

2025

5

令和7年5月10日発行（毎月1回10日発行） 通巻381号

人生100年時代 共生社会の生き方情報誌

とまろお



公益財団法人
さわやか福祉財団



(写真は昨年の
全国交流フォーラムの様子)



さわやか福祉財団 2025年度 全国交流フォーラム開催のお知らせ

当財団の「新しいふれあい社会づくり」をご支援いただいている皆様と一堂に会し、幅広い情報交換と交流を目的とした今年度の全国交流フォーラムを開催いたします。

2025年7月28日(月)

概要

第1部 さわやかフォーラム 事業報告、トーク等

第2部 さわやか交流会 交流パーティー

場所

第1部：KFC Hall 第2部：第一ホテル両国

(東京都墨田区 都営地下鉄「両国」駅・JR「両国」駅最寄り)

参加費

第1部：無料

第2部：運営協力金として2,000円(当日受付にて)

- 詳細は決まり次第、財団ホームページに掲載いたします。
- さわやかパートナーをはじめとするご支援者の皆様には、別途案内状を郵送いたしますので、お申し込みはそちらをご利用ください。

お問合せ 電話 (03) 5470-7751 全国交流フォーラム (担当：中村)

皆様のご参加をお待ちしています!

当日は、故堀田力前会長に関する展示も行う予定です

とある

2025年5月号

CONTENTS

2 新しいふれあい社会 実現への道

「地域共生社会 住民主導で」

清水 肇子

4 広げよう つなげよう 地域助け合い 活動の現場から

みんなで考え、創り上げる

高齢化が進む移住地の助け合い

G・小さな支え合い（栃木県那須町）

10 いきいき わくわく 子どもと一緒に地域で輝こう

「やってごらん」で子どもが成長

自然体で遊べる場づくり

フリースペース／親子応援サロン なないろ（千葉県木更津市）

18 新シリーズ 定年、その先へ ー地域とのつながり方 1

会社と社宅を往復するだけの人生からの転換

一般社団法人定年後研究所長 池口 武志

新しいふれあい社会づくりに向けて

14 「地域助け合い基金」

助成先のご紹介／状況のご報告

22 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

23 NEWS&にゅーす

25 活動日記（抄）

㊦さわやか書棚

㊦みんなの広場 / 投稿募集

㊦さわやかパートナーのご案内 / 表紙絵から

助け合いを広げよう / 新・ひとりごと・斉藤 節子

「地域共生社会 住民主導で」

さわやか福祉財団 理事長 清水 肇子

先月4月25日、東京・港区の増上寺において、昨年11月24日に90歳で逝去されたさわやか福祉財団の創設者である堀田力前会長の偲ぶ会を行った。脳梗塞に襲われ、当財団の役職を一切離れたあとも永世名誉パートナーとして活動を見守ってくださった堀田さんは、ずっと以前から自身の葬儀について、「自分では本来まったく不要だけれど、何らかのお礼の機会が必要かと思うので、将来に向けて明るく語り合ってもらえるような機会になればうれしい」と折々に語っていた。そして何よりも、三十数年にわたり全国の本当に多くの皆様と共に歩んできた取り組みが、さらに進むことを心から願い、応援してくれていた。

人生100年といわれる時代、まだまだ活動を見守っていただきたかったと本当に残念でないが、思いを受け継いでさらにふれあい社会実現への道を歩んでいくことが一番の供養になると、多くの方々が口々におっしゃってくださいったのが何とも心強かった。

堀田さんは、これからの日本社会のあり方について、理念や仕組みを強力に提言してきたが、その思いが伝わる言葉を本稿でも改めてご紹介したい。

― 地域共生社会 住民主導で ― 堀田 力

「私は日本の進む方向は、地域共生社会しかないと考えている。共助・共生の交わりの中で、

すべての人がそれぞれに自分の持てる能力を生かし、自分らしく生きることが、すべての人に最高の幸せをもたらすと信じているからである。

そして、共助・共生の社会を創っていくのは住民であって、住民が動かなければ地域共生社会は実現しないと考えている。政治や行政が地域共生や地方創生の旗を振り、予算を付けるだけでは政策は実現しない。では、住民は、どうすれば動くのか。それは、自分にとって幸せをもたらすのは地域共生の生き方しかないと思った時であろう。有志と手を組んで、住民の思いを形にしていきたい」（2021年5月21日付 信濃毎日新聞「多思彩々」から一部抜粋）

「誰もが持っている能力を活かせる社会、『助かってるよ、ありがとう、すばらしいね』、そんな言葉をいきいきと掛け合える社会こそが、冷たい競争社会に比べて、ずっとみんなが幸せになる社会です。私自身が病気をして、改めて助け合いはこんなにも人を安心させてくれる、幸せにするものなのだと、心底実感しています」（23年3月の退任時の挨拶から一部抜粋）

偲ぶ会では、Jリーグ初代チエアマンの川淵三郎さん、アフラック（日本社）創業者の大竹美喜さん、神奈川大学名誉教授の松岡紀雄さん、（一社）医療介護福祉政策研究フォーラム理事長の中村秀一さん、（社福）全国社会福祉協議会会長の村木厚子さん、NPO法人葬送の自由をすすめる会会長・弁護士の中村裕二さん、認定NPO法人コミュニティ・サポートセンター神戸理事長の中村順子さん、NPO法人ふれあい天童理事長の加藤由紀子さんが、本当に心に沁みる、そしてこれからに向けて皆の気持ちを鼓舞してくれるあたたかなメッセージを寄せてくださった。その概要は、来る7月28日の交流フォーラムでもご紹介する予定です。

さわやかパートナーの皆様も地域づくり関係者の皆様もどうぞぜひご参加ください。みんなであたたかなふれあい社会づくりの実践を考えていきましょう。

広げよう つなげよう 地域助け合い

活動の現場から



みんなで考え、創り上げる 高齢化が進む移住地の助け合い

グループ

G・小さな支え合い（栃木県那須町）

栃木県北部に位置し、雄大な那須連山の麓に広がる那須町。別荘地として人気が高く、都会から移り住んできた人も多い。だが、この癒やしの地にも高齢化の波は押し寄せ、今や高齢化率は約43%。県内25市町中2位という高さだ。その時代の流れを敏感にキャッチして、「住民同士の助け合い活動は不可欠」との意識を高め、2023年4月に設立されたのが「G・小さな支え合い」だ。

（取材・文／境 朗子）

お互いに気遣って

まるで緑のトンネルのような道路を車で走り抜けると、自然と調和するよう

に点在する別荘風のおしゃれな建物
が目に入る。そのうちの1軒がこの日の利用者会員、垣本早苗さん（84歳）の宅だ。キッチンでは「G・小さな支え合い」（以下、「支え合い」）の支援者会員・小境幸子さん（67歳）が食器を洗っている。お茶を淹めながら、早苗さんが穏やかな表情で手順を伝えていく。たちまち食器棚はピカピカに整えられ、2人とも満足げに顔を見合わせる。



「支え合い」の支援者会員・小境さん（左）と利用者会員・垣本さん（右）



小境さんが食器棚をピカピカに

垣本さんが「支え合い」を利用し始めたのは1年前。同グループのコーディネーターで副代表の荒本純子さん（76歳・さわやかインストラクター）が昨年まで主宰していた居場所「ゆつくりサロン」に長く参加していたのが

きっかけだ。

「田舎暮らしをしようと神奈川から那須に夫婦で移ってきたのは26年前。私は若い頃、リウマチで体が動きづらくなり、那須でもいろんなデイサービスや居場所を利用してきました。大切にしているのは社会とのつながりで、デイなどでも人のお役に立ちたくて、できるだけスタッフの方と一緒にお手伝いをしてきたつもり。だから『支え合い』の考え方にとても共感しました」

介護保険サービスを利用するのと違って、柔軟性があるのがいいと垣本さんは言う。スマホを買い替えたくて、

「支え合い」の支援者会員・立川巖さん（77歳）と一緒に店へ行き、傍らで「まだ買い換え不要」という的確で率直なアドバイスをもらったことも。

「今は週1回、小境さんに窓拭きや衣替えなどを頼んでいます。室内作業でも寒いときや天候が悪くなるときは

お願いしていません。だって、『支え合い』のほとんどの支援者は高齢者ですから。お互いに気遣って、無理なこととはしない、言わないことが大事ね。一番お願いしたいのは、『支え合い』が長く続いていくこと」と話す。

小境さんは「垣本さんは人生の先輩。話題が豊富だし、お宅へうかがうのが楽しくて。自分もいずれは支えてもらう側になりますから勉強になります」と明るく話す。

困り事は、待ったなしの自分事 体制整備事業を活用して活動創出

「支え合い」の誕生にはどんな背景や住民の思いがあったのか。那須町の南東部は里山の農村風景が広がり、大半の住民は地縁・血縁で結ばれた昔ながらのコミュニティで、助け合いが根づいているという。一方、「支え合い」が活動する北西部の高原地区は都会か

らの移住者が大半で、地域との接点がほとんどない。多くはセミリタイア、あるいは定年後に夫婦で移住してくる人たちで、年月が経って配偶者が亡くなり、一人暮らしになるケースが増加している。

「高齢になり、車を運転しなくなった人は移動手段がなくなります。たとえ都会に子どもがいて

同居を提案されても、今さら遠慮しながら窮屈な暮らしはしたくない。那須で自分らしく自由に高齢期を生きたいと思う方が少なくないんです」と話すのは、「支え合い」代表の杉本賢蔵さん（81歳）。もともと山登りが好きで、50歳のときにサ



「G・小さな支え合い」の役員。

左から森本さん、荒木さん、杉本さん、立川さん

ラリーマン生活に見切りをつけて那須へ移った。年金を受け取る年齢になり、養成講座で学んで傾聴ボランティアをスタート。各家庭を訪問すると、一人暮らしの移住者の多さに驚いた。タクシー会社は少なく、買い物や通院にも困っている現状を目の当たりにし、危機感を持つようになった。「誰かが動

かなければ」――。

そんな折、「自分らしく生きられるまちづくり」を目指し、那須町に2016年、生活支援体制整備事業の第1層協議体が設置された。通称「なすあつた会」。那須町が助け合いのある、あつたかい「まちになるようにとのネーミングだ。その会長となったのが杉本さん、そして副会長が、約40年

前から那須に住み、さまざまな福祉活動に携わってきた荒木さんだ。同会は住民主体の支え合い・助け合い活動を推進すべく、先進地を視察するなど研修を重ねた。20年、第2層生活支援コーディネーターが配置され、杉本さんと荒木さんはその役割も担うことになった。

「地域の課題は、待ったなしの自分事。実活動が求められています。1人でなかなか踏み出せないなら、仲間を誘って自分たちで小さく始めてみることで」と荒木さん。22年、杉本さんらと6名で「支え合い」の準備会を発足。定期的に会議を開きながら学び、23年4月に活動をスタートさせた。サポート内容は、外出支援や生活支援、書類作成、囲碁将棋ボランティアなど。するとさっそく「待ってました!」とばかり反応が。現在、利用会員46名で90%が女性、年齢では80代以上が65%

を占める。支援者会員は21名。60代から80代前半が中心だ。

活動継続には一体感が不可欠

取材当日は、月1回日曜日に開催される「支え合い」定例会の日。集落センターに支援者会員15名が集まった。

情報を共有したり意見交換する場で、課題や悩みがあればみんなで解決法を考えていく。「庭の枯れ葉掃除を懸命にやっても、風が吹くたびによそから飛んできちゃう」「そうそう。風の強い日にしてもらうとか考えないとね」。そんな会話も交わされながら、支援者会員の仲間意識が育まれる大切な場だ。

こう。このままでは地域の人たちの世話になりそう。いろいろ考え込んでいたときに『支え合い』のチラシを見て、これだ！とやる気が湧きました」と話す。

60代で那須に移住し、東京の職場まで3年間、新幹線通勤を続けたという森本浩太郎さん（83歳）。退職後、リコーダーのグループを結成して施設訪問の活動にいきそしむ中、声をかけられ『支え合い』の中核メンバーになった。「高齢者は、病気や大切な人との別れなどで孤独感や不安を抱えがち。単なる生活支援ではなく、

心の支えになる大事な活動だと思っています」。活動を長続きさせるには、関係者同志の一体感が大事。お互いによく知り合って仲良く助け合う中で、「自分も役に立とう」という気持ちが強くなる。「だから、定例会はすごく重要なんです」と力を込める。

月1回行われる定例会の様子



織田貴子さん（63歳）は、「移動手段に困っている方が多いと聞き、お役に立てればと考え、車での外出支援を決心しました。でも夫が車の運転は危険だと大反対。私は『いろいろな自分の勉強にもなるから、やらせてほしい』と3日間説得し続け、承諾してもらいました」と笑顔を見せる。現在、90代でパソコン教室に通い始めた利用者会員を送迎。毎回、車内で新たな学びの面白さについて話が弾み、良い刺激をもらえてうれしいそうだ。

無理せずに、 「小さな支え合い」をみんなで

子どもの遊び場が欲しくて高原地区に移住してきたのが、前出の立川さん。

「家族の介護事情もあつて10年余り前に一人暮らしを始めたなら、杉本さんたちのサロンの方々が訪ねてきて参加のお誘いをいただきました。近隣の一人暮らしの高齢女性3人も一緒にいききたいと言うので、毎回皆さんも車に乗せてサロンへ。そのお礼にと女性たちからお菓子や野菜をいただいています。



「支え合い」の活動は
概ね1時間600円のチケット制だ

『何らかのお礼があったほうがお互い気がラクよね』と。そういったご縁が発展して『支え合い』の活動につながりました」と話す。

今では中核メンバーの立川さんは現在、会の中で最も多く外出支援を引き受けているが「自分で車を運転する活動に参加したいという方は、たいてい最初にご家族が反対しますね。それをクリアするには我々の組織はこんなにしつかり体制を整えている、と示すことが大事」と話す。



定例会に出席していた支援者会員の皆さん。前列左から小境幸子さん、友利ちづ子さん、荒木さん、杉本さん、織田さん、新巻はるみさん、日下国哉さん。後列左から小境利和さん、小倉さん、和田さん、友利実則さん、立川さん、伊集院徹さん、平野信明さん、森本さん

「支え合い」では、利用者会員・支援者会員とも、2人いるコーデイネーターが事前に面談を丁寧に行った後、会員登録を決めている。自動車保険に加入し、安全運転確保のために運転者講習会も実施している。

「支援者会員も高齢者が多いので、難しい依頼内容の場合、無理をしないでシルバール人材センターや専門職につないでいます」と荒木さん。実際、「利用者の手引き」には「荒天や降雪時等は、活動

をお断りすることがあります」などと明記されている。

「小さな支え合い」の「小さな」とは、規模が小さいという意味ではない。無理なことはせず、できることは何かを考え、専門技術や体力が必要な場合は迷わず他の支援団体等につなげる。それが活動を継続させるポイントなのだろう。

「支援内容の約7割が外出です。経済的な負担が大きいために外出を控えざるを得ない方などに利用してもらいたいのですが、まれに『安価なタクシー』のように捉える方もいます」と森本さん。「利用者会員さんに活動趣旨を丁寧にご説明し、十分理解していただくよう心がけています」と荒木さんもうなずく。コミュニケーションを深める中で、地域住民による支え合いの思いを感じ取り、利用者の心がより優しく温かく変化するのも活動の醍醐味かも

しれない。「利用者」と支援者、お互いに感謝の気持ちが生まれますね」と支援者たちは口をそろえる。

* * *

確実な仕組みと支え合いの心を大切にするメンバー。何より「仲間と楽しもう！」という精神は、支援者会員のモチベーションを高める。噂を聞いて支援を希望し、今

回の定例会に初参加したという小倉秀雄さん(69歳)は「送迎でも剪定でもほとんどやりますよ。いずれ自分も世話になるでしょうしね」と大張り切りだった。

この4月、「すすあつた会」の話し合いの中から生

G・小さな支え合い

住民同士が困っていることを助け合い、安心して歳を重ねていける地域づくりを目指す。

<活動内容>外出支援(買い物・通院・役場・図書館等)、屋内支援(洗濯・掃除・食事の準備・片付け・簡単な修理等)、屋外活動支援(片付け・ごみ出し・修理・草刈り・剪定等)、その他(事務申請・買い物代行・郵便物投函・囲碁ボランティア等)

<謝金等>年会費1,000円。概ね1時間600円のチケット制。うち、支援者会員への謝金は500円。

●連絡先 090-7404-8096 (杉本)
080-1168-2929 (荒木)
受付：月～日曜日9～17時
(ゴールデンウィーク、お盆、正月を除く)

まれた新たな居場所「いきいきふれあいサロン・ゆうゆう」がスタートした。もちろん「支え合い」のメンバーも参加する。杉本さんは「『あつたほうがいいね』というものをみんなで作え、創り上げながら、年を重ねてもずっと住み続けられる地域にしていきたいです」と熱く語ってくれた。

子どもと一緒に 地域で輝こう



「やってごらん」で子どもが成長 自然体で遊べる場づくり

フリースペース／親子応援サロン ないろ (千葉県木更津市)

タブレットやスマホに夢中になる子どもたちの姿が当たり前。昨今でも、波岡公民館に集まった子どもたちは、みんなでのびのびと身体を動かしながら遊んでいます。これこそ子ども本来の姿、と思える光景でした。

(取材・文／石橋 千春)

春休みに入ったばかりの火曜日、「フリースペース／親子応援サロン ないろ」(以下、ないろ)が、木更津市立波岡公民館の和室で開催されている。なないろは毎週火曜日15～17時開催、参加費は無料だ。ボランティア2名がすでに到着して、日差しが暖かい窓辺で談笑している。堀知之さん(80歳)は、「ここに来ると体調が良くないときでも治ってしまう」というほどの子どもも好き。公民館の掲示を見て参加したという及川英樹さん(52歳)は、地域のボランティア活動に熱心に取り組んでいる人だ。代表の永井良美さん(43歳)

と川崎紗世さん(43歳)も合流し、参加者親子が到着するのを待っている。

● 子どもたちは 遊び方を知っている

公民館内にある会場は広々とした8畳と6畳の続き部屋で、大きめの座卓が設えてある。何だか祖父母の家のような趣だ。ほどなく元気な声とともに参加者がやってきて、勝手知ったるわが家とばかり畳の上でリラックス。今日は特に企画のな



及川さん(右)のまわりには自然と子どもたちが集まる



プレイマットの秘密基地の中で遊ぶ子どもたち

今、〃室内組〃のブームになっているのがプレイマットを使った秘密基地作りだ。四角いマットを組み合わせて小さな部屋を作り、中で遊んだり、上からマットを被せて隙間から小さな顔をのぞかせたり。その横で、堀さんや及川さんと一緒に風船やおもちゃで遊ぶ子もいれば、座卓でアクセサリーを作るママと小さな女の子たちもいる。0歳の赤ちゃんは興味津々にお姉ちゃんたちの動きを目で追っている。大人が采配しなくても、何と自

い自由な遊びの日で、子どもたちはすぐさま「くまさん」（おもちゃや遊具置き場）に向かい、堀さんや及川さんに手伝ってもらいながら、思い思いにお気に入りの遊具を運び始めた。子どもたちの人数もあつという間に10人ほどになっている。今日はお天気もいいから公民館裏にある波岡プレイパークで遊んでいる小学生たちもいる。

由に遊ぶことか。

「これが子ども本来の姿だと思うんです。彼らは自分で『今日はこれで遊ぶ』と決めているし、時間が来たら箱にしまつて倉庫に戻してくれます」と永井さん。なないろを運営するパートナーであり、幼馴染みの川崎さんも「はじめは、計画をしっかりと立てて準備していました。でも始めてみると、大人が細かくお膳立てする必要はないと気づきました」と話す。

● 大人の就労支援で気づいたこと

永井さんは自らも3人の子の親であると同時に、作業療法士として長年、障がいのある人たちの就労支援を行っていたが、他者との関係をうまく築けない人たちの悩みを通じて、子どもの頃の環境や体験が大きな影響を及ぼしていると思った。人との関わり方を身につけることが重要だと気づいて、障がい児の発達支援のほうに仕事をシフトさ



プレイパークにある大きなハンモックは子どもたちのお気に入り

(右) 河野元館長が飼っているヤギに子どもたちは興味津々
(左) 安全な人工芝が敷かれた中庭のシーソーは河野元館長の手作り



せていった。

「発達支援の現場では、子どもたちといろんな遊びをしながら、身体の使い方やほかの子ともたちとの関わり方などを学んでいるのですが、大きな集団の中では我慢させてしまうことが多くなります。すると、かんしゃくを起こす子も出てくる。発達に課題がある子も含めて、子どもたちが自然体でいられる場所があったら...」と思い始めたのです」と永井さん。さらに、親も何かあったら相談できるような環境をつくりたいと考えるようになった。そこで以前、子育てサークルで知り合った木更津市波岡東地区第2層生活支援コーディネーターの出口真由美さんに相談することにした。

● 地域の輪が広がって

十数年来の知り合いでもある出口さんは「永井さんが長い間抱えていた悩みや想いを聞いて、これはぜひ形にしなければ」と考え、すぐに今年3月まで波岡公民館の館長だった河野勝さんのもとへ永井さんを伴って行った。「河野館長ならどうにかしてくれる」との確信があったそうだ。話を聞いた河野館長は「責任は自分が取るから」と全面的に協力。子どもたちが遊ぶ中庭には、転んでもいいように人工芝を敷いてくれたり、丸太を切ってベンチを作ってくれたり、永井さんたちが考えていることを次々とかなえてくれた。そうして1年も経たない2023年5月、活動がスタート。SNSや公民館の掲示を活用して、なないろの開設を発信し始めた。第1回は親子1組だけの参加だったが、夏に向けてそうめん流しやビニールプールを使った遊びなどを企画したら、口コミもあって参加者がどんどん増えていった。今では市内外から30組ほどの親子が利用している。

コアメンバーで保育士の重村のぞみさん(42歳)

は4人の子の親で利用者でもある。

「初めて来たママが『うちの子、人見知りなんです』と言っているけど、その子がほかの子から誘われて自然に遊びの輪に入っていくことなどは、よくありますよ。家では見ない子どもの姿に驚いたり、他のママからわが子のことを『自分から積極的に声をかけていたよ。成長したね』と教えてもらうことも。うちの子だけでなく、みんな一緒に成長していく姿は何だか大家族みたいです」と微笑む。さらに「親だとヒヤヒヤしてしまうような遊びも、ここでは『やってごらん』と挑戦させてくれる」とも。なないろでは、子ども自身が体得する感覚を大切にしているから、少しくらいのすり傷、切り傷は大丈夫という考え方だ。

● けんかも見守る 教えなくても分かっている子どもたち

これだけ子どもたちが集まると、ちょっとしたけんかや言い争いも起こる。永井さんは「けんかしてもまずは見守る。子ども自身がどう対処するか、社会性を身につけられる良い機会です。危険

なとき以外大人は介入せず子ども自身に選ばせる」と言う。そして「興味深いのは、けんかしているとほかの子が仲裁に入ったり、頭をなでてあげたりしているんです。親が入って『謝りなさい』などと言うよりも、子どもたちのほうがよく見ている、自分の役割を果たしています。そういう経験を重ねていくことで、相手の気持ちも考えられるようになっていく」とも。親の「待つ力」も試されているのだ。

* * *

「地域の皆さんのおかげで、子どもたちの成長をみんなで喜び合えるような環境ができてきた」と話す永井さん。「何か悩みがあっても、ここに来れば誰かに会えて、明日からも頑張ろうって思える、そんな場所は誰にも必要ですよ」と、その表情は輝いていた。



「なないろ」コアメンバーの皆さん。左から堀さん、重村さん、川崎さん、及川さん、佐々木さん、永井さん。ほかに60代の高橋弘美さんや額賀美代子さんもボランティアとして参加している

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、さまざまな世代・人々が参加する地域共生社会実現のための活動を支援している「地域助け合い基金」。今月号は、大学生による無償の学習支援、有償の生活支援ボランティア、多世代の地域食堂を紹介します。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随時アップしていますので、思いが詰まった多彩な活動をぜひご覧ください。

茨城県水戸市

現役大学生のボランティアが 無償の学習支援と居場所づくり

学びと交流の秘密基地

助成金額 15万円

「学びと交流の秘密基地」は、経済的な理由から学習が困難な児童・生徒を対象に、茨城大学の学生が母子施設を訪問し、無償で学習支援と居場所づくりを行うことで、拡大

する教育格差とそれによつて引き起こされる貧困の連鎖に歯止めをかけることを目的に2014年に発足しました。母子施設の活動は毎月2回定期的に行い、夏休みの学習支援にはなるべく多くの子どもたちに参加してもらい



大学生による無償の学習支援の様子

たいと別の場所を設定。ポスターを作成し、実施場所周辺のお店や小中学校へ配布や掲示を行いました。その結果、たくさん子どもたちと一緒に勉強や夏休みの課題に取り組むことができ、子どもたちからは喜びの声がたくさん届きました。また、受験や進学、勉強方法についての保護者からの相談に乗り、「現役の大学生の意見が聞けて助かった」と喜んでもらえたことは、活動を行う上での原動力になったそうです。

無償での活動のため、今回の助成金は、主にボランティアを行う学生たちの交通費とボランティア保険料に活用されました。

今後は、対象地域の拡大や活動頻度の増加を計画するとともに、大学生がボランティア活動や社会問題解決への意欲が高まる機会としていきたい、と報告をいただきました。



腕章を着けて生活支援活動

東京都青梅市 地域でのちょっとした困り事を 有償ボランティアで解決

調布地区ささえあい隊

助成金額 6万8000円

「調布地区ささえあい隊」は、青梅市の第2層協議体「たまりば」にて住民同士が身近な困り事を有償ボランティア活動でお助けすることにより、住民が住み慣れた地域で安心した生活が送れるよう、高齢者福祉の増進を目的として2024年に設立されました。近年、同市内でも草木の水やりや、話し相手、買い物代行など、以前は住民同士の自発的な助け合いで行われてきたことが、一人暮らし高齢者の増加や住民同士の関係の希薄化により難しくなり、制度でもカバーできない状態にあります。ささえあい隊ではそのような人たちに1回100～500円で支援を行うことで、利用者が気兼ねなく物事を頼めるようにしています。今回の助成金では、地域住民に広く活動を周知してもらうためパンフレットを作成し、調布地

区の全世帯に配布。活動時に装着する腕章や事務用品なども購入しました。

設立当初は少なかった依頼も徐々に増えているというささえあい隊。これからも活動をより周知し、協力員も多く募集し、近年失われつつある「隣近所のつながり」「お互い様の精神」を復活させ、地域全体に「ささえあい」の輪が広がってほしいと考えています、と報告をいただきました。

兵庫県高砂市

みんなで食べたら楽しい！ 世代を問わずに参加できる地域食堂

一般社団法人 Protagonista

助成金額 15万円

Protagonistaは、「あかちゃんからじいちゃん・ばあちゃんまで地域で共に暮らそう」をテーマに、代表者の実家を「住み開き」の形でコミュニティスペースとして開放してきました。また、多世代に対応した訪問型生活支援サービスも行い、通いと訪問の両方があることを

強みとして活動しています。

2019年の発足当初より地域食堂を開催したいと思っていたいましたが、コロナ禍で見送りが続き、コロナが5類感染症に移行したことなどから、23年9月に地域食堂「ひだまりランチ」をスタート。「普段は、1人で食べているからみんなで食べたら楽しい」「日頃、接することのない年代の方とお話ができうれしい」など地域の人たちか



ひだまりランチで食事をする子どもたちと愛情たっぷりの料理



「地域助け合い基金」 状況のご報告

申し上げます。

地域助け合い基金は、能登半島地震の被災地・被災者にも支援を実施してまいります。
引き続き皆様のご支援・ご寄付をよろしくお願い申し上げます。

(4月15日) 当財団ホームページ開示時点	
◎寄付受付額	253件 2億602万5837円
このうち当財団より1億7000万円を供出	
◎助成実行額	1281件 1億956万3413円

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。



クレジットカード
決済ページ



財団ホームページ内
基金関連ページ

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

基金に関するご意見・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：tasukeai-kikin@sawayakazaidan.or.jp

らの反響も良好とのこと。
今回の助成金を活用してチラシとのぼりを作り、SNSでは届かなかった人たちへも周知が広がって、当初は週2回開催していましたが、夏休み期間は週4～5回開催することができました。

昨年からは店舗付き住宅を借り受け「私設公民館ピース」

として活動中。地域住民の活動拠点となるよう仕組みづくりを進めています。地域で支え合ってどんな状況でも安心して暮らせる町になるように取り組みを進めていきたい、と報告をいただきました。



定年、その先へ

地域とのつながり方

1

会社と社宅を往復するだけの人生からの転換

一般社団法人定年後研究所所長

池口 武志



(いけぐち たけし) 1986年日本生命に入社。本部・現場で長く管理職を務め、多様な人材育成に関わる。2021年定年後研究所所長就任後は、シニア就労促進に関する企業取組、シニアの意識調査に従事。還暦で桜美林大学院老年学修士課程を修了。厚生労働省生涯現役社会の実現に向けた検討会委員、企業から福祉への人材供給に関する調査研究事業検討委員、早稲田大学キャリア・リカレント・カレッジ講師、シニア社会学会理事等を通じて、シニアの可能性の拡がりを志向。

はじめまして。一般社団法人定年後研究所所長の池口と申します。この5月号から1年間シリーズで「定年、その先へ——地域とのつながり方」の執筆を通じて、会社員が定年後も（できれば定年前から）積極的に社会とつながり、生きがいを持って地域貢献できる生き方を、読者の皆様と一緒に考えていきたいと思っています。

まず、冒頭に自己紹介を兼ねて、なぜ私に執筆依頼が来たのかを自分なりに整理させていただきます。

私は、昭和61年に新卒で生命保険会社に入社し、故郷京都を離れ、大阪を振り出しに、全国各地、時には海外赴任も経験してきたいわゆる「転勤族」「社宅族」です。途中には単身赴任も10年を超え、40歳過ぎで居を構えた東京都大田区の自宅から初めて通勤できたのは、53歳で関連会社に出向した時でした。つまり、私は故郷京都にも、現住所の大田区にも、地域とのつながりや友人は皆無に近く、30年超にわたって「会社と社宅を往復する」だけの人生を送っ

てきたと言っても過言ではありません。子どもたちからも「お父さんのような生き方は真似したくない」と冷ややかに言われ、若年世代からみると反面教師そのものかもしれません。ただ、私と同世代の会社員は、多かれ少なかれ「仕事最優先の生き方」を強いられてきたのは事実であり、「地域社会とのつながり」は正直二の次、三の次の人生を送ってきたのではないでしょうか。

そんな私でも、今から4年前に現職に就いてからは、「定年前後からのキャリア人生の充実」や「それを支援する企業や社会のサポートのあり方」を広く調査・研究してきました。同時に、多様な中高年会社員のキャリア相談に応じたり、58歳で入学した老年学修士課程で、「人は歳をとっても、成長を続ける」ことを探求する学問にも向き合う中で、「キャリアⅡ仕事」だけではなく、「キャリアⅡ仕事＋生活＋学び＋人との交流＋人助け＋その他……」だと体感することが増えてきました。

私の人生価値観がこのように変容（進化？）しつ

つある中で、さわやか福祉財団様から「いきがい・助け合いオンラインフェスタ2023」に会社員代表のような立場で登壇する機会を頂戴し、「地域社会における会社員の役割」についても考えるようになったきました。

このシリーズでは、昔の私のような会社人間に如何に地域社会に関わってもらうかを読者の皆様と共に考えていきたいと思います。そのためにも、企業の定年制度・人事運営の変質ぶりや、中高年会社員のキャリア価値観などを客観的に概観すると共に、小職が関わっている「企業から福祉への人材供給に関する調査研究（厚生労働省社会福祉推進事業）」や「早稲田大学キャリア・リカレント・カレッジ（中高年会社員向けのセカンドキャリア探索講座）」を通じて見えてきた明るい予兆や課題についてもお話したいと思います。潜在的に世の中の中高年会社員は地域社会での役割や居場所を探していますし、きっかけや情報さえあれば一步を踏み出されることを肌で感じてきた実体験記でもあります。



らせんの日々

作家、福祉に出会う

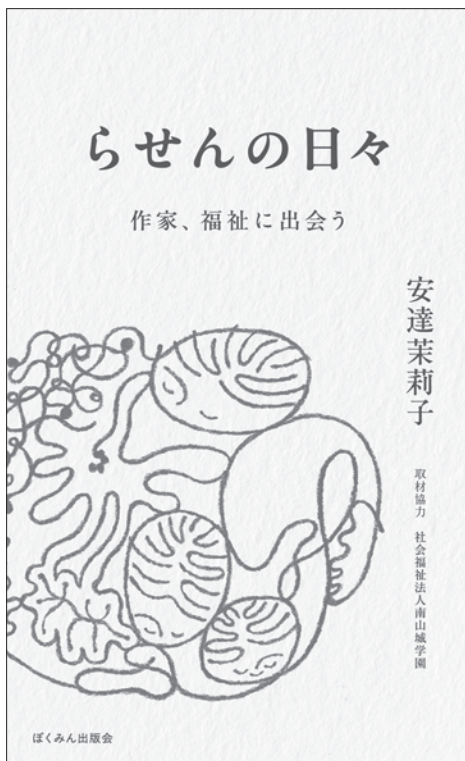
安達 茉莉子

福祉の門外漢だったという著者が、とある縁で社会福祉法人の施設の一室に1週間泊まり込み、滞在取材する機会を得た。60年前に入所更生施設からスタートし、多様な福祉事業を展開する南山城学園（京都府）である。

タイトルにある「らせん」とは、かつての同学園職員が福祉と支援について表現したものだ。「上から見れば堂々めぐりのように見え、横から眺めれば後退しているようにも見える。

しかし、事実は、一步一步であろうとも、確実にせり上がってゆく」。

さまざまな立場の職員へのインタビューを通じた著者自身の気づき、驚きが、読み手への問いかけとなって響くエッセイだ。



安達 茉莉子（著）
社会福祉法人南山城学園（取材協力）
ぼくみん出版会
1,980円（税込）

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。

さらに、全国自治体が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も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。

●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

●NEWS & にゅーす

●さわやか活動日記(抄)



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) (2025年3月1日～3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ご了承ください。

さわやかパートナー個人 (66件)

(都道府県別50音順)

北海道	向所 ふみ代	紙透 由美子
野口 道雄	千葉県	神永 光男
岩手県	伊藤 博行	川井 信義
大久保 孝信	川口 清	小西 達朗
宮城県	高柴 正義	下川原 直明
内海 春雄	藤本 政子	菅尾 尚彦
山形県	三石 治子	中井 郁子
高橋 政春	渡辺 誠	永島 崇子
福島県	東京都	升田 忠昭
小山 豊	有馬 正史	山田 秀之
栃木県	井嶋 一友	山寺 博丸
山田 智子	井上 敦子	渡邊 一衛
埼玉県	小滝 義浩	神奈川県
今村 和喜子	小野島 一	井上 達也
関根 美那子	香川 昇	加藤 博善
濱田 純一	加藤 良彦	川尻 富士枝

木村 利雄

坂口 富憲

杉山 静枝

中野 曹一

吉田 旭雄

山梨県

鶴田 秋生

長野県

井出 清子

柳沢 伸一

岐阜県

清水 孝子

愛知県

北畠 映子

松下 典子

滋賀県

川瀬 庄平

京都府

中谷 武雄

古海 りえ子

大阪府

中下 肇子

光吉 順子

兵庫県

桑山 信子

中村 保佑

星 英光

森本 勝之

奈良県

河野 平八

丸山 式子

島根県

三宅 幸恵

広島県

吉原 寛

山口県

清水 博

徳島県

河野 耕一

香川県

大藪 知恵子

高知県

西元 和代

一般ご寄付 (3件)

NPO法人芸南たすけあい
NPO法人市民助け合いネット
有限会社藤樹
日本地震再保険株式会社
ボッカサップロフード&ビバレッジ株式会社

(50音順)

地域助け合い基金ご寄付 (1件)

匿名希望 (2万円)

(ご寄付日付順)

さわやかパートナー法人 (6件)

(50音順)

草野産業株式会社



NEWS

& にゅーす



第40回理事会を開催

第40回理事会が、3月21日午後一時半から東京・丸の内丸ビルコンファレンススクエアで開催されました。定款の規定に基づき清水肇子理事長が議長を務め、冒頭、昨年6月に就任し本会から新たに出席された新田國夫理事の紹介がありました。続いて、議案の

審議に入り清水理事長から2025年度の全体説明および事業計画について説明がなされ、鶴山芳子常務理事が現在の地域の状況の補足説明を行いました。

25年度の全体事業の大きな方向性として、2025年は地域包括ケアシステム構築のめどとされた年であるが、各地の仕組みづくりはまだ道半ばであり、国は、課題や成果を包含して地域共生社会の実現に向けて40年を次の大きな目標年度としている。当財団が強力に進めてきている自助と互助の連携強化、住民主体の地域づくりは一層重要な意味合いを持つが、一方でこうした住民活動は成果が見えづらく定着に時間がかかるため、10年前の改正介護保険法施行時に比べて行政の取り組み姿勢が弱くなっている状況がうかがえる。国は企業への生活支援コーディネーターの働きかけ強化を進めており、

その点は可能な支援を行いつつも、当財団としては、あらためてつながりの再構築・助け合いの推進を原点として、共生する地域コミュニティの価値創造を強力に推進する、と説明しました。

以上を踏まえて、事業計画では、14のプロジェクトを実施すること。ふれあい推進事業は6つ、情報・調査事業は従来通り3つだが、社会参加推進事業では「子どもの未来応援プロジェクト」を新設した。今、社会の重要キーワードは「共生」「孤立・孤独」「子どもまんなか社会」「認知症」であり、人生100年時代のこれからは、「いきがい」「ふれあい」「助け合い」「自主的な社会参加」の重要性がさらに高まることから、実施事業を通じて引き続き強力に訴えかけていくとの説明がありました。

続いて、事務局長の大石から予算案の概要について説明。以上の説明の後、

理事、監事、顧問と質疑応答が行われ、議案はすべて出席理事全員一致で原案

通り可決承認されました。

（大石 敏晴）

2025年度 地方自治体からの新研修生を紹介します

助け合いの地域づくりに向けて

東京都教育委員会 雛形 亮我

4月より東京都教育委員会から「令和7年度長期社会体験派遣研修生」として、共生社会推進担当に着任しました雛形亮我と申します。

勤務していた学校では、昨年度、地元自治会主体の小学校の防災訓練にも参加させていただきました。住民やPTA、消防団、地域の消防署の協力もあり、子どもの頃から地域の一員として、さまざまな地域の方とふれあうことやつながりを持つことの大切さを実感しました。また、地域の警察署や消防署に出向き作品を贈呈するコミュニケーション活動では、日々の学習が地

域とのつながりのきっかけとなりました。

自らの視野を広げ、さわやか福祉財団の理念である「新しいふれあい社会づくり」に向け、生活支援コーディネートや協議体、さわやかインストラクターと連携し、多様な角度から地域での助け合い活動につながる取り組みを推進していきます。

研修期間は1年間ではありますが、財団の一員として精一杯尽力させていただきますので、よろしく願っています。

自治体研修生と就業体験実習

当財団では1997年度から毎年度、全国の自治体や教育委員会から研修生として94名の方々を受け入れてきました。研修生の皆さんには、財団のリーダー職員と共にプロジェクトの実行に主体的に関わっていただいています。

また、実際の職場で事務などの仕事を体験することで、今後の社会生活に役立ててもらおうと、「就業体験実習」として都内の特別支援学校等からこれまで85名の生徒さんを受け入れてきました。

研修生の中には、研修終了後も財団とつながりを持ち、さまざまな形で協力いただいている方たちもいます。

さわやか活動日記(抄)

各地・各事業の取り組みをご紹介します



ふれあい推進事業

「現場視察&情報交換会ツアーin富士吉田」
「好きなこと」「得意」を生かす活動を視察

■山梨県

「3月4日」「百聞は一見に如かず」。住民主体の助け合いの理解と参加者同士のネットワークを目的に、山梨県内のSCと自治体職員を対象とした助け合いの現場視察を実施し、16名が参加した。当財団主催、山梨県プロック共催。

視察先は、同県富士吉田

市で活動する「一般社団法人ヒトナリ」が運営する共生の居場所「ソーシャルハウス宝島」(以下、宝島)。宝島は、代表の上田潤氏の住まいを「住み開き」している。最初に上田氏より、ニーズから次第にフリースクールが始まり、集う高齢者の力を生かそうとシニア

地域支援事業の活動報告は、このほかに当財団ホームページにもアップしています。ぜひご覧ください。

SC生活支援コーディネーター

協働モデルの開発が始まったことなどの事業説明を受け、質疑応答の時間を取った。例えば、行政との連携についての質問には「クライアントは地域。行政と対等になれば行政の力を引き出す」との回答。さまざまな質問が飛び交った。

その後、近隣の飲食店の人手不足のニーズと料理好きの高齢者たちのマッチングで始まった活動を学ぼうと、飲食店に移動。高齢者たちは週2回、〃お通し〃作りに関わっているが、収益は宝島に運営費として寄



付している。おいしいランチをいただきながら、いきいきと活躍する通称・〃宝島ガールズ〃に話を聞いた。「料理が好きなで、ここでみんな

飲食店で活動者の話を聞く
現場視察参加者たち

と作るのがとても楽しい」

「自分がボランティアをされるつもりで来たら、する側になってびっくり。でも楽しくてやめられない」などと弾ける笑顔でコメント。

上田氏の「高齢者の元気は国益、現役世代や若者の希望の光」という話を実感した。参加者からは、「宝島ガールズの声を多くの方に伝えたい」「住民たちと視察に来たい」等の反響があった。

り、とても好評だった。

高齢になっても好きなことや得意なことを生かして活躍できる地域。地域の人それぞれに自然に助け合うことができるような住民主体の活動を学ぶ機会となった。ヒトナリが目指す「ヒト」が「トナリ」で向き合い、「共に生きる文化」が生まれている場を体験できる視察となった。

(大坪 直子、鶴山 芳子)

再編後の協議体が集って情報交換とエール 「協議体のつどい」開催

■蓮田市（埼玉県）

【3月5日】令和6年度蓮田市生活支援体制整備事業「協議体のつどい」が開催され、当財団は講師を務め

た。同市では、昨年4月と5月に勉強会を実施し、協議体への参加希望者を中心に第2層協議体を再編した。

やる気のあるメンバーが集まり、住民の要望をアンケートなどで確認しながら、月1回のペースで話し合いを続けてきた。

今回の「つどい」は、再編後の協議体活動の発表を中心に情報交換も組み合わせ、財団は各協議体ごとに活動の活性化や今後の進め方のヒントとなるようコメントし、さらなる発展を目指した。

活動発表は、第1層協議体および第2層協議体6地区から行われた。

第1層協議体では、アンケート調査やシニア向けのスマホ体験講座を精力的に進めた。スマホの基本操作だけでなく、ネットショッピングなどアンケートで課

題として挙げられた「買い物の不便さ解消」にもつながる取り組みを行った。

蓮田南地区は、ポッチャを通じた交流を進めながらアンケートを実施し、地域ニーズを確認した。中央小地区は、自然豊かな地域の特性を生かし、「お散歩カード」を配布することで外出意欲を高める取り組みを行った。今後は、運動を通じた地域のつながりづくりを目指していく。

黒浜地区は、移動支援の充実とデジタルによる情報格差の解消を目標に掲げ、他市町村の取り組みを参考にしながら進めていく方針を決定した。黒浜西地区は、住民の困り事を把握するためのアンケートを実施し、



「頑張ろう！」の唱和で
エールを送り合う参加者たち



蓮田市「協議体のつどい」での意見交換の様子

「してほしいこと」だけでなく「してあげられること」も調査した。その結果、支援を必要としている声以上に、何らかの支援ができると回答した住民が多いことが分かった。今後は地域のさまざまな団体と連携しながら、こうした声を生かして活動を進めていく予定である。

蓮北小地区は、「はじめましての会」を開催し、地区内を巡回しながら住民同士が話し合う場を設けた。今後この話し合いの場を継続していく予定である。平野地区は、根金大山をモデル地区と定め、アンケートを実施した。今後は集いの場を設け、住民が困ったときに気軽に声を上げられ

る環境づくりを進めることを決定した。

各地区の発表から、それぞれの地区が住民の声を聞き、安心して暮らせる地域づくりを目指して自分たちのできることを前向きに進めている様子がうかがえた。

続いて、第2層協議体委員が一堂に会するこの機会を生かして、協議体を越えたグループで車座になり、短時間ながら活発な意見交換を行った。

最後に、各地区のリーダーが前に出てエールを交換。「他の協議体も地域のために取り組んでいることが分かった。少しでも地域を良くしていきたい」「協力を得ながらやりたいことがいっぱいある。頑張っていこ

う」などのエールとともに、「頑張ろう！」の唱和を呼びかけたリーダーもいた。

会に出席した山口京子市長からも「地域のことを真剣に考えてくださる皆さんに感謝したい」との言葉が贈られた。記念撮影では、市長を囲み前向きに取り組みを進めていこうとガッツポーズで決意を新たにした。

協議体再編後、メンバーは主体的に取り組むことの難しさをあらためて感じていたようだが、このような情報交換の場を設けることは、活動の活発化を促す支援の一つになると感じる。やる気と熱意のあるメンバーが集まった蓮田市の協議体。今後のさらなる発展に期待したい。（岡野 貴代）

認知症の人と家族が地域で暮らし続けるために 「認知症施策関係者研修会」に協力

■奈良県

【3月6日】奈良県主催で「令和6年度認知症施策関係者研修会」が開催された。認知症の人やその家族が住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができるよう、各自自治体における支援体制づくりを着実に進め、認知症施策の効果的・継続的な取り組みに資することを目的とした。参加者は県職員、県内行政職員、地域包括支援センター職員等50名程度。当財団は講義で協力した。

「認知症の人や家族への早期の支援策について」と題し、認知症の基礎知識、認知症が疑われた場合どのような過程で医療につながる等について解説した。

続いて財団より「認知症の人を支える関係者のネットワークづくり、地域連携について」と題して講演。地域包括ケアシステム、地域支援事業、地域資源との連携、事例を交えて説明した。住み慣れた地域で自分らしく暮らすために、なじみの関係の中でお互いが理解し助け合うことが重要で、介護、福祉、医療、みんな

で各々の強みを生かしながら連携して取り組むことが大切、と伝えた。事例として、地域の中でいきがいを見つけた認知症当事者の動画も紹介した。

市町村報告では、同県生駒市のチームオレンジ「認知症支え隊」、奈良市の脳体力トレーナー「CogEvo」が発表した。

グループワークは、①どこで、何をするとともに、どんな困り事があるか、②困り事に対して、認知症の本人・家族が利用できるサービスや社会資源は何か、③さらにあるとよい社会資源は何か、の3つについて、色分けされた付箋で書き出し、議論した。発表



奈良県「認知症施策関係者研修会」の様子

では「生駒のチームオレンジの取り組みができるような体制をつくりたい」「認知症の自覚がなく、通院しない方がいる。今後は地域住民を巻き込んだ支え合い

をもっと意識したい」等、前向きな意見が多く聞かれた。

最後に財団より「皆さんはすでにいろいろな活動をされている。団塊ジュニア世代の理解が進むようなアプローチも考えていけるといい。世代を超えた方々へ

「地域活動している人集まれ！大交流会」開催

■藤井寺市（大阪府）

【3月11日】藤井寺市社会福祉協議会主催「地域活動している人集まれ！大交流会」～つながって支え合う藤井寺づくり～が開催され、当財団、財団の助け合い推進パートナー中家裕美氏（同府岬町SC）が協力した。同市の地域活動の現状

の認知症への理解を促し、地域の中で助け合う活動へつなげてほしい。地域資源とのネットワークづくりも進め、それらを活用してその人らしい生活が送れる地域づくりをしましょう」とメッセージを送った。

（目崎 智恵子）

と、それを今後どのように発展させるかを目的とし、藤井寺市や同市社協職員約10名と、地域活動者47名が参加した。

行政のあいさつに続き、財団より日本の高齢者の現状や介護予防、社会参加、生活支援の説明を行った。

高齢者の孤立が大きな課題となっており、つながりが重要。つながりがある人は認知症発症リスクや早期死亡リスク等が低いことをデータで示した。

中家氏は、高齢化率40%の岬町の住民主体の活動を紹介。「何をするか」より「何がしたいか」、また、住民が主体的に参加することが重要とし、「楽に暮らすではなく、楽しく暮らすことに重点を置いてほしい」と語った。藤井寺市SCの羽根武志氏は、住民参加型の情報誌の発行などつながりをつくるための取り組みを報告した。

次に、活動者同士によるグループディスカッションで、つながりをアップする

藤井寺市「大交流会」の様子



にはどうしたらよいかを話し合った。A3用紙にたくさんさんの意見が書かれ、発表。「60歳以下の人たちへの発信を十分に行うことが必須。そうすればもっとつながれる」「昼間の集まりは子連れOKにする。」会議色

を払拭する」「高齢者の発表の場を子どもの発表の場にして、みんなで盛り上げよう」「SNSで情報を流す」等の多様な意見が出た。最後に財団から「自分らしい暮らしが継続できるよ、まずは自分たちが楽し

く取り組むことが大切。そのためにみんなで話し合う場をつくり、SCの羽根さんにも相談して、楽しみながら地域活動をしませう」とメッセージを送った。

(目崎 智恵子)

協議体「互近所ささえうる隊」の合同研修会開催 「いいねポイント」「夢の提案」で協議体のやる気アップ

■村上市（新潟県）

【3月17日】毎年恒例の「令和6年度 村上市1層2層互近所ささえうる隊合同研修会」が開催された。2017年から、第1層および第2層5圏域協議体の体制をつくり、圏域の特性を生かして助け合う地域づくりを推進してきた村上市。

住民への公募で命名し、協議体は「互近所ささえうる隊会議」、SCは「生活ささえあい隊長」としている。座談会を重ねている地域も多く、8年間、第2層ごとに特徴あるさまざまな住民への働きかけにより「自分事」と感じ参加する人たちが

が着実に広がっている。この合同研修会は年1回、一堂に会し各第2層と第1層の取り組み報告を共有。その後、地域を混ぜたグループで各地域の取り組みに「いいねポイント」を付けたり「夢の提案」を話し合ったりして、発表で共有。

「自分の地域でも参考にしたい」「やってみたい、活用したい」など前向きな発言も多かった。

当財団は、新潟県の担当者である田村まみ氏と共にアドバイザーとしてコメント。良い点などを伝え、課題に対して各地のノウハウもヒントとして紹介した。

この研修会が刺激になり、活動のモチベーションアップにもつながっているので

はないかと感じた。座談会をはじめとする住民への働きかけやニーズ調査等により「地域の茶の間」や移動支援、生活支援なども生まれてきている。また、まちづくり協議会や集落支援員などとも自然につながって



村上市「互近所ささえうる隊合同研修会」の様子

動いているところも村上市
の特徴である。これからも

注目していきたい。

(鶴山 芳子)

社会参加推進事業

高連協「2024年度第2回総会」開催

【3月24日】「2024年

度第2回高齢社会NGO連
携協議会（高連協）総会」

がオンライン併用で開催さ
れた。一般社団法人日本老
年医学会元理事長で名誉会
員の大内尉義氏、清水肇子
当財団理事長の両共同代表
出席の下、正会員18団体中
16団体が参加し、総会は成
立した。升田忠昭理事（公
益社団法人長寿社会文化協
会理事）が議長に選出され
総会は進行。主な議題は、
1・2025年度事業計画
(案)に関する件 2・2

025年度予算計画(案)
に関する件。

2025年度事業計画で
は、政策提言及びそのため
の調査事業として、①日本
老年学会と新たに連携し、
高連協の取り組みと考え方
を広め、より良い高齢社会
のあり方について提言する
ため、第34回日本老年学会
総会（第67回日本老年医学
会学術集会・本年6月27
29日、幕張メッセにて開催）
の集会プログラムのうち、
27日13時20分～15時20分の
セッションを合同シンポジ

入職のお知らせ

■ 子どもの未来応援プロジェクトリーダー（4月1日付）

野尻 史子

このたび、12年の時を経て「さわやか福祉財団」に再び
入職することになりました。東日本大震災の翌年、201
2年4月から1年間、東京都教育委員会からの研修生とし
て、被災地から都内への県外避難者の皆様が立ち上げた
「同行会」運営に関わり、「地域の絆」再生を目指した支
援活動に従事したことは、子どもたちの暮らすまち・地域
における「学校」のあり方を再認識する機会にもなりまし
た。39年間の教職および校長職経験を、財団の理念を實現
する事業展開に少しでも生かすことができばうれしく思
います。改めまして、どうぞよろしくお願い申し上げます。

ウムとして、日本老年学会
と共催し実施することが承
認された。「エイジフレ
ンドリーな地域共生社会に向
けて」と題して、駒村康平
氏（慶應義塾大学経済学部
教授・ファイナンシャル・

ジェロントロジー研究セン
ター長）、荒井秀典氏（日
本老年学会理事長）、狩野
光伸氏（岡山大学副学長）、
清水共同代表、杉啓以子氏
（高連協理事）が登壇し、
基調講演が行われる（裏表

紙参照)。日本老年学会と高連協の活動を広め提言する機会として、会員団体の結束した広報と集客に向けた展開を確認した。また、②高連協会員団体をはじめ一般にも参加を募る情報交換会やフォーラムの実施及び冊子・ツール等の作成を検討し、広く社会に向けて



情報・調査事業

「地域づくり加速化事業」報告会に出席 伴走的支援による気づきや成果を共有

【3月6・7日】令和6年度の地域づくり加速化事業において、伴走的支援を受けた各市町村の報告会が3日間にわたりオンラインで開催された。令和6年度に支援を受けた全国24市町村

提案・提言し、国や関係機関との連携を強め、さらに新規会員獲得を進めていく事業も承認された。

承認された事業計画は当財団の社会参加推進事業につながる事業であり、しっかりと推進していきたい。

(玉置 英明)

がそれぞれのような課題を抱え、支援を通じてどのように変化したか、各市町村が報告し、支援チームとして関わった都道府県、厚生局、アドバイザーからの発表やコメントを共有した。

当財団は、アドバイザーとして支援した新潟県長岡市の報告に対し他のアドバイザーと共にコメントした。人口約25万人の長岡市は「サービス・活動C」をテーマとしてこの事業に取り組んだが、人口規模が20万人を超える自治体における地域特性を生かした推進についても学ぶ機会となった。

地域づくり加速化事業は、介護予防・日常生活支援総合事業や生活支援体制整備事業等の実施、総合事業等を通じた地域づくりを推進する事業。多くの市町村が悩みながら取り組んでいる中、支援チームが寄り添いながら進めるコーチングの支援で、市町村の関係者たちが議論を重ねさまざまな

気づきを生む。当初、担当者のみで悩んでいたまちも3回の支援で関係する組織や人が増え事業を推進するチームが生まれていく。また、各市町村のテーマに対しての3回の支援は多様であり、そのプロセスは全国市町村の参考になる情報もたくさんあったと思う。ロードマップなどの成果物を作成している地域も多く、伴走的支援の積み重ねで生まれた気づきを生かして、各地で事業推進チームが次の展開に向けて強力に取り組んでいくことになるだろう。

(鶴山 芳子)



「一般介護予防事業の充実を図るための調査研究事業」第4回検討委員会に出席

【3月6日】第10期介護保

険事業（支援）計画を見据えた一般介護予防事業の充実を図るための課題整理に関する調査研究事業の第4回検討委員会が開催され、委員として出席した。これ

まで検討委員会で重ねた議論を踏まえて、全国の市町村を対象とした「一般介護予防事業の全体的な取り組み状況の把握」「一般介護予防事業と他事業の連携状況の把握」「好事例収集」を目的としたアンケート調査を実施。また、効果的な魅力ある事例を抽出し事例集を作成することを目的に、いくつかの市町村のヒア

リング調査を進めている。この日はアンケートとヒアリングの結果を共有し、近藤尚己委員長（京都大学大学院教授）の進行により5名の委員で議論を行った。

また、3回の検討会や調査結果を通じて見えてきた今後の一般介護予防推進に向けた課題を5つに分け議論した。アンケート調査は市町村の人口規模ごとに分けて整理したことにより、専門職の有無、自治体内の部署の連携状況、参加者の個人情報の把握、通いの場として積極的に展開したい取り組み等さまざまな違いも浮き彫りとなった。ヒア

リング調査の自治体事例も地域の特性を生かしており手法もさまざまで、プロセスの紹介も参考になると考えられる。

今後、介護予防の取り組みがますます重要になる中で、各自治体は地域の実情に合わせて全体的な事業設計をしていくのが重要であること、また、自治体だけでなく住民も、望む生活を

「地域づくり加速化事業」第3回運営委員会に出席

【3月14日】地域包括ケア

システムの深化・推進に向けた広報・伴走支援を行う地域づくり加速化事業の第3回運営委員会が開催された。この日の論点は、(1)伴

実現するための手段として、通いの場をはじめとするさまざまな場で運動・体操・栄養・口腔、そして社会参加を推進していく必要があることなども共有した。年を取っても得意なことや好きなことが地域のつながりの中で生かし合えるような地域づくりにつながっていくことに期待したい。

（鶴山 芳子）

て、(2)研修等の報告、(3)ハインドブック、(4)市町村自己評価、(5)プラットフォームについて。大坂純委員長（東北こども福祉専門学院副学院長）の進行により、田中明美副委員長（生駒市

特命監をはじめとする委員11名で活発な議論を行った。

2024年度の本事業の伴走的支援は24市町村で実施。報告書案を基に、アドバイザーとして支援に入った委員や事務局の報告を共有し、25年度に向けて伴走的支援の方法や内容について見直す点などを議論した。市町村のテーマとアドバイザーの適切なマッチングの必要性等の意見も出された。これまでも取り組まれてきた厚生局ごとのブロック研修や支援を受けている市町村間のミーティング、支援者間ミーティングなども行われており、アンケートも含めて共有。3年目の工夫が生かされ成果も生まれて

いる様子だった。

評価については今年度より市町村自己評価を始めており、変化を見る大切さや支援後の継続と中期における評価の大切さなどを共有した。報告事項で、生活支援体制整備事業を促進するための国のプラットフォームや都道府県におけるプラットフォームの取り組みも共有された。プラットフォームや、総合事業なども

■「広がれボランティアの輪」連絡会議 勉強会開催
【3月26日】当財団も勉強会プロジェクトチーム（以下、PT）のメンバーとして企画・運営に携わる「広がれボランティアの輪」連絡会議（以下、「広がれ」）

活用したより活発な地域づくりが進んでいくことである。総合事業や生活支援体制整備事業担当になり悩んでいる全国の市町村職員も多く見られる中、住民の声を聞きながらさまざまな関係者を増やし事業推進チームづくりを進めていく加速化事業は、事業連動を進めるためにも大変有効な支援になってきていると感じる。

（鶴山 芳子）

の勉強会を、2024年度は初の試みとして国際PTとの協働で開催した。国際PTでは、これまで災害時やコロナ禍における在留外国人の置かれている状況や

課題について調査・提言を作成するとともに、連続勉強会「いまさら聞けない！地域de多文化共生」を開催してきた。今回、コラボ企画として「ボランティア・市民活動の根底にある人権（ヒューマンライツ）」を考える」をテーマに、外国にルーツのある人のみならず、障がいのある人、セクシャルマイノリティ、高齢者、子ども等であるがゆえに侵害されている状況に目を向け、自分たちにできることを考えるきっかけとした。会場には「広がれ」構成団体を中心に20名ほどが集まり、オンラインでは全国の社会福祉協議会職員ほか市民団体・個人が参加した。

前半は、一般社団法人ダイバーシティ研究所代表理事の田村太郎さんから「多文化共生や外国人問題から普遍的な人権（ヒューマンライツ）を考える」をテーマに基調講演をいただいた。これからの日本は人口減少の加速に伴い、介護や建設、飲食などの内需型産業でも外国人雇用が進展し、外国人なしには社会が維持できず、さらに外国人が増えていく現実がある一方で、まだまだ制度が追いついておらず、言葉の壁、制度・文化の壁、心の壁に直面している人が多数いる。その壁を低くするためには制度面の整備も含めた取り組みが必要なことから、外国人に声を上げてもらうとともに、

私たちの中にあるアンコンシャスバイアスに気づき、違いを受け入れ、地域の中で対等な関係で出会う機会をつくっていく必要がある。外国人の人権が守られる地域社会は、すべての人の人権が守られる地域社会であり、ともに変化する共生社会が求められている、と締めくくった。

続いて、国際PTの伊藤章さん（NPO法人ボランティア活動推進国際協議会日本、NPO法人国際ボランティア学生協会）が、これまでの活動の紹介と、取り組みを通じて多文化共生の主流化が必要で、ソフトな排外主義的ムーブや言説の高まり・広がりを問い直すことが必要だ、と課題を

提示した。

後半は、構成団体を代表して一般社団法人SDGs市民社会ネットワークの新田英理子さん、一般社団法人更生保護女性連盟の大場玲子さん、公益財団法人日本YWCAの山本知恵さんの3名による人権の観点からの発表後、会場とオンラインそれぞれでグループに分かれて感想等を共有。

「社会には実態がないので自分事にしていくしかない

い」「若い頃から多文化共生の文化が当たり前だという良い刷り込みをしていくことが大事だ」等の意見が寄せられた。

最後に「広がれ」の上野谷加代子会長が、ボランティア・市民活動においてこうした人権を意識することは重要であり、また、偏見・排除の感覚の教育が大事で、それは「広がれ」の使命でもあるのではないかとまとめた。（上田 恵子）

事務所 より

●4月25日に行った「堀田さんを偲ぶ会」。堀田さんの足跡をたどり、来場者の方々とふれあい社会を語ろうと、準備では当日展示用の昔の写真をたくさん出してきて選定作業をした。みんなで「これがいい！」「それもいい！」、さらに堀田さんにまつわるエピソードも尽きることがなかった。あらためて、たくさんの方々に「あい」を本当にありがとうございました、堀田さん。

みんなの広場



投稿募集

『さあ、言おう』では、皆様のご意見や情報をお待ちしています。掲載記事へのご感想、地域の助け合い活動や居場所の情報、日頃気になっているテーマ、いきがい、社会参加などなど、ぜひお寄せください！

〒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

『さあ、言おう』編集部宛

FAX: (03) 5470-7755

E-mail:

pr@sawayakazaidan.or.jp

※付属のハガキや投稿用紙も
どうぞご利用ください。



胸を打つ文章書きたい

北原 豊一さん

鹿児島県

1月号の清水肇子さんの「新・ひとりとこと」は大変よい。何回もくりかえし読む。読むたびに意味が深く胸にせまり、考えさせられる。

こんな文章をどこで考えるのか不

思議だ。胸を打つ文章が文字は少ないが書けている。

私もこんな文章が書きたい。だが努力してもがんばっても私にはどこにも出てこない。この世に「さようなら」するまでになんとかしたい。やりたい。

恐れ入ります。北原様の投稿文も簡潔で心に響くすてきな文章です。



みんなで
新しいふれあい社会を
つくりませんか



会・ふれあい社会



公益財団法人

さわやか福祉財団

『さあ、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。

『さあ、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。

■寄付金は税金の優遇措置が受けられます。

さわやか福祉財団へのご寄付は、所得税、法人税等の優遇措置が受けられます（さわやか福祉財団は所得税の税額控除対象の公益法人です）。

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※

三井住友銀行 浜松町支店 普通預金 口座番号2754574

みずほ銀行 浜松町支店 普通預金 口座番号3383326

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

※払込手数料不要の郵便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。ただし、窓口にて現金（硬貨）でお振り込みいただく場合は、ゆうちょ銀行所定の取扱料金がかかる場合がございます。

*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。
電話 (03) 5470-7751 メール mail@sawayakazaidan.or.jp

「いつだって まんまるまんなか こどもたち」5月5日（月・祝）～11日（日）は「児童福祉週間」です

表紙絵から

はり絵・
池田げんえい



「若竹」

編集後記 ●池口武志さんのエッセイがスタートしました（P18～）。●「活動の現場から」は、栃木県那須町のさわやかインストラクター荒木純子さんたちが立ち上げた生活支援団体取材しました（P4～）。●当財団の清水理事長らが登壇して、6月27日に幕張メッセにおいて日本老年学会と共催のシンポジウムが行われます（裏表紙）。●5月5日から1週間は「こどもまんなか児童福祉週間」です。今年度の標語は、上欄の村田六花さん（18歳）の作品です。

助け合いを
広げよう!

新
ひとりごと

斉藤 節子

協議体の活動、始めて十年

何か変わっただろうか

仲間と出会った 地域のことを話す場ができた

自分がいていいんだと思える場所を見つけた人がいる

今まで言えなかった「助けて」が言えるようになった人がいる

ゴールはみえない あるのかもわからない

でも始めないと何も変わらない



●山梨県南アルプス市元第1層生活支援コーディネーター
最近、地域の短歌の会に入れていただきました。80代、
90代の方々が日々の出来事を瑞々しい歌に詠んでいる姿
に勇気をいただいています。

さあ、5月号

通巻381号 2025年5月10日発行
(毎月1回10日発行)

表紙絵 池田げんえい
編集担当 塩瀬潔泉
取材協力 七七舎
イラスト 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©

日本老年学会総会と共催

シンポジウムに高連協共同代表として 清水肇子理事長が登壇

さわやか福祉財団が事務局を務める高齢社会N G O連携協議会（高連協／1998年設立・高齢社会への対応策の推進を目的としたネットワーク団体）が、6月に千葉市・幕張メッセで開催される第34回日本老年学会総会において、下記の通り日本老年学会と共催で合同シンポジウムを行います。

高連協の共同代表である当財団の清水肇子理事長らが登壇し、高連協の活動を踏まえながら地域とのつながりや社会実装をテーマに講演いたします。

当財団経由でもお申し込みが可能ですので、関心のある方はぜひご参加ください。

第34回日本老年学会総会

◆ **日時**：6月27日（金）～6月29日（日）

◆ **場所**：幕張メッセ（千葉県千葉市美浜区中瀬2-1）
J R京葉線「海浜幕張」駅から徒歩5分

合同シンポジウム

「エイジフレンドリーな地域共生社会に向けて」

● **合同シンポジウムは、6月27日（金）13:20～15:20**
幕張メッセ国際会議場2F [201会議室] で行われます。

登壇者 駒村康平氏（慶應義塾大学経済学部教授・
ファイナンシャル・ジェロントロジー研究センター長）

荒井秀典氏（日本老年学会理事長）

狩野光伸氏（岡山大学副学長）

清水肇子（さわやか福祉財団理事長・高連協共同代表）

杉啓以子（N P O法人日本世代間交流協会会長・高連協理事）

※日本老年学会総会の詳細は下記ホームページからご確認ください。

高齢社会N G O連携協議会ホームページ <https://www.janca-jp.com/>

◆ **参加申込締切：6月20日（金）正午**

高連協参加団体経由でのお申し込みは無料です。
詳しくは、下記担当へお問い合わせください。

お問合せ

さわやか福祉財団社会参加推進チーム・高連協事務局 玉置

電 話 (03) 5470-7751

メール janca.jimu@sawayakazaidan.or.jp