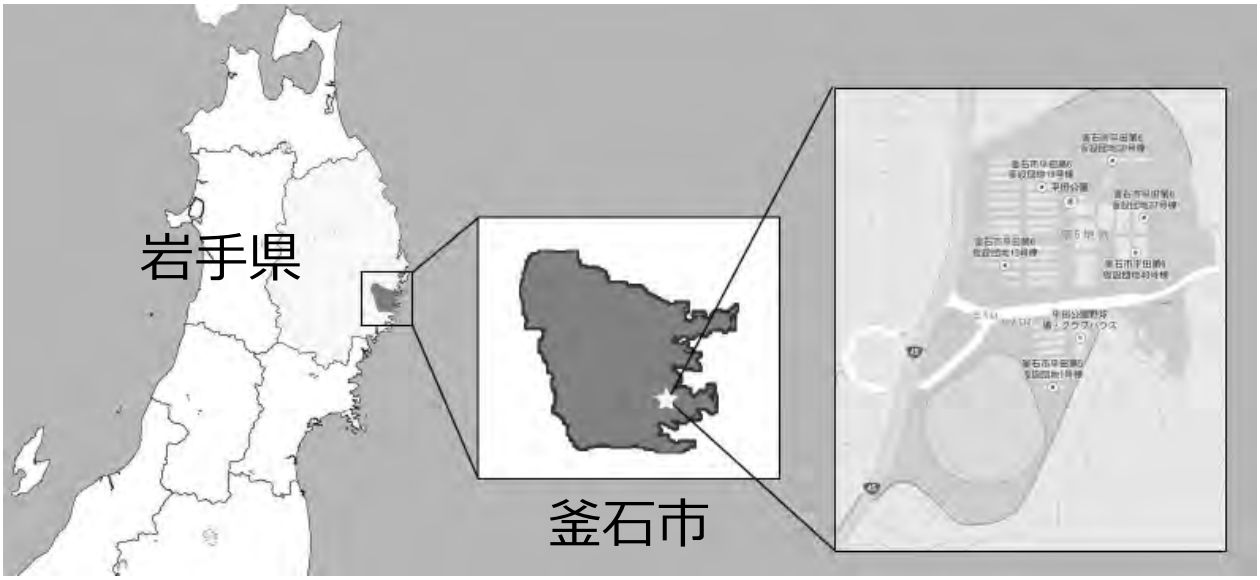
・**地域通貨事業**

釜石復興応援地域通貨
「どうも」

・**居場所事業**

どうもカフェ

平田どうもの会



平田第５・６仮設団地

地域通貨

- **平成25年**

春から地域通貨の勉強会を重ねる。

９月から試行を開始

居場所

- **平成26年4月**

居場所事業どうもカフェオープン。

居場所

・**活動日は週３回**

健康体操教室
グラウンドゴルフ
健康マージャン

会員数　117名

居場所

グラウンドゴルフ

健康マージャン

復興へ

・仮設から本設へ

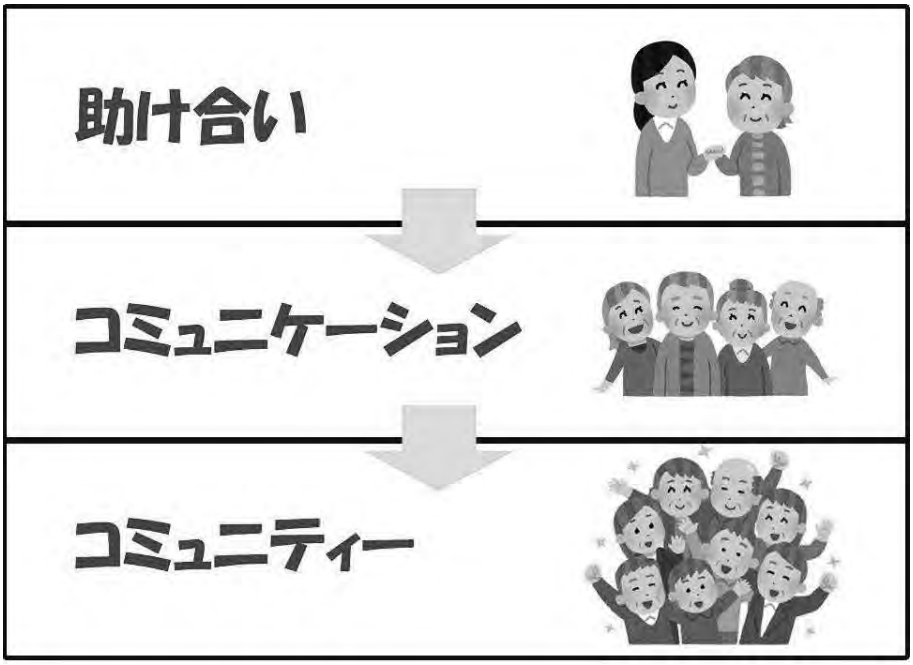
復興公営住宅
47棟　1,316戸

市街地のかさ上げ、区画整理も進む

地域通貨がもたらしたもの

・コミュニケーションツールとしての効果

地域通貨がもたらしたもの



居場所がもたらしたもの

・高齢者が主体的に活動する居場所

助け合い社会の実現を！

・高齢者が主体的に活動する助け合い社会を！

（３）耕作放棄地を活用して地域の力を高めよう！

提言者：小野　忠氏　　ふるさとを錦でかざり隊
：小野恵子氏　　中野はつらつ教室

山梨県南アルプス市にある中野地区は、甲府盆地より 150 メートル高い地区にある典型的な中山間地の農村になる。この中野地区の棚田は、南アルプス山脈の清水に恵まれ良質の米が生産される土地である。しかし少子高齢化、過疎化が進む中で、休耕田が増えると共に、耕作放棄される棚田が増加している現状である。

「ふるさとを錦でかざり隊」は 50 代から 80 代の 40 人の男性で構成される団体で、3 年前から「地域のことは地域で」を合い言葉に中野地区の良いところを活かす活動に取り組んできた。その中の一つに、増加する耕作放棄地の棚田の草を刈り、耕うんし、4 ヘクタールの棚田にさまざまな花を咲かせる活動がある。耕作放棄地の雑草がなくなったことで害虫が減り、美しい景観を生み出し、休耕田に緑肥を供給するという、一石三鳥の活動となっている。

「中野はつらつ介護予防教室」は 50 歳から 80 歳を超えた女性が参加者の中心で、全員が現役の農業者である元気な女性の集まりになる。当初は、健康体操や脳トレなどの介護予防を中心とした活動に取り組んでいたが、「ふるさとを錦でかざり隊」の活動に協力して、男性メンバーが耕した休耕田でさまざまな花を栽培し、開花した花をみんなで愛でる活動を採り入れた。耕作放棄地の休耕田には季節ごとにいろいろな花が咲き、花を見ながら介護予防教室の仲間と共に四方山話にも花を咲かせている。また、他の地区からもこの棚田に花が咲く景観を見学に訪れる人たちが増えてきて、地域活性化にも一役買っている。

高齢者が棚田を居場所にして、作業を楽しみながら、花を愛でて充実感を味わうことが、地域の課題である耕作放棄地の解消のみならず、地区の景観をよくする効果も生み出している。地域住民が力を合わせて地域課題を解決し、地域力を高めると共に、高齢者が生きがいを実感できる活動がこれからの地域づくりに必要になると提言する。

「提言への発言」

発言者：地域で同じように花を植える活動をしているのだが、自然保護団体から一種類の植物に偏って栽培することは、豊かな生態系を崩すことにならないかとクレームを受けており悩んでいる。何か良いアイデアや方法があれば伺いたい。

⇒提言者：中野地区でもヒマワリの種を食べにくる害獣などはいる。今後、害獣被害が少ない花を選んで植えていきたいと考えている。また、元は水田だった場所に花を咲かせているので、稲と似た植物を植えると害虫が発生するため、これを退治することも棚田維持の大きな目的の一つになる。

発言者：耕作放棄地を花畑にするために、種の購入費用や耕運機の維持管理などの経費面や行政との連携、地域で耕作地を持っている方との共通認識はどのように進めているのかを知りたい。

⇒提言者：「地域のことは地域で」を合い言葉に始めた取り組みなので、できる限り行政に頼らずに活動を展開している。費用に関しては、今は手弁当で会員がお互いに出し合って成り立っている。しかし、これから活動の規模が大きくなってくることを考えると、いろいろな補助金の活用も考える必要があると思っている。自分たちの活動の主体性を守れる補助金を活用できるようにしていきたい。

発言者：高齢者の中には散歩はしても、草は取らない人もいる。グラウンドゴルフばかりやっている方にはどうのように活動参加を働きかけているのか。

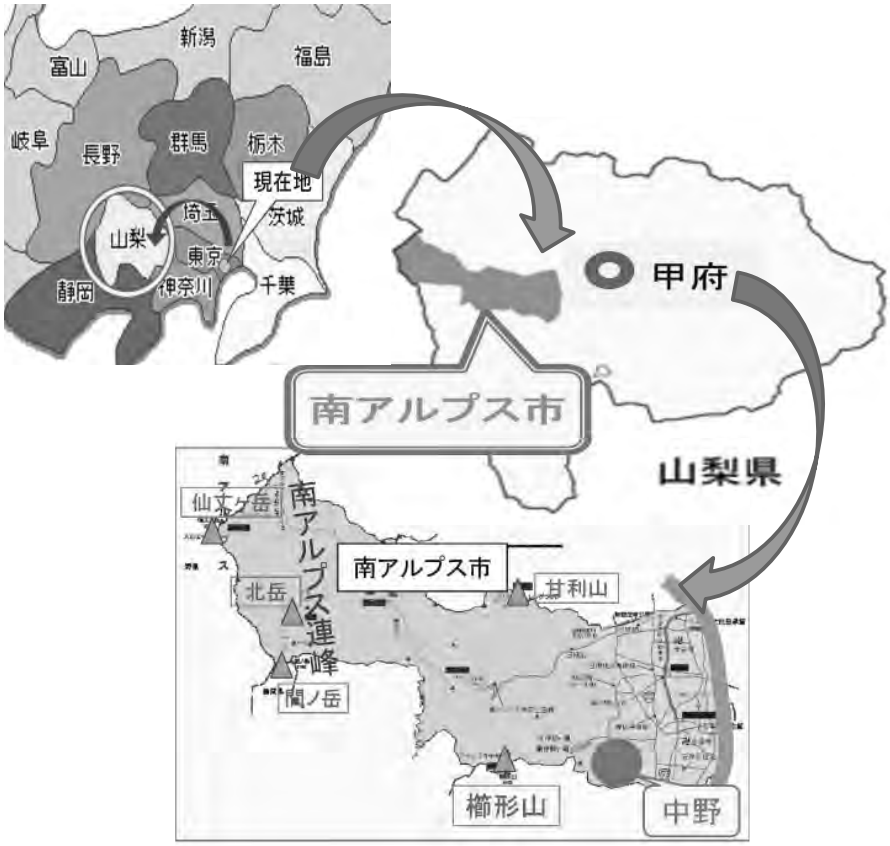
⇒提言者：中野地区にもグラウンドゴルフに取り組んでいる方はいるが、グラウンドゴルフもやっているが、棚田での活動にも取り組んでくれている。どんな活動にも楽しんで取り組んでもらうことが大切になると考えている。

発言者：棚田を所有していた地権者との関係はどうなっているのかをお伺いしたい。

⇒提言者：会の活動に賛同いただき、無償で棚田を使用させてもらえる契約を結んでいる。

私たちの試み
ふるさとを錦で飾り隊in中野：小野　忠
中野はつらつ教室：小野　恵子

南アルプス市って　どこ？？？


新潟
富山
福島
岐阜
長野
群馬
栃木
現在地
埼玉
茨城
山梨
東京
静岡
神奈川
千葉
甲府
南アルプス市
山梨県
仙丈ヶ岳
南アルプス連峰
南アルプス市
甘利山
北岳
間ノ岳
櫛形山
中野

櫛形山
中野

中野から甲府盆地を一望

最近は

休耕田
⇒耕作放棄地

ふるさとを錦で飾り隊とは
地元有志40人（50歳～85歳）の活動体です。

ガードレールの
お色直し

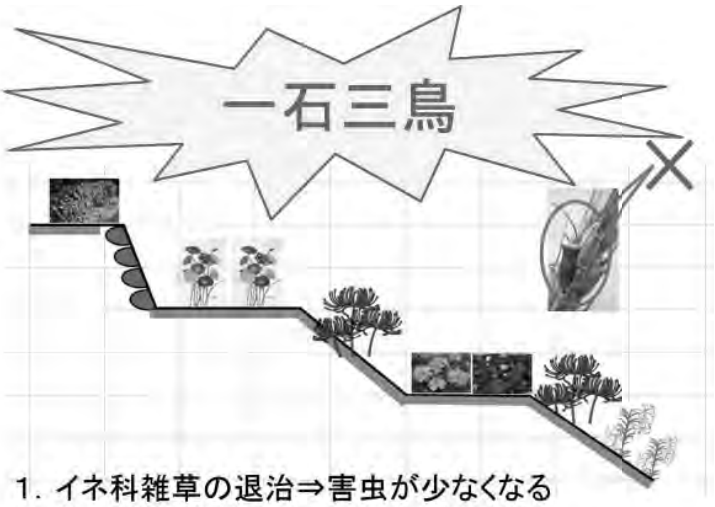
草刈り

「棚田・花でおめかし」プロジェクト

③種蒔き

4ha

春＆秋



1. イネ科雑草の退治⇒害虫が少なくなる
2. 藪や叢の除去⇒美しい景色が生きる
3. 緑肥を供給⇒すぐ田んぼに戻せる

はつらつ教室とは
地元有志40人（50歳～85歳）の活動体です。

ふるさとを錦でかざり隊とコラボレーション

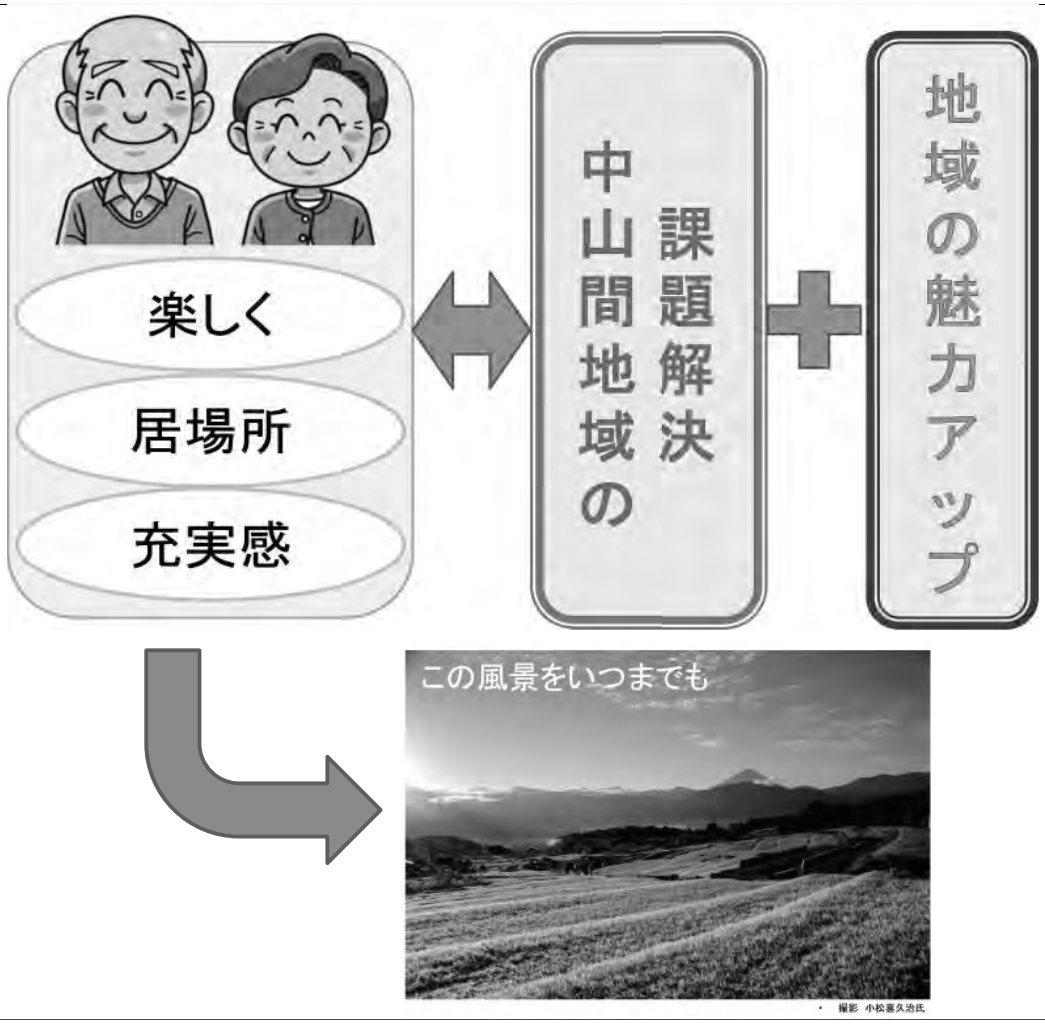
来年の種を採ります。

作業が終わったらティータイム

ここでもティータイム

下界を見ながらのお花見の会

地区外からも歩いて回る人たちが



（４）大都市の住民力を掘り起こし、無縁社会を打破しよう！

提言者：服部　安子氏　社会福祉法人浴風会
浴風会ケアスクール

国の施策として地域共生社会が目指されているが、地方に比べて大都市圏においては住民同士の助け合いが十分に広がっていないと感じる。これは大都市圏の住民は地域との地縁・血縁に頼らず、周りと干渉しすぎない洗練された人間関係を築いてきたことが一つの要因と考える。しかし、周囲との関係が希薄なため家族が認知症になったときなどに、周りに自分の困りごとを話すことができず、孤立して社会的弱者になっていく現状がある。

浴風会ケアスクールのある東京都杉並区は、人口 54 万人強で、高齢化率 20.7 パーセント（平成 26 年 4 月現在)、総世帯数 31 万世帯のうち、一人世帯が 58 パーセント(うち、65 歳以上は 13 パーセント、平成 30 年 1 月 1 日推計)と各世帯の家族数が少ないのが一つの特徴になっている。このような中で、浴風会ケアスクールでは、ひとり一人のエンパワメントをコンセプトに据えたケアスクール事業として、2006 年から認知症介護家族会を、2013 年からは、コミュニティカフェを開催してきた。

認知症家族会やコミュニティカフェの取り組みから見えてきたことは、大都市圏では他人に心の弱さを見せられなかった人たちの変化であった。認知症家族会のピアカウンセリングによって、弱さを見せる勇気が出せない人たちが他人に自分を開示し、承認されたことで、自宅や職場とは違う限られた人が集まる第 3 の居場所で心の基地を作ることができた。また、いろいろな人とふれあうオープンな居場所であるコミュニティカフェでは、自己実現や相互承認が空間的に広がる体験を通して、ＳＯＳを出すことに慣れてきた。これらの経験から、大都市圏における希薄な人間関係を打破するために「ふれあいエンパワメント準備教育の啓発活動」を推進するための３つの仕掛けを提言する。

一つ目に「多様な生き方・存在を認め合う包摂的な社会教育の啓発活動」として、住民ひとり一人が地域の宝であり、専門職が介護保険の制度で支える部分と、地域住民による生活援助の助け合い（有償ボランティア）の部分を線引きする。

二つ目に、地域のひとり一人が持つ力を「地域人財宝船」に登録する。そして、登録者と利用者をつなぐ「ご縁・5 円むりくりプロジェクト」として、5 分で 5 円の簡単な生活支援を中心とした助け合い活動を実施する。双方向で今できることを出し合うことで、卑屈にならない助け合いをすることが大切である。

三つ目に「ふれあい教育」の推進として、地域の実情に応じて、小学校区くらいの老若男女が日常的にふれあえる機会を意図的につくる。例えば、高齢者が忙しい親に代わって、子どもたちと顔見知りの関係を作って遊び相手や宿題を手助けしたり、手紙交換等で交流したりすることで、お互いが分かり合える機会を設ける。

「提言への発言」

発言者：専門職が介護保険の制度で支える部分と、地域住民で助け合う（有償ボランティア）ことで支える部分の線引きを具体的にどのように考えているのか。

⇒提言者：お隣の家に救急車が来たときに、以前は「何かあったの？大丈夫？」と声を掛け合えたが、介護保険が充実したことで、要支援者の方も含めて高齢者は介護事業所が見るから、地域住民は他人の生活に立ち入ってはいけない雰囲気になった。しかし、生活支援の部分では地域住民でも担えることが多くある。介護保険が導入されて、サービスを購入することには慣れてきたので、「お互い様」の地域通貨で有償ボランィアを利用する。「安い労働力」として考えるのではなく、働き方改革の一つとして、年金受給者や団塊世代の生きがい活動、高齢者でもきちんと働きたい人は働き方の一つの選択肢としてグローバルな視点で考えていくとよいのではないかと考える。その際に「ご縁・５円むりくりプロジェクト」のような、ちょっとした謝礼金があることで、お互いに気兼ねせずに助け合える関係ができると考える。

発言者：東京都などの大都市圏では一人暮らしの高齢者が増えている。本人が一人でも頑張って生活したいと思っていても、行政などのサポートが十分にできない現状の中、地域のボランティア団体はどのような支援をしていくべきなのか。

⇒提言者：自分の弱さや悩みをさらけ出すことができないことが大きな問題だと感じる。浴風会ケアスクールでは、認知症家族会を通して自分たちの悩みや苦労を分かち合い、当事者が元気を取り戻す場を設けた。その際に、元気が出た人はコミュニティカフェに出かけて、地域とつながりを作る場を設けた。その際に、ファシリテーター役の担当者が悩んでいる人たちの話を聞き取り、相談に乗るようにした。ボランティア団体も住民として地域と共にあり、それぞれがどんな場面でも誰もが持っている力を引き出し、支え、支え合う関係になれることを忘れてはならないと考える。ただ寄り集って、つながりを作るだけでなく、必要なときに必要な人が助け合える関係性を体験することが都会には必要になると考える。

大都市圏でみんなで
助け合う地域を創るには

浴風会ケアスクール

校長　服部　安子

国の政策

「我がこと・丸ごと」地域共生社会

「困った時には、お互い様」

大都市圏における課題

健康時

＊他人に深く干渉しない自立した生活（ＩＴ活用）

・・・洗練された人間関係

健康から逸脱した時

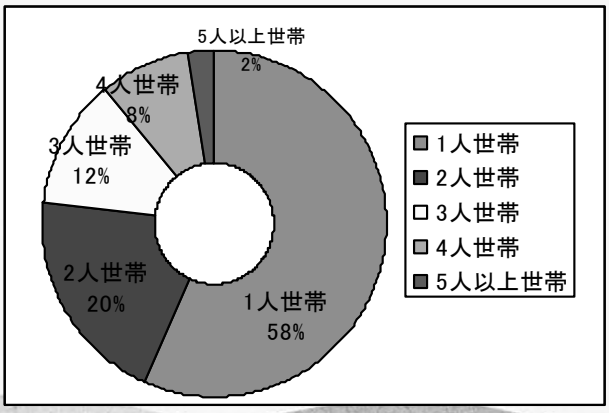
＊困ったときは行政や制度

＊他人さまにＳＯＳを出すことに慣れていない

↳ 急激に「社会的弱者」として地域から孤立

群集の中の孤　独

杉並区とケアスクール(浴風会)



人　口：545,210人
高齢化率：20.7%
（平成26年4月現在）

ケアスクールの挑戦

ケアスクール事業・・・一人ひとりへのエンパワメントを！

（実践的教育支援）

（1）人材育成事業
- 研修企画事業
  ／専門職スキルアップ事業
- 介護職養成講座
- よくふう学ぼう会
- 地域ミニ介護講座
- 助成金事業

（2）地域交流・啓発事業
- 介護家族支援事業
- 助成金事業
- 交流企画／イベント情報
- 介護講座等受託事業
- 地域講座事業
- 介護講座等受託事業　　等

毎月１回　H18年10月～
125回開催（H29年12月現在）

毎月２回　H25年11月～

ここから見えてきたもの

＊人は人との交流で元気になる
＊ＳＯＳを出すことに慣れてくる
＊人はたくさんの力を持っている

浴風会ケアスクールの家族会支援の立場

クローズのとまり木

とまり木の役割

自己領域性の居場所　心の基地

◎他人に自分の弱さを見せられる
◎一人の生活者としての本音が言える
・・・限定された関係での自分への保証・・・

オープンのとまり木

オレンジリボンウッドとは・・？

オレンジ:厚生労働省「オレンジプラン」より
リボンウッド:「とまり木」によく使われる木の名前より
（リボンウッド　Ribbonwood,　Longleaved　lacebark
/Houhi　ongaonga ニュージーランド産ホヘリア属の常緑低木）

ここでの「とまり木」とは：

「居場所」

サードプレイス（第三の居場所）
地域のとまり木へ

ここでいう**とまり木**・・・
社会的な関係の中での自己実現・相互承認・空間的な広がり・さまざまな社会的役割が満たされる場。学び合う場（教育支援）。

小さな地域社会

オレンジリボンウッドの なぜ人が集まるのか？

場所だけ提供しても
人は来ない！

◎ファシリテーター、スタッフの心構え
◎障がいの有無・職業を超えて、
一人ひとりの個性を尊重する
◎スタッフを含め、多様性を認め合う
◎フラットな関係でチームを組む
◎来場者へのさりげない目配り、気配り
⇒　集う人のパイプ役へ

H27年度　＜独立行政法人福祉医療機構　社会福祉振興助成＞服部安子著
「都市型（コミュニティカフェ）居場所づくりハンドブック」より

私の提言

「ふれあい・エンパワメント準備教育の啓発活動」を推進する

●希薄な人間関係を打破する仕組みづくり●

具体的な3つの仕掛け提言

1. 多様な生き方・存在を認め合う包摂的な社会教育の啓発活動
2. 「地域人財宝船」の作成・バンク登録の仕組みづくり（住民参加型）
3. 「ふれあい教育」の推進

1 多様な生き方・存在を認め合う包摂的な社会教育の啓発活動

① 地域住民一人ひとりの隠された宝物という**人財**を活かすことを考える

② 有償ボランティアをもう少しグローバルな視点で考える

専門職が「公的制度」で支える部分
「地域の支え合いを活用」で支える部分

線引きをする

重介護・認知症介護等
買い物や掃除等の生活援助等

2 「地域人財宝船」の作成・バンク登録の仕組みづくり（住民参加型）

① 地域の支え合い人財の登録の仕組みづくり
② 登録者と利用者をつなぐ世話人（プロではない方）を育てる

地域の支え合い人財が持つ力
生活力・還元力・人間力等々
体力・気力・経験力・地縁力

持つ力を通信簿に記録

地域人財宝船バンクに登録

地域通貨の導入
ご縁・5円むりくりプロジェクトによる
（5分で5円 ⬇ ご縁の購入）

世話人の育成
登録者と利用者をつなぐ
できれば
プロでない方

気軽に利用
卑屈にならずに
「お互い様！」

東日本大震災ボランティア活動での1コマ

発信する介護家族

浴風会のコミュニティカフェ
にて看板づくり

3 「ふれあい教育」の推進

① 小学校区くらいで老若男女が意図的に日常的でふれあえる機会を作る
② 老若男女・世代間交流を図り、顔見知りの関係を創る

挨拶強化活動等
定期便の手紙交換
出前授業やお茶会等
⇨
地域に眠る住民力
（人・情報・モノの掘り起こし）
⇨
地域の課題解決
（有機的な連結で）

大都市圏の課題 ➡
群集の中の孤独
孤独
孤立化
無縁社会
等々

現状打破 ➡
支え上手・支えられ上手
☺☺ ⇕ ☺☺
「お互い様」文化の醸成

ご清聴ありがとうございました

（５）自治会を活性化して、ご近所の助け合いを広げよう！

提言者：初田　隆史氏　　宇治市若葉台自治会

京都府宇治市若葉台自治会は、京都や大阪に通勤する人たちが多く暮らしている新興住宅地で、自治会に加入している世帯数が現在 420 あり、組織率は 90 パーセントになる。高齢化率も少しずつ上がってきており、現在は 26 パーセントにまでなった。

平成 22 年度までの自治会の状況は、毎年すべての役員が交代し、せっかく役員を担ったとしても一年が経過して担当した役員の役割が分かってきたところで交代となるため、何か新しいことを始めるよりも、従前通りに活動をすることしかできなかった。子どもたちが多かった時代は、自治会で地域のお祭りの企画や運営を担っていれば良かったが、少子高齢化が進み、自治会の活動も高齢者に焦点を当てた活動が必要になっている。つまり、現在の地域住民のニーズと自治会の活動にミスマッチが起こっていた。

そこで、平成 23 年度に私は自治会長に立候補し、「従来からの活動は組長会で、新しい活動は特別委員会で実施する」という基本戦略を立て、多くの方々の賛同を得た。「特別委員会」とは、少数の組長委員と多数のボランティア委員の 2 種類の委員で構成されたものである。2012 年には「自主防災会」を 41 名で発足させ、2015 年に「助け合い委員会」を 29 名発足させた。

助け合い委員会では、①サロン部会、②生活支援部会、③安否確認部会の３つの部会が活動を展開している。サロン部会では、2016 年 11 月から月 1 回サロンを開催し、これまで計 12 回行い、平均参加人数は 50 名になる。生活支援部会では 2017 年 1 月から有償の助け合い活動を開始し、受注件数は 1 月～12 月までで 87 件の生活支援活動に取り組んでいる。安否確認部会では、2017 年 9 月から、主に安否確認部会のメンバーが世話人になって、介護予防を目的にした健康体操サークルを発足させた。毎週金曜日の朝 8 時に公園に集まり、ラジオ体操やストレッチを行っており、現在の登録者は 77 名おり、毎回平均して参加 54 名が参加している。

このように地域の助け合いを充実させるために自治会組織の運営を工夫する３つのポイントを提言する。

①意欲のある助け合い委員を集めるために、助け合い活動に関する講演会や意見交流会を複数回実施する。

②地域の実情に応じた特別委員会を組織する。ただし、自治会役員の負担感が増えないよう工夫が必要になる。

③自治会は執行機関であると共に、評議機関、監査機関を兼ねており、自治会役員が特別委員会をサポートすることが、特別委員会を大多数の会員から遊離させないために極めて重要である。

「提言への発言」

発言者：自治会の会長や事務局などの役員を継続的に担ってくれる人の人材不足は大きな課題の一つになると考える。その点に対する対応策があれば教えて欲しい。

⇒提言者：役員の中でも会長を担う人材が不足し、平成 22 年度以降は私を含め 2 名で交代しながら担当している。もう１～２名欲しいのが現状で、役員の担い手も計画的に育てていく必要があると考える。

発言者：生活支援の仕組みとして、2 名のコーディネーターと 27 名の生活支援サポーター、23 名の電話ボランティアで取り組んでいると資料にあるが、どのような方が役割を担い、どのように生活支援を展開しているのかを教えて欲しい。

⇒提言者：コーディネーターについては、私と元民生委員の 2 名で担っている。また、生活支援サポーター、電話ボランティアについては、半数は助け合い委員会のメンバーが、もう半数は地域住民が登録している。具体的な生活支援の流れは、始めに電話ボランティアが利用者から生活支援の内容を聞き取り、その後にコーディネーターが実際に自宅を訪問して、生活支援の内容を判断し、利用者と生活支援する内容と時間を確認する。その際に、利用者に 30 分 250 円のチケットを購入してもらい、生活支援サポーターが、生活支援を行った際に、利用者から生活支援サポーターにチケットを手渡すようにしている。月末の部会で生活支援サポーターから活動報告を受け、チケットと現金を交換するようにしている。

発言者：利用者と生活支援サポーターをマッチングする役割を担う事務局はどのような場所に設置をしているのか。

⇒提言者：会議などは集会所で行っているが、電話ボランティアやコーディネーターは携帯電話を使っているので、事務局は設けていない。

自治会で助け合いに取り組むための方策

―特別委員会の設置―

若葉台自治会　助け合い委員会
代表　　初田　隆史

目　　次

１　若葉台自治会の紹介
２　特別委員会とは？
３　助け合い活動の内容
４　サークルの誕生
５　提言 ①～③
６　期待される効果
７　補足

若葉台自治会の紹介

- 京都府宇治市　人口19万人　京都市の南
- 最寄駅：近鉄小倉　➡　京都駅から約20分
- 昭和48年に開発された一戸建て住宅。
- 京都や大阪に通勤する人が多い新興住宅地。
- 420世帯　　組織率90％
- 少子高齢化が進行。

　高齢化率：26％　　70歳以上　280名

　子供がいる世帯：14％　　子供119名

平成22年度までの状況

●役員は毎年すべて交代。役員は抽選で決めていた。

●組長が回ってくると自治会を退会する傾向。
　21年度の組長交代時に、ある組で20世帯が一斉に自治会を退会。（ドミノ現象）

●22年度の役員選挙では、組長27名中8名が、会計監査に立候補。（会計監査は他の役員や委員長にならずにすむ）

役員が毎年交代すると‥‥

役員は毎年交代 → 毎年「昨年どおり」

活動内容は
以前と同じ
子ども中心の活動 ⟷ 少子高齢化
が進行

その結果　：　自治会の**活動と実態にミスマッチ**が生じ、
自治会活動が停滞ないし疲弊する。

自治会改革の基本戦略

①子ども中心の活動から
子どもがいない世帯も参画できる活動へ。

②活動を通して、住民同士のきずなを広げ、深めていく。

③「新しい酒は新しい革袋に、古い酒は古い革袋に」
新しい酒　＝　新しい活動　　新しい革袋　＝　新しい委員会

※　平成２３年度から改革に着手

自治会改革の具体策

①安心・安全　➡　防災活動の充実

②サマーコンサートの開催

③そのため、「自主防災会」を設置する。
　※　自主防災会　＝　特別委員会のひとつ

サマーコンサート

●地蔵盆の日の夕方、吹奏楽などの演奏と模擬店

●ボランティア・スタッフは約60名（主に特別委員）

●参加者は例年300名程度（始めは30名から出発）

自主防災委員の構成

１号委員と2号委員で構成

- １号委員はボランティアの委員
  任期を定めない。
  現在３６名（男２５名、女１１名）

- ２号委員は組長5名（防犯委員）
  任期は1年間。
  副委員長＆会計は2号委員。
  防災は、元々防犯委員の担当。

助け合い委員の構成

１号委員と2号委員で構成。

- １号委員はボランティアの委員
  任期を定めない。
  現在２８名（男１３名、女１５名）

- ２号委員は組長１名（互選会で選出）
  任期は1年間で会計を担当。

組　織　図

組長会

役員（会長・会計・書記）３名

組　長　２７名

7名	4名	4名	5名	4名	3名
地蔵盆委員会	運動会委員会	レクレ委員会	防犯委員会	渉外委員会	総務委員会

特別委員会

- 自主防災会（36 + 5名）
- 助け合い委員会（28 + 1名）
- サマコン実行委員会（14 + 1名）

赤字が組長ではなくボランティアの委員

助け合い活動の準備

●27年度と28年度の2年間、講演会等で毎月1回集まる。
（1年目は委員を集めることが主眼、2年目は具体的な準備）

●27年10月全会員対象のアンケート実施。（回収率73%）

●28名の委員が、3つの部会に分かれる。
（①サロン・②生活支援・③安否確認）

サロンの開催

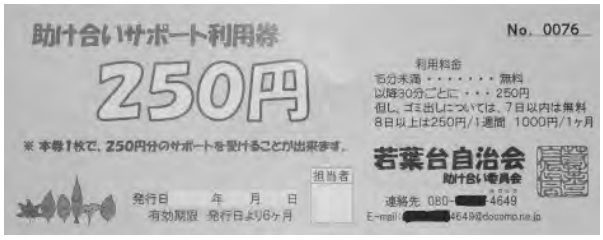
●平成28年11月～
●月1回の開催
　プログラム型
●参加者
　実人数で　131名
　男37名、女94名
　平均　48名 / 回

生活支援のしくみ

2名のコーディネーターと27名の生活支援サポーターで対応。

電話は、23名の電話ボランティアが交代で対応。（1人：月1回）

事務局は、助け合い委員7名が担当。



生活支援の実績（1年間）

●平成29年1月～12月の
1年間 ➡ 87件の受注
利用券（250円/枚）は140枚発行

●散歩同行、力仕事、
枝切り、修繕、
庭の散水、草抜き、
パソコン支援

特別委員会の活動からサークル誕生

●最近3年間に5つの
サークルが誕生

1　防災・助け合いなどの活動を通じて仲間同士の交流が生まれる。

2　誰が、どんな趣味・特技を持っているかが徐々に分かってくる。

3　それを仲間と一緒にやってみようと思う。

4　その結果、サークルが誕生する。

ラジオ体操サークル

●平成29年9月～
毎週金曜日8時～公園で
介護予防を目的に、
ラジオ体操を実施。

●参加者は、77名
男30名　女47名
平均 55名 / 回

サークル活動について

●自治会サークル
ラジオ体操、健康麻雀

●老人クラブサークル
グランドゴルフ、園芸、
俳句、カラオケ、詩吟、
パソコン、編み物

きずなを広げ、深める

●ボランティア活動やサークル活動など、なるべく色々なコンテンツがあることが望ましい。 ⬅ きずなを広げる

●昼食会や飲み会を時々行う。 ⬅ きずなを深める

●活動を楽しみながら地域づくりに取り組む。

活動する➡仲間ができる➡楽しい　好循環

提言①　特別委員会を設置する

自治会をベースに助け合い活動を行うには
特別委員会を設置する。（➡　ポイント！）

●立ち上げるとき、中心になる人が、
自治会役員に複数年、就くとやりやすい。

●きずなづくり・仲間づくり　➡　生活支援　の順で行う方がやりやすい。

提言②　特別委員を集める

自治会主催の講演会・学習会を通じて（➡ポイント！）

月１回位の頻度で複数回続けると集めやすい。

（本会では集めるのに1年かけた。）

※ 公募の回覧は必要ではあるが、回覧だけでは集まらない場合が多い。

提言③　組長会との関係

組長への負担増を最小限に（➡ポイント）

特別委員会の会計 ＝ 組長　　➡　基本原則

●回覧などを通じた情報公開

組長会への報告・連絡を怠らない。

組長会は、執行機関・評議機関・監査機関。

期待される効果

１　サロン・生活支援活動等の母体となり、活動場所・予算・広報手段等を確保することができる。
２　住民同士のきずなが広がり、深まる。
３　サークル活動が生まれる。
４　活動に参加する人が増え、自治会が活性化する。
５　住民の健康増進・介護予防につながる。

関係機関との連携

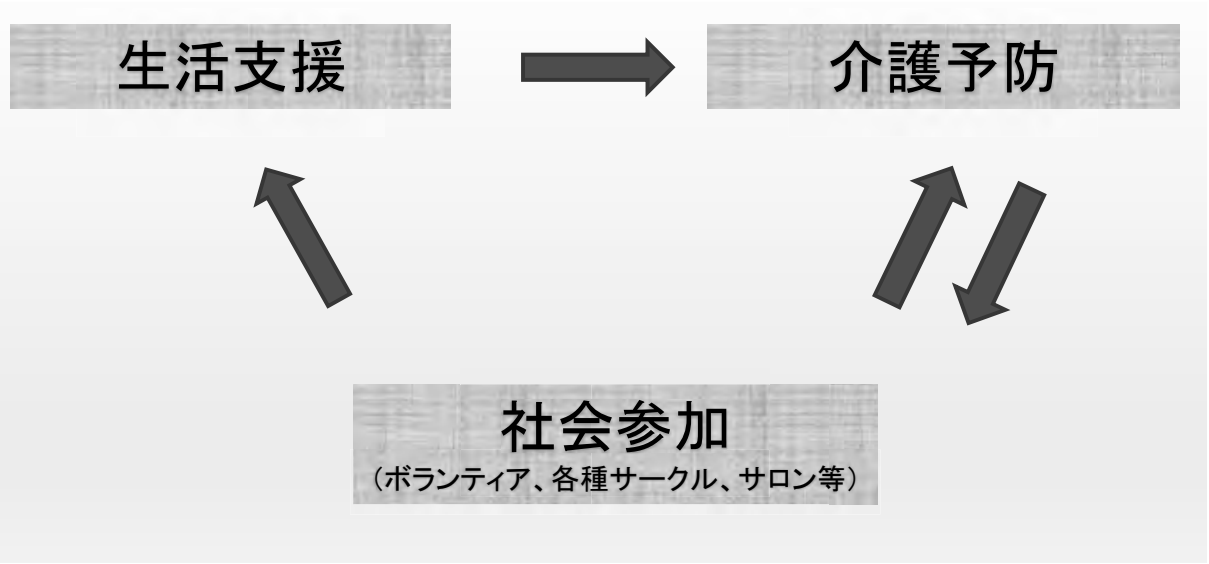
●行政等との連携

・準備段階の２年間、ほぼ月１回の会合や学習会
　毎回、宇治市の担当者等が参加されていた。
・重要な情報は、行政等に知らせるようにした。

●さわやか福祉財団との連携

・インストラクターや本部の方に来ていただき、
　指導を受ける。（計４回）

社会参加を基盤に地域づくり・健康づくり



「助けて」 を受け止められる地域
(これをつくるのが先)

↓

「助けて」 が言える地域 ＝ レベルが高い
（これができるのが後）

助け合い活動開始までの道のり

- 平成23年度　会則を改正し、特別委員会の設置を決める。
- 平成23年度　自主防災会準備委員会を設置（1号委員20名）
- 平成24年度　自主防災会設置
- 平成26年度　助け合い活動の準備を始める。（10月）
- 平成27年度　助け合い活動準備委員会設置（1号委員32名）
- 平成28年度　サロンと生活支援を始める。（11月、1月）
- 平成29年度　ラジオ体操を始める。（9月）

ご清聴有難うございました。

【提言パートⅡ：子どもたちが助け合いの楽しさを知る場づくり】

子どもたちが地域の現状を知り、助け合うことの必要性や、助け合うことの楽しさを知り、次世代の育成に取り組む場づくりの在り方を提言する。

（６）地域の子どもたちを、支え合いの担い手にしよう！

提言者：髙橋　由和氏

ＮＰＯ法人きらりよしじまネットワーク

人口減少が進む山形県川西町吉島地区では、自治会や防災組織などの既存組織を一つにまとめ、会計と合意形成を一元化した全世代加入のＮＰＯ法人「きらりよしじま」を 2007 年に設立し、立ち上げに当たっては 3 年間に渡り、地域住民と話し合いを重ね、目指す将来像をつくっていった。

「きらりよしじま」で取り組んでいる、子どもたちが助けい合いを知る事業「キッズジョブスクール」では、将来の生活困窮者を生み出さないことを目標に、子どもたちが働く人たちから話を聞く機会を通して、働くことの大切さや、お金を得る仕組みを地域で学ぶ機会を設けている。また、「わんぱくキッズスクール」事業では、基幹産業の農業を理解することを目標に、農作放棄地を子どもたち自身が開拓し、収穫した物を食べる、売るなど一連の体験ができる場を設けている。そして、年間４～５回のワークショップを通して、子どもたち同士で地域のことを考える場も設けている。子どもたちは地域の大人たちとかかわり、考えていく中で、「一人暮らしの高齢者の自宅の庭が雑草でいっぱいだ、自分たちで草むしりができるのではないか」「一人暮らしの高齢者が夜寂しそうだから、手紙を書こう」と考え、行動を起こすようになった。地域のことを考える中で、子どもたちが地域に対する意識を変えていく場をつくっていくことが必要である。

「きらりよしじま」では、小学生の活動を支えるために、小学生時代からリーダー、サブリーダーを育成し、中学生・高校生になってからも地域とつながり、地域活動を推進する環境をつくっている。また、その中学生・高校生を支える青年層が次の世代を育成する場をつくっている。例えば、青年層の取り組みの一つの「農道百笑一揆」では、高齢者が作った農作物などを東京で販売し、高齢者の所得向上につなげたり、高齢者の健康食を作る商品開発に取り組んだりしている。

学童保育を高齢者が担当することで、日常的な交流を促したり、小学生が「よしじまっ子おはよう隊」として、一人暮らしの高齢者に登校時にあいさつをする運動も実施している。学校とも連携し、福祉をテーマにした授業にも取り組み、子どもたちが地域のことを考え、共に考え行動する力を育んでいる。助け合いの大切さを次の世代につなげていくためにも、日常的に地域のいろいろな人とかかわりあう場があること、支え合いを学ぶ場があることの必要性を提言する。

「提言への発言」

発言者：小学校の中で、子どもたちと高齢者が交流する場を設けるに当たり、どのように学校と連携を始めたのか。

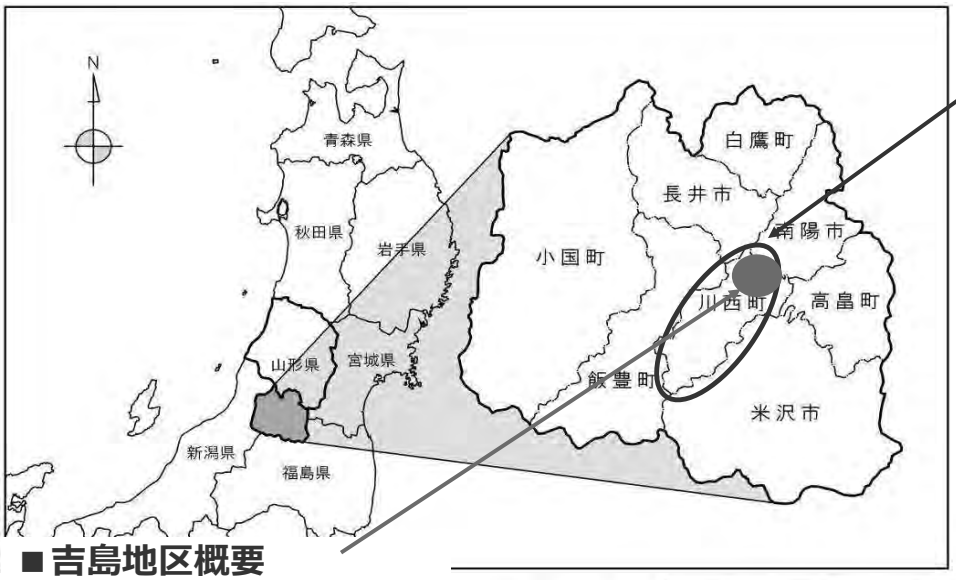
⇒提言者：地域の学校と連携をするに当たって、学校長とコミュニケーションを深め、信頼関係を築くことが基盤にある。また、幼稚園・小学校・中学校との合同連絡会議を定期的に開催している。そこで、お互いの取り組みを共有したり、地域から提供できる物品や指導者の情報を提供したりしている。

発言者：行政とのかかわりはどの程度行っているのか。

⇒提言者：行政とはあまりかかわりを持たないようにしている。地域が自立するためには、自分たちでやれることは自分たちでやってみる。自分たちでやってみて効果があったことを行政に伝え、行政を後手に回すくらいの方が地域づくりには効果的だと考える。

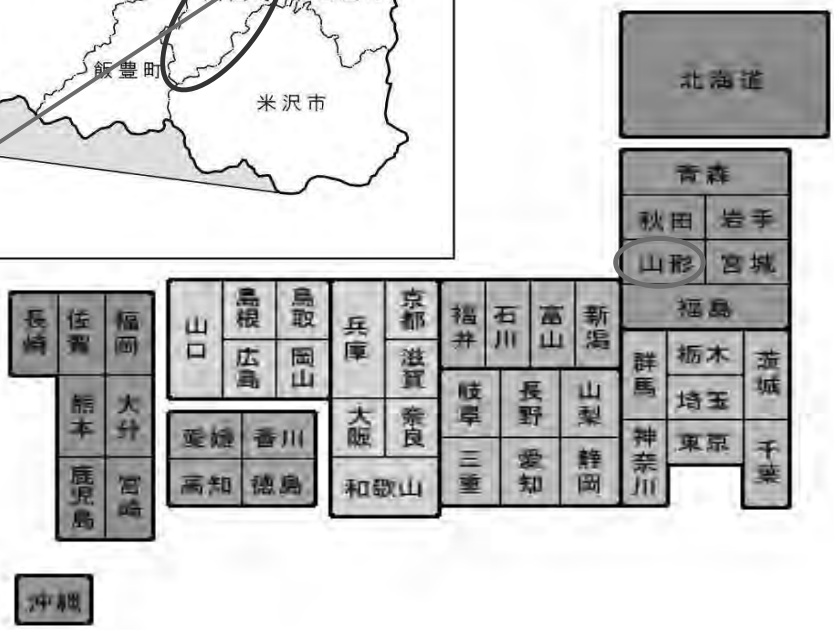
地域の多様な
支えあいの担い手育成の仕組み

ＮＰＯ法人
きらりよしじまネットワーク
事務局長　髙橋由和



■川西町概要
- 面　積　166.6Ｋ㎡
- 人　口　15,727人
- 世帯数　5,133世帯
- 井上ひさしの出身地
- 町の花　ダリア

■吉島地区概要
- 面　積　15.72Ｋ㎡
- 人　口　2,505人
  （男1,261/女1,244）
- 世帯数　723世帯
- 自治会　22自治会
- 自治公民館　19館
- 小学校　１校
- 高齢化率　35%



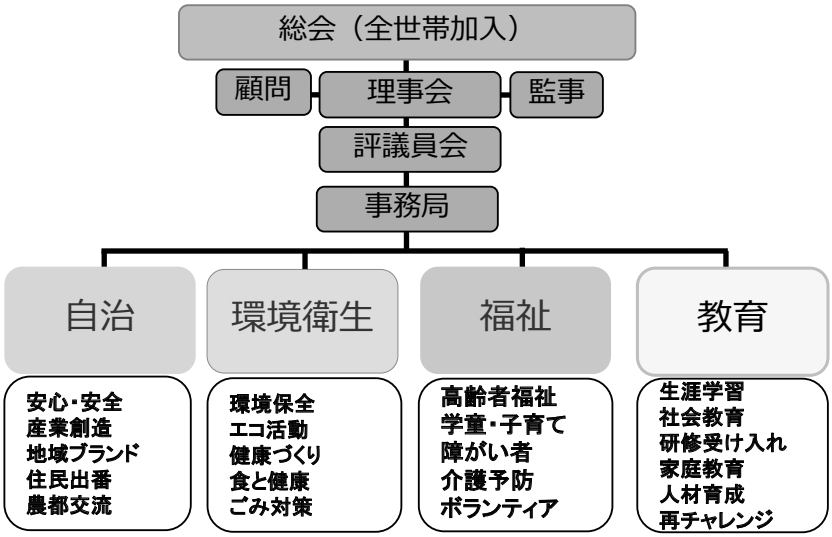
地域再生の提案（地域丸ごと会社化）

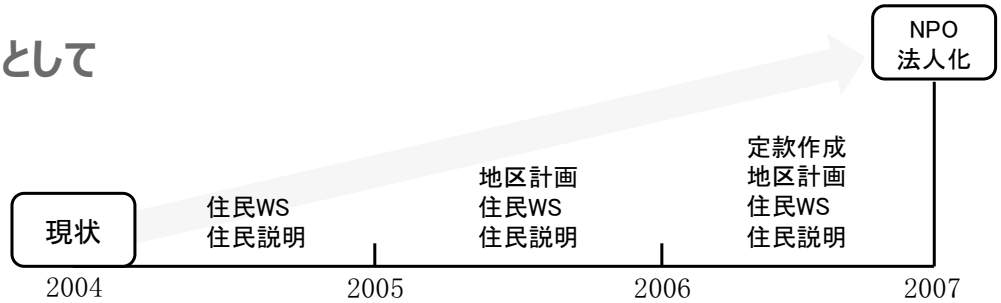
会計と合意形成を一元化

計画に基づいた地域づくり（地区計画）

スピード感のある課題解決と担い手育成

全世帯加入法人として自立





地域づくりが民主的に実践されていく流れと仕組み

合意形成の流れを作り住民参加を促す

地域の将来ビジョンを描く

生活困窮の若者をつくらない　キッズジョブスクール

働く

小さな時から地域と関わる　わんぱくキッズスクール

仲間
命
食育
リーダー

地域を考える

何ができるを考える

地域のために働く 中高生ボランティア

次世代育成　（青年層）

若者が高齢者の「いきがいづくり」のお手伝い

農道　百笑一揆

重点事業
地域特産物に新しい付加価値をつけたい

教える（伝える）立場で地域に再デビュー　再チャレンジ

ＰＣ講師

フラワーアレンジメントインストラクター

陶芸インストラクター

フットケアアドバイザー養成

中年層

フットケアアドバイザー

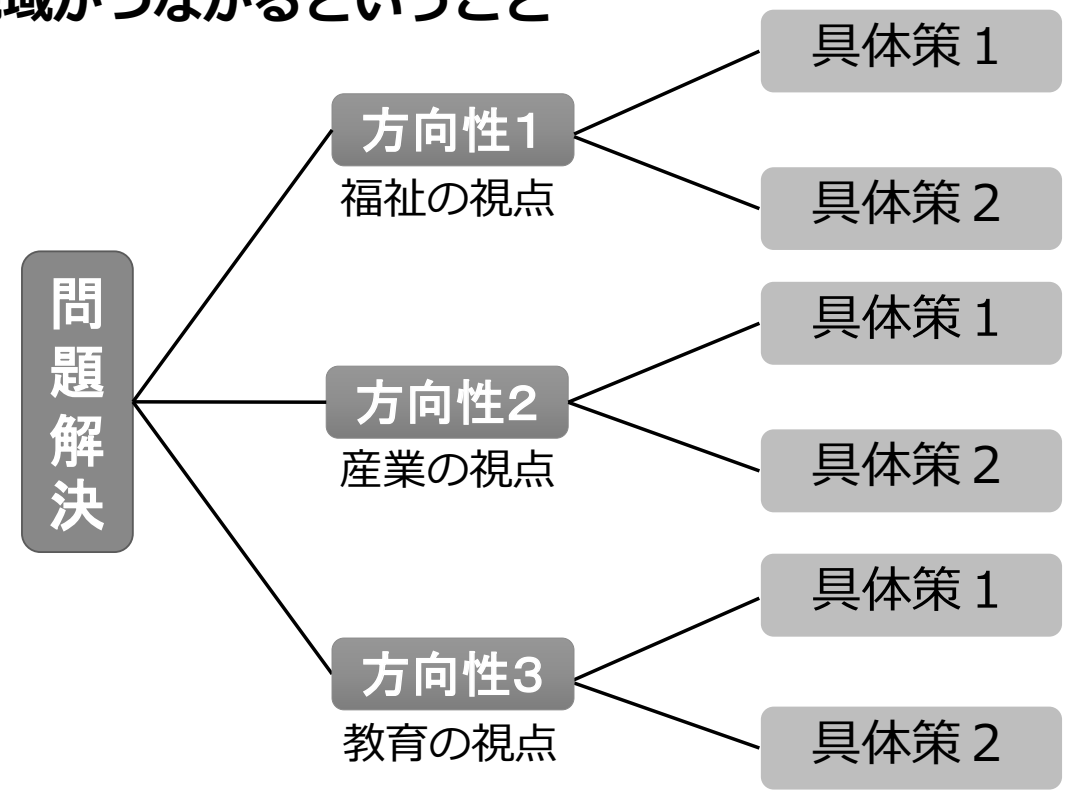
学校がジジババの居場所

教育と地域福祉

学童保育に

高齢者の出番

地域がつながるということ



一つの問題に対して多様な視点の解決策が生まれる

支えあいの人づくりは

住民が支えあいを学び

実践の場で世代をつなげていくこと

よしじまっ子おはよう隊

子どもたちも支えあいの一員
高齢者見守りに一役

福祉の教育は地域の役割

“しあわせなまち”ってどんなまち？

みんなが暮らしやすいように私たちの周りには、
工夫されているものがたくさんあります。
どのような工夫があるのかを探してみましょう。

地域のみんなが暮らしやすいように私たちは、
どのようなことができるか、探してみましょう。

ありがとうございました

（７）子ども食堂を広げよう！

提言者：近藤　博子氏　　きまぐれ八百屋だんだん

東京都大田区蓮沼で経営している八百屋に来たご近所の人々が、一人暮らしの寂しさや子育ての悩みを語り合うのを聞く中で、この地域に井戸端会議のような場をつくることが必要だと感じた。ちょうど同じ頃に自分の子どもが勉強につまずいたこともあり、夏休み限定で八百屋の中で勉強を教える活動を始めた。子どもたちから、夏休みの後も宿題を持ち寄って勉強する場をつくって欲しいという要望があり、継続的に集まる学び場に発展していった。それと共に、大人の方からも学び直しをする場が欲しいと声が上がり、子どもだけでなく、大人が学ぶ場も設けられた。現在では、一月の予定がさまざまなテーマの集まりの場で、すべて埋まるような状況にまで活動が広がった。その中の取り組みの一つが、今回提言するこども食堂の活動になる。

こども食堂を始めたきっかけは、近隣の小学校の副校長先生から家庭の問題でバランスの取れた食事がとれない子どもが増えていると聞いたことにある。子どもの孤食を防ぐために、子どもたちが一人で安心して入ることができ、さまざまな人の多様な価値観に触れながら団らんを提供することを目的にこども食堂を開催した。食材の寄付やボランティアの力も借りながら、子ども 100 円、大人 500 円で食事を提供することができている。昨年 4 月からは、子どもたちがいつでも気軽にこども食堂に来ることができるように、外国のコインでも、ゲームセンターのコインでも、100 円でなくてもコインなら何でも食事の支払いに使えるワンコイン食堂にした。

現代社会は、親も祖父母もみんな忙しく、家庭で話を聞いてもらい、思いを受け止めてもらえる場所がない子どもが増えている。子どもたちの話を聞き、思いを受け止める場所として、継続的にこども食堂を続けてきたことで、小学生だった子どもが高校生となり、後輩の子どもの面倒を見てくれている。

また、こども食堂には、高齢者や障がい者、外国人など多様な人も訪れ、子どもたちとかかわりを持って過ごしている。子どもは、いろいろな人とふれあい、学んでいくことが、成長していく過程に必要になると考えている。そして、こども食堂での取り組みを知ってもらい、理解してもらえるように学校、児童館、地域や行政の集まりの場に足を運んで広報することにも取り組んでいる。

目指すべき社会は、子どもの笑顔が中心にあり、そこに地域のすべての大人がいろいろな形でかかわっていく中で、子どもたちが地域でお互い様を学ぶことができる場所の存在である。必要になってくると考える。こども食堂はそのための一つの形であり、これからそのような場が一つでも多くコミュニティの中につくられていくことを提言する。

「提言への発言」

発言者：一昨年、葛飾区の「いのちの居場所『こども食堂』」の講座で、近藤さんに講演をしていただいたのをきっかけにして、今では葛飾区内に十か所を超えるこども食堂が立ち上がった。こども食堂は子どもの命の居場所として必要になる活動だと考える。

⇒提言者：いろいろなところでこども食堂の活動が広がっている。何かしたい、何かできることはないかと思っている人たちが集まって、子どもが集まるだけでなく、運営に参加する高齢者等の活躍の場にもなり、大きな家族のようになっていることをうれしく思っている。

発言者：こども食堂を立ち上げたきっかけについて詳しく教えて欲しい。

⇒提言者：2010 年に私の八百屋を訪れた副校長先生から、入学してきた子どもの中に、親がメンタル的な問題を抱え、朝ごはんをしっかりと食べられず、バナナ一本食べて登校してくる子がいるという話を聞き、そのような子どもや、家庭の力になれないかと考えたのがきっかけである。

発言者：これからこども食堂を立ち上げようとしている人に気を付けて欲しいことは何か。

⇒提言者：大人の側に子どもを助けてあげる、支えてあげるという気持ちが強く出てしまう傾向がある。子どもたちとかかわる中で、大人も元気をもらえるメリットがある。年齢を気にせずにお互い様の関係で自然に過ごすことが大切になる。

発言者：こども食堂はさまざまな形で全国で展開されている。その中には、貧困家庭であることや、何歳までといった利用者の制限が設けられているところもある。近藤さんの「こども食堂」は利用者の制限がなく、誰でも来られる形になっていると思う。

⇒提言者：本当に来て欲しい子どもがこども食堂に来ないという話が出ることがある。しかし、こども食堂に来る子どもにはそれぞれに理由があり、それをしっかりと温かく受け止めることが大切になる。食べることで心が和んで、何回目かに子どもの本音が出るようになる。子どもたちが自分の気持ちを出せる場所は誰にとっても必要になり、行政の縦割りで利用できる人や時間などの制限は設けるべきではないと考える。

「子どもたちが気軽に立ち寄り、つながりができる場所」

気まぐれ八百屋だんだん

近藤　博子

気まぐれ八百屋だんだん について

リフォーム前のだんだん

リフォーム後のだんだん

「だんだん」のあゆみ１

●野菜の配達 (2008年)
→店舗でも販売
→自然に買い物客のたまり場に

・一人暮らしが多い
・子育てに悩みを持っている人が多い

井戸端会議ができる
場が必要！

「だんだん」のあゆみ２

●娘の学習支援から
ワンコイン寺子屋開始
(2009年)
→報道によりボランティアも
集まる

●その後みちくさ寺子屋も開始

だんだんの座敷の柱も
こどもたちにかかるとアスレチックに！

「だんだん」のあゆみ３

●大人の学び直し

だんだん　1月の予定

月	火	水	木	金	土	日
1 だんだん 休 休日診療担当	2 だんだん 休	3 だんだん 休 休日診療担当	4 だんだん 休	5 だんだん 休 ちょっぴり、ゆるゆるとスタートさせていただきます。 ススム寺子屋 19時～21時	6 だんだん 休	7 だんだん 休
8 だんだん書き初め大会！ 10時～15時 ウクレレ教室 15時～16時 ほっとする居酒屋	9 だんだん 休	10 だんだん 休 野菜の直送のみ行います ススム寺子屋 19時～21時	11 10:00 Open 英会話 10時半～12時 こども食堂 やります。 17時半～20時	12 だんだん 休 ススム寺子屋 19時～21時	13 だんだん 休 ワンコイン寺子屋 やりま～す！ 18時～20時	14 だんだん 休
15 だんだん 休 [通常プログラム スタート] うた声だんだん 10時～12時 ほっとする居酒屋	16 10:00 Open English 11時～12時 アロマカフェ 12時～14時 だんだん手話サークル 18時～19時	17 10:00 Open やよいちゃんのランチ 11時～14時 ススム寺子屋 19時～21時	18 だんだん 休 英会話 10時半～12時 こども食堂 やります! 17時半～20時	19 10:00 Open ススム寺子屋 19時～21時	20 10:00 Open こどもカフェ 11時～14時 ワンコイン寺子屋 18時～20時	21 10:00 Open
22 だんだん 休 大人の社会科教室 10時～12時 ウクレレ教室 15時～16時 ほっとする居酒屋	23 12:00 Open 16:00 Close English 11時～12時 児童館(11時～11時半) だんだん手話サークル 18時～19時	24 10:00 Open やよいちゃんのランチ 11時～14時 子どもに絵本の読み聞かせをする会 13時半～14時半 ススム寺子屋19時～21時	25 10:00 Open 英会話 10時半～12時 こども食堂 17時半～20時	26 だんだん 休 ススム寺子屋 19時～21時	27 14:00 Open 文章教室 14時～16時 ワンコイン寺子屋 18時～20時	ぜひどうぞ 28 だんだん 休み こども笑顔ミーティング シンポジウム 池上会館です。 ソクラテスカフェ 15時～17時
29 だんだん 休 ほっとする居酒屋	30 10:00 Open English 11時～12時 だんだん手話サークル 18時～19時	31 14:00 Open やよいちゃんのランチ 11時～14時 ススム寺子屋 19時～21時	あけましておめでとうございます。今年も「笑顔」でいきましょう!! 人それぞれに抱えている事はありますが、お互いさまの持ちを大切にして、寄り添い合いながら生きていく社会をめざして、今年も「だんだん」に出来る事を日々コツコツと淡々と行います。今年も気軽にいらして下さいね！			

「ゆんみの手話教室」→「だんだん手話サークル」変更になります。
ゆんみ転居のためです。2月からの講師調整中です。楽しく学びましょう。

アメブロ・FBあり

こども食堂について

「こども食堂」のきっかけとなった先生の話との出会い (2010年)

- 学校に通うある子どものケース
  - 精神的な病を抱えた母親
  - 家庭での食事は一日バナナ1本
  - 親と面会することも困難

温かいご飯と
具だくさんの味噌汁
をみんなで
食べられる場所を
地域に作ろう！

2012年　「こども食堂」 オープン！

こども食堂とは

もちろん大人も
入って大丈夫です♪

- 「こどもが一人でも入って大丈夫な食堂」デス。
- 「近所のおばちゃんが作る晩御飯にこどもを呼ぶ」イメージ
- 毎週木曜開催。こども100円…**でした**。おとな500円。
- 30~40名が利用(2016年10月現在)。うち子どもは約20名。
- 全国から食材の寄付あり。ボランティアさんも集まるように。
- 色んな講座とコラボも

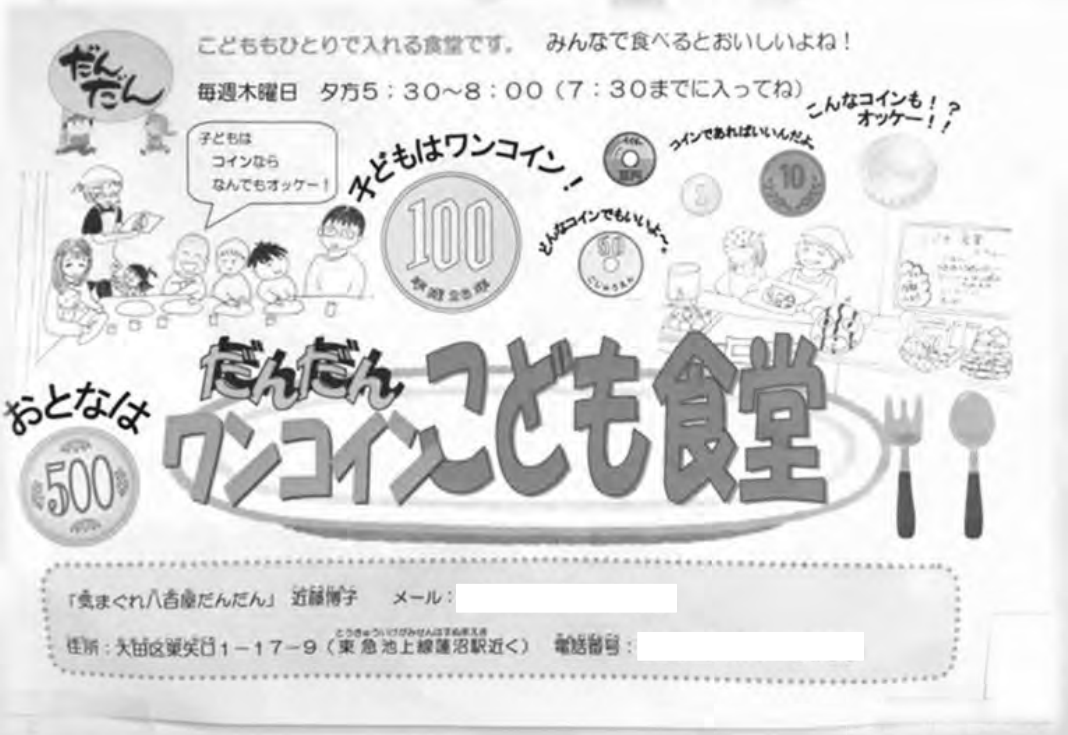
メニュー

～たとえばこんなの作ってます～

メニュー

～たとえばこんなの作ってます～

4月からワンコインこども食堂にしました！



忙しい社会の中で、

安心できる場

ここはみんなのほっとできる場でありたい

第二の我が家

おばあちゃん
ちみたいな

文化の伝承

だんだんのミニ縁日の様子。
成長して、手伝いをしています。
高校生になりました。

だんだんに関わる方々はどんな人？

- ひとり暮らしの方（シニア）
- 教会のボランティア活動をしている方
- 外国人の方（仕事帰りの男性）
- 仕事帰りの女性（職場が近い）
- 小学生の頃から通っている高校生
- 大学生
- 主婦の方
- 体験と見学の方

これからの未来の話

だんだんの外での活動１　～点から線へ、線から面へ～

◎こども笑顔ミーティング

→こどものまわりの環境をみんなで作り上げる仕組み作り

◎学校や児童館との連携

→小学校のサマースクールの料理教室開催

→地域教育連絡協議会委員として小学校に関わる

→すくすくネット会員として児童館に関わる

→児童館でのひとたち折教室の開催

→児童館にて、子育て中の保護者と関わる

◎行政への働きかけ

→大田区地域福祉計画推進会議の公募委員として参加

だんだんの外での活動２　～点から線へ、線から面へ～

● 歯科の活動

→児童養護施設のブラッシングボランティア

→保育園のブラッシングボランティア

→障がい者施設の歯科検診への参加

→休日診療への参加

（その他）

→ひとり親家庭へ、食材のおすそ分け

→子育て相談への対応

→とにかく具体的に動いてみることが大事。

こんな社会だったら。。。

学校
地域力と
子どもの居場所
家庭
子ども食堂
商店
町会 商店街
おまつり 多世代交流
銭湯
子ども
となり近所
公園
こんな社会だったら…
まち工場
職業体験
塾・学習塾
お医者さん
図書館
スポーツ・ならいごと
児童館
よみきかせ

（８）ふるさと住民登録制度をつくろう！

提言者：奥村　薫氏

滋賀県日野町は琵琶湖の南西に位置する人口約 22,000 人の地区で、その中の字鳥居平は人口 121 人 46 世帯が暮らしている。小学生が 1 人、65 歳以上の人口が半数を占める少子高齢化が進む地区であるが、ふるさとの行事や祭りの季節には、若い世代や家族が帰ってくることで、地域にも活気が戻ってきている。そこで、鳥居平出身の若い世代やその家族が、お祭りなどの行事以外の、農作業などの機会にもふるさとに帰って来やすくなるように、行政上の住民票とは別に「ふるさと住民票登録制度」をつくり、多くの若い世代がふるさとを訪れ、地域を活性化させるための登録制度を設けることを提言する。

他所に住む鳥居平出身者が「ふるさと住民票」に住所、連絡先、メールアドレスを登録すると共に、興味のある活動や、参加したい行事、できる作業、参加しやすい日程などを登録する。そして、興味のある、協力できる地域の行事があるときには、その日時と内容をメールで連絡し、無理のない範囲でふるさとに帰って来てもらうようにする。また、地域行事への参加案内を送ることに合わせて、若い世代が参加したいと思える地域資源を活用したプログラムを計画していく。例えば、春にはよもぎ摘みとよもぎを使ったお餅づくりを通した伝統文化の継承を、秋にはさつま芋掘りと焼き芋体験などが考えられる。

そして、月一回程度、「字（あざ）通信」を登録者に配信し、鳥居平の現状や取り組みを紹介していく。例えば、サロンの中では高齢者が子育て世代に必要なこと、知ってもらいたいことをたくさん話し合っていることを紹介し、サロンなどの既存の活動に、若い世代が積極的に参加することで、地域のコミュニティが強まると共に、参加している高齢者の生きがいにもつながると考える。

鳥居平の「ふるさと住民票」に登録できるのは、鳥居平出身の若い世代だけではなく、民泊で訪れた修学旅行生らにも広げたいと考える。日野町では、民泊が始められて 10 年になる。神戸や横浜などから多くの学生が訪れ、野菜を収穫して調理したり、薪を割って魚を焼いたりする体験などを通してたくさんの思い出をつくっている。民泊を体験した学生の中にはもうすでに成人している方もいるが、大人になってからも継続的にかかわってもらうことで、より一層の地域活性化につながる。

「ふるさと住民票」への登録を呼びかけ、若者の参加を促し多世代交流を生み出すことが、高齢者にとっては生きがいの創出にもつながり、子どもたちや若い世代にとっては、地方活性化を考えるきっかけとなる。少子高齢化の進む地方には、このような心のふるさとが生まれる住民登録制度が必要であることを提言する。

「提言への発言」

発言者：ふるさと住民登録制度を運営していくに当たり具体的な方策として、会費の徴収や補助金の申請など、考えていることがあれば教えて欲しい。

⇒提言者：まずは、多くの人たちに関心を持ってふるさとを訪れて欲しいという気持ちから、いろいろな工夫を考えていく必要があると思う。具体的にどのような補助金を活用していくかについてはまだ考えていないが、餅つきやよもぎ摘みなど地域の特産を活かしていけば大きな金額はかからない、まずは自分たちで運営できるプログラムを考えて始めてみたい。

発言者：日野町の隣の東近江市で地域まるごとケアなどの地域づくりの取り組みが実施されている。一つの町だけでなく近隣の自治体とも協力して取り組んでいくことで、よもぎを摘んで餅をつく体験ツアーになるなど、より発展的な登録制度にしていけるのではないかと考える。実現が楽しみなので、ぜひ応援したい。

ふるさとのネットワークが生きがいに
～ふるさと住民票を増やして～

滋賀県　日野町鳥居平　　奥村　薫

田園広がり自然豊かな近江日野商人が活躍した日野町　人口約22，000人

写真　出典「ふるさと日野の歴史」日野町発行

旧家・高齢者が多い字（あざ）鳥居平、人口121人46世帯

８月の字の納涼祭・・・若い世代も子ども達もにぎやかに

焼きそば・ポテト・炊き込みご飯・フランクフルト・揚げ餃子・・・お酒・ビール・ジュース

鳥居平　ふるさと住民票

氏名　　住所　　連絡先　　メールアドレス

参加可能な曜日や時期等

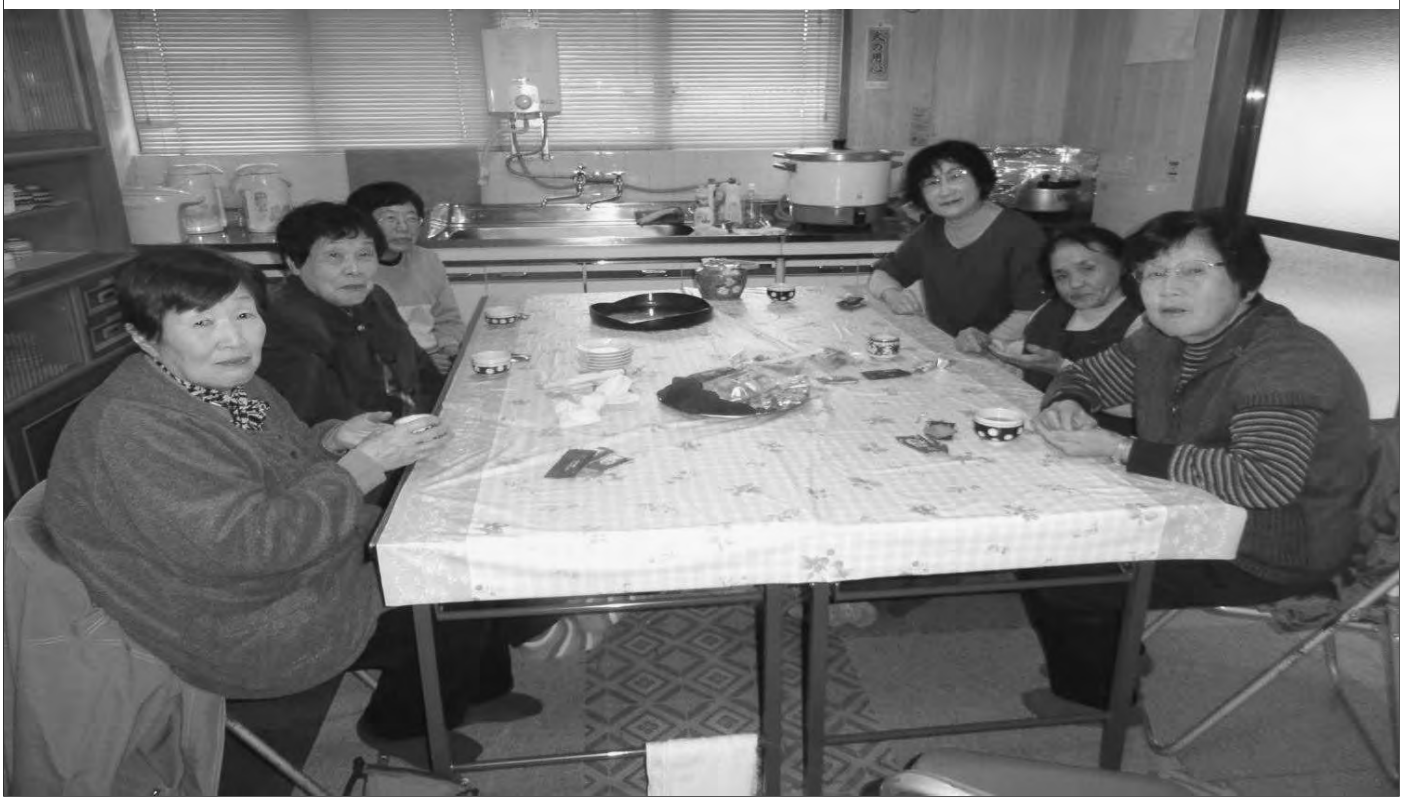
ほぼ毎週火曜日開催の字サロン
会議所で、この日は懐かしい映画

他にクイズやゲーム、折り紙、手遊び等、日変わりで頭や手の体操

「学べる遊べる」の後は、楽しく「しゃべる食べる」のツーベルサロン

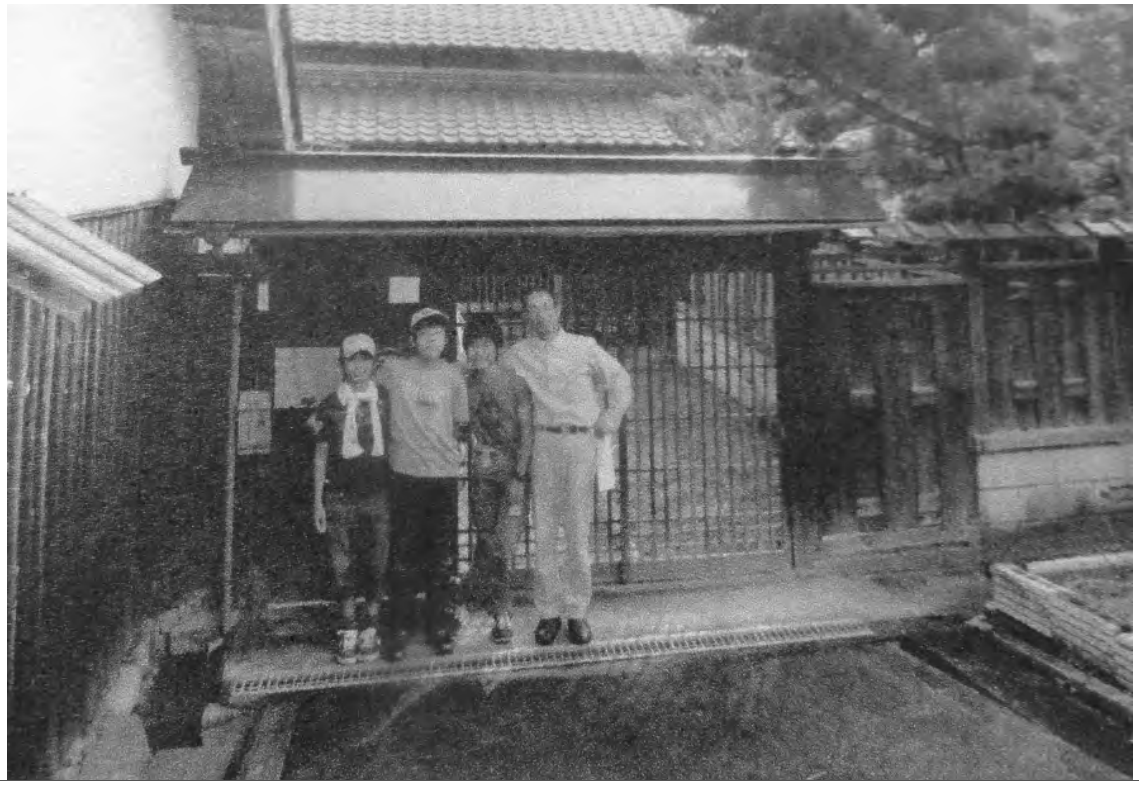
男性は、お酒とおつまみで話がつきません・・・
戦争のことや昔のふるさとの生活のようすなど
若い世代が学べる話もいっぱい・・・

女性は、お茶とお菓子で家族のこと、畑のこと、
病院のこと・・・ふるさとの料理や畑仕事のこつ、
人生訓など含蓄に富んだ話がいっぱい・・・



この日は、参加者手作りの日野菜づけ。家で収穫された柿やミカン等お持ちいただくことも・・・

民泊「近江日野田舎体験」で大阪から我が家に来てくれた中学生達



一緒に収穫した野菜で共に調理。食事の後、
ため池で石投げ･･･誰が遠くに投げられるかな？
田植えや稲刈り、雅楽、茶道、ふるさと料理や
お菓子作り、一緒に掘ったさつまいもで焼きいも、
七輪で火おこしして魚焼き、星の観察････

臼と杵で餅つき。周りには大勢の
大人や子ども達

「三方よし」

（売り手よし買い手よし世間よし）

ありがとうございました。

【提言パートⅢ：働いている人たちの地域参加を促す方策】

地域とのつながりが希薄になりがちな就業者が地域活動に参加するための方策を提言する。

（9）企業も地域の一員。ビジネスと地域おこしを両立させよう！

提言者：野老　真理子氏　　大里綜合管理株式会社

千葉県九十九里浜にある人口約 50,000 人の大網白里市で 44 年目になる不動産業を経営している。会社の代表を務めて 23 年目、年商約 5 億円の企業で、44 年間赤字を出さずに頑張ってきた。そんな我が社には大きな二つの特徴がある。一つは 25 人の社員と共に毎日一時間、自分たちの会社だけでなく、地域の掃除に取り組でいることである。もう一つは、社員が業務の 40 パーセントほどの時間を地域活動に充てていることである。

一つひとつの地域活動は、地域で巡り合った人と悩みや課題を話し合い、その悩みや課題が仕事なのか仕事でないのか、お金になるのかならないのかの点から判断するのではなく、自分たちにできることなのか、地域にとって大切なことなのかという点から社員が考え、答えを出しながら取り組んできた。

例えば、掃除に関する地域活動では、毎月 1 日に社員は、「駅は地域の顔だから」と地域住民と一緒に掃除をしてから会社に出勤する。毎月 7 日には、12 キロに渡り、「いつもお世話になっている道をみんなで掃除しよう」と近隣の企業や商店に呼びかけて一緒に掃除をしている。そして、毎月第二土曜日は 5 か所の海岸で、それぞれの地域の方に呼びかけをして海岸の掃除をしている。このような一つひとつの小さな地域活動を合わせていくと、全部で 300 を超える地域活動に取り組むまでになった。

地域の人たちと話をしていると「会議をする場所がない」「収益を伴う事業には公共の場所を貸してもらえない」などの悩みを聞くことがある。そこで、会社にある接客スペース 5 か所と会議室はいつも使っているわけではないので、空いている時間は地域に貸し出した。今では地域住民に、会社というよりも地域の明るい公民館というイメージを持ってもらっている。また、別の取り組みでは 50 人近い高齢者が持っている特技を他の高齢者に提供する地球塾を開いている。現在 50 近い講座を開き、最高齢は 85 歳で中国茶を教えている。それぞれが先生役を担いながら、学び合うと共に参加者同士の出会いの場にもなっている。

一つひとつの事業を立ち上げる際には、そこで出会った方たちが中心になって、地域の人たちでお互いの悩みや課題を解決するように呼び掛け、働きかけるように社員たちは取り組んでいる。そうすることで、悩みや課題を持った地域の人たちが解決者となり、主体的に参加する地域活動が 300 を超えるまでになった。日本企業のうち 99 パーセントが中小企業である。中小企業はその地域から出ていくことはできない。住むことと働くことが同じ場所であるのが中小企業の特徴であり、以前は地域のお祭りや地域活動にもかかわっていたが、いつの間にか仕事が中心になってしまった。企業にはマネジメント力という強みがあり、その力を活用して、地域課題を解決する助け合いの一員になることを提言する。

「提言への発言」

発言者：地域活動の中で居場所づくりをしたいときに空き家などを活用するなどのアイデアも出ているが、なかなかうまくいかない実情がある。提言の中にあった会社のスペースを開放するなどの地域活動に取り組む企業はどの程度増えているのか。

⇒提言者：全国から視察に来る企業は多く、地域に帰ってその中からできることをそれぞれの企業で考えていると思う。自分たちが行政に何かを期待するというより、行政に対して自分たちが手伝えることはないかという意識で、地域活動に取り組んでいる。

発言者：地域の力が先細っていくことが予想される中、企業の強みであるマネジメント力を活用して、住民の助け合い活動を支援してもらうことがこれから必要になってくる。例えば、旅館と連携してミニデイサービスを実施するなど、それぞれの地域にある資源を活用することが大切になると思う。住民の側も積極的に企業とかかわり、協力していくことが大切になってくる。

（１０）働きながら、地域活動に参加しよう！

提言者：田中　克博氏

精華町キャラバン・メイト連絡会

京都府精華町は、奈良県、大阪府との県境にあり、1994 年に町開きをした関西文化学術研究都市（けいはんな学研都市）の中核地区にある町である。現在の人口は約 38,000 人で、町開き当初から住んでいる人たちの高齢化が進み、町の高齢化率は年１％のペースで増加し、2017 年現在の高齢化率は約 21 パーセントになっている。

自分は現役の大阪府職員としての経験から、行政の施策のキーワードは「住民主体の地域づくり」、「『困った時はお互いさま』と言える地域を増やすことが重要」ということを実感している。そんな中、10 年前に大阪から地縁も血縁も無い精華町のニュータウンに転居したときに、仕事では大阪府の職員として地域活動にかかわっているのに、自分が住んでいる地域の事は何も知らないことに気がつき、地元の地域活動にも関心を持つようになった。また、転居当時に仕事で認知症施策を担当したことがきっかけになり、地域住民の中でも、とりわけ働く人たちが、認知症について正しく理解することを通じて、地域活動に興味を持ってもらうことが、これからの地域づくりに必要になると考え、キャラバン・メイトの活動に取り組み始めた。

30 代、40 代の人たちは親の介護や認知症に関心が高まってくる世代である。高齢者の 4 人に 1 人が認知症またはその予備軍と言われる中、認知症はもはや他人事ではなく、自分事として考えなければいけない時代になった。自分の事として考えることがきかっけとなり、活動に関心を持ったり、参加したりすることが住民主体の地域づくりにもつながる。

一般的にはまだまだ「認知症の人は何も分からなくなる」という偏見や誤解がある。家族を含む認知症当事者が安心して暮らせる地域になるためには、身近な人がこれまで通り、認知症当事者の近くにいてくれる環境を作っていくことが大切になる。だからこそ、認知症当事者が支援を受けるだけの人ではなく、私たちと同じ地域の一員であると捉え、「誰もが安心して暮らせるまち・地域」について共に考えるパートナーとしてかかわることが重要である。その第一歩として、キャラバン・メイトの活動を通して、認知症サポーターを養成する活動を展開している。

認知症サポーター養成講座の講師役であるキャラバン・メイトは、講座の際、認知症当事者を地域にとって「困った人」と捉えるのではなく、そのように扱っている「無関心な社会」が問題だと考え、働く世代や子どもたちも含め、地域の皆さんに認知症に対する正しい理解を促していくことで、認知症当事者だけでなく、誰もが暮らしやすい地域を作ることができると教えている。精華町キャラバン・メイト連絡会では、町内全小・中学校で「認知症キッズ・ジュニアサポーター養成講座」を実施する中で、多くの子どもたちが相手の立場に立って相手のことを思いやる、優しい子どもに育っている。

この活動を通じ、仕事で気づいたことを自分の住む地域の中で生かすことができるようになった。働く人たちも地域活動に参加し、子どもたちにどんな地域・未来を残していくのかを考えていくことの必要性を提言する。

「提言への発言」

発言者：認知症サポーター養成講座を通して、多くの方々が認知症の理解を深めることは大切であるが、どのようなプログラムが有効であると考えるか。

⇒提言者：小学生向けを始めとする認知症サポーター養成講座では、脳機能などの医学的な話よりも、周囲の人のかかわり方が認知症の症状の進行に大きく影響することを伝えている。また、サポーター養成講座の運営やプログラム作成は、キャラバン・メイトとして参加する一般の地域住民が担っている。つまり、地域住民の目で、参加者の反応を確かめながらサポーター養成講座を運営している。

発言者：小学生と高齢者、認知症者とのふれあいを複数年繰り返し実施する中で、子どもたちと高齢者のかかわりが深まり、交流後に認知症の人が施設に帰ってから認知症の症状が出なかったという話も聞く。ぜひ、この取り組みを広げて欲しい。

⇒提言者：現在は核家族化が進み、子どもたちは高齢者とのふれあいが減っている。特別養護老人ホームなどの施設を訪問する子どもの中には、高齢者の様子に驚きを隠せない子どもがいる。しかし、成長段階に応じた認知症サポーター養成講座を継続的に受講した子どもたちは、施設訪問後に、どうしたら認知症の高齢者ともっとうまくコミュニケーションを取ることができるかを考えるようになっている。

発言者：ご自身がお仕事を担当されたことがきっかけではあるが、仕事をしながら地域活動に参加する環境がまだ十分に整っていない中で、キャラバン・メイトの地域活動に参加できている要因は何だと思うか。

⇒提言者：自分が地域活動に参加できるのは家族の理解があるからこそ。むしろ、地域で動けない平日を中心に、私の替わりに活動してくれている。さらには、地域でのつながりを通じて、同世代のお母さんたち世代やボランティア活動に熱心なおじさん、おばさんとの縁を広げてくれている。

樋口議長：育児休暇の取得を部下に進める上司のことをイクボスと称して政府も奨励している。働いている人が地域活動や、ボランティア活動を奨励したり、上司自らが率先して取り組んだりするボラボスのような存在もこれからの地域づくりに必要になってくると考える。

認知症について考えることを通じて

「誰もが安心して暮らせるやさしいまちづくり」

に参加しよう！

精華町キャラバン・メイト連絡会
田中　克博

地域づくりのキーワードは

「互　助」

困ったときはお互い様

ついつい他人に無関心になりがち

地域に関心を持つことが重要！
　そのきっかけの一つとして、

認知症supporter caravan

では、なぜ認知症？？？

65歳以上の
4人に1人が
「認知症」と
その「予備軍」

認知症はヒトゴトではない！

ジブンゴト

「認知症の人は何も分からない」は大きな間違いです！

伝えたいのは、周りの理解が何より重要だということ。
「専門職の支援より、必要なのは
身近な人がこれまで通り近くにいてくれること。
私はみんなが寄ってきてくれて助けられている。」

認知症の人を
困った人と捉える
社会が問題では？

認知症supporter caravan

認知症施策は地域づくりから！

認知症 supporter caravan

子どもたちに

どんな**地域・未来**を残したいですか？

愛の反対は憎しみではない。無関心だ。

（１１）就労者の「地域活動インターンシップ」をつくろう！

提言者：紺野　美知江氏

勤労者布の絵本連絡会わくわく 21 代表

日本の企業は 55 歳、60 歳、65 歳と定年する年齢が時代と共に延長されてきた。これまでは終身雇用制度の下で割合安定した生活を送ることができるサラリーマンという職種であったが、ここ５年、10 年の間に世の中のグローバル化が進み、日本の企業も世界の中で戦わなければならなくなったことで、社員ひとり一人に求められる仕事量とスピードも増す一方である。併せて、社会貢献として自分が社会の中で役立つために何が出来るのかも考える時代となった。また、ＩＴが進化したことで業務が効率化し、インターネットでは解決できない創造的な仕事が就労者に求められるようになったことで、そのための知識や技術、ネットワークが必要となる時代でもある。これらの能力はすぐに手に入り、身につくものではなく、継続的に学び続けていくことが必要になるものである。定年退職の年齢は会社が決めることだが、学びのゴールは自分自身で決めることだと考える。

自分自身は、昨年まで企業に勤務しながら、ボランティア活動に 20 年に渡り取り組んできた。ボランティア活動を通して、いろいろな人との出会いがあり、さまざまな経験を重ねたおかげで、退職後にやりたいことをなんとなく思い描くことができている。しかし今、どの企業でも限られた時間の中で成果を出すことが、管理職だけでなく、新入社員からすべての社員に求められる中で、企業側に社会貢献活動を求めても、企業は利益を求める大前提もあり、実施するには問題・課題もある。そんな中、企業と地域がＷＩＮＷＩＮの関係を築くことができるようになるためには、半年又は一年に一度の業績申告時に、地域貢献活動の評価欄を設け、ひとり一人の就労者が地域参加について考えるようにしてはてはどうかと考える。

地域貢献活動への入り口として就労者自身が地域の生活者としての感覚を養い、多様な人脈作りの蓄積のために地域活動インターンシップへの参加が必要である。地域活動インターンシップを充実させることは自分の仕事の充実のためにも、退職後の社会デビューに向けてのチャンスにもなり、就労者にとって必要な取り組みであると考え、提言する。

「提言への発言」

発言者：就労者が退職後に地域参加できるように、何もやらないままではよくないと考える。日々やるべきことは何であると考えるか。

⇒提言者：サラリーマンのうちにボランティア活動に参加するべきであるという話ではなく、自分の一生の中で、自分が今どこにいるかをひとり一人が考えることで、働きながらでも緩やかに学習するプロセスを踏みながら地域活動に参加できるのではないか。

発言者：毎週、地域の学校の家庭科室を借りて、小中学生や地域住民、先生の協力を得ながら配食サービスを 30 年以上実施してきた。そこに月 1 回でいいので企業に協力してもらえたら、活動に広がりが出ると感じていた。

樋口議長：地域には家庭があり、学校があり、さらに企業や商店がある。これからの時代の助け合い活動は総力戦で取り組んでいく必要がある。自助、共助、公助に併せて企業が主体となる商助も求められてくる。しかし、これまでは働く人々の地域参加に関する制度や機会があまりに少なかった。働く人たちが地域参加を考える機会となる地域活動インターンシップの提言は、新たな制度を作り、地域参加への意識を変える大切な一歩になると考える。

働く人々の社会参加を考える
～大人のインターンシップ～

紺野　美知江

これまで働く人の社会参加の課題

➢２１世紀型セルフマネジメント

・限られた時間や条件でわくわくしながらやり切る

・メリハリをつけた働き方（集中と余暇時間の創出）

➢２１世紀型リーダーシップ

・年代、男女、経験を問わない

・人が好きな人（おせっかい）

・人を惹きつける人（多様な人を受容し、巻き込んで行動）

これから働く人の社会参加

①自己投資型社会参加

➢生活者としての感覚を養う

➢多様な人脈づくりの蓄積

②大人のインターンシップの推進～

➢２１世紀型社会貢献活動の意義と参加を提言する

➢企業と高齢社会ＮＧＯ連携協議会でモデルケースづくりを実施

➢「大人のインターンシップ」を普及する

・対象者：勤続２０年・勤続２５年・勤続３０年以上・定年退職再雇用者など

・人材育成：一社ごとの導入をサポートする

【提言パートⅣ：総合的提言】

高齢者を中心に誰もがつながりを持って暮らすことができるための総合的な取り組みの必要性を提言する。

（１２）できることを持ち寄って、みんなの力を合わせて助け合いを広めよう！

提言者：中西　豊子氏　高齢社会をよくする女性の会・京都

京都は歴史のある町で、多くの風習やしきたりに縛られている生活が長く続いてきた。お祭り一つとっても、食べるもの、着るものから役割まですべてが決まっている。また、家庭の中を見られたくないという文化があり、介護保険が導入された当時は、ヘルパーが家に入るのを嫌がる傾向にあった。しかし、ここ 10 年、一人暮らしの高齢者が増加し、近所とのかかわりや助けがない方が、数日間誰にも気づかれずに孤独死されていた事例が出てきた。そんな中でさまざまな助け合い活動を展開し、高齢者が住みやすい地域づくりを推進するために、以下の取り組みを実現させる必要がある。

一つ目に、私たちは空き家になっている町屋を利用して、地域密着型サロンを立ち上げた。町屋の中の家具や調度品をそのまま使い、みんなで食事を作りながら、にぎやかに過ごしている。空き家でなくても、自宅を開放してくれる方の居間で高齢者サロンを月 2 回午後に開催し、地域の大学生が演奏会や落語を披露している。高齢者が居場所に集い、話し、笑うことは認知症予防にもつながる。

二つ目に、市の施設の中に小さな喫茶店を作り、そこで働く人材は高齢者が有償もしくは無償ボランティアを担い、活躍の場をつくり、生きがいの創出につなげていく。

三つ目に、地域の体育館や公園などの施設で、いろいろな人が参加したくなるプログラムを作成し、介護予防と共に多世代が交流し地域のつながりを強めていく。

四つ目に、京都は大学が多い町であり、大学生が子ども食堂で勉強を見るなどして、子どもと若者が交わる場を設置していく。一人暮らしの高齢者も、そこで食事ができるようにする。現在、京都市内に 6 か所あるが、もっと増やしていく必要がある。

五つ目に、待機児童解消を目指して、高齢者が保育所で保育の手伝いをすることで、活動の創出と生きがいづくりにつながる。

六つ目に、地域活動のコーディネーターになれる人材の発掘と育成を行う。京都市内ではサークル活動が盛んに実施されているので、活動をしている方たちに呼びかけてリーダーを養成し、地域の人々が力を合わせ、高齢社会に対処していきたい。

七つ目に、ボランティア活動や助け合い活動は強制せず、活動がゆかいに楽しく出来ることが大切である。

地域のことを思う人々が力を合わせ、みんなの力で助け合いを広げることが必要であることを提言する。

「提言への発言」

発言者：空き家の活用に注目はしているが、どこにどのように働き掛ければ活用できるか悩んでいる。

⇒提言者：区役所に相談して、そこから所有者につないでもらい、活用方法を相談することができる。消防法などの必要な施設、設備は行政が相談にのってくれる。家賃や使い方は所有者と相談しながら決めていくことが大切。

古都・京都で助け合いの地域づくり

中西豊子
（高齢社会をよくする女性の会・京都）

地域密着型のデイサービス「ほっこり」

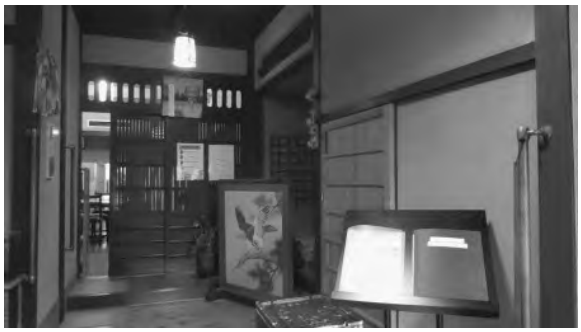
京都市伏見区にある典型的な京町家

ここは今地域密着型のデイサービスとして使われています。

隣は、サービス付き高齢者住宅です。

地域密着型のデイサービス「ほっこり」

家の中も昔のままの家具や調度品が使われています。



食事は陶器の食器で。お台所で利用者と一緒に作ります。お茶の時間も、手作り作業もお座敷でにぎやかに。

小規模多機能型居宅介護事業所　「おとく」

京都市北区小山南上総町

ここは要介護1~5の方が対象です。お泊り、通所ができる居宅介護と訪問看護を組み合わせたサービスが行われています。京都市内では６カ所のみ。医療的ケアが必要な方が多く在宅ターミナルケアや、重度の方、難病の方も利用されていて、各利用者のかかりつけ医と連携を取り、ご本人も家族も安心して利用されています。
町家を改装しつつ京都の風情を残したしつらえです。バリアフリー、浴室、トイレなど床暖房で快適になっています。

高齢者サロン藤紫会

当会会員今井孝子さんが自宅を開放している
京都市認定

月2回、第2、第4　火曜日　　1：30～4：00
30分程度　高齢者にかかわる情報提供
　　そのあと、地域の大学生との交流
フルート、ピアノ、コーラスなどの高齢者のメンバーや大学生の演奏など。
落語研究会の京大生から落語を聞くことも。

若い人と、老人との話し合いが好評。平均年齢が80歳、普段交流ができない孫世代より下の学生たちと話せるので、お互いに発見があり、楽しく過ごせる。

３．まとめ

日本社会は少子高齢化が急速に進む中、人々の生活はますます仕事中心となり、地域での人と人とのつながりやボランティア活動を通して生きがいを獲得する機会が奪われてしまった。さらに、これからの時代は一人暮らしの高齢者がますます増えると共に、地域の血縁や地縁が薄い世帯が増えていく時代になっていく。

そのような時代背景の中、2018 年 1 月 15 日に開催した「民間きずな国民会議～今きずなをどうつくる～」では、「みんなで、助け合う地域を！」をテーマに、12 名の提言者からそれぞれの地域に必要となる住民同士の支え合いや助け合いに関する具体的な方策が発表された。12 の提言内容をもとに、困っている人や悩んでいる人を地域全体でどのようにして、支え合い、助け合っていくのかを 500 名近い参加者で協議することができた。そして、12 の提言のどれもが、関係機関、地域住民に広く発信し、これから助け合いのある地域づくりを進めるためにその実現が望まれる提言であるとして、すべての提言が採択された。

「民間きずな国民会議」で採択された提言はひとり一人の国民が地域で安心して、心豊かな暮らしを送ることができるよう、関係省庁及び関係諸団体へ広く発信していく。関係省庁においては、誰もが幸せに暮らせるための方策を検討し、具体的な施策として打ち出されることを願っている。また、実際に地域の中で支え合い、助け合う中で、地域のきずなをつくり、強めていくのはまさしくひとり一人の住民の思いと行動である。ここにまとめた提言を住民主体で実現できるよう、多くの住民が積極的に地域に出て、助け合い活動に参加する地域づくりも合わせて目指していくことが求められる。

高齢社会 NGO 連携協議会 Japan NGO Council on Ageing (JANCA)

事務局

〒105-0011　東京都港区芝公園２－６－８　日本女子会館７階

公益財団法人さわやか福祉財団内

TEL　03(5470)7751　FAX　03(5470)7755