2025 10

令和7年10月10日発行（毎月1回10日発行）　通巻386号

人生100年時代　共生社会の生き方情報誌

さあ言おう

公益財団法人
さわやか福祉財団

いきがい・助け合いオンラインフェスタ2025

すべての人が幸せに
暮らせる社会へ

＼今こそ多様につながり、出番づくりを進めよう！／

目指せ 地域共生社会

10月14日（火）、いよいよ配信開始

10月23日（木）まで参加お申し込み受付中！

アーカイブ配信も11月30日（日）までご視聴いただけます
活動推進にぜひお役立てください

オープニングフォーラム

「みんなの参加で地域共生社会を実現しよう」

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

特別トーク

ぜひ学んでおきたいこれからの社会の動きや制度、考え方などを、各分野を代表する方々から凝縮して短時間でお届けする特別講演プログラム

学ぼう編

都市部を中心とした近隣助け合いの広げ方／小規模自治体で助け合いをどう広げるか／助け合いへの参加・創出に向けてのアプローチ手法／誰でも受け入れる居場所にするには／認知症の人と共に生きる地域づくり／子どもの育ちを地域で応援しよう／企業と連携した地域づくりの進め方／シニアの地域参加の広げ方

語ろう編 ※ライブ配信のみ

生活支援コーディネーターと協議体による地域づくり　ー悩みを出し合い様々な解決方法を共有しようー／有償ボランティアによる生活支援（移送含む）の具体的な立ち上げノウハウ／助け合いの社会的価値とつながり方

当財団ホームページ内オンラインフェスタ特設ページからお申し込みいただけます。
https://festa.sawayakazaidan.or.jp

お申し込みは
コチラからも

総合
お問い合わせ

公益財団法人さわやか福祉財団オンラインフェスタ2025事務局
メール　festa@sawayakazaidan.or.jp
電　話　(03) 5470-7751（平日 9：30～17：30）

人生100年時代 共生社会の生き方情報誌

さあ言おう

2025年10月号

CONTENTS

2 新しいふれあい社会 実現への道

脳科学とふれあい・助け合い
大切なコミュニケーションと知的好奇心
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

地域の声から活動立ち上げ
やれば楽しい！ 助け合い活動
道悦島応援隊（静岡県島田市）

10 特別版・企業編 こんな活動やってます！

ボランティアの教室運営で20年
地域住民の交流の場
鎌ケ谷学習療法普及会（千葉県鎌ケ谷市）
（公文教育研究会「脳の健康教室」）

13 いきいき わくわく 子どもと一緒に地域で輝こう

全世代、みんなで生活支援活動中！
たすキュー金立（佐賀県佐賀市）

22 シリーズ 定年、その先へ ―地域とのつながり方 6

世界を相手にした仕事から
地域に根差した仕事や活動への転換
一般社団法人定年後研究所所長 池口 武志

新しいふれあい社会づくりに向けて

18「地域助け合い基金」
助成先のご紹介／状況のご報告

26 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

27 活動日記（抄）

㉙医療介護福祉政策研究フォーラム・
月例社会保障研究会のご案内

㉞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 ● 川俣 郁美

新しいふれあい社会　実現への道

脳科学とふれあい・助け合い
大切なコミュニケーションと知的好奇心

さわやか福祉財団　理事長　清水　肇子

皆さんが本誌をお手元でご覧になる頃、ちょうど「いきがい・助け合いオンラインフェスタ２０２５」がスタートしているはずだ。すべての人がいきいきと地域社会とつながりながら、尊厳ある暮らしを送るためにどう取り組めばよいのか、そして私たちはどう生きればよいのか。その問いを皆で持ち寄り、２週にわたり８日間、完全オンライン方式でお届けします。

全体の概要は、先月号のこの巻頭言でもお知らせしているが、フェスタでは各地で住民や多様な主体が参加するすばらしい実践例を多くお届けしているので、ぜひこの機会を生かして参考にしてもらい、皆さんの地域づくりを進めてもらえればと願っている。

そして、今号で続けて少し具体的にご紹介するのが、ふれあい・助け合いといった人と人とのつながりを基本とした行為や活動は、まさに介護予防や認知症予防にも好影響を与え、より良く生きるというウェルビーイングにもなるという話。本誌をご覧の読者であれば、実感として理解してくれている方々は多いことと思う。しかし社会全般で見れば、まだまだ助け合いやつながりの価値は情緒的に捉えられ、社会への影響も客観的な評価が得られにくい状況がある。

そこで今年のフェスタでは、科学的な見地からの議論を企画した。オープニングフォーラムの登壇者のお一人である瀧靖之さんだ。瀧さんは医師でもあり、16万人の脳のＭＲＩ画像に基づき、脳の発達や加齢のメカニズムを明らかにする研究を進めている（医学博士、東北大学加齢医学研究所教授・東北大学スマート・エイジング学際重点研究センター センター長等）。

瀧さんからは、共生の社会において、そもそもふれあいの前提である「コミュニケーション」の重要性、他者との「会話」が私たちの脳にとってどれほど重要なのかという点、そして、さらに「知的好奇心」が脳にとっていかに大切かの2点について主にお話しいただいた。

コミュニケーションの不足は、私たちの心身にとって非常にストレスが大きい。社会的孤立は、寂しさやつらさといった感情を生むだけでなく、私たちの脳を萎縮させていき、考えて記憶するといった認知を下げる、と語る。さらには、社会におけるつながりは、主観的幸福感＝ささやかながら日々幸せだと感じる気持ちを非常に高くし、日々の暮らしの楽しみにつながるだけでなく、結果として、たとえば生活習慣病等の疾病リスクを下げることにもなるという。

専門的な知見をわかりやすく語ってくれており、説得力ある裏付けとしてはもとより、いきいきとした助け合い活動やあたたかな共生社会実現に向けて奮闘している皆さんへの応援メッセージとも思えた。人と人との関係性、地域の環境は、幼い頃からの子どもの脳にも影響を及ぼすといった研究もされている。

助け合いは専門サービスの補完や代替ではない。関わる人はもとより、そうした人々が増えていくことで地域全体にも好影響が広がる。そんな視点を持ちながら改めて地域づくりを進めていきませんか。フェスタのお申し込みは10月23日まで可能です。ぜひお待ちしています。

地域の声から活動立ち上げ やれば楽しい！ 助け合い活動

道悦島（どうえつじま）応援隊（静岡県島田市）

静岡県中部、「越すに越されぬ大井川」がまちの中央を貫く静岡県島田市。同市六合地区道悦島は都市部に隣接しており住みやすい地域ですが、多くの地域と同様、やはり高齢化とともに住民の困り事も増えていました。1人の住民の「困った」を契機に動き始めた、住民主体の助け合い活動を取材しました。

（取材・文／森　祐子）

柔軟にできるのが住民主体の良さ

「掃除機をかけようか」「じゃあコンセントをこっちに差すね」

六合地区道悦島の民家で、女性2人が和やかに会話しながらテキパキと家事をしている。見ると一方の女性が掃除機をかけ、もう一人の女性は部屋を移るとコンセントを差し替えたり、声かけしながらサポートしていることに気づく。これは地域住民による助け合い「道悦島応援隊（以下、応援隊）」の活動の1コマ。掃除機をかけているのが利用会員のAさん（83歳）で、サポートしているのが佐々木富江さん（80歳）だ。Aさんは、以前は応援隊でサポーターもしていたが体調が思わしくなく、今は利用会員だ。この日、佐々木さんはAさんのごみ捨て、片付け、掃除をサポートした。

「佐々木さんはいつも、何でも助けてくれてありがたいです。いい人で涙が

２人で家の掃除をする佐々木さん（左）とＡさん（右）

佐々木さんは以前、介護保険サービスのホームヘルパーをしていたが、制度は時間もサービス内容もはっきり決まっている。一方、応援隊は利用会員とサポーター間の話の中で柔軟に活動できるのが魅力だという。「役所に行きたいなら早めにお迎えに行って、印鑑や保険証など必要な物がそろっているか確認して、足りなければ一緒に家の中を探すこともあります」

そんな自由な生活支援は、どのように誕生したのだろうか。

小地域ケア会議で話し合い開始「やらないわけにいかない」

きっかけは２０１５年８月。道悦島地区を担当する地域包括支援センターに住民から「骨折して動けなくなり、ごみ出しができない。介護保険サービスのヘルパーは来てくれているが、それだけではできないことがある」という相談が舞い込んだ。包括は、道悦島地区社会福祉協議会に相談。現在、応援隊のコーディネーターを務める小林強さん（80歳）はそのとき地区社協会長だった。包括主催の「小地区ケア会議」で、町内会長、民生委員、地区社協、市社協も一緒に対応を検討することにした。

現在は小林さんとともに応援隊の中心メンバーの一人である斎藤実さん（78歳）は当時、地区内にある町内会の会長だったが、最初は戸惑ったという。

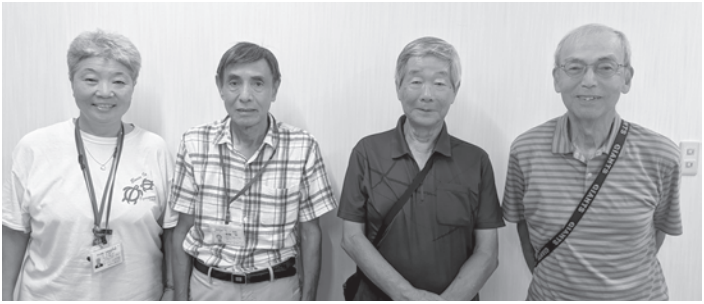
「町内会は交通安全、川さらいなどの環境整備が中心で、生活支援は行政の仕事だと思っていましたから。その頃は『助け合い活動』なんて言葉も聞い

出ます。子どもたちはみんな遠くに住んでいますが、この人がいるから寂しくない。毎日うれしいですよ」と、Ａさんは感謝の思いを熱く語ってくれた。

佐々木さんは、「Ａさんは以前、民生委員をしていたし応援隊の仲間でもあるし、私も当時一緒に民生委員をしていたので、友人の家に様子を見に来る感覚です。私が手を出しすぎてＡさんができることが減ってしまっては本末転倒ですから、サポートに徹することを心がけています」と話してくれた。

たことなかったしね」

小地域ケア会議は、個別の住民の課題を地域課題解決に結びつけることが大きな目的の一つだ。小林さんは、「ほかにも同じような悩みを持つ人が地域にいるか」、そして「ボランティアに意欲的な住民はいるか」の両方を確認しようと地区内の全世帯アンケートを会議で提案。市が包括連携協定を締結している静岡県立大学の協力を得て、約1500世帯全てにアンケートを実施することになった。その結果を見て、小林さんは驚いた。アンケートの回答は3割程度だろうと予想していたが、結果は47・3%。「ボランティアに参加したい」にマルをつけた人が61人もいた。「地域にこんなにも熱い思いを持つ人たちがいる。それなら住民が行う助け合い活動を立ち上げないわけにはいかないと思いました」と、小林さんはそのときの決意を振り返る。



お話をうかがった道悦島応援隊の皆さん。
左から、杉本さん、斎藤さん、佐藤さん、小林さん

16年4月には、小地域ケア会議のメンバーに加えて、自治会長、市包括ケア推進課、道悦島まちづくり委員会、静岡県立大学、静岡県社協も参加し、助け合い活動立ち上げの準備会を設立。翌年1月を活動開始予定日に定め、月に1回集まって活動内容などを決めていった。

道悦島応援隊、発足！ 利用対象は「困り事がある人」

準備会では、住民主体で安定した活動ができるように、サービス内容や有償ボランティアのあり方などについて細かく話し合った。時には斎藤さんが先行事例のあるお隣の藤枝市に電話をして、アドバイスを得たという。

そして次のような内容が決定した。利用会員とサポーターを登録し、利用会員からの依頼でサポーターが支援する。内容は、ごみ出し、話し相手、買い物など住民にできる「ちょっとしたこと」とする。利用者が気兼ねなく利用でき、かつ継続して活動できるように、謝金を伴う有償ボランティアとする。ごみ出しや病院の順番取りなど短時間の活動は利用者が1回150円の

謝金を支払い、活動したサポーターには100円が渡される。掃除や買い物等は1時間500円で、サポーターには400円が渡される。差額は隊の運営費とする。

こうして大枠が決まり、書類作成が得意な斎藤さんがチラシを作成して地区内へ回覧したり、ポスターを公民館や病院へ掲示して利用会員とサポーターを募集した。住民活動が盛んな同県磐田市などから活動関係者を招いて住民説明会も行った。

11～12月に試験実施を行い、「この体制でやれる！」と自信がついた17年1月、道悦島応援隊の生活支援活動は本格的にスタートした。

応援隊の利用対象は「困り事がある人」。対象を細かく限定しないことが住民による活動の良さだ。チラシや口コミで活動を知った人から、新規利用申し込みの電話が事務局専用のスマホにかかってくるとコーディネーターの小林さんが受け付け、申込者の自宅を訪問し、応援隊の仕組みを説明する。入会申込書に記入してもらったら、連携する包括とも共有する。

大きなお屋敷の敷地をみんなで整備

ごみ出し支援の様子

小林さんはサポーターの1か月の予定を事前に確認しておき、利用申し込みがあると、活動内容や日程が合いそうなサポーターに依頼する。

当日、担当サポーターは支援を実施したら小林さんに報告する。月に1回、小林さんは安否確認も兼ねて利用者宅を訪問。利用した分の謝金を受け取り、領収書を渡す。サポーターが現金を扱わなくていいようにと活動開始当初はチケット制だったが、チケットをなくしてしまう利用会員がいたことからこの形に落ち着いたそうだ。

大活躍の小林さんだが、「事務所は構えず、自宅でスマホを使ってやっていますから助かります」と語り、「何も知らなかったからみんなと一緒に立ち上げて、コーディネーターを引き受

けちゃったんです」と笑顔だ。

外出ニーズが高いことを実感 近隣地区を参考に支援開始

応援隊では、活動する中で「○○に連れていってほしい」というニーズが高いことを実感するようになった。毎月、関係者が集まって「サポーター連絡会」を開催して情報を共有しているが、そこでもサポーターから「外出支援をしたほうがいいのではないか」という意見が出た。市内では道悦島応援隊がきっかけとなり、現在他地区で6つの応援隊が立ち上がっているが、この頃すでに金谷応援隊が外出支援を行っていた。そこで、当時道悦島地区を担当していた市社協所属の第2層生活支援コーディネーターが金谷応援隊の詳しい情報を提供し、道悦島でも準備期間1年弱で外出支援活動を開始することができた。

「応援隊は住民さんたちの活動なので、皆さんが『これがやりたい！』とおっしゃることを実現できるようにサポートしています。制度の枠がないことが応援隊の良さですし、だからこそ困り事がある住民さんも気軽に頼れるのだと思います」と話すのは、現在の同地区担当第2層生活支援コーディネーター野村妃穂さん。

ドライバー募集には地区全世帯にアンケートを配布して、活動できるという返事があった6人が集まった。

自動車学校で講習を受け、ドライバーとして新たに応援隊に加わったメンバーの一人が杉本充子さん（66歳）だ。

生活支援コーディネーターの野村さん

定年退職まで神奈川県で警察官として勤務し、ピストル競技でオリンピック出場経験もあるという異色の経歴を持つ杉本さんは、今や応援隊の若きムードメーカーだ。

「定年退職して故郷に戻ってきたのですが、応援隊の活動は地域の中で役に立っている実感が持てて、人生の励みになっています。利用会員さんと車の中で世間話をしますが、私は一人

外出支援は自動車教習所の講習を修了してスタート

暮らしですから楽しいですし、利用者さんも楽しそうです」

庭木の剪定などを中心的に担う佐藤幸雄さん（82歳）は、「家にいてもやることがないし、自分の健康のためにも何かしたいと思っていたんです。それに、他人の痛みに伴走すれば、そのうち何か自分にも返ってくるかもしれないじゃないですか。それで活動してみたら、楽しいんですよね。楽しいから嫌気が差さない。だから続けられる」と笑う。

Aさんの生活支援に入っている佐々木さんは、外出支援でも大活躍だという。そして、「今、応援隊で特に楽しい依頼は、犬のお世話。犬を飼っていた息子さんが難病になり、世話ができなくなったという親御さんからの依頼です。私は犬が大好きなので、すっかり癒やされています」と話す。

＊　＊　＊

昨年度の生活支援実績は729件、外出支援実績は172件。住民に大好評でニーズが増えているので、もっともっと助け合いに参加する住民が増えてほしいという応援隊。

最初は「行政の仕事では？」と思っていた住民が、地域の困り事とやる気に触れ、今では「楽しい」と笑顔で活動する道悦島応援隊。あたたかい活動に賛同者が増え、ますます広がってほしい。

以前、地域の店舗内で行っていた月例サポーター連絡会。現在は地区の公会堂で行っている

道悦島応援隊

2017年に始まった住民同士の助け合い活動。生活支援サービスと外出支援サービスがあり、利用会員とサポーターをコーディネーターがマッチングする。利用料金は1時間500円で、ごみ出しなどの短時間サポートは1回150円。生活支援は買い物や家事代行、軽微な作業等。外出支援は六合駅から半径10キロ以内の買い物や病院。利用者登録は179人、生活支援サポーター12人、外出支援ドライバー4人。

●連絡先／道悦島地区社会福祉協議会
「道悦島応援隊」
電話　090-2777-0870
受付時間：月～金曜日の9～12時

特別版・企業編
こんな活動やってます！

ボランティアの教室運営で20年 地域住民の交流の場

鎌ケ谷学習療法普及会（千葉県鎌ケ谷市）（公文教育研究会「脳の健康教室」）

「公文式」で有名な株式会社公文教育研究会の「脳の健康教室」をご存じだろうか。「脳トレ」で知られる東北大学の川島隆太教授の研究を基に、シニア世代の脳の健康づくりや認知症予防を図るとともに、参加する学習者やサポーターが皆仲間になり、地域の通いの場づくりと担い手づくりとしても効果を挙げ、全国各地で行政や高齢者施設、市民団体が取り入れている。週1回、約30分でスラスラ楽しくできるレベルの「読み書き・計算」教材と「すうじ盤」を使って学習するもので、学習者2人にサポーター1人が付いて時間を計ったり採点したりする形を基本としている。

20年以上前、その効果にいち早く気づいた創設者が住民に呼びかけて、地域住民がボランティアとして参加し、脳の健康教室を開講した「鎌ケ谷学習療法普及会」（以下、普及会）を取材した。

効果があって楽しいから続く

「はい、今日も100点です！　すごいわー」とサポーターが声をかけると、92歳の学習者は満面の笑みで採点済みの解答用紙を受け取った。公民館で開

脳の健康教室の様子

室長の原千恵子さん（左端）のかけ声で、体操から始まる木曜教室

催されている普及会の木曜教室に通って、もう20年になる。

担当サポーターが「できることが最初の頃と変わらないんですよ。お年を召しても変わらないというのは本当にすごいことだと思います」と称えると、本人も「そう、変わらないですよ！好きだから続くんだよね」といきいきした表情で話してくれた。

「脳の健康教室は、教えられてやるのではなく、人と比べるのでもなく自分と向き合って問題を解き、できたとき必ず褒めてくれるサポーターさんがいます。学習者さんには『やってみると、良さがとてもよく分かる』と喜んでいただいています」と公文教育研究会の山﨑恵美さん。

満点の解答用紙を手に笑顔の学習者（右）とサポーター（左）

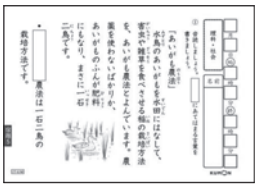
普及会主催の脳の健康教室は、鎌ケ谷市内で週3回、火・木・金曜日に開催されており、この日は、1・2時限目あわせて学習者が15人、サポーターが11人参加した。6か月ごとに受講者を募集するが、ほとんどの学習者がその効果を実感し、教室での交流が楽しいので継続して通っているそうだ。

木曜教室の室長は、普及会会長で創設者の原八郎さん（82歳）の妻、千恵子さん（80歳）。笑顔と気さくな人柄で、教室の明るい雰囲気をつくり出している。

「夫から教室を始めたいと相談があったとき、とてもいいと思って私も即賛成しました。学習者の皆さんは『できた』ということが自信になり、日常生活でも笑顔になれる。サポーターさんは、ここでのボランティアを通じて自分にも返ってくるものがある、とおっしゃっています」

66歳のサポーターの女性は、通っているスポーツクラブでこの教室のサポーターと知り合い、話を聞いて自らも参加することにした。

「私は子どもがおらず60歳まで働いて、同居で介護していた母親が一昨年他界。時間があると母のことを考え込んだりしていたので、夫もここに参加することに賛成してくれました。仕事とまっ



「脳の健康教室」の教材
（左：すうじ盤、右：読み書き・計算教材）

たく違う場で人生の先輩方と接していろいろなお話を聞くことができますし、自分のためにもよかったと思っています」

ボランティアに必要なのは、ただひとつ

会長の原八郎さんは、埼玉県出身。10人きょうだいの8男として生まれ、幼少期から活発で好奇心旺盛だった。アイデアも豊富で、大学4年生でレンタサイクルを起業して成功するなどし、さまざまな役を歴任した後、鎌ケ谷市議会議員も務めた。多くの人生経験から原さんは、「何のために生きるのか」「人のために何ができるか」を常に考えてきたという。脳の健康教室がまだ研究段階だった頃、京都で川島教授の講演を聞く機会があり、これは今後のシニア世代に素晴らしい効果をもたらすだろうと直感した。同時に、地元・鎌ケ谷の役にも立ちたいと考え、教室を立ち上げようと決めた。

前列左から、原千恵子さん、原八郎さん、金曜教室室長の福本博光さん（74歳）。
後列左から、公文教育研究会の宍戸康子さん、住吉哲さん、山﨑恵美さん

地元に戻り、さっそく興味を持ってくれた住民150人ほどを集め、説明会を実施。その後の5回の研修には50人ほどが参加した。原さんが最後に「ボランティアは名誉欲でやるものではありません。必要なのはただひとつ、心に愛のある人です」と訴えかけると、40人ほどが残った。教材購入等に必要だった費用もサポーター皆でお金を出し合い、教室をスタートした。

「20年以上継続できているのもサポーターさんたちのおかげです。学習者さんの喜びが分かるから、続けていただけるのだと思います」と感謝を口にし、「学習者さんも、ここに来れば学習して頭が活性化することを実感できるし、みんなと仲良くなるから続けたくなるのでしょうね。最初は地味な格好で来ていた方が、1か月もするときれいに身だしなみを整えて来るようになります」と目を細める。

山﨑さんも、「ここに来るたび、学習者さんとサポーターさんの距離が近くなっていることを感じます。自由に活動する地域の皆様の力だと思いますし、ここでの交流をぜひ地域のふれあい・支え合いにつなげていただけたら」と話す。

住民が楽しく自発的に参加する活動は、力強く地域に根付いている。

（取材・文／塩瀬　潔泉）

いきいき わくわく

子どもと一緒に地域で輝こう

全世代、みんなで生活支援活動中！

たすキュー金立（きんりゅう）（佐賀県佐賀市）

シニアのものと思われがちな地域の助け合いを、全世代で一緒にやっている地域があります。昨年活動をスタートした佐賀市の「たすキュー金立」（以下、たすキュー）では、各世代がそれぞれに「役割とやりがい」を持って活躍していました。（取材・文／石橋　千春）

●子どもも大人も役割を

夏の朝7時、庭の草刈りを依頼した中原ひとみさん（70歳）の家の前に10数人のたすキューサポーターが集合していた。小・中・高校生の姿もあってにぎやかだ。それぞれがおそろいのオレンジ色のベスト、帽子や厚い手袋などを装着。草刈り機、枝切りばさみ、脚立、大量の枝を運ぶ軽トラックなども準備万端。たすキュー会長の江口勲さん（80歳）が、作業の分担や場所の確認、注意点などを説明し、「みんな気をつけてお願いしまーす」と声をかけると作業が始まった。暑い中での作業を1時間で終えるために必要な人数が集まるのが、たすキュー流だ。

大人たちは背の高い木や庭の植栽を剪定したり、草刈り機を使って100平米ほどの庭の除草を行

たすキュー金立の皆さんと、
利用者の中原さん（２列目右から２人目）

皆、完全装備で手際よく作業

う。シニア世代だけでなく40～50代の現役世代もいるから、広い庭はみるみるうちにきれいになった。この日参加した5人の子どもたちは、バサバサと地面に落ちた枝や草を次々と手押し車やかごに入れて運んでいく。何と手際のいいことか。子どもたちに話を聞いた。

●みんなでやるから楽しい！

金立町が大好きだと話す原口奏真さん（中学2年生）は、両親からたすキューの話を聞いたそう。「金立町で困っている人がいるなら、何かやってみたいと思った。草刈りは暑いし大変だけど、めちゃめちゃきれいになる。それに、人に感謝されるのってうれしい」と目を輝かす。彼は昨年、活動のやりがいなどを佐賀新聞に投稿し、掲載された。黒木涼子さん（中学3年生）は「健康にいいし、お小遣いも貯められる（笑）。それに終わったときの達成感！　またやりたいと思う」と張り切る。今回初めて参加した中園暁人さん（中学3年生）は早起きが苦手らしいが、「朝、起きるきっかけになっていい。みんな優しいし頼りがいがある」と気に入った様子。上野大和さん（高校3年生）は、母親がたすキューの事務局長だ。「親の活動に協力したい」とサポーターになった。「母がボランティアをやるなんて、その行動力に驚きました。来年は大学で県外に出ますから、今のうちに地域の役に立ちたい」と話す。その頼もしさには脱帽だ。

高齢者のごみ出しサポーターとしても活動している井上

高校３年生の
上野さん

中学３年生の
中園さん

中学３年生の
黒木さん

小学６年生の井上さん（左）と
中学２年生の原口さん（右）

洸太郎さん（小学6年生）は、今日が初めての参加だ。「草刈りもやりたい」とたすキューの定例会で手を上げ、実現した。感想をたずねると「みんなでやるのって、やっぱり楽しい」と、この作業の常連にもなりそうだ。

作業が終わると、依頼者の中原さんからドリンクの差し入れがあった。子どもたちから歓声が上がる。中原さんは夫が亡くなった後、庭木の手入れができなくなり困っていた。そんな折、江口さんから声をかけられたという。「今回で2回目です。業者には高くて頼めないし、助かっています。伸びた木のおかげで薄暗かった室内が明るくなって、気持ちもいい」と喜ぶ。

●青年（子ども）・壮年・老年が共に活動することが柱

作業後、会長の江口さん、副会長の尾形英隆さん（73歳）、事務局長の上野寛美さん（45歳）、幹事の福岡仁さん（55歳）、主任児童委員の手塚由佳さん（62歳）に加え、市社会福祉協議会所属の現生活支援コーディネーター（SC）藤満晶子さんと、地域包括支援センター所属の前SC真子紫布（まなごしほ）さんにも同席してもらい、活動内容や子どもも参加する意義などについて聞いた。

現在も民生委員会長を務める江口さんをはじめ皆さんは、民生委員、まちづくり協議会の環境部会や子ども部会、PTAなどで活躍してきた。しかし、真子さんは「地域の役をやってきたから困り事を把握しているとも限りません。それよりも〝思いを持っている人〟に伝えると、協力者につながります」と話す。そこで声をかけたのが江口さんと尾形さんだった。すると、すぐに多彩な賛同者が集まったという。

たすキューは「高齢者の日常の困り事

前列左から、手塚さん、上野さん、江口さん、尾形さん、福岡さん。このほか原口あゆみさん（41歳）も中心メンバー。後列左から藤満さん、真子さん

を住民同士で解決する」が合言葉。サポーターの登録者数は現在、大人85人、子ども14人（サポーター登録は小学5年生から）。要望の多い庭や畑の草刈り作業やごみ出し（1か月10回まで600円）、買い物代行（1回300円）を中心に、地域のニーズを探りながら活動している。「まだまだ周知が足りないけれど、1年経って軌道には乗ってきました」と江口さん。そして「若い人の考えを取り入れながら活動したいと思いますし、その中で彼らを育てていくのも私たちの役割」と話す。尾形さんも「今後の展開を考えると、現役世代が25人いることはうちの強み」。そして、自身が大切にしている「青年（子ども）には夢を、壮年には責任を、老年には仕事を」という言葉を教えてくれ、「この3世代が一緒に活動することが活動の柱」と強調した。

●保護者＝現役世代 〝思いのある人〟や学校とのつながりがカギ

「助け合い」と「レスキュー」をかけ合わせて名付けたという、たすキュー金立。立ち上げ時には、金立小学校のPTA総会で活動のプレゼンテーションを行った。子どもの保護者であり現役世代の集まりでもあるこのような場で活動を認知してもらうことは、その後の活動にも大きな効果を生むだろう。まちづくり協議会子ども部会やPTA活動を通じて学校との信頼関係が築かれていることは、子どもと一緒に活動する上で真子さんの言う「思いを持っている人への声かけ」とともに重要なポイントと言えそうだ。

また、小学校から包括に出前授業の依頼があったとき真子さんは、江口さんや上野さんを伴い4年生を対象に「福祉の時間」でたすキューの活動内容を紹介した。生徒たちからは「絶対やる！」という声も上がるくらい好評だった。さらに

小学校での出前授業。活動とともにこの様子もYouTubeで発信している（「たすキュー金立」で検索）

上野さんが、子どもが不登校だという知人に参加を呼びかけると、そういった子も数人参加するようになった。学校に行くのは苦手でも驚くほど活発に活動していて、その様子をたすキューの動画で見た学校の先生たちも喜んでいるという。

メンバーに子どもたちとの活動について聞くと、「〝遊び〟みたいな感じですかね。子どもから『これ、どうする？』と聞かれると『どうするかね～』というようなやり取り。教えるというよりは一緒に遊びながら作業している」と楽しそうな福岡さん。尾形さんも「ここでは一切評価はしませんし、指図もしない」と話す。手塚さんも「何も言わないのがいいんですよ。ほかの人と比べられると嫌でしょ。ここに来てくれるだけでいい」と笑う。最初は慣れない作業に戸惑っている子も、回を重ねるごとにたくましく変化していくらしい。

前出の井上さんは週1回、岸川久子さん（98歳）宅のごみ出しを手伝っているが、「おばあちゃんに会いにいくのが楽しみ」と話していたのが印象的だった。「今日は暑いですね」とあいさつすると、岸川さんが「お菓子持っていかない？」などと応えてくれるそう。そんなふれあいが、一人暮らしの岸川さんを笑顔にしている。

尾形さんは、「住民と行政が垣根を取り払って一緒にやることが大事。地域をつくるのは住民しかいない」と熱く語る。この住民主体の活動を、行政は総合事業の訪問型サービスBで支援している。「来年は移動支援も始める予定なので、明日はみんなで視察に行くんですよ」とメンバーの声が弾んでいた。移動支援活動で子どもたちにどう参加してもらうかについても思案中だ。きっと、子どもも大人も輝くだろう。楽しみにしたい。

井上さんと利用者の岸川さん。ごみ出し活動に行くと、岸川さんがカードにスタンプを押してくれる

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、高齢者への弁当配布活動、子ども食堂、移動を含む生活支援活動をご紹介します。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。

茨城県つくば市

お弁当配布で住民とコミュニケーション スタッフも活動を通じて楽しく交流

本鎌むつみ会

助成金額　14万6000円

茨城県つくば市にある本田・鎌倉地域は、駅から少し離れた場所にあり、高齢者の割合が高い地域です。地域住民同士のつながりが希薄になる中、有志でお弁当を作り、希望する高齢者に配布しようと「本鎌むつみ会」は2022年に発足しました。お弁当受け渡しの際の何気ない会話から、生活状況や健康状態を知ることができます。また、自宅まで届けることで、さまざまな理由で外出が難しい人とのコミュニケーションの場にもなっています。

お弁当は1食300円。今回の助成金では、今まで借りたり持ち寄ったりしていた炊飯器や包丁、弁当容器を購入され、活動しやすくなりました。今後は有事の際にも炊き出しなどで地域の力になることもできると考えているそうです。お弁当作りをしているボランティアスタッフは50～80代の15人。ボランティアスタッフもまた、お弁当作りを通して楽しく交流しています。

行政とも連携し、回覧で活動の案内をしてもらったり、社協の見守り活動者と情報交換を行ったり、地域の民生委員児童委員とも連携して日々活動しています。活動開始3年目、地域での認知度も上がり、区長も積極的に応援してくれているそうです。今後は地域行事にも参加し、地域とのつながりをより深めていきたいと報告をいただきました。

みんなで愛情を込めてお弁当作り

大阪府大阪市

子ども食堂を通じて食育 孤食を防ぎ安心安全な居場所を目指す

川北子ども食堂

助成金額　15万円

子ども食堂に集まった子どもたち

「川北子ども食堂」は、代表者が住む町内会に子ども食堂がないことから、大阪市の西淀川区社会福祉協議会と何度も面談し、町内会とも密に連携を取りながら2024年2月にオープンしました。代表者は、子育ての経験から「食育」の大切さを知り、孤食や欠食する子どもが少しでも減ることを願い、日々活動しています。また、社協からの紹介で区内の他の子ども食堂とも交流することができ、「地

域子ども支援ネットワーク」へ加入することで、継続的に運営ができるようサポートしてもらっています。

今回の助成金で食材費や調理備品、消耗品などを購入することで、無事に1年間子ども食堂を開催することができたそうです。また、SNS等を活用して地域への周知、子ども食堂について多くの人に知ってもらうための啓発活動にも同時に取り組むことでさまざまな支援が集まり、個別支援やフードパントリー、学習支援や夏祭り、地元の大学生とのコラボイベントなど新しいことにもチャレンジすることができました。

今後はもっと地域に密着し、誰でも気軽に参加し、温かい食事をお腹いっぱい食べ、安心安全に過ごすことのできる居場所を目指して日々活動していきます、と報告をいただきました。

助け合いの移動支援で住民も笑顔に

奈良県葛城市

活動周知と講習会実施で運転ボランティアの増員につながる

大畑（おばたけ）まぁるい会「芽吹き」

助成金額　8万円

「大畑まぁるい会『芽吹き』」は、学校や警察、市役所、PTA等と連携した地区の小学生下校時の立哨・見守り活動、高齢者や一人暮らしの人の通院・買い物・社会参加のための移動支援、草刈りや部屋の掃除、電球交換等の生活支援を行うため、2023年に発足。立ち上げ時期から、第1層生活支援コーディネーターが地域での勉強会実施、定例会議への出席、アドバイスや情報提供等の伴走支援を行っています。

活動依頼の多くが移動支援で、より多くのニーズに対応し安全に活動するために、今回の助成金は通信費や広報費、保険料や運転者講習会の受講費用として活用されました。チラシや資料をカラー印刷すること

で、より分かりやすくなったほか、運転ボランティアの増員、利用者の待ち時間解消にもつながったそうです。

今後も地域での支え合い活動の大切さを広めるため、案内チラシの配布や自治会、寿会、社会福祉協議会との連携をより深め、会員の増加とボランティアを確保することで、安定した運用・継続を目指す芽吹き。他の地域でも支え合い活動が芽生えるように、アドバイスや情報提供などにも協力していきたい、と報告をいただきました。小地域での生活支援活動が近隣にも広がることが期待されます。

「地域助け合い基金」状況のご報告

（9月15日　当財団ホームページ開示時点）

◎寄付受付額

432件　2億908万7637円

このうち遺贈基金より1億7000万円を供出

◎助成実行額

1354件　2億544万670円

地域で困り事を抱え、孤立する人たちが全国で増え続けています。引き続き、本基金を通じた皆様のご支援をよろしくお願い申し上げます。

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：tasukeai-kikin@sawayakazaidan.or.jp

シリーズ

定年、その先へ

地域とのつながり方 6

世界を相手にした仕事から地域に根差した仕事や活動への転換

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。

『ホワイトカラー消滅』（冨山和彦著　NHK出版新書　2024年）によると、今後、グローバル産業での人余りと、ローカル産業での人手不足がより進行し、ホワイトカラー層の意識改革やプレーヤーとしてのリスキリングが社会の大きなテーマになるそうです。

今月号では、世界を相手にしたキャリアを長年送り、定年近くになって地域に根差した仕事や活動に転換されたお二人のロールモデルをご紹介します。

お一人目は、大澤宏さんです。大澤さんは大学卒業後、大手総合商社に入社し、世界各国との貿易業務に従事しました。また、エジプトに2回計約10年間駐在しました。家族ぐるみでエジプトのファンになったそうです。国際派ビジネスマンの代表のような大澤さんですが、2020年帰国後に役職定年を迎え、今後はより地元に根差す形で世の中の役に立つ仕事をしてみたいと思い、業務の傍ら社会福祉士の国家資格を取得します。定年が近づき、地元の高

齢者福祉施設にいくつか応募しましたが、「資格はあっても経験なし」と断られてしまいます。ようやく「一般企業出身者」を積極採用する知的障害者福祉施設の施設長として転職を果たします。大澤さんは「商社は特定の『モノ』を持っておらず、売り手・買い手等のネットワークづくりが基本。『ヒト』が中心であるところが福祉と似ている。会社員時代に培ったコミュニケーション力やマネジメント力を大いに活かせています」と目を輝かせて施設の食堂で話してくれました。

大澤宏さん

お二人目は、守屋由紀さんです。幼少期を米国で過ごし、日本の大学を卒業後、総合商社などを経て、国連難民高等弁務官事務所（UNHCR）で28年間、定年まで勤め上げました。UNHCRでは広報官として、難民問題の周知に努めるとともに、日本の大手衣料メーカーの衣類を難民キャンプで再利用（リユース）する仕組み作りにも奔走しました。「難民キャンプは高齢者も障害者も含め、難民同士が助け合う地域共生社会でもあります。難民は困難を乗り越えてきた人ばかりで、貴重な人的資産なのです」と明るく語ります。また、世界を相手にする仕事ゆえに日本の伝統や文化にも惹かれ、相撲愛、落語愛はそれぞれ40年以上、10年以上にのぼります。定年後は相撲甚句や落語を師匠について学び始め、1年に満たないながらも、地域の高齢者を前に披露する活動をしています。さらに、減少の一途をたどる銭湯の後継者問題や、都市緑化・生態系保全に関心を持ち、都市養蜂講座で学びながら地域活動に熱心に取り組んでいます。

守屋由紀さん（右）。UNHCR時代、ヨルダンの難民キャンプにて

そんなお二人を見ていると、地域共生社会の担い手を広く捉える視座の必要性を感じました。

医療介護福祉政策研究フォーラムと共催

月例社会保障研究会
「目指すべき共生の地域づくりとは」

一般社団法人医療介護福祉政策研究フォーラム「第128回月例社会保障研究会」が会場とオンラインのハイブリッドで開催されます。今回は当財団が共催し、目指すべき共生の地域づくりについて多彩な登壇者が事例発表と議論を行います。

これからの地域共生社会をつくる上でのご参考に、ぜひご参加ください！

■ **開催日時：11月13日（木）18：30〜20：30**

■ **対面開催会場：日本記者クラブ・ホール**
（東京都千代田区内幸町2-2-1 日本プレスセンタービル10階）

オンライン参加：Zoomウェビナーを使用

■ **参加お申込受付期間　10月22日（水）〜11月10日（月）**

会場200名・オンライン450名

先着順のため、お申し込みはお早目に！

■ **参加費：1,000円（事前振込・返金不可）**

■ **申し込み方法：医療介護福祉政策研究フォーラムＨＰから**
＜URL＞http://www.mcw-forum.or.jp/index.html

テーマ「**目指すべき共生の地域づくりとは**
〜住民参加の互助の役割と可能性〜」

＜主なプログラム＞

◇趣旨説明　**清水　肇子氏**（公益財団法人さわやか福祉財団 理事長）

◇事例発表

1．**斉藤　節子氏**（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）
　金丸　清人氏（山梨県南アルプス市 第１層協議体コアメンバー）

2．**目﨑　智恵子氏**（公益財団法人さわやか福祉財団 共生社会推進リーダー／群馬県高崎市 第１層生活支援コーディネーター）
　土岐　文彰氏（土岐医院 院長）

3．**鈴木　恵子氏**（認定ＮＰＯ法人すずの会 理事長）
　大塚　靖夫氏（神奈川県川崎市宮前区 みかど荘地域包括支援センター センター長）

◇登壇者議論　　◇質疑応答

お問合せ　さわやか福祉財団　担当：上田　電話（03）5470-7751

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
- **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8月1日～8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（36件）

（都道府県別50音順）

北海道
小笠原　一造
小田　桂子

宮城県
小野寺　寛

山形県
荒井　智子

茨城県
渡邉　英勇

埼玉県
倉嶋　美恵子
友國　洋
山田　礼子
石井　敏夫
関　義信
中戸　幹郎

東京都
池崎　芳博
石井　孝彦
伊東　雅子
岩田　典子
石見　光夫
志藤　洋子
髙田　富士雄
永田　美樹
山本　学

神奈川県
内田　友昭
奥山　充
谷口　浩章
丹　直秀
藤井　宏昌
湯山　みはる

新潟県
佐藤　英夫

三重県
諸岡　久美子

京都府
片山　千香子

兵庫県
安田　隆行

高知県
永井　美保

福岡県
井上　稔信
岩城　勝正
小柳　眞澄
坂田　美代

大分県
河野　昭三

さわやかパートナー法人（7件）

（50音順）

かながわ信用金庫
ボランティアサークル「ふれあい」
認定NPO法人きらりびとみやしろ
NPO法人COCO湘南
NPO法人さわやかさばえボランティア虹
住友生命保険相互会社
日本印刷株式会社
NPO法人まごころケアホーム高湯の里

一般ご寄付（1件）

下垣　佑人（2千円）

地域助け合い基金ご寄付（1件）

板谷　辰夫（1万円）

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

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

ふれあい推進事業

地域の状況を把握しながら事業を推進「知る・つながる・動く！」情報交換会

■長崎県

【8月4日】長崎県「令和7年度助け合い活動第1回情報交換会『知る・つながる・動く！』」が開催され、県内から約50名が参加した。冒頭に県長寿社会課の山田薫企画官からあいさつがあり、「タイトルが固いという意見もあり、『知る・つながる・動く！』と加えた」とのコメントもあった。

今回は県外の先進地の協議体活動に関する実践報告、専門家の助言、県内市町間の情報交換の場を設けることにより、(1)行政と生活支援コーディネーターの連携や、協議体活動を通してどのように住民主体の助け合いを進めていくかを考える、(2)参加者が県内外の様々な取組内容や課題を情報交換することにより、今後の活動の参考とするとともに、参加者同士のネットワーク形成を図る、を目的とした。

行政説明で、各市町の第1層・第2層SCや協議体等の状況、各市町ごとのサービス提供団体（配食、見守り、移動・買い物支援、日常生活支援、常設型居場所等）の状況、アドバイザー派遣の取り組み状況などが共有された。

また、昨年度と今年度の制度改正について説明があり、①高齢者が尊厳を保ち地域で自立した生活を送るためには、地域住民の主体的な活動とそれ以外の多様な主体の活動とをつないでいくことが重要、②高齢者が単に生活支援サービスを受け取るだけでなく、自分事として地域の活動に主体的に参加することを促す、③地域づくりの観点から、高齢者施策にとどまらず多世代交流など様々な分野の取り組みを進める、とした。

当財団の講義は、事前アンケートを基に組み立てた。制度改正にも触れ、これま

での取り組みを生かすことの必要性、地域をよく見て住民の声を聞き地域課題を多様な世代・組織・団体と共有していく必要性、住民主体の助け合い創出はサービスの補完ではないこと、創出の手順とポイント、各地の事例を伝えた。さらに企業との連携については新潟県佐渡市の事例を挙げ、連携の際の行政とSCの役割を紹介した。

秋田県大館市の第1層SC戸澤真澄氏は、住民主体の地域づくりをしてきた中で、担い手の減少や町内会の解散といった課題に対し、地域づくり加速化事業を活用して、いろいろな人や組織を巻き込みワークショップで議論し、9つのプロジェクトを様々な人や組織と進め始めている様子などを具体的に紹介した。

グループワークは、地域を越えたグループをつくり、次の通り行われた。

(1)住民主体の助け合い活動を広めるために困っていること

①「助け合いの体制づくり」について

②「ニーズ把握や担い手の掘り起こし」について

③「助け合い活動の創出」について

◆①～③の選択制で、各メンバーの困っていることについて、他のメンバーの実践で解決のヒントにできることを出し合う。

(2)行政と生活支援コーディネーターの連携

①「課題」となっていること

②「工夫」していること

◆意見交換の中で、共通する課題や参考にできる工夫についてまとめる。

話し合いの後、全グループが発表して共有。戸澤氏と財団がまとめのコメントをした。

前半の情報提供を受けての情報交換会は様々な気づきや悩みを出し合う良い機会になったと思う。参加者の表情が明るくなるのが分かった。

これまでも市町全体の評価やヒアリング、伴走支援等を実施してきた長崎県。これからを見据えて地域の状況を把握し、強みを生かしながら進めるというブレない姿勢を感じた。

（鶴山　芳子）

長崎県「令和７年度助け合い活動第１回情報交換会」でのグループワークの様子

「生活支援体制整備事業研修会」開催
SCの役割を再確認

■新潟県

【8月8日】新潟県主催の「令和7年度新潟県生活支援体制整備事業研修会」がオンラインで開催された。参加対象は、SC、市町村生活支援体制整備事業担当者。傍聴者として、協議体構成員、認知症地域支援推進員、チームオレンジコーディネーター、介護予防のための通いの場担当、県地域振興局健康福祉（環境）部職員等。生活支援体制整備事業と他の関係事業の連携も視野に入れており、県内市町村から120名ほどが参加した。

狙いは、昨年度の地域支援事業実施要綱改正を踏まえ、多世代の地域住民、生活支援・介護予防サービスの実践者、市町村、地域包括支援センターの連携・共創を推進するSCと協議体の基本的な役割や制度に関する理解。また、地域の多様な活動主体との連携に係る具体的取り組み事例を通じ、支え合いの体制づくり活性化のヒントを得る機会にすること。

当財団は「SCの役割が大きく変わったわけではないことを伝えてほしい」と県から依頼を受けた。また、「企業との連携」「認知症施策との連携」の事例の相談を受け、長崎市と岩手県矢巾町を紹介した。

最初に県から、令和7年度新規事業である「包括的支援事業を活用した地域づくりの推進」を「SCの役割を変えるのではなく切り口を変える」と説明があった。

財団の講義は、「これからの地域づくりに制度をどう生かしていくか共に考えよう―腰を据えてじっくりと―」と題し、制度改正はあったが「これまで取り組んできたことを大きく変えるのでなく、取り組んできたことを生かしてじっくり腰を据えて働きかけましょう」と伝えた。その上で、〝住民が主役の地域づくり〟をベースに、住民の暮らしやニーズをよく知っているSCが企業も含めた多様な主体に呼びかけ話し合う仲間を広げていくこと。また、認知症の人も当たり前に受け入れ共に過ごしている、地域共生社会のベースとなる共生の居場所の事例について紹介した。さらに、多様な主体の連携事例として、秋田県大館市の取り組み事例も紹介した。

事例は、長崎市から「民間企業と連携した買い物支援」と題して第2層SCの岩岡大樹氏が発表。矢巾町は「認知症地域支援推進員×生活支援コーディネーター」と題して、両方とも担当している鱒沢陽香氏が具体的な取り組みを紹介した。

参加者同士の情報交換は、「ガイドライン改正で感じたこと」「多様な主体による多様な生活支援・介護予防サービスの提供をするには、どのような事業・団体と連携できそうか」について、ブレイクアウトルームでグループごとに話し合い、発表で全体共有した。

最後に講師3名がまとめのコメントをした。

人口減少により、地域のつながりや家族機能も低下している今、企業連携によるサービスづくりが強調されているが、住民主体の活動も企業連携によるサービスもどちらも広げていくことが大切だ。また、住民が安心して暮らし続けられる地域づくりをさまざまな組織や団体と一緒に住民の声を聞きながら進めることの大切さをこれからも伝えていきたい。（鶴山　芳子）

オンラインで開催された「令和７年度新潟県生活支援体制整備事業研修会」の様子

「地域助け合い従事者勉強会」開催
助け合い創出のための役割考える

■西海市（長崎県）

【8月22日】西海市で、アドバイザー派遣事業を活用した「地域助け合い従事者勉強会」が開催され、当財団はアドバイザーとして協力した。対象は、第1層・第2層ＳＣと協議体、助け合い活動実践者、地域包括支援センター（行政）、社会福祉協議会。

同市は、5年前から第2層圏域（5圏域）ごとにフォーラムや勉強会を開催し、住民に助け合いの必要性を伝え、活動創出を進めてきた。今年度11月に5圏域目の西彼地区でフォーラムを予定しており、第1段階である「住民への啓発」を終える予定。次の段階として何に取り組むか検討を始めている。今回の勉強会は、地域助け合いを推進するために、今後の方向性、協議体の機能、ＳＣ・行政・関係機関の役割を考えることを目的に行われた。

講話は、山梨県南アルプス市の元第1層ＳＣ斉藤節子氏から。住民主体の地域づくりを推進するために、行政、ＳＣ、社協で「本当の住民主体とは」「どう伝えるか」を何度も議論し、市民フォーラムや勉強会から協議体の立ち上げを時間をかけて取り組んできたこと。今では第3層59圏域が

中心となり、そこを第2層16圏域がバックアップし、第3層から上がってくる課題などを情報交換会で議論し、第1層が情報交換会等を通じて市全体として取り組む必要があることを推進するなど、住民の声が反映される地域づくりが進んでいることについて発表された。

質疑応答は当財団も進行に関わりながら進め、活発に意見が出された。「担い手が足りない」との質問に、「担い手が広がらないのは、地域の実情をまだまだ知らない人が多いということでは。子育てをはじめとして困り事を抱えている人も多い中、みんなで一緒に話し合っていく機会をつくってみては」と回答。「地域活動の役員のなり手がいなくて困っている」との質問には、「協議体は自由な活動で、役としてではなくやりたいからやっている。規約がなければ続かないような活動は続けなくてもいいのではないか」と回答した。

西海市「地域助け合い従事者勉強会」でのグループワークの様子

その後、地域ごとに意見交換を行い全体で共有した。今日の話を聞いて地域で取り組んでいきたいことや、移動支援や若い人たちの参加についてなどの質問も出され、斉藤氏と財団からコメントした。

終了後アンケートでは、「地域助け合い活動（協議体）を市民に周知し、理解していただくことが大事」「とても分かりやすい説明で、私にもやれることがたくさんあるのではないかと気持ちが楽になった。今日の話を地域で活用したい」等の反響があった。

（鶴山　芳子）

情報・調査事業

かながわコミュニティカレッジ運営委員会に出席

【7月31日】「令和7年度第1回かながわコミュニティカレッジ運営委員会」が開催され、委員として出席した。令和7年度のかながわコミュニティカレッジ（以下、コミカレ）の運営状況を確認し、今後の方向性について協議することを目的として、運営委員会委員8名、事務局7名、受託事業者（一般社団法人ソー

シャルコーディネートかながわ）4名が参加した。

会議では、令和6年度の講座実施結果や令和7年度の運営業務について報告と意見交換が行われた。修了生に対しては、講座の終了を学びの終点とせず、その後の自主的な活動や地域での実践に結びつけるための支援が行われており、追加の勉強会やフォローアップの機会が設けられていることが示された。修了生が自主的にグループを形成し、学んだ内容を深めながら新たな活動に発展させている事例も紹介され、委員からは主体性を尊重する支援の重要性が確認された。

令和7年度の取り組みとして、①人材育成・ネットワーク支援の充実、②受講者の学びを地域活動へとつなげる仕組みの構築、③多様な層へのリーチを広げる広報戦略の強化、が提示された。特に、リーダー育成だけでなく広く多様な立場の住民が参画できる地域活動の担い手につなげるため、講座の設計や修了後のフォロー体制に新たな工夫が求められた。

意見交換では、「学びから実践へつなぐために、講座修了生と地域団体等とのマッチング支援が必要」「定年後や子育て期以降の生活設計に不安を抱える人に対して、講座が人生の次のステージを考えるきっかけとなるような内容にできないか」等の提案があった。全体を通して、学びの成果を生かせる「実践の場」を意識的に設けていく必要性が繰り返し挙げられ、「受講して終わり」ではなく、「その後どう動くか」「誰とつながるか」が重要であるという意見が多く出された。

当財団としては、コミカレのカレッジマスターを務めた財団前会長の堀田力氏が提唱したメインテーマ「地域での助け合いが広がる社会づくりを目指して」を、そのまま本年度のテーマとするという事務局案に賛同した。また、次のように提案した。地域コミュニティの基盤となる「団体」には、地縁団体（町内会や自治会など）も明記してほしい。住民が自分のできることを生かして助け合いに参加できることも重要であり、「ボランティア」だけでなく「住民」も明記してほしい。本講座は単なる学びの場にとどまらず、参加者同士の連携を促す場にもなっていることを記載してほしい。協働のあり方として、支援を受ける立場の人が支える側に回ることもある。そのような相互性のある概念を含め、誰もが参加できることを示す表現を取り入れてほしい。

次回委員会は11月開催で、今年度の中間報告等が行われる予定である。

（岡野　貴代）

かながわ協働推進協議会に出席

【8月18日】令和7年度第1回かながわ協働推進協議会が開催され、当財団も構成員として出席した。神奈川県は、2001年からNPOなどによるボランタリーな活動を行政と対等なパートナーと位置付け、「基金21」をはじめさまざまな施策を強力に推進しており、この協議会も第8期目となる。

県政策部の山下芳彦部長からのあいさつに続き、前回協議（中間支援組織のあり方と県の支援）について事務局から振り返りの共有があった。

その後、中島智人座長（産業能率大学経営学部教授）の進行で、出席した13名の構成員により活発な議論が行われた。支援策は時代の変化に沿い柔軟に変化しながら、より中間支援組織との連携による支援を充実していくこととしている。現在は「成長段階に応じた支援策」「寄付を集めやすい環境整備」（ふるさと納税を活用したNPO指定寄付制度）などを推進している。「成長段階に応じた支援策」として、県内のさまざまな中間支援組織が伴走支援サポーターとなり、NPO運営の実践者や士業等の専門家などと連携・協働し、応援チームとして事前相談や伴走支援、アフターフォロー等を行うきめ細かな支援案も説明された。

財団からは「伴走支援が実質半年間では成果が見えにくいのではないか。例えば3年程度継続することで成果も見えてくるのではないか」「寄付をしようと思う仕掛けや仕組みとして、寄付がどう活用されたかが寄付者にしっかりと伝わることも重要ではないか」「中間支援組織もそれぞれ得意分野がある。応援チームの連携・情報共有とコーディネート業務がキーになる」などと提言した。ほかにも、「中間支援組織の支援力を活用していくことが重要」等、構成員それぞれの立場からよりよい支援策に向けての意見が出された。

（鶴山　芳子）

事務所だより

●この原稿を書いている今、「いきがい・助け合いオンラインフェスタ2025」の事前収録がピークを迎えている。前回同様、今回の登壇者の皆さんも大変勉強になるお話、事例を発表してくださっている。お聴き逃しのないように、本誌読者の皆様も、まだの方はぜひ参加お申し込みを！

『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

表紙絵から

はり絵・池田げんえい

「深秋」

編集後記 ●「活動の現場から」は静岡県島田市。アンケートの声から「やらないわけにいかない」と立ち上がった住民たちの熱い取り組みです（P4～）。●「子どもと一緒に地域で輝こう」、シニアも現役世代も子どもたちも一緒に生活支援をしている素晴らしい事例です（P13～）。●「こんな活動やってます！」は、公文教育研究会の「脳の健康教室」を活用した地域のふれあいを取材しました（P10～）。●「新・ひとりごと」は、11月に開催される「東京2025デフリンピック」の応援アンバサダー、川俣郁美さんです（裏表紙の前）。

助け合いを
広げよう！

新 ひとりごと

川俣　郁美

11月15日、デフリンピックが
日本で開幕する。
音に頼らず、アイコンタクトや
手話を交わしながら挑む
デフ特有のプレーは、言葉を超えて観る者の心を揺さぶる。
デフの世界だからこそ生まれた気づきや工夫が、
会場のすみずみに息づく。
障害は哀れみではなく、新しい視点を拓く扉。
その扉は社会を優しく、豊かにする力。
助け・支え合うだけでなく、
頼り合いながら共に成長する共生社会。
私はデフリンピックに、その未来を重ねている。

●デフリンピック応援アンバサダー、
日本財団職員
2025年11月15～26日、東京を中心に福島・静岡で、日本初となるろう者・難聴者のためのオリンピックである「デフリンピック」が開催されます。ぜひその目で、心で、見て触れて感じてみてください。

さわやかおう　10月号

通巻386号　2025年10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
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 10月号
令和7年10月10日発行
（毎月1回10日発行）
通巻386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

どなたでもご視聴できます

一般財団法人長寿社会開発センター 研究セミナーと連携

さわやか福祉財団提供動画

「本人らしい生活をするために　どうする？　地域との連携」

このたび、一般財団法人長寿社会開発センターのご協力を得て、同センターが実施しているオンライン「研究セミナー」お申し込み者向けに、地域との連携を考えるための動画を併せて当財団から提供させていただくこととなりました。

概要は以下の通りです。「研究セミナー」は定期的に実施され、主に、居宅介護支援事業所、地域包括支援センター、在宅サービス事業所、基幹相談支援センター、行政関係者向けに業務に参考となるテーマが取り上げられていますが、興味・関心がある方ならどなたでもお申し込みが可能です。本誌読者の皆様も、この機会に気軽に学びを深めてみませんか？

ご参加をぜひお待ちしています。

令和7年度 第3回長寿社会開発センター研究セミナー ＜オンデマンド配信＞

テーマ：「地域共生社会と生活困窮者支援」（約90分予定）

講　師：中央大学法学部教授 **宮本 太郎氏**

受講料：無料

実施方法：オンデマンド配信（YouTubeによる限定公開。期間中何度でも視聴可能）

配信期間：令和7年11月12日（水）10時～12月12日（金）17時まで

（研究セミナーお申し込み者限定　さわやか福祉財団　提供動画）

テーマ：「本人らしい生活をするために　どうする？　地域との連携Ⅰ」（約30分予定）

講　師：さわやか福祉財団共生社会推進リーダー、
高崎市第１層生活支援コーディネーター　**目﨑 智恵子**

※研究セミナーと同様に、無料で配信期間中何度でも視聴可能です。

お申し込みはこちら

一般財団法人長寿社会開発センター サイト内
（調査研究／研修会・シンポジウム）
https://nenrin.or.jp/research/symposium.html

お申し込み締切：10月31日（金）17時まで

配信の詳細は、上記お申し込み画面でご確認ください。
その他ご不明な点は、さわやか福祉財団までお問い合わせください（担当・上田）
電話：(03) 5470-7751／メール：seminar@sawayakazaidan.or.jp