

2026

令和8年1月10日発行（毎月1回10日発行） 通巻389号

人生100年時代 共生社会の生き方情報誌

とまよう



公益財団法人
さわやか福祉財団



二〇二六年 謹賀新年

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さらに進めてまいります

本年も変わらぬご支援を賜りますよう
どうぞよろしくお願い申し上げます。

公益財団法人さわやか福祉財団

理事長 清水 肇子

職員一同

とあ言おう

2026年1月号

CONTENTS

2 新しいふれあい社会 実現への道 **新春** 巻頭言

助け合いで共生の社会づくりを共に

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

熱意、ビジョン、システムづくり

どこにでもつながれる会議と助け合い活動

とみやま助け合い隊（岡山県岡山市）

11 いきいき わくわく 子どもと一緒に地域で輝こう

チケットで子どもたちにカレーを

大人も子どもも“げんき”になれる場所

げんきカレー（奈良県橿原市）

20 シリーズ 定年、その先へ ー地域とのつながり方 9

労働者協同組合上田にみる

新たな地域の担い手づくり

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

16 「地域助け合い基金」

助成先のご紹介／状況のご報告

24 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

25 活動日記（抄）

10 八木山地区社協に韓国視察団訪問

22 「いきがい・助け合いフェスタ in 長崎」 開催のお知らせ

39 投稿募集

40 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 • 清水 肇子

新春

● 巻頭言 ●

新しいふれあい社会 実現への道

助け合いで共生の社会づくりを共に

さわやか福祉財団 理事長 清水 肇子

新しい年を迎え、今年が皆様にとって実り多い一年となりますことを心から願います。

昨年は、大規模な山林・市街地火災、記録的な大雨と猛暑、大きな地震などが各地で発生し、12月の青森県東方沖地震では初めて後発地震注意情報が出された。さらに熊被害が過去最高となり、冬眠に入るはずの今の時期もまだその脅威が消えていない。不安で不自由な生活の中で新年を迎えられた方も多いことと思う。関係者の皆様に心よりお見舞いを申し上げます。

いつどこで起こるかわからない自然災害。2024年元日の能登半島地震の復旧復興も急がれる中、だからこそ、日頃からの平時の地域のつながりが大切であるということを、改めて被災地からの教訓としなければいけない。昨年11月に発生した大分の大規模火災では、住民同士の普段のつながり、声かけ、施設との連携などで、逃げ遅れを防ぐことができて多くの命が救われたと言われる。防災活動と日々の生活の助け合いは決して別々のものではない。有事の際に活きる日頃からのつながり、助け合いの仕組みはどのようにすればよいのか、これは地域それぞれの特徴により大きく異なる。その重要性を認識して、一人でも多くの住民、市民、法人・組織が行政と共に皆で意識を持って考えていくことしか解決の道はない。

* * *

さわやか福祉財団は、創立以来「新しいふれあい社会」づくりをを目指して活動を進めている。「新しいふれあい社会」は、日本が目指している共生社会とまったく同じ理念であり、その考え方を当初から指向してきた。1991年創立から2000年頃までの時期は、中央からの発信で地域づくりの方向性の基礎を固める運動を全力で進めた。続く2012年頃までの間は、その後の地方分権の流れを見据えて、各地域が特色を生かした取り組みを推進できるように、住民・市民・法人等の地域共生活動の支援を積極的に推し進めた。さらに2013年頃からは介護保険制度の改正等の社会の動きを捉えて、今に至るまで、地域の暮らしを支える包括支援体制づくり、助け合いの活動発展への支援を強力に実践している。この間、一貫して、人が互いにふれあい、助け合いながら、尊厳ある暮らしを送るための働き方、教育のあり方、住まい方等についても提言、提案を行ってきた。

こうして活動を発展させることができているのも、当財団の考えに共感し、共に活動を進めてくれている仲間の方々の情熱と、活動をご寄付で応援してくれている全国の多くのご支援者の皆様の思いがあればこそであり、心から感謝いたします。

そして今年、創立35周年を迎えている。

孤立・孤独がますます深刻な社会問題となっている今、つながりを基軸とした地域コミュニティの再構築は、人が人らしく暮らすために直面しているもう一つの最大の環境問題である。地域が取り組む共生社会づくり、そして、一人ひとりが目指す共生の生き方が定着して進むよう、情報発信の体制や事業を強化し、協働・連携のネットワークも積極的に取り組んでいく。

不確実な時代だからこそ、進めてきた目指す社会のあり方を見失うことなく、今年も皆様と一緒に強力な歩みを進めていきたい。本年もよろしく願いいたします。



熱意、ビジョン、システムづくり

どこにでもつながれる会議と助け合い活動

とみやま助け合い隊（岡山県岡山市）

政令市・岡山市は約69万人が暮らす中国地方の大都市ですが、中心部を少し離れば他の地方と同じく日常生活を送る上でさまざまな課題が深刻化しています。そんな中、同市中区の富山学区はいち早く住民と関係機関が集まる小地域ケア会議を立ち上げ、高齢者問題などについて話し合いをスタート。2019年に「とみやま助け合い隊」（以下、助け合い隊）を結成し、みんなで生活支援活動を続けています。

（取材・文／石橋 千春）

助け合い隊が活動する富山学区は岡山市南東部の中区にあり、東西約4キロ・南北2キロの地域。人口約1万3000人、世帯数6300ほどで高齢化率は約32%と他地区よりもやや高め

だ。公共交通は東西に走る県道を通るバスのみで、学区内には総合病院はなく、市の中心地まで足を延ばさなければならぬ。スーパーは県道沿いにあるが、県道から南北に離れた地域に

住む高齢者や障がいのある人たちにとってバス停まで歩くのは難しい距離だ。日常生活はマイカーに頼らざるを得ない状況で、学区内に住む人たちは何かと困り事を抱えていた。さらに、もと

もと田園地帯だったこの地区には、庭のある戸建て住宅も多く、高齢化とともに管理が難しくなり、住み続けることが困難になるというおそれもあった。

13 団体で小地域ケア会議発足 「まず住民の声を聞こう」

地域の課題について話し合う場をつくろうと、市の呼びかけで富山学区に「小地域ケア会議」が発足したのは2010年のこと。2か月に1回、連合町内会、地区社協、民生委員・児童委員協議会、愛育委員会、婦人会、老人クラブ連合会、公民館、市役所、社会福祉協議会、地域包括支援センターなど13団体が集まり、学区内の諸課題について話し合いを始めた。

「始めた頃はフリートークでしたが、16年に市役所から2025年問題についてレクチャーを受けたとき、『これは大変なことになる』と思いまし



富山学区の「小地域ケア会議」の様子（2019年）

た」と当時を振り返るのは、難波徳行さん（84歳）。小地域ケア会議の元事務局長であり、助け合い隊の初代事務

局長を務めたキーパーソンの一人だ。

「会議では、包括・社協・公民館の力を借りながらも、地域の困り事を住民が主体となって支援・解決するシステムをつくらなければ、となつたのですが、話し合いばかりしていたのでは机上の空論になってしまいます。まずは住民の声を聞こうと、アンケートを取ることにしました」

翌17年7月、町内会に加入している5098の全世帯に向けて「支援システムは必要か」「支援を利用したいと思うか」、また「サポーターとして登録してもよいか」等々を問うた。2210の回答が寄せられ、「支援システムが必要」67%、「支援を利用したい」55%、「サポーター登録してもよい」32%等の結果が得られた。

小地域ケア会議のメンバーはどんな回答が戻ってくるか不安だったが、半数近くの回答率と住民の支援を求める

声にとっても驚いたという。

「予測していた以上に住民の期待を感じました。これだけ支援が求められているんだから、私たちがそれに応えなくてどうするノと、みんな一気に熱くなりましたね」

助け合い活動立ち上げ 住民ともビジョンを共有

18年には小地域ケア会議で、〃末永く安心して住み続けることができるまちを、住民が主体となつてつくろう〃と「第1次富山まちづくり計画」を策定し、その中の大きな柱として日常生活の困り事を地域で助け合う「とみやま助け合い隊」を立ち上げることになつた。

「こういった活動は、活動する側だけでなく、住民の皆さんとビジョンを共有していなければなりません」と難波さん。「まちづくりは住民の皆さんが

参加するものなので、できるだけ広く知ってもらうことが大切です」

そこで、公民館や地域の諸団体の広報や町内会の回覧版以外にも、冷蔵庫などに貼り付けるマグネットシート（助け合い隊の問い合わせ先など記載）を全戸に配つた。座談会や説明会も開いてサポーターを募つたところ、60〜70代を中心に40代も含め47人のサポーターが集まつたという。

実証実験を行った後、助け合い隊が本格的に始動したのは19年1月。病院・買い物・銀行などへの付き添い、買い物代行、庭の手入れ、ごみ出し、



取材にご協力いただいた皆さん。前列左から、田淵さん、小橋さん、湯浅さん。後列左から、岡山市ふれあい介護予防センターの古谷清枝さん、中区地域包括支援センターの田淵茉綾さん・志波幸子さん、岡山市地域包括ケア推進課の窪田さん、富山公民館の花房聡子さん、第2層SCの柳瀬さん、第1層SCの酒井和歌子さん

岡山市地域包括ケア推進課 地域支え合い担当の皆さんに聞きました

岡山市は2015年に生活支援体制整備事業をスタート。市内6福祉区を第1層としたが、住民の活動に高齢化率や地域の状況に応じたもっと小さな地域での話し合いが必要と考え、96小学校区に話し合いの場である第2層協議体の設置を目指しているところである。

市役所では、事業開始と同時に「おかやまに ささえあいの かがやく はなを さかせる かいぎ」として、保健福祉部門だけでなく、子ども・市民協働・交通政策など、さまざまな部局が集まる「おさかな会議」を設置。この会議に第1層SCや包括職員も出席し、互いの事業やそれぞれが持つ地域の情報を共有しながら、住民の助け合い活動の立ち上げをバックアップしてきた。

現在、地域包括ケア推進課の「地域支え合い担当」は3名の職員が担当し、地域で行われている話し合いの場に出席して地域の状況の把握に努めている。

とみやま助け合い隊のある富山学区も担当している窪田美智恵さんは「富山学区の皆さんは今も話し合いを継続されており、とみやま助け合い隊さんも熱い思いのある方々が集まった素晴らしい活動。いろいろなニーズにお応えできるよう、今後も支援させていただきます」と話す。光平基海さんは「住民の皆さんの活動は“地元愛” あってこそもの。『住んでよかった』と思える地域になるよう携わっていきたい」、矢部彩歌さんは「地域の方々やSCさんたちは、住民さんの笑顔のために一生懸命活動されています。昨年から、保健師としての“健康”という視点での支援から地域丸ごとの支援になりましたので、これまで出会えなかった方々とも一緒に取り組んでいけたら」とそれぞれ今後について語ってくれた。「重層の支援体制整備事業が実施されていることもあって、部局間の情報共有や連携が普通に行われるようになっていきます」と窪田さんは話す。高齢者に限らずすべての市民が安心して暮らせる地域のために、住民の活動を支える仕組みづくりが進んでいる。

掃除・片付け、洋服リフォームなど、よつとした生活支援が中心だ。そして、支援を実施するサポーターとともに重

要なのが5人のコーディネーターの存在。コーディネーターは利用者から連絡を受け、どのサポーターに担当して

もらうかを調整する。丁寧に利用者の相談に乗り、サポーターとマッチングする。そして活動から生じる課題など

は、月1回コーディネーター間で共有して小地域ケア会議に上げて話し合う仕組みにした。

必要なところにつながる 多様な主体が参加する小地域ケア会議

現在、助け合い隊の事務局長を務める田淵修さん（65歳）は「先輩方が立ち上げた支援システムをどう持続可能にしていかが大事」と強調する。その意味でも、開始以来15年続いている小地域ケア会議での各種団体や市役所との細やかな連携は大きな役割を果たしている。

担当の第2層SC柳瀬萌香さんは「小地域ケア会議を長期に継続することとは、なかなかできることではありません。住民の皆さんが主体的に考え、確実に実行されていくところは富山学区の強み」と話す。

この連携のメリットについて、小地

域ケア会議事務局長で助け合い隊のサポーターでもある湯浅恵子さん（59歳）は、「例えば、認知症の利用者さんへの対応の仕方などは包括に相談すれば協力してもらえますし、利用者さんが車いすの場合、サポーターへの車いす操作法の研修も、市役所に相談して年1回実施できるようにしました」と話す。

課題が共有されるこの会議で相談すれば、参加している他機関で解決できることもある。それは、助け合い隊にとっても他機関にとっても同じだ。そして何より、困り事を抱える住民にとっても、「どこかに相談すれば大丈夫」という安心感につながっていることだろう。

「新しいサポーターの確保」という課題についてもこの利点を生かせる。助け合い隊を当初からバックアップしてきた、小地域ケア会議議長で連合町内

会会長の小橋一郎さん（80歳）は「多くの地域団体とつながっていることで、人材も発掘しやすくなる」と話す。

さらに「活動側がそのときどきで現状に合った住民のニーズを発掘していくことも大切。助け合いという高齢者のイメージが強いですが、これからは子育て中など若い人たちへの支援も必要。ただ、サポーター側に過度な負担をかけないことも大事」と付け加える。例えば、酷暑の時期は草取りなど野外の活動は休ませてもらおうようにしている。

ずっと住み続けたいから

地域で多くの役割に就いてきた湯浅さんに、この活動に対する思いをたずねた。

「助け合いですべてが解決するわけはありませんし、大変なことも多いです。でも、これからもずっと住み続け



〇さん宅での草刈り支援活動の様子



助け合い隊利用者の〇さん（左）と支援した田淵さん（右）

熱意とビジョン、システム、話

この助け合い活動を持続可能にしているのは、立ち上げ時の

たい。そう思えるまちです。ご近所でも子どもたちの見守り活動があるし、良い意味でお節介な人たちが多い。その良さをこのまま残していきたいです」と語った。

前出の田淵さんが草刈りの依頼を受けて利用者〇さん（74

歳）の自宅を訪れたときも、その様子はご近所同士の手伝いそのもので微笑ましかった。5年前に足を痛め、庭の手入れができなくなった〇さんは一人暮らし。「お願いするとすぐ来てく

れて、本当に丁寧にやってくださるんです」と、連絡先の記されたマグネットシートを見せながらにこやかに話してくれた。

とみやま助け合い隊

サポーター20名、コーディネーター5人名

<受付時間>10～16時（平日のみ）

<日常的な生活支援>ごみ出し、買い物代行、掃除・片付け、付き添い（病院、買い物、銀行） 車での移動支援も含む

<謝金>30分300円（10分延長ごとに100円）、ごみ出しは1回100円、室内作業は原則2名で行い謝金も2名分

※2026年1月時点

●連絡先／社会福祉法人岡山市社会福祉協議会 中区事務所
電話 086-238-9200

し合いと連携の継続、そしてそこに住む人たちのあたたかな交流。どれも欠かせないものだと感じられた。

八木山地区社協に 韓国から視察団が訪問

昨年11月21日、地区社協の拠点であり地域住民の居場所である「ささえあいの家」に、韓国から「^{ワンピョン}恩平統合ケアネットワーク視察団」の12名が訪問しました。視察団のメンバーは、社会福祉法人、医療生協、NPO団体、市民自治組織、行政などで、多様な主体が協働しながら地域住民のニーズに応える地域包括ケアの実践例を学ぶことを目的に来日しました。

一行は、ささえあいの家を見学し、活動の説明を受けました。

視察団からは「素晴らしい活動。自分もここで暮らしたい」「さまざまな才能を持った人がいるのですね」「同じような活動を、仕事と子育ての合間にやっている」といった感想が出るとともに「50代の方は活動していますか」という質問があり、地区社協は「活動者の多くは70～80歳だが、50代の人もあります」と回答しました。

視察団にも通訳は帯同していましたが、地区社協から地域在住の韓国語ができる住民に声をかけたところ、「地域に関わりたと思っていた」と、当日は仕事に都合をつけて通訳として協力。地区社協の活動を知り、「すごいですね。私も参加したい」と話していたそうです。

地区社協事務局の清水孝子さんは、「視察目的が『地域共生・地域包括ケアについて』とのことで、それなら私たちが毎日汗を流し、喜び、悩んで活動していることそのものです。視察団の目的に合った話ができたと思います」と話していました。

（編集部）



恩平統合ケアネットワーク視察団と八木山地区社協の皆さん

／いきいき わくわく／

子どもと一緒に 地域で輝こう



チケットで子どもたちにも 大人も子どもも「げんき」 になれる場所

げんきカレー（奈良県橿原市）

「子どもたちにお腹いっぱい食べてほしい」。店主のそんな願いから生まれた「げんきカレー」は、思いのある大人がチケットを購入することで、子どもたちがカレーライスを食べることができます。学習支援もを行い、地域のみんなが集う「食・学び・ふれあい」の場がつくり出されています。

（取材・文／神保 康子）



（上）橿原市の国道沿いにある「げんきカレー」
（左）げんきカレーは大人200円、子どもは無料

● みんなで勉強、 みんなでご飯

「げんきカレー」は一見、普通の飲食店。しかし土曜日の夜、灯りが漏れるその扉を開けると、店内は子どもで満席だ。テーブルを囲み、ドリルに取り組む子、教科書を見ながらノートをまとめる子、日記を書く子…。カウンター席で黙々と問題を解く子たちもいる。それぞれのテーブルにはボ

ランティアの講師がいて、子どもの質問に答えたり問題を解くコツを教えたりしている。

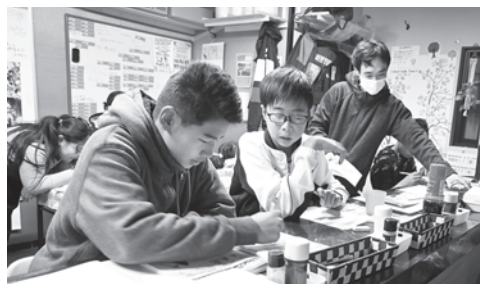
「底辺×高さ÷2だから…」という懐かしい公式が聞こえたかと思えば、一方で「さくらんぼ算は習った?」「習った!」

めっちゃ簡単や」というやり取りも。「彼女は、ジョージに、料理を…」と英文の和訳をつぶやく





土曜日夕方からのげんきカレーは、
学習支援の場になる



子ども同士も勉強を教え合っている

声や、「きょうは、コンサートに、いきました」
「それでどうだった？」と日記の先を促す声も。
ここでは、毎週土曜日の夜に小学1年生から中
学3年生までの子どもの学習支援が行われている。
18時頃から子どもたちが集まり始め、それぞれが
持ってきた宿題や、講師と選んだ課題に取り組み、
子ども同士でも教え合っている。年度後半になる
と受験を控えた子どもたちが別の曜日にやってきて、
受験勉強もしているそうだ。

男の子たちがチラチラと時計を気にし始めた19

時20分、講師が立ち上がりみんなに声をかける。
「あと10分頑張ったらご飯にしよう」。気づけば
キッチンからはいい匂いが漂っている。そう、こ
こでは子どもたちが勉強の後にご飯を食べられる
のだ。学習支援もご飯も無料。それがもう7年続
いている。

● 大人でもカレー2000円の理由

げんきカレーは、国道
沿いの飲食店街に佇む。

ランチタイムはカレーラ
イス1食税込み2000円
からで、近所の人や仕事
で通りかかった人、SN
Sや動画サイトで知った
という人たちでにぎわう。
現在は火・木・土の週3
回、11時30分〜14時にオ
ープンしている。

店内のホワイトボード



みらいチケットに
メッセージを添え
る人や企業も多い

を見ると「みらいチケット」なるものがびっしりと貼られ、ところどころに「いっぱい食べてね」というメッセージも書き込まれている。チケットは1枚200円で、購入した人がボードに貼って帰り、中学生までの子どもはこれを使ってカレーが食べられるので無料、というわけだ。

「ランチに200円でカレーを食べて200円のチケット買って、それでもチェーン店のカレーより安くないですか？ それで『なんかええことしたな』と思える。だから皆さん買ってくださいなんです」と店主の齊藤樹さん（54歳）。

チケットが少なくなってくるとまた誰かが買って、貼っていつてくれるそうだ。そうやって「見



（右）げんきカレー店主の齊藤さん（左）ランチタイムの従業員・岡本富美子さんは齊藤さんの知人。「みんなと一緒にわいわいとやっています。楽しく仕事ができるっていいですね」

知らぬ誰かの厚意」が子どもたちに送られる。

齊藤さんが同じ思いを持つ仲間と「NPO法人 Genki Future Dreams 47」を立ち上げて2018年にこの店をオープンして以来、地元やメディアで徐々に評判になり、近隣の農家などから食材提供の話も来るようになった。とはいえ、ずっと赤字続きで自身での持ち出しも続いている。

● 子どもたちをお腹いっぱい

齊藤さんは、ここから車で40分ほどの上牧町で英語塾を経営して21年になる。げんきカレーを始めた当初は、自分で仕込みをして毎日ランチタイムを切り盛りし、夕方から22時過ぎまで英語塾の仕事という激務に体が悲鳴を上げた。それでも齊藤さんを突き動かしてきたものは何なのか。

「塾をやっていると、家庭の経済的な事情で通い続けられなくなる子に出会うことがあります。『子どもの貧困』という言葉も聞かれ始め、いろいろ調べていったときに、自分の子ども時代と重



食べ終わったら自分で片付け



勉強の後はお待ちかねの夕食。
この日はカレーライス以外に野菜と鶏の唐揚げも

もあつたので、まずは子どもがお腹いっぱい食べられる状況をつくろうと」
強い信念で店を借り、走り始めた。当初子どもは1食100円だったが、

なるものがあつたんです」
4人きょうだいの末っ子。
「服はいつもお古で、お小遣いなんてないから小学校から中学にかけて新聞配達をしていました。ラーメン1杯を4人で分けるような経験合うような経験

それでも払えない子どものために常連さんが不足分を払ってくれたのを見て、みらいチケットの仕組みを思いついた。やがて、店に来る子どもとの会話から学習支援も必要と感じ、翌年から無償で始めた。

● 学校でも家でも塾でもない場所

学習が終わって夕食の時間になると、子どもたちはめいめいに勉強道具を片付けて、大きい子も小さい子も関係なく配膳をする。食べながら他愛のない話をし、片付けの後に少しだけ遊んで帰る。学区や学年を越えたこうした交流の中で社会性が身につく、学校生活にも馴染めるようになった子もいる。

小学3年生の娘・向葵さんとここへ通って2年になる三浦優妃子さんは、向葵さんの変化に驚いている。
「人見知りが激しい子で、



三浦優妃子さん・
向葵さん親子



ボランティア講師の
中村さん



ボランティア講師の
奥村さん

これからの学校生活どうなるんやろう...と思っていきました。でも、ここに通わせてもらって自信がつき、仲間ができて、学校生活もうまくいくようになった。親子共々、この「居場所」のおかげだと思っています」と話してくれた。ここに来る子どもたちは、齊藤さんたちと一緒にお祭りなどにも参加し、地域ともつながっている。

19年からボランティアでこの講師をしている奥村秀一さんは、小学校教諭。齊藤さんとは幼馴染みで、別のボラン

ティア活動で再会したのだという。「学校でうまく人の輪に入っていけない子たちを現場で見ているので、ぜひ協力させていたきたいと思いました。ここには「学校でも家でも塾でもない場」の良さ

があります」と話す。同じくボランティア講師の中村奈々さんは、教員を目指す大学1年生。奥村さんの教え子だ。「ここに来るようになって、何となく過ごしていた週末が楽しみになりました」と笑顔で話してくれた。

みらいチケットの販売はこれまでに3000枚を超え、取材の日の学習支援には、子ども11名、講師や夕食作りなどのボランティア6名が参加していた。ここでの「恩送り」やボランティア活動は、「何か社会貢献を」と思っていてもうどうしたらいいか分からなかった人が、気軽に参加できる貴重な機会にもなっている。げんきカレーの2店舗目は23年に上牧町にオープンし、学習支援も行っている。NPO法人の名に「47」と入っているように、同じ志を持つ人たちですべての都道府県に活動が広がっていくことが、齊藤さんたちの願いでもある。



以前、ボランティア講師をしていた志村純一さんが久しぶりに立ち寄った。「げんきカレーはボランティアにとっても居場所です」

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、不登校児童・生徒の支援活動、日常生活支援活動、子ども食堂をご紹介します。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きますので、思いが詰まった多彩な活動をぜひご覧ください。

埼玉県秩父市

元教員らが古民家を拠点に
不登校の子どもたちを支援

NPO法人みんなの学び舎るびなす

助成金額 15万円

学習の遅れや人間関係などに悩み、学校に行きづらさを感じている不登校の児童・生徒は年々増加傾向にあります。「NPO法人みんなの学び舎るびなす」は、そんな子ども

たちが社会とつながりながら自立するための支援を行おうと、定年退職した元教員を中心に2024年に設立されました。空き家となった古民家を使用できることになり、改修工事等を進め、開校する



るびなすでの
体験学習の様子

学校から大量の備品を譲ってもらいましたが、長機の調達ができなかったため、今回の助成金では、キャスター付きの長机8台を購入されました。

多くの人的・金銭的な支援、激励の言葉や協力の申し出もあり、古民家は子どもたちの学習支援や体験活動の拠点となり、徐々に賛同者も増えスタッフ30名の体制で昨年6月から子どもたちの受け入れが始まりました。スタッフにとっても、学校教育を通じて得た知識や技能を地域でお返しするこの活動は、いきがいをもって健康な生活を送ることにつながると思います。

「人材と環境を生かした体験活動を軸に特色ある活動を展開し、子ども一人ひとりの個性や特性を尊重して、その子に合った学びと自分らしい未来を描けるよう支援したい」と報告をいただきました。



ちょこっとサービスたかの台による
助け合い活動の様子

「向こう三軒両隣」の精神で 住民の困り事をお手伝い

東京都小平市

ちょこっとサービスたかの台

助成金額 15万円

「ちょこっとサービスたかの台（ちょこさ）」は、住民の困り事を手助けすることを目的として、スタッフの出資と寄付を原資に、2024年に発足しました。「向こう三軒

両隣」で近所同士助け合ってきた昔からの良き習慣を大切に、月1回の定例会で話し合いを行い、地域包括支援センターの支援のもと、住民の困り事（電球交換・家具移動・粗大ごみ出し等）をお手伝いする活動を開始しました。

今回の助成金は、依頼人からの連絡を受ける携帯電話・活動現場に行くための自転車・脚立やのこぎり等の作業用機材・ネームホルダーの購入、地域に配るチラシの印刷、ボランティア保険料等に活

用されました。依頼人からは、「一人住まいの身としてとても助かった」「お手伝いの方が元気で、明るい気持ちになった」など、喜びの声をもらっているそうです。

包括からの情報を中心に活動して1年間で12件の依頼があり、地域のセミナーで活動報告をしたり課題も見えてきた「ちょこさ」の活動。地域には一人暮らしの高齢者が意外に多く買い物などに苦労していることが分かり、軽い認知症の人もいて見守り隊の必要性も感じているとのこと。今後も本当に必要な人に使ってもらえるように告知と情報入手を行って、地域住民の困り事に対応していきたいと報告をいただきました。

愛媛県松前町

みんなでつくる子ども食堂 あたたかく安心できる居場所

NPO法人アジアキッズケア

助成金額 15万円

「NPO法人アジアキッズケア」は2004年の設立以降、アジアを中心とする各国のリーダーと連携して、現地の子

どもたちに衣服や文具、日用品等を届ける活動を実施してきました。

21年からは、地域の孤立・貧困・居場所のない子どもと家族、高齢者、外国人、障がい者などのために、地元で子ども食堂を月2回開催。高校生・大学生が高齢者から調理を教わったり、毎回100人を超える人が来場して「とてもおいしかった」「いつも楽しんでいます」「いつもありがとうございます」などの声をもらい、笑顔や感謝の心が連鎖して相乗効果を生み、あたたかい居場所になっているそうです。生活支援コー



子ども食堂はたくさんの人の笑顔を生んでいる

「地域助け合い基金」 状況のご報告

「地域助け合い基金」は、本年も地域のあたたかい活動を支援してまいります。引き続きご支援・ご寄付をどうぞよろしくお願い申し上げます。

(12月15日) 当財団ホームページ開示時点

◎寄付受付額

435件 2億2113万7637円

このうち遺贈基金より1億8000万円を供出

◎助成実行額

1386件 2億952万9749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・お問い合わせ

地域助け合い基金
担当

電話：(080) 9277-4174

FAX：(03) 5470-7755

メール：tasukeai-kikin@sawayakazaidan.or.jp

ディネーターも来場して食事を共にし、この場所を地域住民に紹介するなど連携しています。また、食事提供だけでなく、親子一緒に楽しむレクリエーションや農業体験、音楽コンサートなどイベントの開催や家庭学習支援なども実施しています。

今回の助成金は、1年分の食料費、備品や消耗品の購入、会場費等に活用されました。

今後も地域の他団体と連携してさらに活動を広げながら、若い世代への継承もし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

9

池口 武志



一般社団法人定年後研究所所長

労働者協同組合上田にみる 新たな地域の担い手づくり

（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。

読者の皆様は「労働者協同組合（労協）」という4年前に施行された法人制度はご存知でしょうか？厚生労働省のHPには、「労働者が組合員として出資し、それぞれの意見を反映して組合の事業が行われ、組合員自らが事業に従事することを基本原理とする組織」と記してあります。つまり「地域のみならず意見を出し合って、助け合いながら、地域社会の課題を解決する」という地域社会の新たな担い手として産声をあげ、現在では36都道府県に176の労協が、高齢者支援、障害者支援、子ども支援など

多様な分野で活動を展開しています。（厚生労働省：2025年12月報道発表資料「多様な就労機会を創り、多様な地域ニーズに応える労働者協同組合」より）
そんな労協のモデルとして全国の注目を集めているのが、「労働者協同組合上田（労協うえだ）」です。昨年9月、都内での労協関連のセミナーで代表理事北澤隆雄さんの講演を聴いた筆者は、翌月長野県上田市を訪れ、北澤さんのお話を現地でお聞きしました。北澤さんいわく「定年後、社会の役に立つ



川西地域包括支援センター所長の蒲生さん（左）
と、労働者協同組合上田代表理事の北澤さん（右）

仕事を探していた折、
労協の立法化を知り、
早速60〜70歳代の仲間
内の男性5名で設立し
ました。労協の良い点
は、『地域の担い手づ
くり』『新しい働き方
で楽しく働く仕事づく
り』『いつまでも元氣
に生きる健康寿命づく
り』だと思っています。組合員が主体的に運営する
主旨に沿って、メンバーの経験や強みをそのまま事
業に活かすこともできるので、大きなやりがいにつ
ながっています。今では、30〜50歳代の現役世代を
含めて組合員数が26名（男性17名、女性9名）に増
え、得意を活かしながら地域の支え役として使命感
を持って活動しています」とのこと。

そんな北澤さんが「運命の出会い」と言うのが、
上田市の「川西地域包括支援センター（川西センタ

ー）」の蒲生俊宣所長との地元での地域連携会議の
席でした。かねてより蒲生所長は「健康で長生きす
るには定年後に役割を持つことが重要」「川西セン
ターにも高齢者の困り事はたくさん入ってくるが、
担い手不足で解決してあげられない」との思いを深
めていたそうです。そんな中で、「定年後の新しい
働き方を作りたい」「元氣な高齢者が困っている高
齢者を地域で支えたい」が持論の北澤さんと出会う
ことで、相互の交流が始まり、「労協うえだ川西支
部」の創設につながりました。やがて「労協うえだ
川西支部」が、地域応援隊かわにしぐとして、川西
センターに依頼が寄せられる高齢者の様々な困り事
を、業務として受ける活動がスタートしました。

上田駅への帰路、北澤さんは「企業を主体とする
縦割社会と、労協や地域包括支援センターが目指す
横串社会を上手く噛み合わせていきたい。同時に、
個人ではなく協同労働の強みを活かして、次の世代
にも組織をつないでいきたい」とみずみずしい青年
のような目線で語ってくれました。

いきがい・助け合いフェスタ in 長崎 開催のお知らせ

当財団は長崎県と共催で、「いきがい・助け合いフェスタ in 長崎」を開催いたします。誰もがいきいきと暮らし続けられるよう、住民が主体的に参加する地域共生社会の実現に向け、関係者が一堂に会し多様なアプローチを共に学び合う初めての地域開催です。

会場とオンラインのハイブリッド開催ですので、会場に来られない方もぜひご参加ください。

皆様のご参加をお待ちしています!

- 日 時：2026年2月25日（水）10時～16時（予定）
- 会 場：ベネックス長崎ブリックホール3階 国際会議場・会議室
（長崎電気軌道「茂里町」から徒歩3分・JR「浦上駅」から徒歩5分）
- 対 象：生活支援コーディネーター、自治体、地域づくり関係者、
その他関心を持つ一般住民 など
- 会場定員：400名 ■ 参加費：無 料
- 申 込 み：参加ご希望の方は、下記URLまたは、
右の二次元コードからお申し込みください。
<https://forms.office.com/r/XHLRabrxXz>
- 申込締切：2月13日（金）



プログラム（予定）

午前の部 10時～12時

- ◆開会あいさつ 新田惇一氏（長崎県福祉保健部長）
- ◆基調講演 清水肇子（さわやか福祉財団理事長）
- ◆全体シンポジウム
「地域共生社会の実現 ～住民主体の地域づくりをどう応援するか～」
江田佳子氏（佐々町多世代包括支援センター参事＜長崎県佐々町＞）／河田瑠子氏（支え合いのしくみづくりアドバイザー＜新潟県新潟市＞）／田中明美氏（奈良県福祉保険部次長）／
中村直輝氏（長崎県長寿社会課課長） 進行：鶴山芳子（さわやか福祉財団常務理事）

午後の部 13時30分～16時

- ◆分科会 A分科会「居場所をどう広げていくか」
B分科会「社会参加とネットワーク」
C分科会「離島など人口減少地域の助け合い」
※オンライン参加の方には、分科会A～Cのいずれかを配信いたします。
- ◆全体会 分科会のまとめ
- ◆情報交換会 ※終了後17時まで、同会場3階ラウンジにて名刺交換等を行います。
※17時30分から近隣会場で懇親会を予定（希望者のみ）。詳細は当日ご案内いたします。

【申込みに関するお問合せ】 長崎県長寿社会課 地域包括ケア推進班 電話：(095) 895-2434

【内容に関するお問合せ】 さわやか福祉財団フェスタ事務局 電話：(03) 5470-7751

メール：nagasaki-f@sawayakazaidan.or.jp

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11月1日～11月30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 (34件)

(都道府県別50音順)

北海道	勝又 烈	古賀 啓子
鍵政 弘子	佐野 敏子	洲崎 一雄
岩手県	田中 達夫	山中 一彦
大和田 剛史	西原 清隆	富山県
戸田 公明	橋本 邦義	岡崎 格
宮城県	星野 征朗	長野県
小松 沙織	東京都	中下 秀子
茨城県	岡本 隆夫	滋賀県
古山 均	熊谷 展一	坂井 元嗣
埼玉県	坂本 大輔	吉澤 増穂
大藤 玲子	森 恒俊	大阪府
平居 和佐子	山口 浩一郎	中村 益久
前田 恭平	吉野 義道	播村 昭子
千葉県	神奈川県	吉田 薫

兵庫県	高知県	沖縄県
藤本 幸延	野口 喜久子	比嘉 玲子
奈良県		
橋本 昌子		

さわやかパートナー法人 (2件)

(50音順)

関彰商事株式会社
NPO法人寝屋川あいの会

一般ご寄付 (6件)

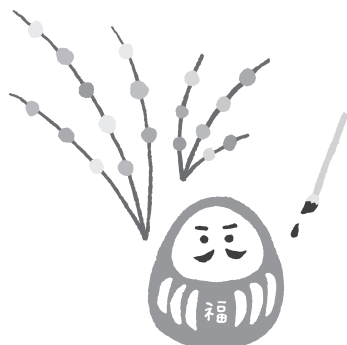
(50音順)

株式会社iFジュエリーパーツ (3万円)
蘭牟田 忠男 (1万円)
関 美佐子 (5000円)
一般財団法人年金住宅福祉協会 (300万円)

地域助け合い基金ご寄付 (1件)

匿名希望 (200万円)

ボランティア・ベンダー協会 (76万298円)
物江 良一 (3000円)



さわやか活動日記(抄)

column

NPO法人ふれあい天童「のんびり茶の間」を見学

共生社会推進担当(東京都教育委員会研修生) 雛形 亮我

昨年11月26日、天童市社会福祉協議会が主催している「支え合いの地域づくり勉強会」の一環で現場見学ツアーが実施された。見学先が当財団理事でさわやかインストラクターの加藤由紀子さんが理事長を務める「NPO法人ふれあい天童」ということで、私も、

天童市職員や第1層・第2層SC、知的障がい者事業所職員などと一緒に参加させてもらった。当日は、移

動支援による買い物の様子、居場所での調理や食事、習い事、洗濯サービスなど幅広い活動を見学することができた。

◆みんなで作って食べる昼食
ふれあい天童が運営する居場所「のんびり茶の間」

は平日毎日開催され、共生型常設型居場所として認知症の人や子どもを含め誰でも受け入れている。参加のきっかけは口コミや家族・知人の紹介が中心だ。

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

習い事は月2回水曜日の書道、月2回金曜日の手芸があり、習い事と昼食を楽しんで帰宅する利用者も多い。視察した日は、認知症の女性が午前は書道教室に参加、

昼食時には「いただきます係」を務め、午後は裏庭で食用菊の処理を他の利用者と共に行っていた。ご本人は「ここに来れば人と話せて楽しい」と語っていた。

子どもの利用は近年減少傾向にあり、長期休暇に家

族と共に数名が訪れる。81歳の男性は毎日参加しており、週2日、マドレーヌやクッキーを個包装にして持参している。耳の不自由さを感じさせず、食事準備や片付け、茶の間の庭にある畑の手入れを自宅のようにこなしていた。

昼食は1食400円で、調理経験者3名が中心となつて仕込みから調理まで担い、利用者も配膳や片付けに自然に参加していた。献立はその日の食材から決め、加藤さんも調理を担当することがある。加藤さんは



みんなで作って食べるの～んびり茶の間での昼食



天気の良い日は屋外に干されるという洗濯物

「お弁当ではなく、みんなで作って食べることを大切にしている」と話していた。帰宅は、習い事の後、昼食の後など各自のタイムミングで、徒歩、自転車、車、送迎などさまざまだ。

◆有償ボランティア

ふれあい天童は有償ボラ

ンティアも行っている。基本は事前予約で移動支援が多く、登録ドライバは約10名。ドライバ以外のボランティアスタッフは、自宅で暮らす人の掃除や買い物を支援している。スーパーでの買い物支援の様子も見学した。ドライ

バーは送迎と荷物運びの補助をし、会計は買い物をする本人がしていた。車両はふれあい天童で1台所有しているが、ほとんどのドライバが自家用車を使っているようだ。行き先は限定せず、遠くの病院まで同行することもある。

洗濯サービスは、毎回10

数人分、約120点の衣類を金曜日に回収、月・水曜日に洗濯、火・木曜日にたんで届けている。活動者からは「知人の紹介がきっかけで参加するようになった。活動のおかげで毎日が楽しい」との声も聞かれた。佐藤沙織さんはふれあい天童の事務担当として5年目。利用者とボランティアのマッチングや事務処理を

一手に担っており、利用者の希望に合うボランティアをコーディネートするなど、きめ細やかな調整が行われていた。連絡はLINEが中心で、80代利用者もスマホで移動支援の予約を行っていた。

* * *

共生型常設型の居場所づくりや、有償ボランティアによる生活支援は、地域に根ざした多彩な取り組みとして広がっている。今回の見学では、活動している方や利用されている方のお話を直接うかがうことができ、今後の普及啓発や行政・生活支援コーディネーター研修に役立つ教材作りに向けて、大きなヒントを得ることができた。

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

「自分らしく地域とつながる講座」開催 第2層の活動を広げる目的で

■喜多方市（福島県）

【11月10日】喜多方市で支援を続けている福島県のさわやかインストラクター大山重敏氏を通じて依頼を受け、同市の第1層・第2層協議体の研修会にあたる「自分らしく地域とつながる講座」無理なく支え合う地域づくり」に協力した。県のアドバイザー派遣事業を活用しており、県、県社会福祉協議会、会津福祉事務所も参加しての開催となった。

現在、同市では「喜多方

市生活支援支え合い連携会議」と、第2層協議体「地区生活支援支え合い会議」（以下、支え合い会議）が15地区で熱心に活動している。支え合い会議でさまざまな取り組みが検討・実施されているが、活動の活性化や広がりが課題とのことだった。そこで、さらに多くの住民に関心を持つてもらいたいと、支え合い会議以外にも関心のある住民や生活支援支え合い会議委員、チームオレンジ、居宅介護

支援事業所、民生児童委員にも参加を呼びかけ、約70名が参加した。

開会あいさつに続き、当財団が「自分らしく地域とつながる講座」無理なく支え合う地域づくり」と題して講演。助け合いの地域づくりが今後ますます必要であり、「自分事」として考えてもらうこと、好きなことや得意なことを生かして地域に参加すること、世代を超えたつながりを意識していくことなどを、全国の事例を通じて今後の第2層それぞれの活動のヒントにしてもらうように伝えた。

次に、第1層SCの進形で支え合い会議3地区から

取り組みが報告され、質疑応答ではアドバイザーとして財団がコメントした。

後日、関係者に「大変有意義だった」との感想も寄せられたとのことで、今後の活動に生かされることを期待したい。（鶴山 芳子）



喜多方市「自分らしく地域とつながる講座」の様子

■市民向け「成田市地域包括ケア講演会」で講演

■成田市（千葉県）

「11月15日」「成田市地域包括ケア講演会」が開催され、市民など約70名が参加した。同市では、高齢者や認知症の人たちが住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるまちづくりを目指し、地域包括ケアシステムの推進に取り組んでおり、特に、住民主体の地域活動支援や介護予防の普及啓発に力を入れている。今回は、その取り組みの一環として「助け合いの地域づくりを学ぼう」をテーマに実施された。

安心して暮らし続けるためには、公的な制度による支援だけでは限界があり、地域の実情に寄り添った細やかな住民同士の助け合いが必要であることを説明した。さらに、居場所や有償ボランティアの効果についても触れ、居場所が高齢者のいきがづくりや孤独・孤立の防止、介護予防に寄与していることを話した。有償ボランティアについては、一定の謝金を介することで、助けるほうも助けられるほうも気持ちよく活動できることや、住民主体であるからこそ柔軟な対応が可能である点、助ける側だけでなく

く助けられる側も心身の健康に効果があることを説明した。また、居場所で住民主体のちょっとした困り事を支え合う有償ボランティアに取り組むことで、新たな参加者や、困った人が声を上げることができた実践例を紹介した。

講演後の質疑応答では、地域の居場所の立ち上げや継続のコツ、取り組みにあたっての金銭管理の方法など、実践を前提とした具体的な質問が出た。財団からは、特定の人の負担が多くならないような工夫や、金銭管理には収入と支出を揭示するなどして参加者の信頼を得ながら進めることが大切であることなどを回答した。

その後、閉会あいさつとアンケート記入をもって講演会は終了した。

住民向け講演会ではあったが、会場には第2層SCも参加しており、今後の活動に生かしていきたいと話していた。参加者からは、「助け合い活動の意義をあらためて理解できた」「地域でできることを考える契機になった」などの声が寄せられ、住民主体の地域づくりに向けた意識の醸成に寄与する機会となったのではないかと感じた。

（岡野 貴代）



「現場視察研修会」開催

SCらが住民活動の支援を学び、情報交換

■岩手県

【11月19日】岩手県で、SC等を対象として生活支援サービスの内容や立ち上げの過程などについて実践的な知識を習得するとともに、相互に情報交換することを

目的として「現地視察研修会」が開催され、県内各地からSCや行政担当者21名が参加、当財団はアドバイザーとして協力した。

視察先は、同県一戸町に



高齢者の手作り弁当は子育てママも来て購入



情報交換の様子

ある元幼稚園だった建物を活用したボランティア拠点であり常設の居場所である「いちボラ^{プラス}」。運営している町社協から、認知症地域支援推進員とSCが情報提供を行った。部屋が複数あり、小さいながらホールや園庭もある。多世代交流や自由な活動ができるなど、廃園になった幼稚園を活用するメリットがたくさんあった。

この日は、共生常設の居場所と、子育てママと小さい子どもたちとのサークルが行われていた。居場所に来ている80代の女性高齢者のところに赤ちゃんを抱いた母親が来て話をしていた。一緒に住んでいない

が、ここでふれあっているとのこと。また、手作り弁当を女性高齢者が販売しており、子育てママたちも隣の部屋から買いにきたりして、居場所の人たちの表情がさらに明るくなっていった。公的な場所なので家賃や光熱費がかからず、活動に必要な物品を置いておくこともできている。

情報交換は「地域のボランティア活動に生活支援コーナーに変わるか」をテーマに行われ、財団が他県の情報も提供しながら進行了。また、住民たちが必要性を実感できる機会をSCらがつくり、実感した人を中心に仲間づくりと活動立ち上げをバックアップしていくこ

とが、〃やらされ感のない住民主体の活動〃を支援するSCの役割であることも伝えた。

参加者アンケートでは「実際に活動の場所や様子をすることができ、自地域ではどうしたらやっていけるのか考えることができた」「同じ建物の中に居場所、子育て支援、放課後ク

ラブがあり、子どもと高齢者が交流しやすくてよいと思った」「すばらしい！拠点があることで、住民のボランティア活動が広がり地域に浸透していることが分かった。一方で、職員常駐など同じ課題もあり、共有できてよかった」などの感想が寄せられた。

(鶴山 芳子)

■「介護予防推進活動知事奨励賞」受賞

■田村市 (福島県)

【11月22日】当財団では、2023年より田村市での第2層協議体設置に向けた地域勉強会等を支援してきた。支援には第1層協議体委員である「NPO法人サポートたむら」理事長・安

齋博勝氏も継続して参加し、地域づくりを共に進めてきた。24年3月には、安齋氏より「地域の高齢者が本当に求めているものを形にしたい」との思いで取り組む活動について情報提供をい

☎ 社会参加推進事業

さわやかスポーツ広場開催 バスケットで多世代交流

ただいたが、同法人が展開する高齢者主体の「通いの場・訪問サービスB」の活動はその後も継続され、昨年11月22日、福島県の「令和7年度 介護予防推進活

動知事奨励賞」を受賞したとのうれしい報告があった。財団の関わりが、地域での主体的な取り組みの一助となっていれば幸いである。

(岡野 貴代)

【11月22日】東京都武蔵野

市の特別養護老人ホーム「とらいふ武蔵野」で、2024年に引き続き「さわやかスポーツ広場」(当財団主催)が開催された。この企画は1997年から、高齢者・スポーツ選手・子どもの3者交流として行われてきた。

この日は、これまで10数

回にわたりご協力いただ

いている横河電機バスケットボール部「WILD BLUE」から監督・コーチ・選手16名、同じく長年にわたりご協力いただいている東京都世田谷区のミニバスケットボールチーム「給田シューティングスターズ」から選手男女各5名と監督・保護者3名、「と



交流を深めたミニバスの選手と高齢者たち

らいふ武蔵野」の利用者26名が参加。約1時間半にわたり、バスケットボールを通じて交流した。利用者の中には前回参加した方も多く、今回は選手との交流の前に子どもたちのややぎこないが一生懸命のプレーや、WILD BLUEの選手の迫力あるドリブルプレーを間近で見えていただいた。利用者の中には若い頃

プレーしていた方などもあり、大変盛り上がりのあるイベントとなった。

最後にはWILD BLUEの選手の発案で人間アイチをつくり、利用者の皆さんをお見送りしたが、皆さんのこぼれるような笑顔が印象的であった。

横河電機は、日本の企業が本格的にCSRに取り組み始めた21世紀初頭より前

CS神戸・当財団主催「70歳代シニアを応援する地域プロデューサー講座」1日目を開催

【11月27日】認定NPO法人コミュニティ・サポートセンター神戸（CS神戸）と当財団が主催する「70歳代シニアを応援する」地域プロデューサー講座

の1990年代からすでに地元への地域貢献に熱心に取り組んでおり、その遺伝子がWILD BLUEの選手に確実に引き継がれていることがあらためて感じられた。

今回も快く場所を提供してくださった「とらいふ武蔵野」の大脇秀一理事に謝意を表したい。

（蒲田 尚史）

ース・メソッドで支援力を身につける」が開催された。本講座は、シニア人材を社会資産と捉え、自らも日々を過ごす地域の現場でその経験・能力・時間をプ

ロデュースする総合力を身につけることを目的として企画された。講座は全3回で、この日はその1日目。

参加者は、行政、NPO法人、中間支援団体、労働者協同組合、ワーカーズコープ・センター事業団、福祉財団、自治会から8団体10名。CS神戸理事長で当財団理事の中村順子氏は冒頭のあいさつで「神戸市の高齢者人口は約25万人、そのうち地域活動参加者はわずか1%。70歳代は貴重な社会資本で、支援が必要な高齢者と支え手をつなぐ地域プロデューサーの果たすべき役割は大きい。そのため本講座を企画した」と述べた。

オリエンテーションに続



地域プロデューサー講座の様子

き、講義①「70歳代シニアの活躍の可能性」は当財団・清水肇子理事長より、70歳代シニアの活躍の意義および社会参加・活躍の現状と展望について。講義②「70歳代シニアの活動の実際」は（一社）定年後研究所所長・池口武志氏より、定年前後のシニアの意識調

査からセカンドキャリアの場を地域活動に移した6人のロールモデルが紹介された。

これらの講義を受けて、ケース①「マインドセットの転換」としてCS神戸副理事長・星野裕志氏（中村学園大学特任教授・九州大学名誉教授）の進行により、ケース・メソッドで学んだ。大手製造メーカーの管理職だった定年退職者が地域活動への参加を試みたが、「効率化」や「責任の所在」等の提案が地域に受け入れられずにいるケースから、①なぜ地域活動になじめないのかを、本人と受け入れる地域の双方の視点で考える、②本人が地域団体で活躍するために、マインドセ

ットの転換はどうすべきかを考える、③経験豊富な企業退職シニアを生かすために、地域や受け入れ団体にどうすればよいかを社会に求められていることもあわせて具体的に提案する、の3つについて活発に議論された。答えは1つではなく、参加者によっても意見は多種多様で、各々に新しい発見、発想、考え方が広がったようである。

参加者にとっては、企業OBなど経験豊富なシニア人材をいずれ自身の地域や団体に受け入れ組織化していく際の重要なヒントにながったと思う。受講後アンケートも、「多様な意見、やり方を学ぶことができた。満足」との結果であった。2日目は12月13日開催予定。熱いディスカッションが楽しみである。

（玉置 英明）



情報・調査事業

（一社）医療介護福祉政策研究フォーラムと 共催でシンポジウム開催

【11月13日】2014年の介護保険法改正により、すべての市町村は介護予防・日常生活支援総合事業及び

生活支援体制整備事業に取り組むこととされ、SC配置や協議体設置に取り組み、住民主体の多様なサービス

の充実を図ることとなり、当財団も全国各地で住民主体の地域づくりをバックアップしてきた。

このたび、「一般社団法人医療介護福祉政策研究フォーラム」（以下、虎ノ門フォーラム）の中村秀一理事長（元厚生労働省老健局長、社会・援護局長等歴任）から当財団にありがたい提案をいただき、虎ノ門フォーラムで毎月開催している「月例社会保障研究会」にて、共催のシンポジウムを行った。ハイブリッド開催で参加は約130名。

当財団が企画したテーマは「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―」。清水肇子理事長を進行役に、

今後ますます推進が不可欠となる住民主体の地域づくりの可能性について、特に互助の観点で、山梨県南アルプス市、群馬県高崎市、神奈川県川崎市宮前区の3地域から2人1組で実践事例を紹介してもらった。

南アルプス市からは元第1層SCの斉藤節子氏と第1層協議体コアメンバーの金丸清人氏が登壇。2016年に初の市民フォーラムを、行政、SC、市社協が何度も話し合いを重ねて開催。行政は今後の厳しい実情と、それに対して住民と一緒に取り組む覚悟を伝えた。SCらと共に第1層協議体の体制、さらに第2層協議体を2年半かけて民意に沿って立ち上げ、10年経

った今では自治会圏域の第3層協議体が61地区で生まれ、住民主体の地域づくりが広がっている状況が紹介された。協議体活動を通して、共感、一体感、自分ほ地域に生かされているという存在感と達成感、わくわく感が得られており、10年、20年後も「ここに住んでよかった」とみんなに感じてもらえる地域にしたいという幸福感も芽生えている、と語られた。

高崎市からは開業医の土岐文彰氏と同市第1層SCで当財団職員の目崎智恵子から「ドクターかふえ」の取り組みが報告された。この10年、目崎はSCとして、第1層・第2層SC・協議体および企業等さまざまな

組織・団体と連携しながら地域ごとの特徴を生かした居場所づくりや生活支援を創出してきたが、医師と住民が気軽に茶飲み話ができる「ドクターかふえ」の取り組みも行ってきた。同じ目線で何でも話し合える場があることは、医師にとっ

ては住民がどんな薬に関する疑問や健康不安を持っているか等の理解につながり、住民にとっては医療が身近な支え合いの一部になる。多くの医師の理解・協力を増やし、安心して暮らせる地域を市内全域に広げていきたい、と紹介された。

川崎市宮前区からは、「認定NPO法人すずの会」理事長の鈴木恵子氏と「みかど荘地域包括支援センタ



「月例社会保障研究会」の様子

「センター長の太塚靖夫氏が登壇した。鈴木氏は、30年ほど前の自身の介護経験の苦労から「自分事」としてスタートしたはずの会の活動を紹介した。2000年には老人会やボランティア団体等の7団体が集ま

って、住民発の地域ネットワーク「野川セブン」をつくり、課題を持ち寄り解決の糸口を探っていた。その後、包括ほか行政、社協、医師、薬剤師、看護師等もメンバーに加わり、今ではSCを含め総勢34団体が参加して月に1回定期開催。個別課題を共有し、それぞれの立場で何ができるか情報交換（実質としての「地域ケア会議」）し、具体的ネットワークにより取り組んでいる様子が紹介された。

清水が「これからの超高齢社会においては、住民の互助が面としてしっかり地域に広がっていくことが大事で、人生100年時代に尊厳ある暮らしを地域の中で最後まで送っていくため

に、3地域の発表は非常に参考になった。住民参加が本人たちのいきがいにもつながることがあらためて確認でき、全国各地でも互助の地域づくりを地道に進めてもらいたい」とまとめた。

最後は中村理事長の進行で会場からの質疑応答を受けた。保健師との連携の必要性についての提言や、協議体と既存組織との違いについて、また、住民と行政、医師との対等な関係の重要性などの意見が出された。

会場参加者は医師、福祉・介護関係者、マスコミ等が中心だったが、皆さん自分事として受け止めてくれていたように感じた。

中村理事長が老健局長時代にまとめた報告書「20

15年の高齢者介護」（高齢者介護研究会・2003年）は、今につながる「高齢者の尊厳を支えるケア」という概念を強く打ち出し、「地域包括ケアシステム」という言葉はこの中で初めて書かれた。中村理事長の意を受けて研究会の座長を務めたのが当財団の故堀田力前会長だった。国の社会保障政策でさまざまな議論を交わし合い、中村理事長には退官後、当財団の地域づくりをずっと応援していただいている。「堀田さんが亡くなってちょうど1年、節目の時期でもある思いも重なった」と中村理事長が述べた今回のシンポジウム開催となった。

（上田 恵子）

■ かながわコミュニティカレッジ運営委員会に出席

【11月19日】「令和7年度第2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年度運営業務

の中間状況（講座実施状況や受講者数の動向等）および令和8年度に向けた仕様書・募集要項案についての報告があり、委員が意見を述べた。

当財団からは、「土日開催やオンライン開催を希望する」「午前中だけの開催では参加できない」など働きながら学ぶことへの配慮を求める声が一定数寄せられている点について、講座のアーカイブ配信や、会場の講義を撮影し申込者限定で

視聴できる仕組みを導入するなど、学びの機会を逃さない工夫が有効ではないかと伝えた。

また、「ボランティアの交通費がどうなっているのか知りたい」「実際に地域で活動を始めるにはどうしたらよいか」といった、講座修了後の実践に直結する情報提供を求める声も確認された点について、こうした活動に必要な交通費や備品、保険加入などの具体的情報は、一見小さな情報に見えても、初めて地域活動に踏み出す受講生にとって極めて重要な内容である。そのため、活動の始め方、費用の扱い、備品確保、保

険加入などについて講座内で具体的に伝えることで、実践につながりやすい環境づくりになるのではないかと意見を述べた。

続いて、令和8年度運営業務委託仕様書案について協議を行った（内容は非公開）。

財団からは、次年度講座方針として掲げられている「入門と専門を組み合わせた体系的な学び」は非常に重要な方向性だと考えるが、現状では、講座名の表現に統一性がなく、レベル感が受講生から見て判別しづらい講座が散見される。「入門」「基礎」「初級」「養成」といった名称が混在しており、どれが初心者向けで、どれが一定経験者向け

なのか判断が難しいため、受講生から「期待していた内容と違った」という声もあり、一定の指標の必要性を感じることを伝えた。

続いて、事務局から令和8年度の運営業務委託団体募集要項等について説明があり、全体で協議した（内容は非公開）。

会議全体を通して、コミュニティカレッジが県内の地域人材育成拠点としての受講しやすさへの配慮、体系の見直し、地域との接続強化など、多岐にわたる意見が示された。

（岡野 貴代）



「広がれボランティアの輪」連絡会議 関係省庁との懇談会開催



「11月26日」「いつでも、

どこでも、誰でも、気軽に、

楽しく」ボランティアに参加

できるようボランティア

・市民活動を全国的に推進

する54団体が協働するネッ

トワーク「広がれボランテ

ィアの輪」連絡会議（以下、

「広がれ」）では、構成団

体同士が協力し、いくつか

のプロジェクトを実施して

いる。当財団は勉強会プロ

ジェクトのメンバーとして、

毎年「ボランティア・市民

活動の推進に関する関係省

庁との懇談会」を開催して

いるが、今年も午前・午後

でテーマを設けてハイブリ

ッドで開催し、関係者を含

め100名ほどの参加を得
た。

午前のプログラムは、分

断や排外主義の空気が流れ

る社会の中、広がれのメン

バーはさまざまな人々の暮

らし、人権、命を守り、支

えていく構成団体が集まり、

よりよいコミュニティをつ

くつていくために活動して

いることから、「多文化共

生・地域共生社会に向けた

ボランティアの役割を考え

る」というテーマを設定し

た。

総務省自治行政局国際室

からは、地域における多文

化共生推進プランの紹介、

災害時外国人支援情報コー

ディネーターと多言語音声
翻訳アプリ「Voice T
ra」（31言語対応）の紹
介、また、多文化共生に関
わるボランティアの活躍事
例等が紹介された。

文部科学省総合教育政策

局日本語教育課からは、日

本語教師の5割強をボラン

ティアが担っているが、今

後の外国人増加を考えると

さらなる日本語教育の推進

が必要で、地域日本語教育

環境強化のための総合的な

体制づくりを進めており、

日本語学習支援者（ボラン

ティア）の養成・研修等の

取り組みも進めていること

が紹介された。

環境省民間活動支援室か

らは、よりよい日本をつく

る上で外国人にもプレイヤ

ーとして参画してもらうた
め、地域資源を活用し、環
境・経済・社会をよくする
ための「地域循環共生圏」
の取り組みが紹介された。

自立した地域を各地で増や

すには、地域の課題や目指

すものを共有し、ローカル

SDGs事業として持続可

能なものにしていくことが

重要で、取り組み拡大に向

けての手引きが制作されて

いることも披露された。

3省庁からの施策紹介に

続いて、ボランティアの立

場から、「公益財団法人日

本YMCA同盟」と「NP

O法人メタノイア」から実

践事例が発表された。YM

CA同盟はウクライナ避難

民への伴走支援として、さ

まざまな生活のフェーズご

とにきめ細やかな寄り添いを行っている状況について。メタノイアは3・17歳の子どもたちに対し、まずは日本人に慣れてもらうということも含めた日本語教室の取り組み、大学生や同じルーツをもつ先輩スタッフによるサポート等の地域におけるつながり及びさまざまな機関との連携の様子が披露された。

その後の質疑応答で、制度をボランティア・市民活動団体がどう活用できるか等の意見交換を行い、原田正樹副会長が「今、外国人と共に生きるといふ総論自体が揺らいでいる。『人權』『平和』『多様性』というボランティアが大事にしてきたものにしっかり取

「ふるさとふくしま交流会」開催

11月15日、東京・有楽町の東京国際フォーラムにて、「ふるさとふくしま交流会」が開催されました（主催：福島県、共催：東京都・当財団）。

この交流会は、東日本大震災により福島県から首都圏（東京、千葉、埼玉、神奈川）に避難されている方々に、ふるさと福島が感じられる交流の場や、福島県の復興に向けた取り組み状況をお伝えする機会として例年開催されているものです。

今年度は避難者38名に加え、その友人など12名、計50名の皆様が参加されました。会場では、ふるさと福島の魅力に触れられる企画が用意され、思い出の場所や方言などから帰還者・移住者を当てるクイズ、福島県しゃくなげ大使・普天間かおりさんのミニコンサート、手作りワークショップが行われ、笑顔があふれる時間となりました。

会場脇には「ふるさと写真展」や「西田敏行さんと震災復興の歩みパネル展」も設けられ、展示を眺めながら、ふるさとを懐かしむ参加者の姿も見られました。

アンケートには「近所だった人にも会えてうれしかった」との声も寄せられ、参加者同士の心温まる交流の場になったことが感じられました。当財団としても、これからも避難者の皆さまに寄り添い、さまざまな形で支援を続けてまいります。

（大石 敏晴）

り組むためにも、省庁間の連携とあわせ、行政を含めたボランティア団体同士が横につながり連携していく必要がある」とまとめた。

午後のプログラムは防災庁の設置に向けた動向にも注目し、「災害に備える平時からの地域生活課題対応と連携」をテーマに学びを

深めた。

こども家庭庁成育局成育環境課は、通常の子どもの居場所づくりの紹介、ならびにコーディネーター配置

等支援事業の内容と災害時のこどもの居場所づくり「手引き」について説明した。

厚生労働省社会・援護局地域福祉課からは、被災者の福祉的支援体制と平時からの連携体制の構築に向け、各地の取り組み事例を交えて紹介された。

内閣府政策統括官（防災担当）普及・防災教育・NPOボランティア連携担当は、災害NPO・ボランティア団体と行政との顔の見える関係づくりのために、昨年7月に施行された改正災害対策基本法において被災者援護協力団体登録制度が創設されたが、何より平時からの関係構築が大切であるとの説明がされた。

内閣官房防災庁設置準備室からは、人命・人権最優先の「防災立国」を実現するために2026年度中の防災庁設置を目指して準備を進めており、平時から復旧・復興までの一貫した司令塔機能を担っていく上で推進すべき主な取り組みについて説明された。

続いて市民の立場から、「認定NPO法人全国災害ボランティア支援団体ネットワーク（JVODA）」が、「被災地では『担い手不足』『調整力不足』『共通認識不足』による課題が繰り返している。被災者が困り事やニーズをどこに伝えてもきちんと支援が届くつながりをつくるために、行政、社協、NPO・企業等

の3者連携が必要であり、セクター間の連携を進め、課題解決のためのコーディネートションを行う役割を担う災害中間支援組織設置の働きかけ等を進めている。

平時からの人材育成、ネットワークの充実とともに、目の前の緊急的な課題解決だけでなく、支援依存を生まない配慮の下、将来の災害に備えて地域の対応力が向上するような中長期的なエンパワーやバランスも視野に入れた支援の実施が求

められる」と紹介した。

最後に、広がれの上野谷加代子会長が「制度が緻密につくられていて安心したが、災害の多い今の時代は専門職も素人もきちんとした研修や勉強をしていく必要があると思う。人の命、平和、暮らしを守り、大事にしていくなにも、政府と民間、市民が一緒にやっていかななくてはならないことを確認した」と総括した。

（上田 恵子）

事務所だより

●東日本大震災から15年。当財団の事務所がある地域で年1回行われている避難訓練に、今回も財団職員2名が参加。大地震の揺れや、煙の中での避難を体験し、「備えることの大切さ」をあらためて痛感したと会議で報告があり、皆で非常時の対応を再度確認したところである。

『さあ、言おう』投稿募集

あなたの意見を社会へ生かそう

『さあ、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

『さあ、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ください。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
『さあ、言おう』編集部宛
FAX (03) 5470-7755
E-mail pr@sawayakazaidan.or.jp



『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

表紙絵に はり絵・池田げんえい



編集後記 ●本年も『さあ、言おう』をよろしく願ひいたします。●「活動の現場から」は中国地方の大都市・岡山市より。住民同士が話し合い連携して、住みよい地域をつくっています(P4~)。●「子どもと一緒に地域で輝こう」は、昼間は地域のカレー屋さん、夕方からは子どもたちが集まる場となるお店を取材。心あたたまるペイ・フォワードのチケットがみんなをつないでいます(P11~)。●長寿社会開発センター研究セミナーと連携した当財団の提供動画、次回は秋山正子さんです。ぜひご視聴を(裏表紙)。

助け合いを
広げよう!

新
ひとりごと

清水
肇子



これからの社会とは、
所属するもの、当たり前にあるものではなく、
共につくり、育てるもの。
教育とは、他者を教えるだけでなく、
共に教わり、自らも育つもの。
共生ってそういうことなんだと思う。
AI時代だからこそ、自分たちで考えて、
悩み、笑い合う何気ない時間を大切にしたい。

●公益財団法人さわか福祉財団理事長

新幹線の出張時、隣席のいかにもコワモテ風の男性が、「キャリーを棚に上げましょうか？」とすぐに声を掛けてくれた。まさに人は見かけによらず。さりげないやさしさに感謝!

「さわか」 1月号

通巻389号 2026年1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©

どなたでも
ご視聴
できます

一般社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」

昨年11～12月の配信に続き、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きます。

概要は以下の通りです。「研究セミナー」は定期的 to 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の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？ ご参加をお待ちしています。

令和7年度 第4回長寿社会開発センター研究セミナー

テーマ：「難病支援の考え方と支援の視点

～難病ケアマネジメントの過程を学ぶ～（約90分予定）

講師：原口 道子氏（公益財団法人東京都医学総合研究所 社会健康医学研究センター 難病ケア看護ユニット 主席研究員）

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：：2026年2月2日（月）10時～3月4日（水）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Ⅱ」（約30分予定）

講師：秋山 正子氏（暮らしの保健室室長/認定NPO法人マギーズ東京センター長）

※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：1月22日（木）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。

内容に関する問い合わせ先：公益財団法人さわやか福祉財団（上田）

電話：03-5470-7751 FAX：03-5470-7755 E-mail：seminar@sawayakazaidan.or.jp

申込に関する問い合わせ先：一般財団法人長寿社会開発センター 調査研究開発部（田中・古里）

電話：03-5470-6767 FAX：03-5470-6763 E-mail：kenkyuu2@nenrin.or.jp