2021
9
令和3年9月10日発行（毎月1回10日発行）　通巻337号

人生100年時代　共生社会の生き方情報誌

さあ言おう

さわやか福祉財団

新しいふれあい社会づくりに向けて

さわやか福祉財団は、今年11月創立30周年を迎えます

これまでのご支援に心より感謝申し上げます

2021年度 さわやか福祉財団 全国交流フォーラム

日 時 2021年11月1日（月）

場 所 東京會舘（東京都千代田区丸の内3－2－1）

詳しくは、後日当財団のホームページでお知らせいたします。
また、さわやかパートナーをはじめご支援者の皆様には、併せて郵便にてご案内状をお送りいたします。

公益財団法人
さわやか福祉財団

人生100年時代 共生社会の生き方情報誌

さぁ、言おう

2021年9月号

CONTENTS

2 新しいふれあい社会 実現への道
つながりと助け合い 改めて「ありがとう」の効能を考える 清水 肇子

4 さわやか福祉財団の軌跡 真っ直ぐに、30年
寄稿6 **縁の下の力持ち 財団の成長を陰で支える心やさしき運営陣**
さわやか福祉財団 大岡 朋子・編集部

12 広げよう つなげよう 地域助け合い 活動の現場から
過疎化・高齢化が進む地域を 自分たちの手で元気に
むつみ元気支援隊（山口県萩市）

19 「地域助け合い基金」状況のご報告／助成先のご紹介

24 移住 悪くないですよ 第9回
2拠点を自由に行き来　やることがたくさんある暮らし
山下　裕輝さん（愛知県名古屋市⇔長野県飯田市）

30 連載 8 老いの暮らしを創る
言葉がみつからない 福祉ジャーナリスト 村田　幸子

新しいふれあい社会づくりに向けて

● 新地域支援事業・助け合いの地域づくり
34 北から南から　各地の動き

● その他の財団の活動　など
42 ご支援ありがとうございます。
さわやかパートナー（賛助会員）・ご寄付者の皆様のご紹介
44 さわやか活動日記（抄）

㉙「基金」ご寄付のご案内／㉜「NEXT」動画のご紹介／㊸『さぁ、言おう』バックナンバーのご紹介／㊻みんなの広場 / 投稿募集／㊽さわやかパートナー・『さぁ、言おう』のご案内 / 表紙絵から

助け合いを広げよう！ 新・ひとりごと ● 鈴木　訪子

新しいふれあい社会　実現への道

つながりと助け合い 改めて「ありがとう」の効能を考える

さわやか福祉財団　理事長　清水　肇子

コロナの収束が見えない中、地域で助け合い活動を広げていくことは本当に難しいと、多くの生活支援コーディネーターや自治体の皆さんが悩んでいる。しかし一方で、本誌でも報じているとおり、逆にこんな時だからこそつながりが大事、つながりが切れて深刻な状況を何とかしなければという情熱を持って、各地で地域の皆さんが工夫した活動を広げている。

生活支援コーディネーターの研修会などに出向くと、以前から、どうやったら住民の皆さんが主体的に動いてくれるか、魔法の言葉はありませんか？　といった質問に時折出会う。

9月にオンラインを主として開催する「いきがい・助け合いサミットin神奈川」でも、34設定した分科会の中で、「住民のやらされ感を払拭するコツと手法はなにか」のテーマには700人を超える参加者が集まった。もう一つ、つながりそのものをテーマにした分科会「地域は、地域で孤立しがちな人とどうつながるか」がおよそ800人の申し込み。この2つが一番多い人数で、まさに関心の寄せどころがわかる。

つながりを深めて助け合いへ。これは住民活動を自然に広げていく基本だが、「魔法の言葉

というと、普段は聞かないような名文を想像するかもしれませんが、実はとても身近にある。それは、ありがとう、です」と、お話をする。中にはそんな当たり前の言葉じゃなくて、と最初は不満げな表情を見せる方もいるが、助け合い活動の現場では、この「ありがとう」は大変馴染みのある言葉で、その土地の方言を使っているところも多い。

「ありがとう」の効能は、広く知られているところだが、人間関係をスムースにするだけでなく、脳機能を高め、免疫力アップにもつながると言われている。助けられる側・助ける側どちらであっても、お互いに自然に「ありがとう」と言い合える環境と関係が、互いの心を軽くして温めてくれるし、その喜びが自然に地域の活動を育んでいく。好事例や有効なノウハウの提供は大事だが、それだけでは住民の気持ちは長続きしないし、地域づくりは深まらない。

思うように進まず、成果も得られず、悩んでいたときに、一緒に悩んでいつも情報をくれて、本当にありがとう、と地域のシニアの方から言われて、笑顔で返したあとに思わずトイレに駆け込んだという生活支援コーディネーターがいた。うれし涙があふれてくるのを止められなかったという。制約のある中で何とか住民の皆さんと一緒に助け合いを広めたいと思っている生活支援コーディネーターの皆さんにとっても、実はこのありがとうが大切なエネルギーの源にもなるだろう。

以前、東京に暮らすネパールの人が、隣の人にありがとうと言われて、初めて地域の一員になった気がしたと言ったことが記憶に残っている。何年も前の、何気ない、さりげない日常のひと言がずっと彼女の暮らしを支えてきた。ありがとうは共感であり、相手の存在そのものを認めて受け入れるという気持ちの表れだ。今のような混迷、混乱といえる殺伐とした時期だからこそ、改めて、お互いさまのありがとうを広げていこう。

寄稿6

縁の下の力持ち 財団の成長を陰で支える 心やさしき運営陣

さわやか福祉財団　大岡　朋子・編集部

今秋30周年を迎えるさわやか福祉財団の軌跡を、人を中心にしながらご紹介するシリーズも第6回となりました。今につながる活動初期の頃の事業を中心にこれまでご紹介してきましたが、今回はそうした事業を陰で支えていた運営部門を振り返ってみます。事業分野の面々同様、情熱を持った魅力的なメンバーが参集してくれました。

法務・経理・総務、すべてゼロから 企業出向や派遣ボランティアさんが大活躍

一般には、対外的な事業担当は元気闊達、経理や庶務全般を担う運営部門はコツコツ型というのが、よく言われるイメージだろうか。

1991年に産声を上げたばかりのさわやか福祉推進センターに集まった運営のメンバーも、

まさにそうした実直な皆さんだ。「新しいふれあい社会づくり」を理念に、誰もがふれあい助け合いながら、いきいきと暮らせる社会をみんなでつくろうと、全国に呼びかけ始めた当時。ゼロからの活動をどうすすめていけばよいか、事業部門の手探りの苦労と大きな夢を共有しながら、その取り組みを裏で支えていた。

まず、とても大きな力になったのが、企業OBや出向の皆さんだ。さわやか福祉財団では、誕生当時から今に至るまで、大変多くのシニア男性がボランタリーに関わってくれている。これまで事業部門を中心にご紹介したが、運営でも企業社会で培った経験やノウハウで大活躍していただいた。

日頃は裏方で支える職員も、交流フォーラムでは全国のご支援者を笑顔でお迎え。写真右から、現スタッフの小野島朝子さん、原島敏子さん。続いて、東友会の小池惟智勇さん、亀島照辰さん、神田敏さん。左端・大岡朋子

法務関連業務は専門的な知識が必要となるが、93年に日立製作所から出向の森裕隆さんが担ってくれた。各種の商標登録から財団設立に向けた膨大な書類づくり、理事会・評議員会の開催や報告、登記、所管庁への提出書類の準備の事務も一手に担当。細かい作業に大変な労力を使われたことと思うが、出向期間終了後もボランティアとしても長く関わってくださった。几帳面に黙々と作業をこなしながら、関連する社会の動きのニュースを見つけては、自主的に理事長や事務局長などの机にコピーをそっと置くのが習慣となっていた。

また運営といえば経理・総務業務があるが、これは、東海銀行関東支部のOB会組織「東友会」から派遣の形で、当初から強力に支えていただいた。東友会さんからはこれまで多くの皆さんにボランティア職員として参加していただいているが、初期の94年から96年頃を振り返る

と、計6人の方々が週2～3日をめどにローテーションを組んで参じてくださった。

最初に佐藤昭さんと倉渕晧平さん、そして、谷川深さん、後藤政也さん、亀島照辰さん、神田敏さんと続く。補助金助成金は、用途や効果などの正確な記述が求められるが、事業規模拡大と共に増える申請先を個々にしっかりと担当し、労災や社会保険手続き等の総務も担い、任意団体としての保障関係の適切な環境を整えていただいた。

右端から森裕隆さんと自治体派遣研修生、左は原島さん。事業チームが大きな会合を行うときは運営チームも率先して事務支援。

経理のコンピュータソフトもない時代、すべて手仕事でのこと。まさに昔ながらの銀行員さながら、電卓をたたく音、パチパチと懐かしいそろばんの音も当時は聞こえていた。皆さん、家庭ではそれぞれ家事も担当されるなど、穏やかな方々の定年後のバランスの取れた生き方の一つの見本を示してくださった。

内外のIT支援もボランティアさんが担当

92年当時から草の根団体の活動支援ソフトを開発する事業を始めていたが、最初は富士通から出向の方々が基礎を築いてくださり、その後伊藤忠商事から出向の方が参加。他にもシステムが得意な企業OBの皆さんがボランティアで多く支えてくださった。

財団設立からおよそ10年の2000年頃までに8名が所属。当時全体職員が20名前後のところコンピュータグループは一大人数で、別部屋で時に侃々諤々、時に皆無言でパソコン画面に向かう様子は、常ににぎやかで喧噪を極めている助け合い活動グループとはおよそ違う会社のような雰囲気だったことを思い出す。

完成したソフト「さわやかさん」の配布・バージョンアップの支援は会田晧一朗さんと塚田

賢志さんが最後にすすめてくれて財団の事業としては終了した。このお二方、そして同時期に参加の塩見治雄さんらの力で、財団内のシステム化の充実が少しずつ始まっていく。

急速に普及するパソコンの選択と購入手配、汗だくになりながらの設置とセットアップまで丁寧に完了。使い慣れないスタッフからの質問は、時に活動日でない自宅への電話やもちろんメールなどでも緊急のSOSが届くが、そんなときにもすぐに対応してくれる頼もしい存在だ。

社会のIT化がどんどんすすんでいる現在、その知識や技能を持つシニアの方々も増えてきた。身近な地域でボランティアとして生かせる機会も多いのではないだろうか。

ちなみに会田さんは元銀行マン。主として組織づくり事業の支援も担当してくれた。ノートパソコンを抱えて全国各地への出張にも厭わず同行。一方、時間があるときは専門書を開き、自席で静かに新しい学習をされていた姿が思い出される。後年、病で入院されながらも病室から財団に必要なデータを送信し続けてくださり、「これが最後となります」とお別れを告げて旅立たれた。まさに生涯現役を貫かれた生きざまだった。お渡しした財団近くにある増上寺のお守りを最後まで大切にベッドの枕元に飾ってくれていたと奥様から後にうかがい、財団への思いに改めて感謝の気持ちでいっぱいになる。

塩見さんは電気メーカー出身でシステムやコンピュータのプロ。当初は主として会員管理等、財団運営に関するシステム担当が役割だったが、今は一人で財団内すべてのIT機器管理を担当してくれている。若々しい感覚で新しい情報も取り入れながらスタッフの様々

写真左が会田晧一朗さん。写真右は、業務の手を休めてバザーを手伝う塩見治雄さん（左）。バザーは職員に声を掛け購入額は皆で財団へ寄付

な要望にも臨機応変に応えてくれる頼もしい存在だ。つながりを大切にした仲間づくりを地域ですすめられている。

総じて財団のシニアボランティアの方は、他にも地域活動を積極的にされているが、〝現役参加〟の方もいる。塚田さんは、当時会社役員の傍ら、「さわやかさん」の開発・サポートなどを、週1回長く支えてくださった。

経営者から庶務ボランティアへ見事な転身

こうした専門的な経験や知識を生かすボランティアと別に、できることなら何でも、と、いわゆる本当に日常的な庶務のお手伝いを申し出てくださった企業OBの方もいる。その代表的なお一人が、吉岡正隆さんだ。当時の五反田事務所から徒歩1分という近くに自宅があり、その後、事務所が移ったあとも常勤ボランティアとして様々な庶務を黙々と行ってくださった。

元職は実は中堅企業の経営者。役職からある時点で見事に身を引いて後進に道を譲られた。「同じところに自分がいればいるほどどうしても口を出したくなるからね」と笑う吉岡さんは、元の肩書を誇るような素振りはみじんもない。経営者の顔を離れ、財団で充実した時間を有意義に過ごされているように見受けられた。財団のボランティアは、昼食代と交通費実費のお支払いのみの活動なのだが、それらをまとめて寄付もしてくださった。ただし、実直で温厚な吉岡さんだけに、それは違うと思う時はしっかり意見を言ってくださる。孫ほども違う職員のぐちを聞いたり、アドバイスして諭したり。やさしく皆から信頼された方だった。

そんな吉岡さんがある時、顔色が冴えず体調も悪いように見受けられたため、「点滴を受けてみたらいかがでしょう」と声掛けし、受診されたところ、骨髄の病気が判明した。入退院を繰り返される中でお見舞いに伺っても、辛い治療を受けているイメージや自宅療養に暗い気持ちで耐えているという印象はまったくという程見受けられなかった。悲観して過ごすより病気を受け入れ、回復した折にはまたさわやかに行く、という強い意思が穏やかな表情の中にも見

受けられた。残念ながら財団に戻ることは叶わず天国に旅立たれたが、今も私たちの記憶に深く残る存在だ。

定年退職の方向けに事務局長を公募！庶務支援のボランティアさんも活躍

運営に企業時代の経験を生かすという点では、事務局長はその重要なポジションの一つ。6月号でご紹介した東京海上火災保険（当時）から出向の五十嵐純さん、五十嵐さんの病気を受けて新日本製鐵（当時）から出向の神谷武秀さんには代行として活躍いただいた。神谷さんが出向を終えて戻られることになった後、財団設立後の運営の舵取りを担ってくれたのが日立製作所を退職された竹下知道さんだ。重責となるため給与も示して97年に事務局長の公募を行い、複数の最終候補者の中から、竹下さんが選出された。現在の清水理事長に事務局長をバトンタッチするまでの6年間、介護保険制度や公益法人制度など、今の社会の土台となる制度づくりの荒波に立ち向かっていた財団では、その裏方を支える運営部門も大変な苦労があった。有給とはいっても職務と責任からいえばシニアの社会貢献という思いがあってこそ応えていただけるような難しい立場。外部対応だけでなく、この時の公募条件になるネットワーク型の組織運営で、それぞれに思いの強いスタッフを調整する事務局のトップとして、さぞストレスも多かったことだろう。しかし、そこは包容力を持って受け止めてくださり、退職後も財団の交流フォーラムに例年参加して寄付もくださるなど、あたたかく見守ってくれている。

こうして発足当時から、様々な皆さんに支えられて運営してきているが、活躍していただいているのは男性陣だけではもちろんない。

宛名書きや情報誌発送、各種資料の発送などの業務が毎回定期的にあって大作業となる。業者に頼めばもちろん有料となるところ、こうした作業もずっと多くのボランティアの方に支えていただいてきた。高校生から最高年齢？歳までの主に女性パワーだ。たとえば、創立3年目、本格的に活動がすすんできた当時の記録をみる

と1年間で事務所にお手伝いにきてくださったのは32人、延べ109回、一番多い方で18回とある。職員が10数名だったころで、大変にありがたかった。この他にも自宅での宛名書きや翻訳作業などでも多くお世話になっている。

この頃からこの情報誌『さぁ、言おう』の発送処理を、長くお手伝いしてきてくださったのが嵯峨野京子さんと佐藤京子さん。今はコロナ禍で財団内の職員のみで担っているが、月に一度のお二人のやさしい笑顔に癒されていた。

福島の避難者支援でも活躍の高橋恵理さん

穏やかな笑顔で見守ってくれていた吉岡正隆さん（右）と堀田力会長

定年後の社会活動として事務局長を担ってくれた竹下知道さん

事業推進を陰で支える事務スタッフは年齢も経歴も多様

財団の事業はこうしたボランティアの方々に大きく支えられているが、運営部門や各事業の庶務事項を担っているのは、多く女性のパートタイムスタッフだ。気持ちはボランティアマインドそのもので安い額を厭わず、電話の応対から大量に届く郵便物の処理、事務用品の手配等々、日常の庶務を行っている。黙々と作業をすすめるシニア男性ボランティアの人たちに比べて、総じてこちらはにぎやかだ。「笑顔と体力がウリ」とは当時皆で言い合っていたこと。事務所引っ越しの作業の時も、大きな段ボールを運びなれた姿で動かす様子に、運送業者さんから「ここの女性陣は本当によく働く、力自慢だね」と感嘆されたこともあるほどだ。

前述の吉岡さんとのチームで庶務を長く担ってくれたのが高橋恵理さん。財団の平均年齢をぐっと引き下げていた存在だ。圧倒的な年の差に戸惑いつつも持ち前の人懐っこさであっとい

う間に財団の情報袋として、スタッフやボランティアさん、出入りの業者さんともよい関係をつくり上げ、8月号でご紹介した和久井良一さんの補佐としてもよいコンビにもなっていた。

彼女が「お手すきの皆さん、別室で封入作業を手伝ってください！」と大きな声掛けをすると、担当に関係なく、可能な人たちが作業の手を休めて別室に集まり、封入作業を手際よくスタートする。このあたりのスタッフの動きは吉岡さんがお手本だ。

今も広報を中心に活躍している小野島朝子さん、全国のインストラクターさんに関する窓口を一手に引き受けている原島敏子さんもこの初期の頃に参加してくれた。担当の業務がありながらも、資料発送や電話応答等庶務の仕事も気軽に引き受けてくれ、新しい職員や研修生にも馴染んでもらえるようバックアップするなどやさしい配慮も忘れない。

同時期に入団した大岡朋子は、主として会員管理と、全国の助け合いボランティア団体の管理を行わせていただいた。企業に勤めた後、求人を見て応募し、縁あって96年の末から財団の活動に参加させていただくことになった。

財政面で支えてくださっている法人・個人会員の会費関係の手続きや問い合わせへの回答、財団スタッフが収集したボランティア団体の登録等が主たる業務。情報誌発送に対し第三種郵便の適用を受け、コスト削減も重要課題だった。その後、財務グループで、特に遺贈に関する取り組みも関わらせていただいている。

＊　＊　＊

週1日からフルタイムまで、多様な参加の仕方で、本当に多くの皆さんが思いを持って集まってくださった。思いがあるからこそ小さな衝突も日常のようにあったが、目的を共有しているからこそ皆が納得し合い、次の事業に向かうエネルギーにもなった。

多くの皆様のご支援のおかげで当時と比べると今の財団は事業も運営も大きな規模となっているが、思いを大切に、というこの基本の根っこは変わらずに引き継いでいきたい。

過疎化・高齢化が進む地域を自分たちの手で元気に

むつみ元気支援隊（山口県萩市）

人口の減少と高齢化が著しい中山間地域において、住民自身が地域で支え合う必要性を認識。日常生活のちょっとした困りごとを気兼ねなく言えて、笑顔で安心して暮らせる地域にしたい！地域を元気にしたい！との願いから結成された、住民ボランティア組織「むつみ元気支援隊」。決して無理をしないことが互いを思いやることにつながり、活動が発展。現在は介護予防・日常生活支援総合事業の担い手としても活躍する、その取り組みを紹介します。

（取材・文／城石　眞紀子）

愛着のある地域で暮らし続けるために

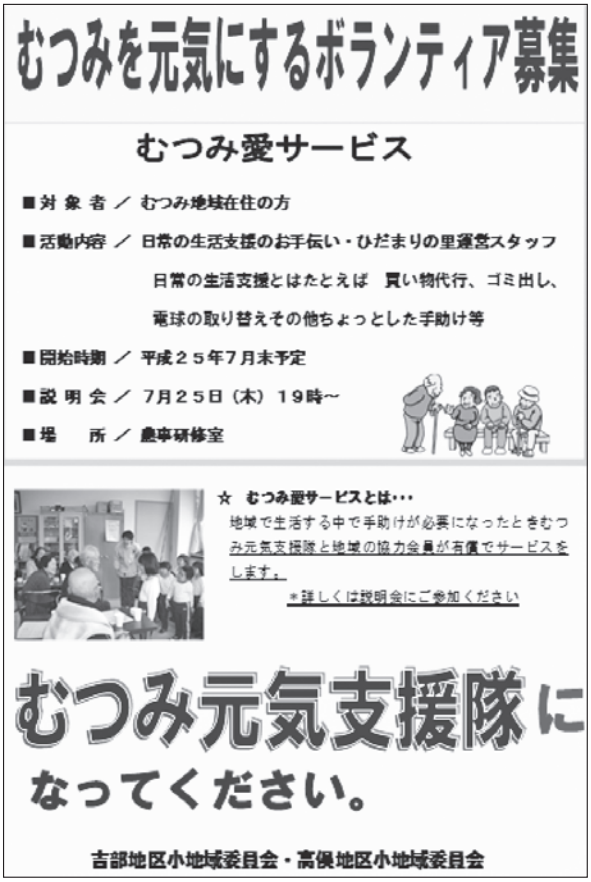
山口県萩市の北東部、中国山地の中山間部に位置するむつみ地域（旧むつみ村）は、豊かな自然に囲まれたのびやかな住環境が広がるエリア。しかし、近年は過疎化・高齢化が進み、2021年6月末現在、地域人口1299人に対し、65歳以上人口が751人、高齢化率57・8％となっている。

このような状況の中、「むつみを元気に」をテーマに、高齢者等の日常生

活の困りごとの解消や見守り体制の充実を図る活動をしている住民ボランティア組織が「むつみ元気支援隊」だ。

その発足は8年ほど前にさかのぼる。萩市は、平成の大合併によって05年3月、旧萩市と阿武郡の6町村が合併し新しい萩市が誕生したが、合併前の旧町村では人口減少や少子高齢化が急速に進んでおり、地域の衰退を食い止めるためには、地域が一体となった支援体制づくりが急務となっていた。そこで、同市社会福祉協議会では、旧6町村を含む13圏域（おおむね小学校区）ごとに、地域で暮らし続けるための話し合いを行う「小地域福祉活動推進事業」に着手。むつみ地域では10年に吉部地区に、12年に高俣地区に、それぞれ地域住民9名ずつの委員からなる小地域福祉活動推進委員会が立ち上がった。

「当時、むつみ地域の高齢化率は萩市で一番高く、一人暮らしの高齢者も120人以上。今後も増加することは容易に予想できました。これから5年先、10年先、私たちが暮らすむつみ地域がどうなっていくのか皆が不安を抱える中で、自分たちで動かないとどうしようもないとの危機感から、地域でやれることがあったら何かしてみようと集まったのが始まりでした」と話してくれたのは、吉部地区の委員の一人でもあった、むつみ元気支援隊副隊長の中原誠子さん。



隊員を募集するチラシ

「むつみあう」心で地域が一体となって活動を創出

当初、吉部地区と高俣地区の委員は、それぞれの地域での課題解決に向けて毎月、議論を重ねていた。しかし委員だけで話し合ってもなかなか前に進めることが難しかったため、地域の人たちがどんなことを望んでいるのか、住民アンケートを実施した。

「高齢者はアンケートが苦手な方も多いので、老人会や集会所などで聞き取り調査をし、残りの世帯は委員が直接配布、回収しました。アンケートからはさまざまな不安や要望が吸い上げられましたが、一番多かった声は、気兼ねなく立ち寄れる場所、子どもから高齢者まで幅広い世代が集まれる居場所が欲しい、というものでした」

そこで市に相談して、既存の公共施設を改修。活動拠点となる「むつみ世代間交流拠点施設」が整備され、13年2月から運営が始まった。これをきっかけとして、地域住民共助による支え合いを実現しようとする動きが加速。居場所ができ、次なる課題として、吉部・高俣両委員合同会議による話し合いから、日常生活が困難な人たちに対して地域が一体となった支援体制づくりをしようと、同年8月、むつみ元気支援隊が発足した。

「吉部・高俣両地域は、もともと〝むつみ村〟という1つの村で、その名称には〝むつみあう（互いになれ親しみ合う）〟という意味が込められています。地域全体で心を1つにすればきっと困難も乗り越えられる、と一緒に活動することに。そして、同じ思いを持つ仲間を増やそうと、『むつみを元気にするボランティア募集』というチラシを配布して隊員を募集。初めての活動は、同年7月の萩市東部集中豪雨災害時の被災者宅の泥よけ作業でした」

安らぎの居場所づくりで楽しみや生きがいを創出

現在、むつみ元気支援隊の隊員は54人。年齢層は50代から90代までで、男女比は3対7。仕事を持つ多忙な人でもできる範囲のことをしよう、との考えの下、「できる人が　できることを　できるときにやる」をモットーにさまざまな支援活動を行っている。

世代間交流施設の一室「ひだまりの里」は、隊員が当番制で常駐しており、誰もが気軽に立ち寄ることができる居場所。節分祭、ひなまつり、七夕まつり、クリスマス会など四季折々の世代間交流イベント、サロン、高齢者の技を生かした各種教室などを開催し、イベント時の送迎サービスも実施。月曜サロンは毎週1回、男性サロンは不定

期で年3～5回程度開かれている。「居場所はとても居心地がよく、用事を済ませがてらお茶を飲みに立ち寄る人や、コロナ前は保育園の子どもたちの訪問があったり、小中学校の児童・生徒さんも来てくれるなど、幅広い交流の場になっています。月曜サロンを運営しているのは、94歳の女性隊員。とてもお元気で、毎回どんなことをやるか計画を立てて皆さんをお迎えしています。毎週月曜日の朝10時半ぐらいに集まって、ラジオ体操や指の運動、はぎ弁歯（し）あわせ健康遅口言葉、しりとり、生け花などをして過ごされ、お昼も皆さんそれぞれで持参したお弁当を食べてお茶を飲み、楽しんでいらっしゃいます。今はコロナ対策で〝黙食〟ですが、1人で食事をするより断然楽しいと、毎週10人前後の方が来られています」と日頃の活動の様子を話してくれたのは、理事の堀田幸子（ほりたゆきこ）さん。

月曜サロンの様子。担い手は94歳の女性隊員

男性サロンの様子。小学生と一緒に門松作り

季節のイベント（七夕飾り作り）

また、一人暮らしで孤立しがちな高齢者に外出してもらう目的で新たにスタートさせたのが、「ひだまりランチ&カフェ」。

「月1回開催していて、毎月メニューを決めて、私たち隊員がカレーライスやおすし、炊き込みご飯、冬はうどんを作ったり、たい焼きを焼いたりして提供。食べるだけではちょっと物足りないよねと、近くの診療所の看護師さんに来ていただいて、夏だったら熱中症対策の話をしてもらったり、駐在所のお巡りさんにオレオレ詐欺の話をしてもらうなど、地域の方々の協力も得ながら、1日楽しんで帰ってもらっています」（中原さん）

支援をする側とされる側の垣根が曖昧で、いくつになっても出番があるのが、むつみ元気支援隊のいいところ。これまでの利用者から、交流をきっかけに元気を取り戻して毎日を楽しもうという意欲が見えたり、地域社会への参加による生きがいや役割、目標の創出にもつながっているようだ。

有償の助け合いが互いの介護予防にもなって

居場所づくりに加えて、もう1つの活動の柱となっているのが「むつみ愛サービス」だ。これは、毎日の生活の中でのちょっとした困りごとや手助けが必要なとき、有償で支援を行う取り組みである。

利用料は、ごみ出しや買い物代行、電球交換、灯油入れなどの「ちょっこっと支援」は100円（30分）、大型ごみの搬出や雪かき、庭木の剪定などは内容によって300～500円（30分）。有償にしているのは気兼ねなく頼めるようにするためで、利用料は運営費に充てられ、隊員が受け取るのはガソリン代の実費のみ。

「地域には、いろんなことができる隊員がいます。棚を作ったり、剪定をしたり、女性隊員はズボンの裾上げをしたり、障子を張ったり。現在は施設入所されたために利用はありませんが、目の不自由な方の散歩介助をしていたこともあり、とても喜んでいただきま

むつみ愛サービス・木の伐採

した。隊員はみんな、誰かのために何かをしたいと思っている方ばかり。支援にうかがった先ではあれもこれもして帰ろうと、時間延長もたびたびです。作業をしながらいろんな話をするのも、お互いの介護予防に。利用者さんの喜ぶ顔と『ありがとう』『助かりました』の声が、大きなモチベーションになっているようです」（堀田さん）

ほかにも、孤立しそうな人を出さないための声かけや、75歳以上の一人暮らしの高齢者宅を訪問する見守り活動も行っている。

「私たち隊員だけでなく、活動を見た隣近所の方が『これくらいのことだったら自分たちにもできるからいいよ』と言ってくださることもあります。ごみ出しなどにしても『ついでだから出してあげるよ』とか。そんなふうに、地域の皆さんの間にもボランティア精神が少しずつ芽生えてきているのもうれしいことです」（中原さん）

みんなの話し合いと連携が協議体になり活動は事業として充実

活動は「無理をしないこと」が大前提なので、対応できない案件もある。そうしたときには速やかに地域包括支援センターや行政につなげる連携も取れている。

「『地域ささえあい協議会』という組織があって、我々支援隊のメンバーと行政、社協、地域包括支援センターなどの職員が2か月に1回集まって情報交換をしています。そのため、利用者の中に介護保険サービスを利用したほうがよいケースがあれば、そうした情報も上げているので、すぐにケース検討に入ってもらうことも可能です」と話すのは、4代目隊長の高橋正演（まさのぶ）さん（70歳）。

むつみ元気支援隊では、コアメンバーが発足当初から毎月、利用者の状況を報告し合い、「地域はこんなことに困っている」などと協議体のごとく課題を共有し、改善策を実行に移してきた。そのため、萩市では「すでに協議体の機能を果たしている」と認識し、生活支援体制整備事業を開始した15年度に若干のメンバーを加え、そのまま2層協議体と位置付けた。このような経緯から、団体が活動しやすい補助金や市の公用車の無償貸与といった制度をつくって支援しつつ、サロン運営（通所型サービスB）＋むつみ愛サービス（訪問型サービスB）を協議体発の介護予防・日常生活支援総合事業として整備した。「体制整備とかはよくわからんのですが、わからないまま前に進んできた」と高橋さんは笑うが、地域づくりの担い手として住民が主体的に

活動し、行政は行政にしかできないことでそれを支援するという、理想的な協働体制が構築されているのも、むつみ元気支援隊の強みだ。

高橋さんは畜産と農業を営む忙しい身でありながらも、「地域にとって必要な組織」との信念から、時間をやりくりして活動を牽引。中原さんは、退職後も必要とされる存在でありたいとの願いを、活動を通して実現。「皆さんに喜んでもらえることが何よりうれしい」とやりがいを語る。堀田さんは6年前にご主人を亡くされ、「そのときに、地域の人たちに助けてもらったから今の自分がある。活動を通して恩返しをしたい」と話してくれた。それぞれが胸に秘めた思いは違えども、「愛着のある地域で元気に暮らし続けたい」との共通の目標の下、和気あいあいと楽しげに活動を推進していこうする姿が印象的であった。今後のますますの広がりが期待される。

（左写真）
隊長の高橋さんと副隊長の中原さん
（下写真）
むつみ地区社協の職員でもある、理事で事務会計担当の堀田さん

むつみ元気支援隊

萩市むつみ地域で活動する住民ボランティア組織。「できる人が　できることを　できるときにやる」をモットーに、住民共助による支え合いを実践している。主な活動内容は、生活支援「むつみ愛サービス」（日常生活のちょっとした困りごとを住民相互で支援）、世代間交流の場づくりと交流イベントの実施など。サービス利用者、サービス提供者ともに会員登録が必要で、年会費500円。利用料は、買い物、ごみ出し、電球交換等の「ちょこっと支援」は30分100円。掃除、雪かき、剪定等は内容により30分300～500円。利用料は運営費に充てられ、サービスを提供者には37円／kmのガソリン代が支払われる。16年度からは、介護保険の介護予防・日常生活支援総合事業の訪問型サービスB、通所型サービスBの実施主体としてもサービスを提供。

●連絡先／〒758-0304　山口県萩市大字吉部上3201-8
電話　08388-6-0118

「地域助け合い基金」状況のご報告

皆様のご支援により、全国各地の助け合いを助成している「地域助け合い基金」。8月15日までの状況をご報告いたします。

◎寄付受付額
197件　1044万700円
このほかに当財団より9千万円を供出

◎助成実行額
560件　7549万1350円
（8月15日　当財団ホームページ開示時点）

『「地域助け合い基金」助成先のご紹介』ページでもお伝えしています通り、地域では、長引くコロナ禍で一時は停滞した活動も、さまざまな工夫によって少しずつ再開される傾向にあります。本基金の助成金によって購入した感染防止グッズを活用し、対策を万全にして交流を再開する動きがあることは、地域住民にとって大変心強いことです。

コロナの収束が見通せない中、当財団では今後も本基金を通じて、このような活動が継続できるよう応援させていただきますので、皆様の引き続きのご支援をどうぞよろしくお願い申し上げます。

（事務局長・内田）

当財団ホームページでは毎日、寄付と助成金額を開示しており、助成可能な金額もご覧いただけます。寄付や助成をお考えの方は参考にしてください。

●基金に関する情報、およびクレジットカード決済は、QRコードもご利用ください！

財団ホームページ内
基金関連ページ

クレジットカード
決済ページ

基金に関する
ご意見・お問い合わせ

＜地域助け合い基金担当＞
電話：（03）5470-7751　FAX：（03）5470-7755
メール：mail@sawayakazaidan.or.jp

応援ありがとうございます！

「地域助け合い基金」助成先のご紹介

皆様のご寄付を原資に、コロナ禍での困りごと解決のための活動や、さまざまな世代・人々が参加する地域共生社会への取り組みを支援している「地域助け合い基金」。今月号は、誰でも型の居場所、地区社協の取り組み、コロナ禍での見守りを強化するための工夫などに対する助成をご紹介します。

なお、このほかの助成先団体の活動報告も財団ホームページに続々アップしていますので、ぜひ全国のさまざまな活動をご覧ください。

東京都狛江市

誰でも型の居場所で見守り、交流、必要な支援を

comarch（こまち）

助成金額　15万円

「子どもから高齢者まで、広く市民に対して多世代交流の集いの場を開放することで、世代や障がいの有無を超えて多様な人々がゆるやかに見守り合い、かかわり合うことのできる契機を創出する」という活動目的で、2019年3月に活動を開始したcomarch。「野川のえんがわこまち」は、空き家だった住宅を整理し耐震補強工事を行って、週4回開放しています。それぞれ本業として福祉・教育に携わっている市民がスタッフとなり「こまち」に常駐するほか、近隣住民ボランティアと連携して運営し、乳幼児と保護者、放課後の小中学生、不登校の子ども、知的・精神障がいのある人、高齢者など幅広い来訪者を受け入

れて、それぞれの過ごし方を見守り、適宜交流のきっかけをつくるとともに、必要に応じて相談に乗ったり有用な支援につなげています。また、有償による在宅の生活支援等も行っています。

本基金の助成金は、「こまち」の賃借料とインターネット利用料に活用されました。まだ立ち上げ期にあるｃｏｍａｒｃｈ。今後は、各助成金以外に寄付金（会費）、有償ボランティア等の事業収入のバランスを取ることで継続的な活動を行っていく、とのことです。

「こまち」で過ごす子どもと保護者

静岡県藤枝市

感染予防対策でふれあいの場が徐々に増えた

西益津地区社協

助成金額　10万円

西益津地区社協では、1994年から、防犯・防災・交通安全、子どもの見守り活動、居場所の提供によるつながりづくり、知事会組織の地区社協だより年4回発行、健康維持活動、単身高齢者との昼食会と懇談会による福祉活動等に取り組んでいます。

昨年、コロナウイルスの影響で居場所の提供を休止することになり、住民のふれあいの場がなくなりました。地域の活性化が薄くなり、高齢者が自宅に閉じこもり気味で虚弱体質になりがちなため、感染予防を取りながら地域住民に居場所を自由に安心して利用してもらいたいとして、本基金に応募。助成金は、居場所再開のために、会食用・講演会用コロナ対策スクリーンの購入に充てていただきました。

「おかげ様でコロナ対策備品の購入ができ、地域のふれあ

う場面が徐々に増え、自宅閉じこもりで虚弱体質になりがちな人たちの楽しいふれあいの場・居場所ができ、会話や笑い声が聞こえるようになりました。感謝の言葉をいただき、励みになっています」と報告をいただきました。今後も気を緩めることなく、地域の役員の皆さんと連携を取りながら感染予防に取り組んでいく、ということです。

感染対策を万全にして開催された
単身高齢者の会食会

京都府京都市

つながりが切れないように通信増回と暑中見舞いはがき

大将軍「おせっかい」

助成金額　15万円

大将軍「おせっかい」は2011年設立。高齢者のための健康すこやか学級・居場所の運営、ごみ出しや庭木の手入れ、入院準備など頼まれたことの手伝い、子どもたちの下校見守り活動、子ども食堂手伝い、子育てサロン開催等の活動をしてきました。高齢者の見守り活動・安否確認を兼ねて、広報誌「おせっかい通信」も年4回作成・配布。視覚障がいのある人には、点字で作成したものを訪問配布しています。

コロナ禍で、見守り活動強化としておせっかい通信を2回増回。また、障がい者支援やさまざまな形態で会議を実施するため、通信費・事務費、事業を実施する際の3密を回避する会場費が必要となりました。さらに、すこやか学級と子育てサロンの参加者には暑中見舞いはがきも送付。本基金の助成金は、これらの取り組みに充てられました。

みなさ～～～ん！お元気ですか？　免疫力を高めましょう。

「新型ウイルス感染症」高齢者が気を付けたいポイント。　先ずは良質の睡眠を。

【フレイル(生活不活発による虚弱)防止】体の回復力や抵抗力が低下し疲れやすくなるのを改善。
散歩も良いけれど、体ｸﾈｸﾈしたり、ﾃﾚﾋﾞ見ながら自宅で出来るちょっとした運動。無理はしないで。
ｽｸﾜｯﾄ10回ほど(つかまっても良い)。足首ｸﾙｸﾙ。かかと上げ30回ほど。足踏み50回ほど。(座っても良い)

【バランスの良い食事】マ(豆)ゴ(ごま)ワ(わかめ)ヤ(野菜)サ(魚)シ(椎茸)イ(芋)。
主食(主にエネルギー源)：ごはん・パン・麺類。
主菜(タンパク質)：肉・魚・卵・大豆製品など。
副菜(ﾋﾞﾀﾐﾝ・ﾐﾈﾗﾙ・食物繊維)：野菜・キノコ・海藻類。

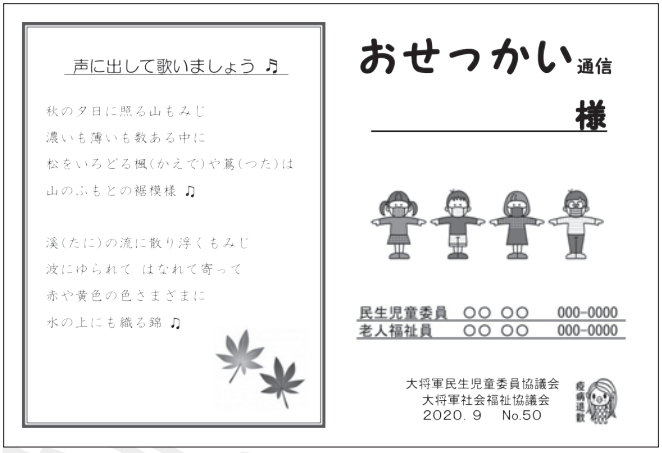
【口の中のケアー】毎食後・寝る前の歯磨きは感染症予防。
大きく開けてア・イ・ウ・エ・オ。パパパ・タタタ・カカカ・ラララを繰り返す。早口言葉。
毎日、声に出して新聞や本を読む。電話でおしゃべりも。

【買い物】一週間の献立をざっくり決めて、買い物メモ作って、出かける回数を減らす。
みなさんの外出自粛の間はセールのチラシも自粛のようです。

【詐欺】助成金のなりすまし：口座情報・暗証番号は絶対に教えない！
水道水にコロナが混ざっているので洗浄するというウソ電話のかかった事例あり。

★ 外から帰ったら、必ず一番に**手洗い・うがい**を忘れずに！

困ったときは民生委員・老人福祉員に電話でご相談ください。



声に出して歌いましょう ♫

秋の夕日に照る山もみじ
濃いも薄いも数ある中に
松をいろどる楓(かえで)や蔦(つた)は
山のふもとの裾模様 ♫

溪(たに)の流に散り浮くもみじ
波にゆられて はなれて寄って
赤や黄色の色さまざまに
水の上にも織る錦 ♫

おせっかい通信

様

民生児童委員　○○ ○○　000-0000
老人福祉員　○○ ○○　000-0000

大将軍民生児童委員協議会
大将軍社会福祉協議会
2020. 9　No.50

おせっかい通信

「高齢者の経験から来る知識を教えていただき、若い方からは新しい感覚を学ばせてもらって、どちらも遠慮なく言葉を交わすことのできる関係、元気をもらうことができるような地域関係を結びたい。スタッフ自身が楽しめない活動は、支援を受ける人も楽しめないし喜んでもらえないと思うので、無理をしないでみんなで助け合って活動を続けている」とのことです。

移住 悪くないですよ

第9回

2拠点を自由に行き来 やることがたくさんある暮らし

山下　裕輝さん

（愛知県名古屋市 ⇳ 長野県飯田市）

自宅のある愛知県名古屋市と、隣の長野県飯田市を車で行き来しながら、名古屋では計300坪ほどの畑で数十種類の野菜や果物を育て、飯田では大好きなスモモをハウス栽培している山下裕輝（ひろてる）さん（66歳）。多彩な趣味を持ち、家事も一手に担う山下さんは、定年前から名古屋でも飯田でも農業を始めたことで、周りの人たちとのふれあいも広げています。

（取材・文／塩瀬　潔泉）

幼少期から自然に親しんで

山下さんは、生まれも育ちも愛知県名古屋市。

実母や実妹は、すぐ近所に住んでいる。大学も名古屋、就職も大阪に本社がある化学品の専門商社で、配属はやはり名古屋。主に営業職として、40代半ばからは名古屋の拠点の責任者にもなり、60歳の定年後も2年間勤務を続けた。

もともとアウトドアやモノづくりが好きで、大学でも実験ができる化学を専攻。また、子どもの頃から植物を育てるのも好きで、30年ほど前に新築した自宅では、庭にスモモと娘さんが好きなブドウの木を植えた。実がなるたびに収穫し、妻と長女、長男の家族で味わってきた。実家は商売をしていて忙しかったため、子どもの頃、夏休みや冬休みには隣の三重県にある母親の実家に「毎年、自動的に送り込まれていました（笑）」と山下さん。釣り好きだった父親を近くで見ていたことから、小学生になる頃には自身もフナなどを釣り始めた。現在も月1回のペースで船を予約して仲間と海釣りに出かけるし、小型船舶の免許も持っている。夏はカヌー、冬は学生時代からスキーを続け、家族で日帰りスキーを楽しんできた。

「名古屋は近隣の県も含めて、車さえあれば海も山も川も、日帰りで行ける所がいろいろあるんです。そういう意味では、名古屋はレジャーに事欠かない、良い所だと思います」

山下さんが釣り上げたビンナガマグロ

50歳を過ぎて畑を始める

高度成長期に就職し、多くのサラリーマンと同様、一つの会社に長年勤務した山下さん。50歳を過ぎた頃から徐々に、何か別なこともやってみたいと思うようになり、定年後のことも考えるようになった。

その頃、父親が亡くなり、親戚が集まったとき

に90坪ほどの畑の担い手がいないという話が出た。自宅から通える距離だったので、それなら自分がやってみようかと思ったという。母親の実家が農機具を販売していたことから、小型の耕運機なども入手でき、ハードルは低かった。これが、山下さんの最初の農業だ。

（右）山下さんの名古屋の自宅。30年前に植えた大きなスモモの木は、今でもおいしい実を付けてくれる　（左）収穫した野菜をご近所にと、自宅前に設置した販売所

さらにその後、近所の人から「相続した200坪の畑があるのだけれど、担い手がやめてしまった。山下さん、畑をやっているならそこもやってもらえないか」と声をかけられた。ここは、愛知県内だが一宮市なので少し遠くなるが、軽トラックで行き来し、年間40種類くらいの野菜を収穫している。

「さすがに農協に出荷するほどの量は採れませんが、自宅で食べる採りたての野菜は、スーパーなどで買う物とは全く味が違います」（山下さん）

日曜日には、朝7時半から自宅前に設置した販売所で100円均一で収穫した物を販売するが、品物を置く間もなく並んで待っていたご近所さんが買い求め、あっという間に売り切れてしまう。

通い続けた飯田でスモモ栽培

畑を始めて間もなく、山下さんはたまたまインターネットで飯田市が行っているワーキングホリデーを見つけた。畑の良いやり方もよくわからな

いし、大人になってからは足が遠のいていた田舎の生活を懐かしくも感じて応募した。飯田市のワーキングホリデーは、農家に何日か滞在して一緒に生活しながら農作業を手伝うもので、農家側の人手の確保にもなっている取り組みだ。山下さんが最初に滞在して、余分な花を摘み取る作業を手伝ったのはリンゴ農家。山奥の一軒家で、周りには何もない、夜は真っ暗という場所だったが、のんびりとした山の斜面での作業は、ストレスのない体験だったそうだ。ワーキングホリデーにはその後も参加し、年2回のペースで今でも続けている。

飯田に通って年数を重ねるうちに、これだけ頻繁に行き来するなら自分が1～2泊できるくらいの拠点が欲しい、と思うようになった山下さん。2012年に、何度かお世話になった農家に相談すると、空き家を紹介してくれた。さらに、飯田でも自分で何か育てたい、と相談したところ、長年使っていなかったビニールハウスを1棟貸してくれることになった。

「栽培するのは、スモモに決めていました。大学時代に北海道旅行に行って、たまたま農家のスモモをいただく機会があったのですが、その甘さ、おいしさに驚きましてね。ずっと覚えていたんです。リンゴが名産の飯田で、素人の自分がリンゴを栽培しても…と思いましたし、それなら大好きなスモモをやろうと」（山下さん）

ハウスにビニールを張り直し、土に植えるよりも早く実がなるポット（植木鉢状の容器）で栽培を始め、今では100本の木から10品種ほどのス

山下さんが飯田で拠点にしている家。
部屋は３つ、庭は15坪ほどあり、車も２台置ける

スモモの木は高さ３メートルほどになり、1本で30〜100個ほどの実が採れる

モモを収穫するまでになった。毎年、収穫シーズンになれば釣り仲間や知人など、おすそ分けを心待ちにしている人がたくさんいるそうだ。

ワーキングホリデーでつながりができた人たちもいれば、借家やビニールハウスでお世話になった農家には、行くたびに顔を出してお茶をごちそうになるほか、飯田に移住してきた会社経営者に経験談の講演を依頼されたり、偶然名古屋と飯田の2拠点で生活している夫婦とも縁があり、お宅を訪問したりして交流している。

家族思い

本当にまめな山下さんだが、やっていることは外だけではない。家族は皆仕事に行くため、3度の食事、掃除、洗濯は、ほとんど山下さんがやっている。畑で収穫した野菜をどう料理するか考えるのも楽しみの一つ。釣ってきた魚ももちろん自分で下ろし、刺し身にしたりして家族に振る舞う。

「最近は、在宅勤務もあって妻や子どもも家にいることが多いですが、何だかこれで定着しちゃいましてね」

ご家族は幸せである。

ハウスの修復にも結構なお金がかかり、飯田との行き来はガソリン代もかかるので実は赤字だそうだが、それよりも得るもののほうが多いのだろう。「飯田に行くと家事もなくて（笑）、ちょっとした気分転換になるんですよ」と山下さん。居心地の良い場所が2つもあって気ままに行き来でき、どちらでもやることがたくさんある。実にぜいたくな暮らし方だ。

「地域助け合い基金」で
コロナ禍を乗り越えて共生社会へ

皆様からのご寄付をお待ちしています！

1．寄付金の使途

共生社会を推進するため、助け合い活動の支援に活用させていただきます。

助成の対象は、地域で暮らす人同士の助け合い活動であり、新たに団体を設立する場合のほか、新たに活動を広げる場合やコロナ禍に対応して特別な助け合い活動を行う場合も含みます。

高齢者、子ども、認知症、障がい、生活困窮の方々、刑余者、外国人、ケアラーの支援ほか、分野は問いません。ただし、日本国内の活動に限ります。

本基金は、支援したい市区町村（区は東京都の特別区）をご指定いただけます。

2．税制上の優遇措置

当財団にいただいたご寄付は、税制上の優遇措置の対象となります（当財団発行の領収証が必要となります）。

3．ご寄付の方法

（1）銀行振込によるご寄付

三井住友銀行　浜松町支店　（普通）　口座番号　７８５９４５２
三菱ＵＦＪ銀行　浜松町支店　（普通）　口座番号　００９５４４６
（口座名義 ※いずれも同様）
公益財団法人さわやか福祉財団　地域助け合い基金

※銀行お振り込みの場合は、送金者の情報がカタカナ表記のお名前のみとなるため、当財団発行の領収書が必要な場合や地域の指定をご希望の場合は、お手数ですが「寄付申込書」を当財団宛お送りください。当財団へのお電話でも承ります。

（2）郵便振替によるご寄付

（口座記号番号）　００１１０－７－７０９６２７
（加　入　者　名）　公益財団法人さわやか福祉財団

※通信欄に、ご指定がある場合の市区町村名（区は東京都の特別区）と、ひと言応援コメントなどをご記入ください。また、手数料不要の払込取扱票をご用意していますので、お申し出いただければ郵送いたします。

（3）クレジットカードによるご寄付

19ページのＱＲコードもしくは当財団ホームページよりお申し込み下さい。

助成応募については、当財団ホームページをご参照ください。
「寄付申込書」「パンフレット」なども、ホームページからダウンロードできます。

＜寄付・助成のお問合せ＞
地域助け合い基金担当

電話：(03)5470-7751　FAX：(03)5470-7755
メール：mail@sawayakazaidan.or.jp

連載 8

老いの暮らしを創る

言葉がみつからない

福祉ジャーナリスト　村田　幸子

50年来のつきあいがある、ごく親しい友人から「白血病になっちゃった。余命3カ月ですって」というラインが入って、そろそろ1年になる。野菜づくりに励み、テニスを楽しみ、肩が触れ合おうものならこちらが弾き飛ばされてしまいそうな健康そのものの人でした。どんな言葉をかけたらいいのだろうか。通り一遍の慰めなど聞きたくもないだろうし、ましてや「頑張って」などとは。動悸が収まるのを待って電話をしました。しかし私の気持ちを適切に伝えることはできず、根掘り葉掘り、その時の状況を聞くだけでした。

以前、食道がんで手術をした後輩は、主治医から「声帯を切除しなければならないかもしれない。手術をしても生存率は20％」と言われたほど深刻な状況でした。しかしそんな自分ときちんと向き合い、一日でも長く生きようと言う姿勢を見せていました。手術前に入ってきたメールには「いろいろ励ましのメールをもらうが（がんを克服するという強い意志をもって立ち向かって）とか（今やがんは治る病、深刻になる必要はありません）などと言われると、それが温かい励ましとわかっていても生存率20％と言われた身には、つらい」とありました。

私にも覚えがあります。股関節の手術をした時、主治医からは「手術、リハビリで入院

は半年。一生杖は離せません」と言われました。歩けるようになるだろうか、職場復帰できるだろうかと心底気が滅入っている私に「大丈夫よ。歩けるようになるわよ」と、何ともあっけらかんとした軽々しい見舞いの言葉に、悪気はないとわかっていても落ち込んだ記憶があります。見舞う側は、早く元気になってくれと願って言葉をかけます。とはいえ常套句のような上辺だけの言葉には反発を覚え、「ありがとう」とうなずく顔が引きつることだって、あるのです。その時々の、その人の状況に合わせた言葉をかけることは、なんと難しいことでしょうか。

白血病に罹った友人は抗がん剤治療を始め、当初は思ったほどの苦痛はないということで明るく過ごしていましたが、回を重ねるごとに気分が悪くなり、吐き気、だるさ、食欲不振に悩まされ、負け戦をしている気分だと言ってきました。彼女の体調の変化による気分の浮き沈みにもかける言葉が見つからず、私は相変わらず、話を聞くだけです。お互いの日頃の暮らしや彼女の病状報告等が、せめてもの気晴らしになるといいのですが。

患者がより良い治療を受けるために、医療者と患者自身がコミュニケーションを図ることが大事だという「患者学」には書籍もたくさん出ており、我々の関心も高まっています。一方見舞う側はどうかというと、がんは治癒することもありますが、やはり「死の影」がちらつき、まだまだ怖いという思いが拭えません。それだけに見舞いにいく時には身構えてしまい、どんな顔をしようか、どんな言葉をかけたらいいのかと、必要以上に気を遣ってしまいます。二人に一人はがんに罹るという統計が出ています。患者の心に響き、心を落ち着かせてあげる言葉や対応はどうしたらいいのかということに、もっと心を砕き、関心をもちたいものです。

（むらた　さちこ）　立教大学英米文学科卒業後、ＮＨＫにアナウンサーとして入局。報道番組のリポーターや社会性のある硬派の番組を中心に担当。1990年、解説委員に就任。ＮＨＫスペシャル「あなたが寝たきりになった時」、ＮＨＫモーニングワイド「高齢化社会」のキャスター他、多くの番組を担当。2004年、解説委員を退任後も高齢者問題の第一人者として活躍中。現在、江戸川総合人生大学「介護・健康学科」学科長。

大好評

動画『NEXT ～心と心をつなぐ工夫と取り組み～』ご活用ください！

コロナ禍にあっても、アイデアと工夫でみんなが笑顔になれる活動を紹介している当財団制作の動画「ＮＥＸＴ　心と心をつなぐ工夫と取り組み」（各８分程度）。皆様から大変ご好評いただいています。コロナの時代における助け合い活動のヒントとして、生活支援コーディネーターの勉強会のツールなどとして、ぜひご活用ください！

第１弾　奈良県生駒市

あなたの「元気」を届けよう
プロジェクト

第２弾　静岡県袋井市

出前居場所・青空居場所・
我が家のごはん届けます

第３弾　大阪府門真市

こんな時こそ地域の力で、
ゆめ伴プロジェクト

第４弾　新潟県新潟市

受け身にせず
「みんなで守ること」で活動再開

第５弾　岡山県倉敷市

つながる回覧・
マスクプロジェクト

第６弾　神奈川県鎌倉市

食を通した居場所（みんたべ）・
フードパントリー

動画は、当財団ホームページでご覧いただけます。

https://www.sawayakazaidan.or.jp/movie-next/

新しい
ふれあい社会づくりに
向けて

ふれあい　いきがい　助け合い

さわやか福祉財団は、子どもから高齢者まですべての人が、
それぞれの尊厳を尊重しながら、いきがいをもって、
ふれあい、助け合い、共生する地域社会づくりを一貫して進めています。
特に現在は、全国自治体が新地域支援事業で取り組んでいる
住民主体の助け合いの地域づくりを強力に支援しています。
どうぞ、皆様の地域の情報もお寄せください。

- **新地域支援事業・助け合いの地域づくり**
  北から南から　各地の動き
- **その他の財団の活動　など**
  ご支援ありがとうございます。
  さわやかパートナー（賛助会員）・
  ご寄付者の皆様のご紹介

さわやか活動日記（抄）

北から南から

新地域支援事業・各地の動き

（2021年7月1日～31日）

●全国各地で、推進の支援をしています
●活動の一部を紹介しています

生活支援コーディネーター・協議体と連携

滝沢市（岩手県）

21日／岩手県のアドバイザー派遣事業として、滝沢市の第2回担い手養成講座に当財団はオンラインで協力。第1回で新地域支援事業と住民参加による多様な助け合いを理解した参加者。今回は、特に有償ボランティアと居場所の具体的な取り組みについて、さわやかインストラクターの加藤由紀子氏に実践の講義をお願いした。その後、グループワークで共有し、質疑応答で理解を深めてもらった。

28日／第3回担い手養成講座が行われ、第2回に続きオンラインで協力。今回はグループワークを中心に行った。内容は、「目指す地域を考えよう」として、「①目指す地域像についての話し合い」「②足りない、または必要だと思う活動、やってみたいこと」。できるだけ近いエリアの人たちでグループを設定し、じっくり話し合ってもらった。3回の勉強会を通じ、本音で話しやすい関係も生まれた様子で、地域の多様な課題や、なぜ勉強会に参加したか、これから取り組んでいきたいこと、空き家を活用したいなど、具体的な話がたくさん出された。

最後に財団から、「本音で話し合える関係が生まれている。助け合い創出に向けた動きが始まりそうだ」とまとめのコメントをした。

終了後のアンケートでも、「地域で何ができるか、助け合いができるかを再確認できた。仲間づくり、関係づくりに取り組みたい」「いろいろな地域の活動や取り組みを聞くことができてよかった。子どもから高齢者までが集える活動が必要だと感じた」など前向きな意見が見られ、出席者25名中17名が協議体に参加、9名が検討中との結果だった。今後も、助け合い創出に向けた勉強会や協議体選出等で支援していく。

（鶴山）

加須市（埼玉県）

5日／加須市北川辺地区第2層協議体（みずわの会）会議が行われ、当財団から活動に対するコメントを提出する形で協力。これまでの屋外での集いの場の活動に対する総括と、コロナ禍で思うように活動ができない中、今行っている活動がこのままでよいのかなどについて財団にコメントが求められ、集いの場を開催する目的や工夫すること、継続して定期開催することなどをアドバイスした。

終了後に、活動に対して不安があったが前向きな気持ちになれた、との感想が寄せられた。次回の協議体には財団もオブザーバーとして参加し、支援を続ける予定。（岡野）

美里町（埼玉県）

8日／美里町大沢地区で4回目の第2層協議体が開催され、当財団もオブザーバー参加した。前回、「花いっぱい運動」を活用した集いの場を実施することが決まったが、今回は実施後の報告と総括、次に何をするかが議題となった。地域によって違う住民への声かけの方法や参加方法について共有し、また、どの地区も参加者から「久しぶりにみんなと話せてよかった」など大変喜ばれたという報告があった。

財団からは、花いっぱい運動を活用した集いの場は、この活動への参加を通じて地域のつながりをつくることを目的とし、一人暮らし高齢者や近隣とのつながりが薄い人にこそ積極的に声かけをすることが大切、とあらためて伝えた。今後は、地域アンケートの結果を参考に、次の活動を検討していく予定。（岡野）

座間市（神奈川県）

13日／神奈川県内の市町村への個別支援として当財団が座間市を訪問し、ヒアリングとアドバイスを行った。参加者は、同市社会福祉協議会の第1層生活支援コーディネーター、市職員、県職員の各氏。第1層協議体の構成員やあり方を見直したいとのことで、財団・鶴山より機能している事例を紹介し、構成員の見つけ方や、主役は住民であること、それを働きかけるのが生活支援コーディネーターであり、後方支援をするのが行政であること等を伝えた。また、結果を急がず、10年後を見据えて目指す地域像を考え、既存のものを生かしながら新たな体制をつくっていってはどうか、とアドバイスした。

これらの話を受け、住民勉強会を実施し、場合によって財団に講師を頼めれば、との話があった。また、生活支援コーディネーター同士の横のつながりをつくりたいとの話もあり、今後も協力していく。（鶴山、沼崎）

韮崎市（山梨県）

14日／今月20日に予定している韮崎市への個別支援の事前打ち合わせ（オンライン）を山梨県、韮崎市、南アルプス市の斉藤節子第1層生活支援コーディネーターと小林陽一第2層生活支援コーディネーター、当財団の鶴山・三上で行った。

20日の勉強会の目的は、各課が生活支援体制整備事業による住民主体の地域づくりが始まることをきっかけに、地域共生社会に向けて何ができるか共通認識を高めること、また、当初の同市内5圏域に2層をつくることである。何を狙いにするのか、目的がブレないように議論をした。まずは、勉強会を将来的に庁内連携になる足がかりにするような共通理解を進める方針となった。

20日／山梨県の令和3年度生活支援体制整備アドバイザー派遣事業として、同市の第2回支援をオンラインで実施。同市福祉課・健康づくり課・子育て支援センター・長寿介護課・社協から計15名と、県担当者、当財団の鶴山・三上、南アルプス市の斉藤氏・小林氏が参加した。同市では2017年から事業を開始したが、これまでの活動経過をあらためて共有し、事業の意義、市全体として取り組みが必要な課題について関係者での共通理解を持つことを目的とした。

財団の鶴山より、事業の意義や生活支援コーディネーターと協議体の任務、他市町村の事例紹介、行政の立ち位置、コロナ禍での活動等を通して、住民主体による地域づくりをどう進めるかについて説明。次に行政から、同市の事業の状況について報告があった。助け合いの掘り起こしなどのために行ったワークショップから地域の課題が見えたが、行政主導で住民主体になりきれなかったこと。コロナ禍でのサロン休止を受けて行った聞き取り・アンケート調査から見えてきたこと。生活支援コーディネーターとの定期的な打ち合わせや連携から、生活支援コーディネーターだけでは解決できない問題を庁内連携で解決していきたいと考えるようになったことなどが話された。今後、庁内関係課、関係部署で事業に対する共通認識を持つこと、小学校区5区に自主性を持った第2層協議体を整備することなどを目指す。

斉藤氏と小林氏からは、南アルプス市の取り組みの経過と現状の課題について話された。

質疑応答では、市長の理解をどう得るかについて質問があり、市長に住民フォーラムで登壇してもらい、地域づくりの必要性や住民のやる気を肌で感じてもらうことが大事、とアドバイスした。終了後に子ども支援課から、空き家を活用した子ども食堂や、子どもと高齢者の居場所についての提案があったとのこと。今後も2層づくりなどで支援していく。（鶴山、三上）

笛吹市（山梨県）

12日／山梨県の令和3年度生活支援体制整備アドバイザー派遣事業として、笛吹市の第1回支援を行った。市内7町の第2層生活支援コーディネーターから、6月に実施した第1回の支援後の活動について報告があった。大きな傾向として、取り組みでは、①居場所、②ごみ捨て、③移動支援、④避難体制づくりがあり、課題として①コロナ禍

での活動の難しさ、②農繁期の活動の難しさ、③関係する諸機関との横のつながり（情報共有）の大切さが挙げられた。

講義1として当財団の鶴山から、「コロナ禍でも住民主体を進めていくには？」と題して講義し、足並みをそろえることに気を取られすぎず、やれる人がまずやることと、住民の心を動かすにはどうしたらよいかについての投げかけを行った。「5年後10年後の目指す地域像を共に考える。行政がこれからの厳しい状況をデータも交えてしっかり伝える。住民同士が話し合う機会をつくり共感を広げる」とし、「コロナ禍でむしろつながりの需要は高まっている。助け合いを広げるチャンス」と他県の事例を紹介しながら伝えた。

講義2として、南アルプス市の生活支援コーディネーター斉藤節子氏が同市内の地区の事例を用いて、3層ができるまでの経緯の説明。住民フォーラムやニーズのアンケート調査から3層が発足したことや、送迎サービスでの工夫等について話した。

質疑応答では、「住民は現状に困っておらず、今の状況でしか考えられないことが多い。気づきを得てもらうにはどんな情報が必要か」との質問があり、鶴山から、人材不足や介護保険の財源不足等の情報を通して助け合いと生きがいの大切さを伝えることをアドバイス。斉藤氏から居場所の有効性や人口減についてデータを示して伝えることをアドバイスした。

講義3は南アルプス市の生活支援コーディネーター小林陽一氏より。社協の意義、3層の活動、コロナ禍での対応、専門職の生かし方、住民の動かし方について話した。

コロナ禍で活動に対する躊躇や停滞感が見られたが、頑張っている他の自治体や社協の事例を聞く中で、前向きな気持ちになってもらえたと感じる。それぞれの協議体の中でできることを考え、そこから具体的な動きにつなげていけるようにフォローしていく。

（鶴山、三上）

新潟市（新潟県）

29日／新潟市の戦略会議が開催され、当財団も会議メンバーとしてオンラインで参加した。

◎南区の地域包括ケア推進モデルハウスが、建物の老朽化とリーダーの引っ越しで閉じることになった報告と、その後の取り組みについて市から報告があり、全体で共有。

◎「茶の間」のガイドラインについて。コロナ禍における茶の間の取り組み

に対する市のガイドラインはあるが、その目的のために住民同士で知恵を出し合い感染防止をしながら食事を作るなど柔軟な取り組みが始まっており、そこは容認したいとのことだった。

◎その他　「お互いさま・新潟」の再開に向けて。コロナ禍で中断していた有償の助け合い「お互いさま・新潟」だが、コロナ禍におけるニーズが増していることや、茶の間の継続の中で、参加チケット（実家の手）を活用して自然に助け合っていることを共有した。これまで、「実家の茶の間・紫竹」は生活支援コーディネーターの研修の場の機能として、エンジンメンバーとの実践の中で学ぶ場ともなっていたが、自主性を尊重しながら必要に応じた場の活用とし、「お互いさま・新潟」も推進していくことを共有した。（鶴山）

大野市（福井県）

12日／第1層協議体の「結の心でつながる支え合いの推進会議」が開催され、当財団も協力。今年度第1回目となる今回は、初参加の構成員もいるため、最初に財団から「第1層協議体の役割」について整理し、協議体の具体的な取り組みを説明した。続いて第2層生活支援コーディネーターから、各担当圏域の取り組み状況が報告され、今後の展開について協議を行った。（髙橋）

長野市（長野県）

14日／「長野市生活支援体制整備協議会ワーキンググループ」の第1回目が開催された。同市では第1層協議体として本協議会を設置しており、各種団体、住民自治協議会、地域包括支援センター、老人クラブ連合会、民生委員児童委員協議会、タクシー協会、市社協などで構成されている。

今回は、本会議とは別に協議内容によって開催されるワーキンググループで、「今後の生活支援体制整備事業の推進に向けた具体的取り組み」について協議する場として開催された。構成員の任期が2年ということもあり、新規メンバーも多いことから、まずは財団から体制整備事業の背景と助け合い活動推進の意義を説明、いくつかの事例から取り組み手法についても伝えた。協議の中では現場からの課題も多数上がり、「実際にやるのは難しい」という声も出ていたが、「市内でもしっかりと取り組んでいるところはある。できないと決めつける前に、どうやったらできるかを考えていきたい」との発言もあり、「まずはできることからやってみる」との総意となった。（髙橋）

対馬市（長崎県）

7日／対馬市で、1層・2層の各協議体委員長と生活支援コーディネーター、市社協関係者らが集まり、今後の住民主体の活動を積極的に進めるための第2層協議体会議が行われ、当財団がオンラインで協力した。最初に2層協議体の委員長やメンバーがそれぞれの地域で取り組んだ成果と課題を共有し、

それを受けて財団から、事例を通じて住民主体の助け合いの地域づくりをどう推進するか、同市のこれまでとこれからを考えてもらうこととした。

2層の6地区で、居場所づくりや子どもと高齢者の交流イベント、見守りや要援護者に対する活動などが行われているが、移動支援についてのニーズが高いのは共通の課題。路線バスの増便や買い物支援、事故が起きた場合の対応などについて1層でも検討してほしいとの意見が出た。

財団からは講演で、「コロナ禍だからこそ、もっと人とつながりたい、おしゃべりしたい、人を元気にしたい人が増えている今、感染防止をしながら住民に働きかけ、声を聞いていこう」と呼びかけた。また、2017年の住民フォーラムから、2層の豊玉地区での体制づくりをモデルとした同市。大づかみ方式による協議体の選出やそのとき話し合った目指す地域像をあらためて確認し、どこまで広がっているか、そこから見えてきた課題は何かを問いかけた。住民主体の取り組みは、コロナ禍でも工夫して取り組まれるという事例も紹介した。

その後、今後に向けた質疑応答や感想等を出し合って話し合いを進めた。今後は2層協議体も入って情報交換会を実施するなど、お互いに刺激し合いながら基本を確認して前に進む良い機会になった、との反応があった。

（鶴山）

東彼杵町（長崎県）

1日／東彼杵町の関係者勉強会が行われ、同町行政、町社会福祉協議会、県中央保健所、県の行政担当が参加。当財団が長崎県のアドバイザー派遣事業としてオンラインで協力した。今年度の同町の生活支援体制整備事業の現状・今年度の計画を受けて、今後の進め方の戦略を立てることを目的とした。

同町は一昨年、アドバイザー派遣として財団が協力して勉強会を3回行い、住民主体となるような体制づくりを行った。その後、コロナ禍となりフォーラムなどの活動はできなかったが、協議体で話し合ったり、サロンを回り住民のニーズを聞き出している。体制づくりの勉強会に参加した協議体メンバーが「いつでも誰でも型居場所をつくりたい」と動き出しているため、それをモデルにしてはどうかと考えており、居場所立ち上げに向けた財団の助言の要望があった。居場所の立ち上げについては、どんな居場所を始めたいのか住民の声を聞き、必要な情報を提供しながら立ち上げをバックアップしていくことが大事であることを共有した。今後は、生活支援コーディネーター、社協、行政で話し合いを進め、財団も必要な支援を行う。

（鶴山）

協議体編成のための研修会・勉強会等に協力

大野市（福井県）

13日／大野市で「地域支え合いを考える会」（協議体準備会）の第3回目が

開催され、住民約20名が集まった。この会は、同市大野地区の第2層協議体編成に向けた住民勉強会で、グループワークでは「必要な支え合いの具体化」について4グループに分かれて話し合った。発表では、「まずは話ができるきっかけづくりから」「行動範囲の輪をつくる」「回覧、電話、メールなどで思いを伝える」など、前向きで具体的なアイデアが報告された。次回が準備会の最終回の予定で、住民の手上げ方式による協議体の発足を目指す。（髙橋）

敦賀市（福井県）

16・27日／第2層協議体の話し合いの場となる「支え合いを考える会」が、西地区（16日）、松原地区（27日）でそれぞれ開催され、コロナ禍での今後の取り組みについて協議された。当財団からは「コロナに負けない！　支え合いのカタチ」と題して、動画も使いながら各地の柔軟な取り組みについて紹介。コロナ対応だけでなく、その先の生活支援に目を向けて考えていくことを伝えた。2つの地区は地域事情も異なるため、具体的な取り組み手法は同じではないが、どちらからも一歩踏み出すため「まずはやってみよう」と意欲に満ちた意見が出ていた。今後は地域支え合い推進員（生活支援コーディネーター）が取りまとめ役となり、助け合い活動の立ち上げに取り組んでいく。（髙橋）

生活支援コーディネーター養成研修等に協力

岩手県

8日／令和3年度岩手県生活支援コーディネーター養成研修会が開催され、33市町村中20市町村45名が参加。当財団の清水肇子理事長と鶴山が講師を務めた。今回は生活支援コーディネーター就任2年目程度までの人が対象で、45名中約30名が就任3か月までの人だった。事前の課題としても「生活支援コーディネーターと協議体の役割」「住民への働きかけ方、信頼関係の築き方」「行政、社協、包括など関係者の共通理解」等について基礎から知りたいというニーズが多く、継続して取り組んでいく事業の課題を感じた。

これらの状況を受け、今回のテーマは「住民主体の地域づくりをどう推進するか」とし、清水理事長が「生活支援コーディネーターと協議体に期待される機能・役割など」として講義で基本を押さえた。また、事前のニーズにもあった「コロナ禍での助け合いの取り組みの工夫」は、財団制作の動画「NEXT」の事例を中心に紹介した。

県内の取り組み事例としては、盛岡市と軽米町から発表があった。軽米町では、住民主体の協議体の体制づくりやコロナ禍での住民フォーラム、その後の座談会からニーズを掘り起こし、空き家を活用した居場所の立ち上げに向けて協議体が動き出している取り組みが紹介された。財団からは、フォーラムと勉強会で体制づくりを進めた山

梨県南アルプス市の事例と、人口減少の中で既存の地縁組織を合理化し、ワークショップによる住民のニーズ把握と担い手掘り起こしをしながら助け合いのしくみを全世代参加で進めている山形県の「NPO法人きらりよしじまネットワーク」の事例を紹介。若い世代の力も生かして住民主体で取り組む必要性を伝えた。

グループワークでは、「住民の力をどう引き出すか」というテーマで、①住民主体の助け合い地域づくりを推進するための体制づくり、②住民主体の地域づくりを推進するための方法、を具体的に話し合い、発表して共有してもらった。住民主体に向けた多様な方法が発表され、理解が進んだようだった。（鶴山）

愛知県

19・20日／愛知県の生活支援コーディネーターフォローアップ研修が開催され、当財団もオンラインで協力した。今回は6月に実施した新任向け研修の第2部として、現任者も含めたいわば実践編の内容。意見交換の形式を取り、県内を4ブロックに分け2日間で開催した。現場の実践の中で生じる課題は各自治体で地域性も異なる。また、行政、包括、社協、生活支援コーディネーターそれぞれの立場でさまざまな視点で積極的な意見交換もできた。（長瀬）

助け合いの地域づくりのために協力

富山市（富山県）

5日／富山市内の地区社協、自治振興会、包括担当職員等を対象に「通いの場・居場所づくり情報交換会」が、同市と市社協の主催で開催された。令和3年度の「地域助け合い住民福祉活動推進研修会」となるこの会は、コロナ対策も考慮し、1会場50名ほどで午前・午後の2回に分けて実施した。

当財団からはリモートで、居場所の効果と新しい取り組みを紹介、居場所から生まれる助け合いについても説明した。集まる場所の開設だけでなく、その先の日常生活支援への発展も視野に入れて取り組んでいくことで、より住民のニーズに応えていけることを伝えた。後半では、市内の取り組み3事例が実践者から発表され、情報交換が行われた。（高橋）

（本稿は、岡野貴代、高橋望、鶴山芳子、長瀬純治、沼崎未来、三上宗佑）

ご支援ありがとうございます。

さわやかパートナーは、本財団の趣旨にご賛同いただき、財政的・精神的にご支援くださる賛助会員の皆様です。会費は寄付金の一種として大切に活用させていただきます。新規ご入会の会員の方、会員をご継続いただきました皆様も毎号ご紹介いたします。また、個別のご寄付をいただきました皆様もご紹介させていただきます。

（敬称略）（2021年7月1日～7月31日財団受付分）※なお、自動振替の場合等、処理日と財団受付日にずれが出て掲載時期がずれる場合がありますことをご了承ください。

さわやかパートナー個人（77件）

（都道府県別50音順）

北海道
加賀谷　之治
斉藤　真由美

岩手県
住吉　淳子

宮城県
菅原　宏之

秋田県
丹　すみ子
横山　喜代子

山形県
荒井　智子

福島県
佐藤　俊子

茨城県
平沢　光子

栃木県
井上　永子

群馬県
井上　謙一
木村　隆彦

埼玉県
佐伯　正孝
唯木　勝彦
為ヶ谷　喜一郎

千葉県
杉本　類子
関川　和歌子
千葉　春彦
中村　厚
人見　敏郎

東京都
白田　誠
石関　里英
石原　順一
井上　由美
今井　良兒
大井　利雄
大福　族生
長田　延滿
加藤　洋一
川上　五郎
菅野　善男
黒瀬　義郎
髙橋　昌樹
藤田　邦彦
本多　則惠
森脇　亜人
渡邉　一衛
渡部　正和

神奈川県
石川　晉
岡添　ナオ子
佐久間　博
瀬戸　正
高久　銀二郎
藤田　和弘
吉田　憲正

新潟県
鈴木　せい子

福井県
天谷　まり子
武藤　功士

長野県
竜野　泰一

岐阜県
河合　俊宏
坂口　正恭
山下　紘一

静岡県
鈴木　明与
髙部　宗夫
田中　昭彦
平田　厚

愛知県
荒川　裕子
木下　敬一
中井　恵美子
新澤　宏
山田　勉

京都府
奥谷　和隆
波多野　牧子

大阪府
芦原　久子
大関　利男
土肥　孝治

兵庫県
佐野　正明
名倉　啓惠
山田　富美子

岡山県
神田　典治
福原　弘子

山口県
池本　君子

愛媛県
髙橋　敦

高知県
三谷　英子

佐賀県
江口　陽介

大分県
杉森　哲

沖縄県
仲間　勝弘

さわやかパートナー法人（9件）

（50音順）

医療法人財団俊陽会古川病院
NPO法人たすけあい大田はせさんず
株式会社東京映画社
日本製鉄株式会社
一般社団法人日本遊技関連事業協会
ピーアークホールディングス株式会社
プライムエステート株式会社
NPO法人まごころケアホーム高湯の里
宮崎精鋼株式会社

一般ご寄付（5件）

（50音順）

氏家　明子（2万円）
株式会社カスタネット（1万円）
関川　和歌子（7千円）
山本　博子（3千円）
和久井　良一（5万円）

『さぁ、言おう』バックナンバーのご紹介

◎お問い合わせは広報まで　電話：(03) 5470-7751　メール：pr@sawayakazaidan.or.jp

2021年8月号

- **巻頭言**「地域で考える心のレガシーとは」 清水　肇子
- **今風女子**　滝野　文恵さん
- **さわやか福祉財団の軌跡**
  ＜寄稿５＞ 企業時代の経験と人脈を生かす　編集部・大岡　朋子
- **活動の現場から**　西楽田ささえ愛の会（愛知県犬山市）
- **連載７　老いの暮らしを創る**　村田　幸子　ほか

2021年7月号

- **巻頭言**「子どもの共感力を地域で育もう」清水　肇子
- **厨房男子**　原澤　益太郎さん
- **さわやか福祉財団の軌跡**
  ＜寄稿４＞ 思いを持った生活者の視点で住民の心を動かす　鶴山　芳子
- **活動の現場から**　ＮＰＯ法人ほっとあい（宮城県大河原町）
- **移住　悪くないですよ**　寺田　幸代さん（岐阜県美濃市）
- **連載６　老いの暮らしを創る**　村田　幸子　ほか

2021年6月号

- **巻頭言**「70歳定年で社会は変わるか？」清水　肇子
- **今風女子**　北風　宗照さん
- **さわやか福祉財団の軌跡**
  ＜寄稿３＞ 異彩・異才の個性派ぞろい　鶴山　芳子
- **活動の現場から**　西武狭山グリーンヒルおたすけ隊（埼玉県入間市）
- **移住　悪くないですよ**　新地　章倫さん（長野県佐久市）
- **連載5　老いの暮らしを創る**　村田　幸子　ほか

さわやか活動日記（抄）

〈2021年7月1日～7月31日〉

情報・調査事業

調査政策提言プロジェクト

子どもの共感力を育てる検討委員会

第3回検討委員会を開催

【7月20日】

「子どもの共感力を育てる検討委員会」の第3回検討委員会がオンラインで開催された。これまでの議論に加え、2名の講師が「子どもの共感力をどう育むか」の裏付けとなる2つの観点から講演を行った。1つは児童精神科医、精神科医の立場から、子どもの共感力をどのように育て、捉えていくという点について、「子どものこころと発達への理解を深める」と題し、認定NPO法人PIECES代表の小澤いぶき氏より。2つ目は、脳科学の専門家として東北大学スマート・エイジング学際重点研究センター教授・副センター長の瀧靖之氏より「子どもたちの健やかな脳発達のために」と題した講演で、どちらも有益な示唆をもらえる機会となった。

本研究は、特に未就学児の子どもたちが地域とのつながりで、体を使った遊びの中で共感力を育むという活動を展開する目的で、成果物の作成や政策提言をしようと進めているもの。今回は、そのための事例調査の中間報告も共有した。今後は、第4回検討委員会を9月16日に、第5回検討委員会を10月19日に開催する予定である。

（目崎康）

事務所だより

●コロナ禍の中、オリンピック・パラリンピックも終わった。そして「いきがい・助け合いサミット in 神奈川」も終えることができた。あらためて、オンラインでご視聴、また、会場にご参加いただいた皆様には感謝申し上げます。神奈川サミットをしっかりと振り返り、来年の東京サミットへ向けて準備をスタートします。

思いを再確認して

統括広報プロジェクト

本誌８月号でご紹介した通り、当財団にご遺贈をお寄せいただいた故人の皆様にあらためて感謝し、そのご遺志を再確認させていただくための「思恩忌夏」を７月14～16日に執り行いました。

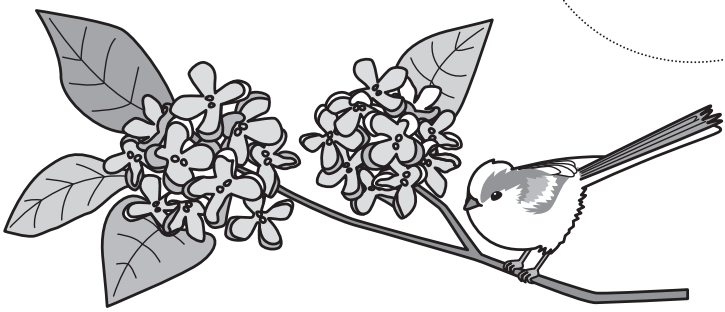
多くの遺贈者の方々のお写真を飾るため、今年は事務所前の壁に当財団の初代会長としてご尽力いただいた故石川忠雄さんのお写真も共に飾り、祭壇に見立てた模様替えをしました。

会長、理事長、財団スタッフ一同で故人の皆様への感謝の気持ちとご遺志を思い返してご冥福を祈り、いまだ続く新型コロナウイルス感染症が早く収束することもお願いしました。

＜ご遺影を飾らせていただいた遺贈者の方＞

故山路鈴子さん、故沢村貞子さん、故小村忠男さん、故関美江さん、故松岡廣子さん、故石河刄雄さん・豊さん、故大友恭子さん、故齋藤規子さん、故小島正治さん、故平栗稔さん、故小髙根美那子さん、故原田愛子さん、故藤原俊雄さん、故遠藤利枝さん、故伊藤和子さん、故森川秀子さん、故近持弘子さん、故須永道子さん、故綱川光子さん、故橋本武義さん、故近藤常子さん、故天野郁子さん、故國吉蓮子さん、故坪川逑子さん、故小峰勝野さん、故伊藤春子さん、故澤谷静枝さん、故安田彡栄子さん、故設楽千惠子さん、故和田和子さん、故吉兼邦子さん、故後藤富士雄さん　（小野島）

みんなの広場



講演から興味持ち『さぁ、言おう』励み

中山　節夫さん　69歳　新潟県

堀田会長が数年前、当地で講演されたときから興味深く思い、実現に向けて3層として支援。今年度より2層生活支援コーディネーターとしてお役目を引き継ぐことになりました。

その責任の重さを感じる反面、財団から毎月『さぁ、言おう』が行政を通じて生活支援コーディネーターに回覧されていることに、喜びと安心感を得ながら取り組んでいます。

頼もしい仲間。楽しく取り組みましょう

Tsutomu Hotta

『さぁ、言おう』投稿募集

あなたの意見を社会へ生かそう

『さぁ、言おう』は皆様の声を社会につなげる
問題提起型情報誌です。

ぜひ皆様の声をお寄せください

『さぁ、言おう』では、取り上げたテーマに対する読者の皆様からのご意見・ご感想、あるいは普段気になっているテーマに基づいた体験談や提言などを随時募集しています。

常設テーマ

- 地域の助け合い活動について
- 助け合いの地域づくりについて
- いきがい、社会参加について
- 居場所や地縁組織、ＮＰＯの活動について
- 新地域支援事業について
- 生き方について　など

投稿の方法

- 字数や回数制限はありませんが、掲載にあたっては誌面の都合上、編集要約する場合があります。あらかじめご了承ください。
- 一般投稿は形式は問いません。本誌添付の投稿ハガキなどもご自由にご利用ください（原稿はお返しできません）。
- 投稿は、事情が許す限り本名でお願いします。
  ただし、掲載時には匿名、あるいはペンネームの使用も可能ですので、その旨お書き添えください。
- 投稿時には、お名前のほかに、ご住所、連絡先お電話番号をご記入ください（内容により質問させていただく場合があります）。性別、年齢もよろしければお書き添え下さい。大変参考になります。

送付先

〒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
『さぁ、言おう』編集部宛
FAX（03）5470-7755
E-mail　pr@sawayakazaidan.or.jp

私たちはふれあいあふれた地域づくりを支援しています

さわやか福祉財団の活動をぜひご支援ください。

『さぁ、言おう』はみんなで新しい社会のあり方を考える問題提起型の情報誌です

■さわやか福祉財団の活動をさわやかパートナーとしてご支援ください。

『さぁ、言おう』を毎月お手元にお届けいたします。
さわやかパートナーは、さわやか福祉財団の理念と活動に共感して会員としてご支援いただく賛助協力者の皆さんです。

個人年会費	Aコース	10,000円
	Bコース	3,000円
法人年会費（1口）	Aコース	100,000円
	Bコース	20,000円

公益財団法人さわやか福祉財団の会費は、特別な特典を付与するものではない賛助会費であり、寄付金の一つの形です。

■寄付金は税金の控除対象となります。
さわやか福祉財団へのご寄付は、所得税、法人税等の控除対象となります（所得税の寄付控除額の上限は所得の40%－2000円）。

一般ご寄付をいただく場合のお振込口座

口座名義：公益財団法人さわやか福祉財団
郵便払込　００１２０-９-６６８８５６※
三菱ＵＦＪ銀行　浜松町支店　普通預金　口座番号３７３１７１４
りそな銀行　芝支店　普通預金　口座番号１１７４２９７

※手数料不要の専用用紙をご用意していますのでお申し出いただければご郵送します。

＊いずれもお問い合わせは、編集部あるいは社会支援促進チームまでお気軽にご連絡ください。（mail@sawayakazaidan.or.jp）

表紙絵から　はり絵・池田げんえい

「十五夜お月さま」

編集後記●「真っ直ぐに、30年」は、財団運営グループの皆さんです（P４～）。●「活動の現場から」は、旧むつみ村の住民が楽しく交流しながら、自分たちの手で暮らしを支えている活動です（P12～）。●地域助け合い基金が、地道な活動に役立っています（「助成先のご紹介」P20～）。●「移住　悪くないですよ」は、２つの居場所を持ち、農業や多彩な趣味を楽しむ山下さんです（P24～）。●深刻な状況にある人に、どんな言葉をかければよいか。誰でも直面する問題と言えます（「老いの暮らしを創る」P30～）。

助け合いを
広げよう！

新 ひとりごと

鈴木　訪子

私たちを元気にする〝素〟は、気兼ねなくおしゃべりすること
一緒に遊び「ああ面白かった！」と心の底から思うこと
いろいろな人たちと出会い、好奇心を沸き立たせること
君にあえてよかった！　ひとりぼっちではないと実感できること
そんな地域の居場所が
子どもにも、若者にも、中高年にもすべての世代に必要
コロナ禍だからこそ
私たちが繋がりあうためのボランティア活動は、止められません
もちろん感染予防をしながら

認定NPO法人
おもちゃの図書館全国連絡会理事長
障害のある子もない子もおもちゃで一緒に
遊び、共に育ちあう地域づくりに取り組む

おもちゃの図書館全国連絡会ホームページ　https://www.toylib-jpn.org/

さわやかおう 9月号

通巻337号　2021年9月10日発行
（毎月1回10日発行）
表紙絵　池田げんえい
イラスト　すずきひさこ
細馬一紀
福島康子
レイアウト　菊池ゆかり
印刷所　日本印刷株式会社

発行人　清水肇子
発行元　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
Tel (03)5470-7751　Fax (03)5470-7755
E-mail pr@sawayakazaidan.or.jp
https://www.sawayakazaidan.or.jp
Printed in Japan

無断複写・無断転載はご遠慮ください©

さあ言おう 9月号
令和3年9月10日発行
（毎月1回10日発行）
通巻337号
発行人 清水肇子
発行元 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

あなたの気持ちを助け合いの力に活かしませんか？

「地域助け合い基金」で

コロナ禍を乗り越えて共生社会へ

こんなふうに役立っています！皆様のご寄付

コロナに負けず助け合い活動スタート

新潟県佐渡市

助け合う地域を目指し、外出支援、部屋の掃除等の有償ボランティア活動を開始

ボランティア活動保険加入費用、消耗品費等を助成

子ども食堂から配食へ

和歌山県橋本市

コロナ禍で、子ども食堂が困窮家庭に食料を配布

食料購入と事務費を助成

集いの場を立ち上げ

鳥取県米子市

使われなくなった老人憩いの家を再活用し、住民が集いの場を新たに立ち上げ

机・いす、体温計、コーヒーメーカー、事務用品購入等を助成

ご支援、ご寄付をどうぞよろしくお願いします。

財団ホームページ内
基金関連ページ

公益財団法人
さわやか福祉財団

※詳細は、本文29ページをご参照ください。