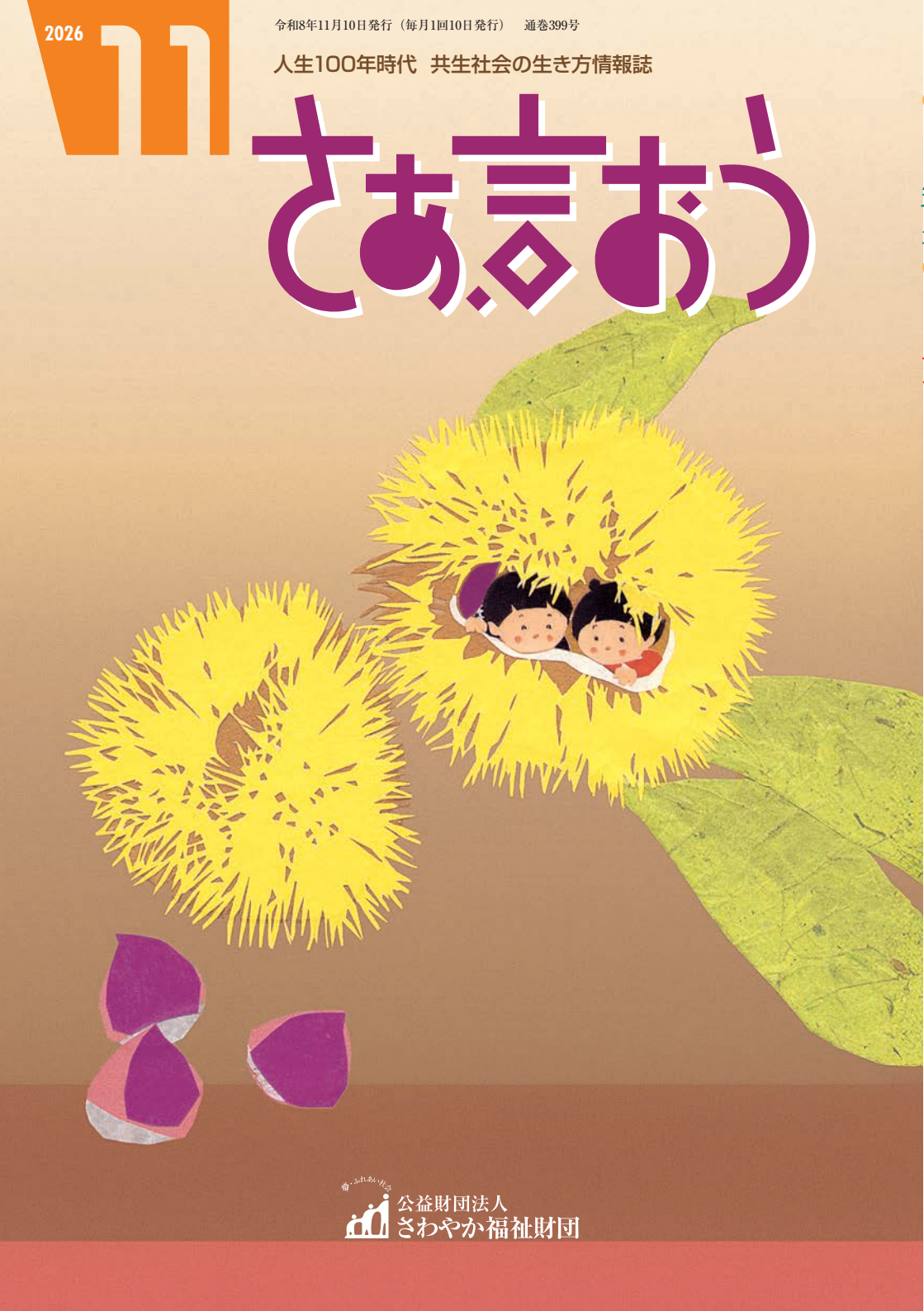
2026 11

令和8年11月10日発行（毎月1回10日発行）　通巻399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

すべての人が幸せに暮らせる社会へ

いきがい・助け合いオンラインフェスタ2026

目指せ 地域共生社会

たくさんのご参加ありがとうございました

10月13日から22日まで、
「いきがい・助け合いオンラインフェスタ2026」を開催しました。
いきがいを持ち、支え合う地域共生社会の実現に向けて、
「オープニングフォーラム」「特別トーク」
「学ぼう編」「語ろう編」を配信し、
パネリストの方々からたくさんの実践報告や提言をいただきました。

アーカイブ配信は11月30日（月）までご視聴いただけます。
参加者の皆様はどうぞご活用ください！

※本文４～９ページの記事もご覧ください。



最終日10月22日のライブ配信、
「一人ひとりのニーズをどう地域全体で解決するか」も無事終了しました

人生100年時代 共生社会の生き方情報誌

さぁ言おう

2026年11月号

CONTENTS

2 新しいふれあい社会 実現への道

AIとの共生といきがい・助け合い
フェスタご参加ありがとうございました！
清水 肇子

4 速報 いきがい・助け合いオンラインフェスタ2026

10 生き方 自分流

出会いとアイデアで社会貢献
挑戦の連続で人生を突き進む起業家
株式会社カスタネット 代表取締役社長・社会貢献室長 植木 力さん

16 広げよう つなげよう 地域助け合い 活動の現場から

気にかけ、声をかけ合って
楽しんで活動する住民主体の助け合い
平田村ちょこっと助け隊（福島県平田村）

26 シリーズ 定年、その先へ 東京都江東区 実践ルポ 7

つながることで、地域の活動は広がっていく
江東区助け合い活動連絡会
――分野を越えて学び合い、支え合う
一般社団法人地域コミュニティ振興協会代表理事 肘井 哲也

新しいふれあい社会づくりに向けて

22「地域助け合い基金」助成先のご紹介／状況のご報告

30 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

31 活動日記（抄）

㉕「連合・愛のカンパ」のお知らせ

㉘ ＜コラム＞ 本誌取材先が情報交換会

㊶「仕事と介護の未来フォーラム」開催のお知らせ

助け合いを広げよう！ 新・ひとりごと ● 出塚 清治

新しいふれあい社会　実現への道

AIとの共生といきがい・助け合い
フェスタご参加ありがとうございました！

さわやか福祉財団　理事長　清水　肇子

10月22日まで2週間にわたり開催した「いきがい・助け合いオンラインフェスタ2026」は、お陰様で多くの皆様にご視聴いただき、ご好評をいただきました。ご参加いただいた皆様、ご支援ご協力をいただいた皆様、本当にありがとうございました。

11月30日まで、学ぼう編など見ることができます。勉強会を予定している方もぜひどんどんご活用ください。また、お申し込みのない方も、本誌『さぁ、言おう』や『さぁ、やろう』でいくつかの内容をお伝えしていきますので、何らかご参考にしてもらえればうれしいです。

さらに、オープニングフォーラム「ウェルビーイングを支える幸福な生活支援」は、11月30日までの限定配信の後、当財団のホームページで広く公開する予定です。今号でもその内容を速報としてお知らせしていますが、こちらは活動に関わっていない方でも身近に考えてもらえる内容をわかりやすくお話しいただいています。配信もどうぞお楽しみにお待ちください。

さて、このように本稿を書いているが、今、世界中でサイトやインターネット上のプログラムの欠陥が明らかになり大問題になっている。国内でも行政機関や金融機関から一般企業までサイトを一時停止するなど対応に迫られた。当財団のホームページも、緊急に予防措置を施す

ため一時閲覧できない状態になり、ご不便をおかけしましたことをお詫びいたします。幸い、フェスタの配信は別のシステムで進めており、大きな影響がなく本当に安堵しているが、とはいえ、また新たな問題が表に出てくる可能性もあることを心しておかないといけないだろう。

今回の欠陥はＡＩの検証でわかったのだという。一方で、そのＡＩの悪用によるサイバー攻撃も急増している。ここ1～2年でＡＩは一気に私たちの身近になり、仕事や日々の生活でも省力化、効率化が格段に進んだ。しかしその恩恵に酔いしれてただ依存するような社会が本当に暮らしやすい社会なのだろうか。そんな疑問を改めて突きつけられているように思う。

今、日本のそれぞれの自治体は、高齢化がピークに近づき生産年齢人口の減少が見込まれる２０４０年を目処として、地域包括ケアシステムの深化を進めようとしている。近年、自然環境との調和が取れた暮らしを考える「自然共生社会」は相当に意識されてきているが、これからはいわば「ＡＩ共生社会」、ＡＩと人との調和も非常に大きなテーマとなるだろう。

実は、私たちが目指している「地域共生社会」とは、単に人口問題から考えればいいだけではなく、これらすべてを考え合わせたものの上に成り立つ姿でなくてはならない。なぜならまさしく、誰もが地域でいきいきと安心して暮らせる社会が目標なのだから。すでにＡＩは人の生活に多大な影響を与えている。人が人として生きる価値そのものが脅かされる可能性もある。

２０４０年を目処とするならあと約15年、ＡＩは私たちが予想もできない変化を遂げているに違いない。その変化を人間にとって本当に好ましい進化とするためには、人が生きる喜び、価値とは何だろうという根本の問いの答えがいる。突き詰めれば、私たちはそれが人と人とのつながりであり、そうしたふれあいの中で、支え・支えられるところに幸せが生まれる、とずっと考えてきた。その実現に向けた地域づくりを皆さんと一緒にこれからも進めていきたい。

すべての人が幸せに暮らせる社会へ
いきがい・助け合いオンラインフェスタ2026
目指せ 地域共生社会

10月13日（火）～22日（木）の土日を除く8日間にわたり、当財団主催「いきがい・助け合いオンラインフェスタ2026」を開催いたしました。11月30日（月）まではアーカイブでも視聴可能とし、今回より「勉強会特別お申し込み」を新設して地域での勉強会等にお役立ていただきました。また、今回も参加費と同額を当財団の「地域助け合い基金」に拠出するチャリティーフェスタとしました。今月号では、初日の「オープニングフォーラム」を速報でお伝えします。

（文責・編集部）

■オープニングフォーラム「ウェルビーイングを支える幸福な生活支援」

進行役　宮本　太郎氏　中央大学法学部教授
登壇者　新田　國夫氏　（一社）日本在宅ケアアライアンス理事長
伊藤　達矢氏　東京藝術大学社会連携センター教授
澤出　桃姫子氏　（特非）ホームヘルパーノア理事長、日常生活支援あつべつ・たすけ愛ふくろう代表
江田　佳子氏　佐々町多世代包括支援センター参事

宮本氏　介護保険制度が導入されて、日本の高齢者の　きがいや幸福度となると、ワクワクドキドキする幸福生活は改善され、生活満足度も向上した。しかし、い　な生活というものが切り開かれたというところまでは

行っていない。私たちは、豊かなつながりの場で誰かに認められて自己肯定感を高め、幸福が広がっていく。そういう場につなげていくことが地域共生社会づくり、地域包括ケアシステムの大事なテーマとなっていく。


宮本 太郎氏

　そのために今回は『幸福と医療』『文化的処方』『地域づくり』『行政』という4つのポイントを設定した。これらについてそれぞれ、幸福への医療を早い段階から目指してきた新田さん、高齢者と文化の接点を積極的に提起している伊藤さん、介護保険制度の前からつながりづくりを進めてきた澤出さん、包括的支援で多世代が場を共有し幸せを感じられる取り組みを行政の立場から進めてきた江田さんにお話しいただく。

新田氏　医療が目指すものは、医療技術で病気を治すこと以外に、医学的知識をもとに福祉分野とも連携しつつ「治し、支える」ということに変化してきた。私たちは、西洋医学が発達した先端医療だけで幸福を追求できないことが見えてきた。さまざまな障がいがあっても生き続ける。病気を治す医療はどんどん進んできたが、高齢になってきて、病院や通院治療ではない、地域で暮らし続けるための在宅医療で「治す」から「治し、支える」、いわばその人の生活の充実や人生の満足をきちんと支えていく、いきがいを支援することが必要となっている。


新田 國夫氏

　本人のしたいことの表明、つぶやきを共有し、できる限り実現しようとするプロセスそのものがいきがい支援であり、在宅生活を支えるための医療の役割の一つであろうと考える。中心に本人がいて、家族、地域住民、地域コミュニティがその人を支え、必要なときに介護保険、医療保険を利用するという世界をつくり上げる。医療よりもむしろ社会的処方のほうがその人をウェルビーイングに導くことは多々ある。

　終末期という言い方でなく、人生の最終章をどう過

ごすかということが大変価値のあることだろう。その伴走者がかかりつけ医だと思っている。病気や認知症、がんの発生なども含めて本人と一緒に考えながらみていくことが大事だ。一人世帯の人は不幸だから施設に入れようという方向性を非常に懸念している。一人で暮らしていてもその人の文化的な存在、その人の生き方というのがあるということをもう一度皆で考えたい。

伊藤氏　２０３０年に65歳以上の人が総人口の３割を超えるが、望まない孤独・孤立によって健康を損なうといった問題をどう解決していくべきか。社会のいろいろなところが混ざり合い溶け合いながら考え続けるべき課題であろうと考える。私たちはその取り組みを一緒にやりながら、人々の社会的幸福度の上昇や生産的な活動に関わる人口の拡大に取り組む必要があると思っている。


伊藤 達矢氏

ＷＨＯの定義では、身体的・精神的・社会的健康とは単に疾病や病弱が存在しないことではない、とされている。社会とのつながりや心の豊かさに関してはなかなかエビデンスで証明できないが、これをどうやって膨らませていくかが今後の大きな課題。

今、東京藝術大学が中心になって「『共生社会』をつくるアートコミュニケーション共創拠点」を立ち上げているが、特に重要だと思っているのが「文化的処方」というアプローチ。例えば、「眠れない」と訴える患者に医師が薬を処方することも大事だが、それだけでなく「社会とのつながり」を提供する。文化・芸術を活用した孤独・孤立の予防やウェルビーイングの向上等を支える「文化リンクワーカー」の取り組みを進めているが、この活動をしていると、手伝いに来てくれた方たちが生き生きし始めたり、最初は自分の



場所でなかったところが自分の場所になっていくことがある。文化的処方とは、医療・福祉・文化の領域が連携して、日常の中での楽しさ、安らぎ、意味の実感等の経験を通じて心身の回復や社会とのつながりを支える仕組みだと思う。日常生活の中でその人のＱＯＬを上げていくちょっとした取り組みを見つけられるようなこと、つまり、「野草の中から薬草を探す目を持つ」ようなことが私たちの考える文化的処方である。

澤出氏　札幌市厚別区青葉地区で「自分たちの地域は自分たちの手で」と１９９９年から活動してきた。「一人の困り事を助ける」ということで有償ボランティアの助け合い、福祉有償運送、宅老所をつくり、２００２年までに３６５日24時間体制を構築した。そうするうちに地域から声がかかり、保育園・幼稚園、学校、自治会、趣味の会等72団体とつながった。原野を切り拓いてできたまちなのでみんな一緒に年を取っていく、大変だ、ということになり、皆で集まり相互理解を進め、07年頃には大体のセーフティネットができた。その後、青葉地区から厚別区全体へと助け合い活動を広げ、厚別区の全12万人がつながることができた。


澤出 桃姫子氏

　地域包括支援センターが創設された06年に、さわやか福祉財団の「地域包括ケアセミナー」を厚別区で開催。その後、青葉地区以外の５地区でも勉強会を開催した。グループワークを行ったことなどにより、住民が地域包括ケアシステムとは「地域力アップ」であると理解することができた。

　地域包括ケアを推進する中で、住民が退院後などにも日常生活を継続するためには助け合い活動が絶対に必要だということになった。私たちが生み育てた助け合いをプロ集団が住民に届けて、ちゃんと使ってくれた。



15年には生活支援体制整備事業が始まり、紆余曲折はあったが早めに助け合いを始めてよかったんだと思った。今は町内会レベルの助け合いができている。

地域では高齢化が進み、助け合いも自分たちに合ったものしかできない。その人の好きな文化的なものを見つけて、それを皆で共通のものにしながらまた違った形の助け合いの中身が膨らんできそうな気がする。

江田氏　佐々町では、10年前にスタートした高齢分野の地域包括ケアは順調に展開したが、後継者の問題、今後継続されていくのかという不安に行き当たった。それなら最初からみんなつながっていれば自然に継続していくではないかということになり、子どもから高齢者までどなたでも、という形になった。地域も縦割りではなく横断的な支援が必要。住民の立場になってみて、まず私たちがつながることが一番大事だと感じている。


江田 佳子氏

子育て、健康づくり、高齢者、障がい分野をトータルにケアしていこうと2022年に「多世代包括支援センター」が設立された。順調に展開した地域包括ケアのノウハウを生かして、分野を超えて皆がつながっていこうというもの。地域ケア会議での利用者への「何をしてほしいですか」という問いを「何ができるようになりたいですか」に変えたら、皆さんのしたいことは生活の中、地域の中にあることがわかった。そこで11年から「地域ネットワーク情報交換会」として各地区へお邪魔するようになった。すると今度は地域のちょっといいこと、困り事などが聞けるようになり、住民さんのやる気に十分応えられるように13年から地区割り担当制を導入した。

その人が大切にしている人、物事、思いをかなえるのはなかなか難しいが、かなえようとする人や理解しようとする人がいることは幸せなのではないか。皆それぞれの立場で、お互いがお互いを幸せにできるということに自信を持って、つながっていけたらいい。

宮本氏　新田さんの「治し、支える」ケアと江田さん

の「何ができるようになりたいですか」という問いかけがつながって面白い話だった。何がしたいかと聞かれて皆考えてしまうが、伊藤さんのおっしゃった文化的処方でやりたいことが地域にたくさん出てくるということだろうと思う。

諸外国と比べて日本の地域では、社会貢献や地域の交流でも今ひとつ楽しんでいないという意識調査のデータがあるが、おそらく選択肢が少ないということではないか。「こんな課題がある」「こんな楽しみ方もある」というものをたくさんつくることで楽しくなってくるし、皆さんがおっしゃったように「何がしたいか」というときに答えがたくさん出てくるということだろうと思う。これからはＩＴやＡＩを活用してもいいし、いろいろなつながり方が可能になっていくことも事実。

「医療」「文化」「地域づくり」「行政の使い方」と一見ばらばらなテーマがうまく組み合わさったように思う。そこに出てくる助け合い、支え合いはきっとすごく文化的で楽しいことであろうと感じた。

さわやか福祉財団の堀田力前会長と私との２０２０年の対談で、堀田さんが「さわやか福祉財団は、くじけないでみんなで幸せになろうと住民の方々に働きかけていきます」と強い口調でおっしゃっていたのを思い出す。その言葉を継承して深めていかなければならないと思っている。

むすびにかえて「みんなで幸せになろうと働きかけていきます」（堀田力さん）

「本人が持っている能力をそれぞれ存分に発揮できて楽しく生きている社会というのが、たぶんすべての人が幸せになるのに最も大事な要素だと思います」

「そういう住民の思い、生き方、生活が充実しようとすればするほど、みんなが生きる場としての地域づくりが広がっていきますから、その力をせめて殺さないようにしっかり行政のほうで受け止めてほしい。私どもは住民の方々にくじけないでみんなで幸せになろうと働きかけていきます」

「さぁ、言おう」2020年8月特別号での（宮本との）対談で

本誌12月号でも引き続き「いきがい・助け合いオンラインフェスタ２０２６」についてご報告します。また、次号『さぁ、やろう』でも詳しくご報告いたします。

生き方・自分流

出会いとアイデアで社会貢献 挑戦の連続で人生を突き進む起業家

株式会社カスタネット　代表取締役社長・社会貢献室長

植木　力さん（68歳）

赤字スタートの起業でやっと事業が回り始めたと思ったら、途上国に小学校を寄贈することになったり、地域活性化に取り組んだり。出会いとアイデアを糧に、企業経営と社会貢献を両輪として邁進する植木力さんのチャレンジングな生き方に迫りました。

（取材・文／神保　康子）

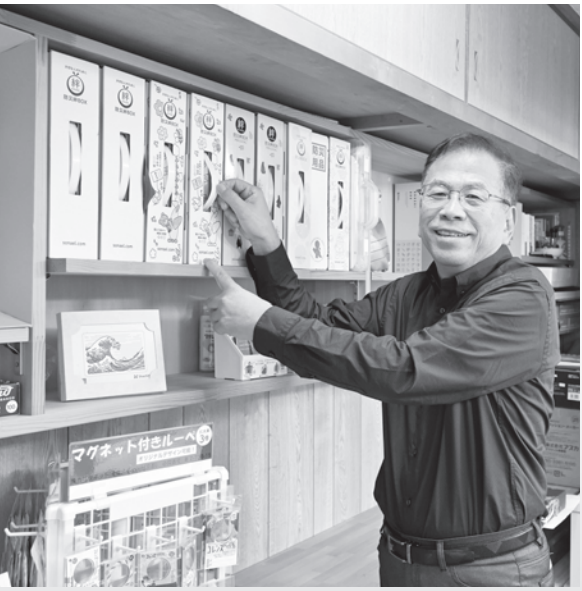
なぜか小学校校舎を寄贈

「いつ小学校を建てるんですか？」

こう聞かれた植木さんは一瞬、耳を疑った。

「そんな約束をしただろうか？」

確かに、縁あってカンボジアの小学校に文房具を寄付する活動は続けてきた。前年に初めて現地に行き、子どもたちに会って心動かされたのも事実だ。でも小



植木力さん。自社開発の防災用品に囲まれて

学校の建物を何とかしましょうとまでは言っていない。

だが思えば「小学校建設も何とかしたいですね」という趣旨のことを言った覚えはある。日本語から英語、英語から現地語の通訳を介して会話をしていたため、どこかで勘違いされたのかもしれない。

植木さんは当時、会社を立ち上げて3年目だったが、赤字続きで頭を抱えていた。ただ、現地で見た子どもたちのキラキラした瞳が頭から離れなかった。

そこで、イチかバチかでカンボジアとのつなぎをしてくれていた団体に掛け合った。「分割で必ず返すから、建設費を無利子無担保でいったん肩代わりしてもらえないか」

突拍子もない話だが、文房具の実績もあってか話はまとまり、小学校の新校舎建設が実現してしまった。2004年、植木さんが46歳のときだ。



植木さんが寄贈したカンボジアの小学校校舎

「貧乏はイヤや」ユニークな家庭の中で

そんな植木さんの原点――それは、「貧乏だけど人が集まる家」だ。

京都府の北端、宮津市に生まれ育った幼少期の思い出といえば、いつも誰かが家に来ていて、両親がお金もないのに食事をふるまっている光景だ。

「何で貧乏やのにこんなことするんや、と思ってました」

一風変わった両親のそのまた上の世代はさらにユニークな人だった。祖母は、地元の町おこしをしようと、温泉掘削事業に挑戦。温泉が出る前から高齢者の憩いの場の建設も着工していたが、出たのは冷泉で、当時は温泉と標榜できなかったため、計画は失敗。

「今でいう女性起業家のはしりだったんですけれど、先見の明がありすぎたんやないかな」

父親もまた、困った人がいれば手を差し伸べずにはいられない性分だった。目の前の海で心中しようとしていた家族がどういうわけか連れてこられたこともあった。「ほかにも家はたくさんあるのに、何でウチなんや。ウチには貧乏神がおるんや」「貧乏はイヤや。いつか庭に鯉が泳ぐような豪邸に住みたい」。そんな

思いを秘めた少年時代だった。

生徒会で活躍

人生には、後から振り返ると転機らしい出来事がいくつかある。植木さんの最初の転機は片道約2時間もかかる高校に進学したことだ。自分の中学の卒業生はおらず、人がやらないことをやってやろうという目立ちたがり屋だったのと、興味のある機械科があったことがその高校を選んだ理由だった。

中学卒業の日、教頭先生に「植木くんは峰山高校に行くんやな。生徒会を頑張らへんか」と唐突に言われた。それが心に残っていて、高校入学後すぐに生徒会の〝組閣〟の準備を進めた。やがて2年生になると本当に生徒会長に。すでに根回ししていたメンバーで生徒会を形成し、ボランティア活動や行事に取り組んだ。今もそのときの仲間とは一緒に旅行に行くほどの仲だ。

長い通学の途中で読んだ書籍にも影響を受けた。経営哲学や企業の社会貢献についての本に夢中になる変わった高校生だった。

自衛隊に入隊

機械好きが高じ、高校卒業後は自衛隊の航空学生になりたいと猛勉強して1次試験を見事突破したが、適性検査で不合格となってしまう。それでも整備には携われるかもしれないと、航空自衛隊に一隊員として入隊した。

ジェットエンジンを間近で見たかったが、パイロットが緊急脱出してからの食糧、水、ゴムボートなど救命装備を担当することになった。優秀なテストパイロットとも一緒に仕事をすることができたから「結果として一番いい部隊やった」と植木さんは振り返る。整備だけでなく評価も行った経験が、後に立ち上げた会社で防災用品を扱うことにつながっていったからだが、この頃の植木青年は、そんなことは1ミリも想像していなかった。

大掛かりな開発プロジェクトにも参加し、自衛隊でやりたいことをやりきり、やがて岐阜の配属先から京都に帰って会社員として落ち着きたいと思うようになった。高校時代の友人の紹介で出会い文通を続けていた、後に妻となる女性との結婚を考えていたのだ。

結婚、転職……猛烈社員として働く

自衛隊の退職を決めた後、なかなか転職先が見つからずにいたが、上司がいくつかの企業につないでくれ

た。その中から「面接の日が一番早かったから」という理由で受けたのは、当時急成長していた半導体製造関係の機器を扱う京都の大企業。「どんな会社か知らなかった」というが採用が決まり、晴れて結婚もした。23歳のときである。

週休2日に心躍らせたのも束の間、「服は作業服とパジャマしかいらない生活」だったそうだ。一男一女の子宝にも恵まれ、家族を養う責任感と精神的支柱を得て、植木さんは仕事に打ち込んだ。

入社当初は工場に配属され、その後資材調達を担当し徹底的に現場を見る機会を得た。営業の管理部門に異動になってからは、販売管理のシステム化のプロジェクトを立ち上げ、そのリーダーに。チームの取りまとめ役に徹し、国内外の拠点を行き来して数億円の一大プロジェクトを完遂した。そして数十億円単位の予算に関わった頃、社内で管理職登用試験が導入される。植木さんも受験し見事合格。高卒での合格者は植木さんだけだった。

起業、そして社会貢献で業績回復

せっかく課長になって給料も上がったのに、植木さんは当時始まった退職型の社内ベンチャー制度に応募するという行動に出る。ある日、風呂に入っていたら新しいビジネスモデルを思いつき、いてもたってもいられずすぐにアイデアをまとめてプレゼン。なかなか通らなかったが1年かけてやっと役員会議で承認され2001年に立ち上げたのが、現在も経営する株式会社カスタネットである。

社名は「カスタマー」と「ネットワーク」を掛け合わせ、カスタネットのように〝打てば響く〟の意味も込めた。文房具をはじめとするオフィス用品を扱う会社で、関西圏をターゲットに、地元企業であるという点と安さを売りにしていった。するとかつての取引先などからの受注が相次いだが、気が大きくなったのが仇となり、初年度は3000万円の赤字。2期目も同じで合計6000万円の赤字となり頭を抱えた。

それなのに、何と植木さんはここでカンボジアの小学校へ文房具を贈るという社会貢献に乗り出した。ある知人が、カンボジアに小学校を3校つくったが、そこに文房具がないという。「じゃあ私が寄付しましょう」と口をついて出た。

実は、結婚から間もなく妻が進行性の難病であることがわかり、妻の介護や子育て、仕事と奔走する中で、障がい者スポーツやさまざまなボランティア活動に出

合い、社会貢献の大切さを痛感していたのだ。

事業はどん底だったが、全国から未使用の文房具を集めて寄付したことが話題となり、それとともに業績も上向いてきた。「安定している会社と勘違いされたのでしょう」と植木さん。CSR（企業の社会的責任）が言われ始めるずっと前のことだ。

その後、カンボジアの小学校新校舎の寄贈に至る。それが新聞に紹介されたことでさらに受注が増え、カスタネットは業績を回復した。

悲しみの中、地域活性化に取り組む

「よくNPOと間違われます」というほどに、カスタネットは、企業が営利事業と社会貢献を両立できるというモデルに成長した。

05年には、植木さんは厚生労働省主催の「ワンモアライフ勤労者ボランティア賞」を受賞。その後、当時の政府が設立した国家戦略室のヒアリングにも協力するなど、世の中の評価が上がってくると、社員も社会貢献に理解を示すようになった。

そこで、地域の活性化にも取り組んだ。08年、京都市内に町家を貸してくれる人がおり、そこを地域の交流の場にしたのだ。

しかしこの頃、植木さんは人生最大の苦難のときを迎えていた。07年に父親が亡くなり、同じ年に妻も亡くし、悲しみに打ちのめされていた。08年にはリーマンショックが追い打ちをかけ注文の電話が1本も鳴らない日もあった中、町家を借り、地元の人やNPO、学生に対して無償で開放するのはさぞかし大変だったろうと思うが「人が集まる場所には新しいことが生まれる可能性がある」と植木さん。町家は地元放送局の収録などにも活用された。

妻が気づかせてくれたお金以外の価値

植木さんはオフィス用品の一環として防災用品開発も構想していたが、顧客や社員からの反応が薄く、行動に移せずにいた。

東日本大震



2016年の熊本地震後には被災地を訪れ、100人以上に困り事やマルチポンチョの使用感をヒアリング調査。その後の防災用品開発に活かしている

災が起きたのはそんな折だった。東北へボランティアに通った植木さんは避難所で、実際に人々はどんなことに困っているのかを知ることとなる。

素材の知識や資材調達、製造ライン調整のノウハウを備えていた植木さんはさっそく試作品を作り、その後知り合った東北大学の名誉教授からもアドバイスを受け、オリジナル商品を生み出した。「マルチポンチョ」だ。一見するとゴミ袋のようだが、頭と袖を通す穴があり、レインコートや防寒対策になり、避難所では着替え時の目隠しになる。これを16年の熊本地震の際にも被災地へ寄付した。

20年、コロナ禍で国内の医療物資が不足した際、医療用ガウンを製造し、厚生労働省にいち早く50万着も納め話題となったのはカスタネットだった。マルチポンチョを応用することで、同じ生産ラインを使って製造した。その売り上げで、感染防止資材の不足に直面していた障がい者施設に同じ製品を寄贈することもできた。

防災用品は今やカスタネットの事業の柱の一つとなっている。今もカスタネットでは、特定の商品の売り上げの一部を寄付する仕組みを設けており、福祉作業所への仕事の発注も続けている。植木さんは難病を患っていた妻の付き添いで行ったさまざまな場で、障がいがあっても強く生きる人たちに出会い、人とのつながりや社会貢献といった、お金とは違う価値の存在を確信するようになったという。

「これも妻のおかげ」と植木さんはしみじみ話す。

＊　＊　＊

人との縁、アイデアは、尽きることなく今も植木さんを突き動かしている。アイデアは降ってきたり湧いてきたりするのではなく〝芽が出る〟ものだという。

「知らないうちに種まきしているんです。10年前かもしれないし、もっと前かもしれない。それが一定の条件がそろうと発芽するんですよ」

次はどんな芽が出て育っていくのか楽しみだ。



故郷の宮津市・由良に建設したリゾートオフィス。幼なじみとの偶然の再会を機に、実家の隣の土地を買い取って2021年にオープンした。コワーキングスペース等を備え、目前の海水浴場で無数に打ち上げられるごみを拾うという、企業の体験型SDGs研修の場としても提供している

気にかけ、声をかけ合って 楽しんで活動する住民主体の助け合い

村長の任命で編成された平田村の生活支援体制整備事業の協議体。しかし、そこに集まった住民たちは自ら地域課題を見つけ出し、翌年末には有償と無償のボランティア団体「平田村ちょこっと助け隊」を主体的に立ち上げて活動を開始しました。小さな農村集落の〝結〟の精神も受け継がれる活動を取材しました。

平田村ちょこっと助け隊（福島県平田村）

（取材・文／石橋　千春）

平田村は福島県の南東部、いわき市と郡山市の中間地点に位置し、標高500～700メートルの阿武隈高地にある人口約5000人・高齢化率39％ほどの村。山あいには田畑と集落があちこちに広がっている。

「現役の仕事を退いて最初にやったボランティアが、一人暮らしの高齢者にお弁当を届けることでした」と話すのは、「平田村ちょこっと助け隊」（以下、助け隊）の初代代表を務めた吉田大吉さん（72歳）。

「点在する集落には一人暮らしの高齢者が増えていて、ぽつんと一軒だけの家も。家の周りには草が伸び、話し相手もいない。どうやってここで暮らしているのだろうと思いました。話の最後には『一人は寂しいよ』という言葉

が皆さんの口から出てきました」

このボランティアを3年ほど続けていた吉田さんは、協議体での勉強会にも参加し、何か自分もできることで手伝いたいと強く思っていた。

地域づくり勉強会とサロン活動が両輪に

2016年、平田村の協議体には、村長から任命された17人（民生委員・老人会・婦人会の代表、行政、村社会福祉協議会、地域包括支援センター等）が集まった。しかし「地域づくり」といわれてもよくわからない。そこで、まずは地域づくりについて勉強することから始めた。その中で、住民と共に勉強する機会として「地域づくり講演会」を主催したり、担い手となってくれる人を発掘するための「支え合いの担い手養成講座」を何度も開催した。毎回、多くの住民の参加があり、住民の地域づくりへの関心の高さを感じた当時の行政担当者や生活支援コーディネーター（SC）が、参加者へ「ボランティア団体としてまとまって活動しませんか」と呼びかけ、賛同者が集まり助け隊を立ち上げることになった。「自分が年を取ったらどんなことに困りそうか」「どんなお手伝いができるか」など、活動内容についての話し合いを重ね、17年12月に40名で助け隊がスタートした。

当時のSCで、現在は助け隊の代表を務める吉田清子さん（70歳）は「協議体設置と同時に、村に18ある行政区に介護予防のための『いきいきサロン』を立ち上げたこともよかった」と振り返る。そこに集まる人たちから小さな困り事を具体的に吸い上げることができたし、活動を地域に広めることにもつながった。サロンに参加しながら講演会や養成講座に積極的に参加し、助け隊を盛り上げてきた人もいる。中心メンバーの矢吹由利子さん（77歳）と久保木日出子さん（75歳）もそうだ。

「自分の老後が心配だからサロンや講演会に参加していましたが、気づいたら助け隊の隊員になっていました」と



右手前から時計回りに、吉田大吉さん、吉田清子さん、久保木さん、矢吹さん



さわやかインストラクターの大山さん

笑う。

講演会に講師として呼ばれ、助け隊の立ち上げからこの活動を見てきた、福島県のさわやかインストラクターである大山重敏さんは、そのときの印象をこう語る。

「平田村の人たちは、福島の他の地域とはちょっと違って積極的で活気がありましたね。実行力がすごい。理屈ではなく、共同体の感覚が身についていると感じました」

以前、平田村は葉たばこの生産が盛んで、集落の共同作業なしにこの産業は成り立たなかった。また、小さな集落が点在する環境の中で、助け合わないと生活できないこともその背景にあるのではないか、と説明してくれた。

依頼されたことだけでなく

助け隊の初代代表となった吉田大吉さんは「年を取ったときに暮らしやすい村、つまり困ったときに相談できる人がいる、何かあれば近所の誰かが駆けつけてくれる、車の運転を頼める人がいる。これらを基本に支援内容を考えた」と振り返る。高齢者の生活支援（買い物の付き添い送迎、庭先の草取り、調理、掃除等）が中心だが、助け隊の活動を特徴づけるのは、「依頼されたものだけが活動ではない」という考え方だ。

まず、自分のご近所さんを見守ること。例えば、一人暮らし高齢者の話し相手になったり、おかずをお裾分けしたり、サロンへ誘ったりするなど、さりげない気配りを大切にしているという。

矢吹さんは、そのありがたさを痛感している。

「東日本大震災のとき、原発で水素爆発がありましたよね。家の外には出ら



ごみ出し活動の様子



助け隊は認知症カフェでも活躍



平田村ちょこっと助け隊の皆さん

れないし、車で子どもの家に避難したいけどガソリンもない。家には私一人。外を見てもお隣が遠いから様子がわからない。みんなが避難して自分だけが取り残されるんじゃないかと不安で不安で…。そんなとき、ご近所の息子さんが来てくれたんです。『おばちゃん一人残して逃げたりしないよ』って。もう、ほっとしました。人ってこんなちょっとした言葉で安心するんだなぁ、と思いました」

楽しんで自身のいきがいにも

助け隊のもう一つの特長は、無償ボランティア活動の範囲が広いことだ。メンバーの中にはボランティア活動に対してお金をもらうことへの抵抗感があった。しかしそれでは利用者が頼みづらいと、現在の謝金（30～60分400円、90分まで600円）に落ち着いた。電球交換やごみ出し、話し相手などちょっとした時間内でできるものは無償。また、おしゃべりの機会が少ない希望者宅やグループホームに訪問する傾聴ボランティアも無償。とはいっても、隊員が活動しやすいよう「傾聴ボランティアフォローアップ講座」で学ぶ機会はしっかり設けている。

このほかにも、いきいきサロンでの運動や認知症カフェでの接客、レクリエーションなどのボランティアにも、隊員たちがきちんと研修を受けて無償で活動している。矢吹さんや久保木さんは「サロンやカフェに行くといろんな人と会えるし楽しい。それに、少しでも誰かの役に立っていると思うと自分のいきがいにもなる」と活動を楽し



ＳＣの鈴木仁美さん（右）と保健師の鈴木幸子さん（左）は助け隊の後方支援で連携

んでいる様子が伝わってくる。

20年からＳＣとして助け隊をサポートしている地域包括支援センターの鈴木仁美さんは、隊員から上がってくる住民の困り事を必要に応じて専門機関につないだり、事務局として住民と隊員のコーディネーター役も担ってきた。

「コロナ禍で助け隊の活動を休止せざるを得ない状況でも辞める人はなく、疎遠になりがちな人と人のつながりを取り戻そうと活動を続ける隊員さんたちがいたことは心強かったです。今では平田村になくてはならない社会資源になっています。最近は他地域からの視察が増えて、皆さんのモチベーションにもつながっています」

移動支援の充実

村の高齢者の生活では、移動支援が最大の課題だった。人口減少から店の廃業が続き、運転免許返納者も増えていく。そのような中、助け隊では「付き添い支援」として「一緒に買い物を」「一緒にサロンへ」と当初から活動を始めた。しかし、担い手も高齢になってきたため、運転への不安を解消し新しい人材を増やそうと、大山さんに再び依頼して講演会を開催。移動支援や担い手の必要性について話してもらった。この講演会で運転ボランティアに興味を持った人たちが「運転ボランティア養成講座」を受講。新たな担い手も増えた。

今回、買い物支援の同行取材でお会いした渡辺富郎さん（93歳）は、最近70代の息子さんが入院して一人暮らしになったため、助け隊が週2回、スーパーへの夕方の買い物と話し相手の支援を行っている。渡辺さんは村社協の体操教室に通っており、そこで助け隊のことは耳にして知っていたという。

「うちは周りに何もないところだから、



渡辺さん（左）と助け隊隊員の佐藤さん（右）

本当に助かっている。心からそう思います」と、古くからある農家の大きな玄関先にぽつんと一人座ってしみじみとつぶやく。

支援担当の佐藤一一（かずいち）さん（72歳）がやってきてあいさつを交わすと、2人でスーパーへ。渡辺さんは店内をひと巡りして、自分の好きなお惣菜や肉などをかごに入れ、会計を済ませて佐藤さんが荷物を車内へ。買い物のことや世間話をしながら帰途についた。

佐藤さんは役場のOBで初代代表の吉田大吉さんとは同級生。地域への思いを共有する仲間だ。「私は行政側にいましたが、ボランティアをやってみると、もっと行政でできるのではないかと思うこともいろいろあります。これからさらに地域の状況も厳しくなっていくので、話し合いの場を増やして行政や住民がコミュニケーションを取る必要があると思います」と現状の課題を話してくれた。

SCの鈴木さんは「助け隊の活動があることで村に見守りの目が増え、住民さんの安心につながっていると思います。日常の中での気配りが自然にできるようになっている」と感じている。

近年、豪雨災害が続いている中で、助け隊も村のボランティアセンターに登録されている。19年、甚大な被害をもたらした台風19号で大雨となった際には、心配になった女性隊員が夫と一緒に高齢者宅を訪ねた。するとその高齢者が「いい世の中になったねー。今日は区長さんも来てくれたし、民生委員さんも訪ねてくれたよ」とうれしそうに話したという。

何かあったとき、誰かが声をかけてくれる、そんなあたたかい関係をご近所から広げていけたらと思う。

平田村ちょこっと助け隊

「できる人が・できることを・できる時に活動する」がモットー

◇**活動内容**：有償ボランティア（調理、洗濯、掃除、買い物支援、サロンへの送迎等）
無償ボランティア（ごみ出し、電球の交換、見守り訪問、話し相手等）

◇**対　象**：高齢者世帯、その他支援を必要とする方。
利用者登録制

◇**有償の場合の謝金**：30～60分400円
90分まで600円

◇**隊員数**：60人

◇**年間延べ活動件数**：有償・無償あわせて1000件ほど
（運動ボランティア、カフェボランティア含む）

◇**受　付**：事務局（平田村地域包括支援センター）

●**連絡先**／平田村地域包括支援センター
電話 0247-55-3125

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、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、住民主体の移動支援活動と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、多彩な活動をぜひご覧ください。

岡山県倉敷市

地域課題を共有し、住民主体の移動支援スタート

天城学区コミュニティ協議会

助成金額　15万円

天城学区コミュニティ協議会は2003年設立。地域の福祉、防災、交流等に取り組んできました。第2層協議体



「藤戸の渡し」のマグネットシートを車に貼って活動

で地域住民や関係者が地域課題を共有する中、高齢化が進んだ同学区で移動が課題となっていることがわかり、この問題について検討するプロジェクトチームが立ち上がりました。

先進地区との情報交換、保険の検討、利用者と協力者の募集、プレ運行等を経て、今年7月、住民主体の移動支援サービス「藤戸の渡し」が本格運行を開始しました。

本基金の助成金は、運転講習費、保険料、車両に貼るマグネットシート代などに活用されました。

利用者からは「今まで家に引きこもっていたが、自主的に外出する楽しみが増えた」「ドライバーさんとおしゃべりすることがとても楽しい」などの喜びの声が届いており、「今後も継続できるように頑張っていきたい」と報告をいただきました。



かみぬくお助け隊による活動の様子

広島県広島市

有償ボランティアによる生活支援開始

上温品（かみぬくしな）地区社会福祉協議会

助成金額　15万円

上温品地区社会福祉協議会はこれまで、一人暮らし高齢者や障がい者の見守り活動、いきいきサロン活動、地域の相談窓口の活動等を実践してきました。

同地区でも少子高齢化が進み、一人暮らし高齢者や老々介護が増加、ちょっとした困り事でも家族だけでは解決できず、日常生活に不安や困難を抱える人が増えています。そんな中、近隣地区社協で有償ボランティアによる生活支援活動が成功していると聞き、ヒアリング調査を実施。また、自地区でのニーズ調査も行ったところ、生活支

援の有償ボランティアがあれば利用したいという回答がかなりあったということです。

日常生活をサポートする「かみぬくお助け隊」立ち上げが決まり、本基金の助成金は、庭木の剪定や草取りに使用される工具や作業用具の購入に役立てられました。

活動周知のため案内チラシを回覧したところ問い合わせや依頼が来るようになった、かみぬくお助け隊。活動後、別の困り事の相談を受けることもあり、利用者との信頼関係が少しずつ築けていることを実感しているということです。



「地域助け合い基金」状況のご報告

（10月15日　当財団ホームページ開示時点）

◎寄付受付額

４４１件　２億２２６４万５６３７円

このうち遺贈基金より1億8000万円を供出

◎助成実行額

１４６２件　２億１９９３万１５３８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

「連合・愛のカンパ」

団体立ち上げ・新規事業立ち上げのための準備金支援のお知らせ

さわやか福祉財団では、今年度も日本労働組合総連合会（連合）「連合・愛のカンパ」より資金をご提供いただき、地域における助け合い活動の団体立ち上げや既存の活動団体における新たな活動の立ち上げを支援するための助成を行います。

少子高齢化や人口減少、頻発する自然災害などにより、各地で人と人とのつながりや助け合いの必要性が一層高まっています。

各市区町村の生活支援コーディネーターや協議体が支援した助け合い活動（地縁組織やＮＰＯ団体、グループ等）の立ち上げ支援にも、ぜひご活用ください。

今回の助成対象は、2025年10月以降に立ち上がった団体、または、既存団体が新たに開始した事業となります。

助成は１団体につき上限15万円、16団体程度を予定しています。

応募期間　2026年10月13日（火）～11月30日（月）（当日消印有効）

助成対象　2025年10月１日以降に新たに立ち上がった団体、または、既存団体が新たに開始した事業

詳細や応募方法は、当財団ホームページの「お知らせ」をご参照ください。
【URL】https://www.sawayakazaidan.or.jp

<お問い合わせ> 立ち上げ支援プロジェクト（担当：後藤、小林）
電話：(03) 5470-7751　メール：ainokampa@sawayakazaidan.or.jp

じぶんの町を良くするしくみ。

八十周年
ありがとう。これからも一緒に。

赤い羽根共同募金は、あなたの町の子どもたち、高齢者、障がい者などを支援するさまざまな福祉活動に役立てられます。

災害時には、「災害ボランティアセンター」の設置や運営など、被災地支援にも役立ちます。

赤い羽根共同募金
www.akaihane.or.jp 赤い羽根 検索

シリーズ
定年、その先へ
地域とのつながり方
東京都江東区
実践ルポ
7

つながることで、地域の活動は広がっていく

江東区助け合い活動連絡会
――分野を越えて学び合い、支え合う

（取材・文）一般社団法人地域コミュニティ振興協会代表理事　**肘井 哲也**

江東区社会福祉協議会の会議室。この日「江東区助け合い活動連絡会」の定例連絡会に40人を超える人たちが集まった。地域で活動する団体のメンバーをはじめ、大学教授、福祉施設の職員、町会長や老人クラブ会長、子育て・障がい者に携わる人、江東区や社会福祉協議会の職員、個人での参加など、顔ぶれは実にさまざまだ。約1時間半、それぞれの活動報告や今後のイベントの案内、情報交換、意見交換が続く。活動する分野や立場は違っても、互いの取り組みに耳を傾け、知り合い、つながっていく。そんな横のつながりを長年育ててきたのが、「江東区助け合い活動連絡会」だ。連絡会は地域の活動者が中心となって運営し、江東区社会福祉協議会が事務局をサポートしている。大きな活動の一つが、年1回、江東区、江東区社会福祉協議会と3者共同で開催する「江東区地域福祉フォーラム」だ。2015年7月15日に第1回を開催し、今年で12回を数え、11月に「地震・水害　災害に備える助け合い」をテーマに開催。年2回の「研究会」では、1テーマを掘り下げ講師による講演とグループワークが行われる。このほか年数回の「定例連絡会」では、各団体の活動報告や情報交換、課題の共有を行っている。

こうしたつながりが、具体的な助け合いにつながることもある。東砂の「砂町よっちゃん家」が10周年を迎えた際には、連絡会のメンバーがチームを組み、団体の法人化を一緒に検討、手続きもサポートした。また団体10周年記念イベントも全面的に支援した。

では、このような団体同士のつながりは、江東区でどのように生まれたのだろう。背景には、国が地域での支

え合いを重視するようになり、江東区でも助け合い活動を広げようという動きがあった。その出発点には、すでに地域で実践を続けていた人たちの存在があった。

設立時に中心となった、当時こうとう親子センター代表で、現在は江東区社会福祉協議会会長を務める渡辺恵司さんは、２０１１年よりさわやか福祉財団インストラクターの任命をうけ「地域の助け合いを広げたい」という強い想いを抱き、多方面に働きかけていた。一方、後に連絡会事務局長となる小林孝さんも、コープ南砂で住民同士による助け合い活動を実践していた。男性シニア世代が地域活動の中心的な役割を果たしていることも、江東区の助け合い活動の特長の一つであり、大きな推進力になっている。そうした地域での実践と、江東区や江東区社会福祉協議会の「地域の助け合いを広げたい」という思いが重なり、２０１５年7月15日、第1回「江東区地域福祉フォーラム」が開催された。基調講演に招かれたのは、さわやか福祉財団の清水肇子理事長。「地域で安心して暮らせる助け合いのまちづくりを進めよう！」をテーマに、地域で支え合うことの大切さを語った。続いて江東区内ですでに活動していた3団体が、それぞれの助け合いの実践を報告した。

その後、この機に出会った人たちと、継続して集まり、互いの活動を知り、学び合える場をつくろうということになった。地域ですでに始まっていた助け合いの実践と、行政・社協の働きかけが重なり合う中から、「江東区助け合い活動連絡会」は生まれた。そして現在も、地域の活動者が主体となり、さまざまな分野の団体がつながりながら、活発な活動を続けている。さらに、2年前には連絡会の中から「こうとう　こども・子育て応援団」という新たなネットワークが誕生するなど、活動の輪は着実に広がりを見せている。

地域の助け合い活動は、一人の想いや地域の人財との出会いから始まる。その実践が他の地域へ広がることも、連絡会の大きな価値だ。江東区では、国勢調査によると集合住宅に暮らす世帯が約87％を占める。団地やマンションで生まれた助け合いの仕組みが、別の地域のヒントとなり、人のつながりを通じて活動の知恵も広がっていく。次号では、集合住宅で育まれてきた助け合い活動の現場を紹介したい。

（ひじい　てつや） 東京都江東区・江戸川区、横浜市港北区を中心に地域の社会活動等に幅広く関与し、シニア、高齢世代向けの地域活動情報紙「えがお」、地域の共生社会活動をテーマにした「みなてらすＰＲＥＳＳ」を発行する。認定ＮＰＯ法人キッズドア理事、贈答品会社株式会社東香代表取締役。

情報をお寄せいただきました！

本誌取材先同士で情報交換会実施

中曽根地域ささえあい会議・生活支援そよかぜ

本誌「広げよう　つなげよう　地域助け合い　活動の現場から」では毎号、住民主体の助け合い活動を取材・掲載していますが、このほど、その取材先同士による情報交換会が行われました。

団体は、昨年11月号掲載の「中曽根地域ささえあい会議」（埼玉県吉川市。以下「中曽根」）と、今年5月号掲載の「生活支援そよかぜ」（千葉県東金市。以下「そよかぜ」）。今年7月に開催した当財団の全国交流フォーラムに両団体が参加し、交流されました。その際、ぜひお互いの活動について情報交換を、ということになり実現したものです。

９月12日、そよかぜの代表・元澤昭子さんと事務局・海田明さんが中曽根地域に訪問。まず中曽根の立ち上げからの経緯とともに、そよかぜから要望があった助け合いの移動支援について詳細な説明が行われました。そよかぜからは、活動内容の紹介や今後の課題、また中曽根から要望があった話し相手の活動の方法や、メンバーの研修等について説明がありました。

質疑応答では、「移動支援を実際に行ってみての意見は？」の質問に「利用者が喜んでくれるので、また頑張ろうと思う」といった回答がありました。

中曽根の菅谷弘子さんは「そよかぜさんは、有資格者がいることや事務局体制がしっかりしていること、男性の参加が多い点が素晴らしいと思いました」、そよかぜの海田さんは「今後の移動支援の取り組みに心強いアドバイスをいただけました」と感想を寄せてくださいました。

これを機に、両団体が一層発展していくことを願います！　（編集部）



中曽根地域ささえあい会議の皆さん



生活支援そよかぜの皆さん

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）（2026年9月1日～9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ことをご了承ください。

さわやかパートナー個人（34件）

（都道府県別50音順）

北海道
斉藤　真由美
宮城県
小野寺　憲一
渡部　孝雄
秋田県
伊藤　和喜
茨城県
関　実枝子
埼玉県
島村　孝一
千葉県
伊藤　實
薄　幸夫
平　雅久
田中　光子
平林　千津子
東京都
天野　寛子
河内　理美
小泉　純二
高橋　清美
藤沼　彰久
神奈川県
石毛　陽子
鈴木　裕司
山梨県
清水　喜久夫
長野県
福沢　千恵子
岐阜県
三輪　正善
静岡県
髙部　宗夫
愛知県
清水　サチ子
野村　圭一
滋賀県
伊藤　博
京都府
奥谷　和隆
水野　泰
兵庫県
高嶋　宏臣
高橋　伸治
奈良県
増田　喜三郎
島根県
熊谷　美和子
福岡県
井上　稔信
小柳　眞澄
沖縄県
西山　庸二

さわやかパートナー法人（10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」
川崎信用金庫
認定ＮＰＯ法人きらりびとみやしろ
認定ＮＰＯ法人
コミュニティ・サポートセンター神戸
ＮＰＯ法人さわやか学舎
認定ＮＰＯ法人東葛市民後見人の会
東京海上日動火災保険株式会社
ＮＰＯ法人
日産労連ＮＰＯセンター「ゆうらいふ21」
日本郵政グループ労働組合
パラマウントベッドホールディングス株式会社

一般ご寄付（1件）

一般社団法人日本メンズファッション協会
（7万350円）



さわやか活動日記（抄）

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

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

神奈川県老人クラブ連合会「単身高齢者のつながり創出の担い手養成事業」第2層協議体の会合に協力

■大和市（神奈川県）

【9月5日】「令和8年度単身高齢者のつながり創出の担い手養成事業」を公益財団法人神奈川県老人クラブ連合会（県老連）が県から受託。目的は、①単身高齢者が孤独・孤立に陥らないよう、地域の元気高齢者による見守り活動など、地域資源を生かした単身高齢者世帯への支援体制が市町村に整備されるよう支援する。②単身高齢者に対して、地域社会とのつながりの機会を創出することで、孤独・孤立に陥ることを防止し、社会参画の促進による認知症発症リスクの低減や、フレイル予防、未病改善を目指す。

県内3地区（大和市、藤沢市、寒川町）の第2層協議体エリアでの取り組みをモデル地域として推進していくことになっており、当財団は本事業にアドバイザーとして関わることになった。

この日は、大和市福田北地区の第2層協議体で会合が開かれた。7月に開催された協議体会議では、民生委員と地区社協が連携して10数名の住民の見守りをしていることなどが共有された。今回は見守りに関わっている民生委員、地区社会福祉協議会、自治会などの住民たちと協議体メンバーが2グループに分かれて、見守りにおける課題、特に、気になってはいるが、どう支援につなげられるか等のさまざまな情報をグループワークで共有する機会となった。例えば家族の中でも孤立していると思われるが家族が外からの支援を拒んだりするなど、見守りの対象になっていない人がさまざまいることなどが共有された。

本事業は、(1)単身高齢者のつながり創出の担い手養成研修、(2)住民主体の協議体の活性化支援、(3)住民座談会の開催支援、を地域の実情に合わせて地域住民や自治体職員らと話し合いながら進めていく予定。協議体が核となり、地域のニーズを把握しながらどうやって孤独・孤立による問題を解決していけるか、県老連や県とも話し合いながら各地域をバックアップしていきたい。（鶴山　芳子）

第2層協議体勉強会 これからの活動について意見交換

■大野市（福井県）

【9月9日】大野市の第2層協議体の一つである「あいさつで結び隊」（大野地区）の勉強会に協力した。同市では第2層圏域をおおむね公民館圏域に設定し、住民勉強会から手上げの住民を募る方法で協議体を設置してきた。大野地区は市内で最も人口・世帯数の多い地区で、2021年に第2層協議体が発足している。

同協議体ではこれまで、協議体のチラシを作成し住民に周知、ニーズ調査を行い、昨年度に地域資源を記載した「困った時のお助け案内」を作成したところ。今回は、これからどのように活動を広げていくかを考えるための勉強会を開催することとなった。

前半、当財団からの講話で、協議体の役割を再確認するとともに、サービスづくりからスタートするのではなく、ニーズに沿って住民と一緒に考えながら対応していくことを説明した。また、市民アンケート調査では、「第2層協議体が組織されていることを知っていますか」という問いに「知っている」の回答が19%だったことも紹介し、住民への認知度向上が課題であることも伝えた。

後半の意見交換では、作成済みの協議体チラシを再配布してはどうか、活動を



大野市「あいさつで結び隊」勉強会の様子

さらに活発にすることで住民の認知度が向上するのではないか、取り組みやすい「あいさつ運動」の強化から始めてはどうか、以前の調査結果ではなく改めて把握をしたらどうか、など、これからの具体的な取り組みについて多くの意見が出され、今後の実践を検討。まずは「お助け案内」を受け取った人の声を拾っていくこととなった。

（髙橋　望）

「ささえ合い講座」2回開催
事例発表等で活動参加へのきっかけづくりなど

■紀北町（三重県）

【9月12日】紀北町社会福祉協議会主催「ささえ合い講座」に協力した。同講座は、住民の活動参加へのきっかけづくりとして2023年度から開催されており、「地域活動を実践する人」と「地域づくりを考える人」の両方への参加のきっかけづくりが目的。今年度の講座は全2回の構成で、この日は1回目「ささえ合いのまちづくりフォーラム」が開催された。

開会あいさつ、第1層SCによる同町内の現状報告に続き、事例発表が行われた。

「相賀ふれあいサロン」代表の玉本千春氏からは、活動のきっかけに加えて、無理なく続けられる秘訣は和気あいあいと楽しむこと、活動が自分自身の健康の源になっていることなどが伝えられた。90歳を超えた今もハツラツとしている玉本氏の様子に、会場中が驚いていた。

「きほくおかえり食堂」代表の石倉弘子氏からは、やりたいことを周囲につぶやくことで仲間が集まり実現できたこと、みんなと自分たちの両方が気持ちよく活動することを大切にしていることなどが伝えられた。うなずきながら聞き入る参加者が多くみられた。

パネルディスカッションでは、活動による地域住民や地元企業の変化、協力者を増やす方法、家族の理解の大切さ、これからやりたいことなどについて、事例発表者から力強く前向きなコメントが発信された。

参加者からは、「〝無理なく、楽しく〟に共感」「健康長生きのコツは、運動、栄養、いきがい、やりがいと教わった」「自分も地域でやってみようと背中を押してもらった」などの声が上がっていた。

【9月17日】「ささえ合い講座」の2回目を開催、今回は「楽しみながらやってみよう」をテーマに行われた。

第1層SCによる前回の振り返りなどに続き、当財団から「みんなでつくる地域のささえ合い」と題して

講話を行った。事例のほか、活動参加での気持ちの変化や心身への好影響等のデータも伝えながら、協議体と実践活動への参加を呼びかけた。



紀北町「ささえ合い講座」２回目のグループワークの様子

グループワークは「地域でやってみたいこと」「自分ができる無理のない関わり方」について話し合い、実効性のある意見も多く出ていた。

参加者からは「自分より高齢の方がとても楽しそうに、元気に話をされていて刺激を受けた」といった声も聞かれた。アンケートには、「つながりの大事さがよくわかった」「子どもから高齢者までの幅広い交流の必要性を感じた」「活動しようとされる方が多く励まされた」等の意見があった。また、複数の参加者から「実際にボランティア活動をしたい」「次の協議体に参加してみたい」と手上げがあり、町社協では行政と連携してしっかりとフォローアップしながら、より活動を広げていくこととしている。

（髙橋　望）

「住民主体の助けあい・支えあいフォーラム」開催
ゲーム、事例紹介で地域愛を共有

■壱岐市（長崎県）

【９月12日】壱岐市主催「住民主体の助けあい・支えあいフォーラム」が開催された。参加者は約１００名。これまで同市では長寿支援課が核となり、社会福祉協議会、壱岐保健所、総務課、地域共創課、社会教育課、子育て支援課等さまざまな担当課が連携してフォーラムや勉強会、関係者連携会議を開催してきており、その一環として今年もフォーラムを開催したもの。今回は「助け合い体験ゲーム」も取り入れ、参加型で行う企画となった。

篠原一生市長の開会あいさつに続き、当財団が「住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けるために」と題して講演。「なぜ助け合いが必要か」を考えてもらい、「なぜ助けてと言えないのか」を投げかけ、「ゲーム」を実施した。市内のさまざ

まな地域の人たちが交流し、困り事を言えることの大切さや助け合いの楽しさ、うれしい気持ちを実感したようだった。その後、全国の事例から、居場所、ご近所の助け合い、有償ボランティアの仕組みを紹介、動画「心つながる」も見てもらい、移動支援のガイドラインなど「助け合いと一体型」が進めやすくなり各地で広がり出していることを伝えた。

事例紹介は箱崎地区まちづくり協議会より。今後、高齢化率が40％になると知った住民たちが危機感を持ち、2020年から「より安全で住みよい、魅力あふれる地域にしたい」と仲間づくりを始め、コミュニティバス運行部会、お助け隊活動などを実施していることが報告され、駆けつけた応援団も含め参加者に大変好評だった。



「助け合い体験ゲーム」で盛り上がった壱岐市「住民主体の助けあい・支えあいフォーラム」の様子

昨年度事例紹介を行った芦辺地区まち協、那賀地区まち協、渡良小学校区まち協がポスターを展示し、その後取り組みがどうなっているかを参加者が休憩時間に見て担当者に質問する姿も見られた。

最後に、次のステップに向けて感想が共有され、SCの末永えりか氏より11月の勉強会の案内があり、終了した。

地域愛あふれる良い機会だったという感想が多く聞かれ、アンケートには26名が記名。11月には有償ボランティア創出に向けた勉強会を計画している。

（鶴山　芳子）

山梨県ブロック主催「SC情報交換会」2回目開催

■山梨県

【9月16日】山梨県ブロック主催のSC情報交換会が開催され、当財団も協力した。今年度3回実施予定のうち、今回は7月の山梨市での開催に続く2回目。大月市で行われ、大月市、富士川町、市川三郷町、昭和町、山梨市、都留市からSCやさわやかインストラクター計12名の参加があった。

各地域の生活支援体制整



山梨県ブロック主催「ＳＣ情報交換会」の様子

備事業の現状やＳＣの活動状況を共有するとともに、日頃の実践で感じている課題や悩み、今後の取り組みの方向性について率直な意見交換が行われた。

「行政計画や制度上の枠組みと実際の地域課題との間に隔たりを感じる場面がある」「担当者の異動等により継続的な地域づくりが難しくなる」等の意見が出た。

住民の個別課題への対応についても話が出たため、当財団から、その重要性を押さえた上で、サービスが「点」でできるだけでなく、つながりや多様な助け合いを「面」として広げていくことや、高齢者が支援を受けるだけでなくもっと地域に参加し、役割といきがいを持ちながら暮らしていくことも重要ではないかと提案し、議論した。また、課題としてケアマネジャーや地域包括支援センター、民生委員、企業等との連携、地域住民の移動手段の確保などが挙げられた。ケアマネや包括との連携や、住民主体の地域づくりの必要性も共有した。

県の研修と同時にこのようなゆるやかな情報交換会はますます重要になると考える。住民主体の地域づくり、助け合いの推進について、さまざまな地域の現状や課題を共有しながら戦略を持って進めていく必要性が感じられた。

（鶴山　芳子、堂西　利弥）

「生活支援コーディネーター情報交換会 in 北摂」今後に向けた気づきやヒントを得る

■大阪府

【9月18日】大阪府北摂地域のＳＣを対象に、「生活支援コーディネーター情報交換会 in 北摂」が開催された。主催は、北摂地域のＳＣ有志や大阪ブロック、府などからなる実行委員会。生活支援体制整備事業や地域との連携等に関する理解促進と、ＳＣ同士の情報共有が目的。各地域での取り組み状況を共有することで、今後目指すべき地域支援のあり方や第1層・第2層ＳＣとしての役割について相互理解を深め、住民同士の

助け合い活動や生活支援体制の充実を目指すこととし、13名が参加した。

第1部は当財団・目﨑より「生活支援体制整備事業～連携について～」と題して、事業や住民参画・官民連携推進事業、地域の活動事例などについてミニ講義・情報提供を行った。

第2部は情報交換会。参加者が2グループに分かれて「今年取り組んだこと・これからやってみたいこと・ここだけの苦労話」等をテーマに行ったところ、「協議体の実情」「どうやって住民の意識を醸成するかの工夫」「防災をテーマにし、より興味を持って参加してもらう取り組み事例」「住民による取り組みがうまくいかないときに、落ち込まないよう声をかけることも大切な役割」などが共有された。

SC同士が日頃の悩みや工夫を共有することで、今後の活動に向けた気づきやヒントを得る場となった。今後の地域間の情報共有や連携につなげることが期待される。

（目﨑　智恵子、島村　彰）



「生活支援コーディネーター情報交換会 in 北摂」でのグループワークの様子

協議体の参加を広げよう
勉強会で「目指す地域像」話し合い

■北名古屋市（愛知県）

【9月26日】北名古屋市の第2層エリアの一つ、中部包括圏域の協議体「助け合い未来会議」の参加を広げたいと、第1層・第2層SCらが企画した勉強会が開催された。県のアドバイザー派遣事業を活用し、当財団が協力した。

これまで同会議は2024年から月1回ペースで話し合い、最近は資源マップを作成するなど活動してきた。ここで、参加を広げて前向きに進めたいと、新たに呼びかけたメンバーと共に「目指す地域像」を話し合うことにした。

最初に第1層SC田原義宏氏が第1層と第2層の役割と連携、第1層の現状を報告。第2層SC伊藤恵理子氏から中部包括圏域の協議体の取り組み紹介があり、さらにメンバーから「参加したきっかけ」「何をしているのか」「参加してきて楽しいしよかった」という

思いや、参加の呼びかけがあった。

次に財団から「目指す地域像を考える」と題して講義を行い、「なぜ、助け合いが必要か」「地域包括ケアの深化における地域づくりと住民の役割」「SCと協議体の役割」について話し、全国のさまざまな助け合いの事例を紹介して、目指す地域像の話し合いにつなげた。


北名古屋市「助け合い未来会議」勉強会の様子

グループワークは2グループに分かれて行われ、課題やこれから取り組んでみたいことなどがさまざま挙がり、今後につながる機会になった。

最後に発表で共有し、財団がまとめでコメントした。

「この地域を良くしていきたいという思いからさまざまな意見や知恵が出され、いろいろな気づきがあったと思う。地域のニーズが複雑化多様化していくこれからは、協議体でできることや住民だからできることも広げていくことが大切ではないか」と伝えるとともに「話し足りないこともあったと思うので、次の10月の協議体にぜひ参加しては」と呼びかけた。

アンケートでは、参加者の半数以上が次の参加に記名したとのこと。会議メンバーから「今ではなく5年後10年後の共通の目標をつくることがやはり大切」という意見も出た。今後の取り組みに生かしてほしい。

（鶴山　芳子）

「多様な主体活動交流会」開催
SCらが事例を共有し交流

■新潟県

【9月30日】新潟県主催「令和8年度新潟県SCを中心とした多様な主体活動交流会」に協力した。令和6年度地域支援事業の実施要綱改正で打ち出されている多様な主体の連携を推進する一環で、昨年度に引き続き新潟県全域の市町村、SC、包括、NPO、団体、企業、認知症事業関係者などに呼びかけて開催された。昨年度は「居場所」がテーマ、今年度はSCを中心としたテーマで、75名が参加した。

県からの行政説明に続き、当財団・鶴山より「ＳＣを中心とした多様な主体との連携について」と題して講演。地域課題や生活ニーズを「制度の側」ではなく「地域住民の暮らしの側」から捉える視点を示した。また、「本来、地域の暮らしは縦割りではない」とし、東京都文京区「こまじいのうち」などいくつかの事例を通じて、多世代や企業をはじめとする多様な主体の連携について方法を伝えた。

村上市からは、第1層・第2層協議体「互近所ささえ～る隊」の取り組みが報告された。同市では、生活支援体制整備事業を福祉分野だけで完結させず、まちづくり協議会、自治会、民生委員、ＮＰＯ、社協、集落支援員、介護事業所、行政等、地域にすでに存在しているさまざまな主体との関係を時間をかけて形成している。特に、合併前の5地域それぞれの地域性を残しながら、第2層ごとの活動を持ち寄り、相互に学ぶ仕組みが実践されている。

燕市からは、民間企業等との連携事例が報告された。

質疑応答の内

日本メンズファッション協会様より
今年も「グッドエイジャー賞」チャリティーによるご寄付

９月２日、一般社団法人日本メンズファッション協会様による「第24回グッドエイジャー発表・授賞式」が開催され、会場で行われたチャリティー活動で７万350円の募金が集まり、当財団に全額をご寄付いただきました。

同協会は、長寿時代を豊かに活きいきと楽しく、かっこよく過ごすグッドエイジング・ライフを目指した「グッドエイジング運動」を立ち上げ、その一環として、年齢を重ねても人生を楽しみ、常に未来を見つめ、これから先も色々なことに挑戦してみようという、バイタリティ溢れる方々を「グッドエイジャー賞」として顕彰しています。今年もさまざまな分野から８名の方々が受賞されました。

このご寄付は、「グッドエイジャー賞」の趣旨と当財団の理念に親和性があることや、当財団の創設者である故・堀田力前会長が1997年に同協会の「ベスト・ファーザー賞」を受賞したご縁などにより、2017年からいただいているものです。

頂戴したご寄付に心より感謝申し上げますとともに、ふれあい・助け合いのある地域づくりを目指す活動に大切に活用させていただきます。

（大石　敏晴）

容からも、企業等との連携に対する関心の高さがうかがえた。また、参加者同士の交流会は活気に満ち、積極的に情報・意見の交換が行われた。

まとめとしてアドバイザーから講評を行った。竹田市の甲斐香代子氏からは高齢化・人口減少が急速に進む中、生活支援体制整備事業への期待が高まっている実情が伝えられた。鶴山からは「小さなことでもできることから着手・実践していきましょう」とメッセージを送った。

アンケートには「少ない人口でいかに担い手を巻き込んでいくか？　地道に伝え、広げていかねば！とあらためて実感しました」等の感想が寄せられた。

（鶴山　芳子、堂西　利弥）



新潟県「令和８年度新潟県ＳＣを中心とした多様な主体活動交流会」の様子

入職のお知らせ

■**共生社会推進リーダー**（10月1日付）　**安部　愛**

このたび、さわやか福祉財団に入職いたしました。前職は市役所で、子育て、障がい、健康増進等の分野に長らく従事していましたが、行政のサービスは支援を必要とする方に届かない現実もあり、モヤモヤしていました。子ども、大人、高齢者、障がい者、外国人等、属性に関係なく集い、支え合い、助け合える場所が身近な地域にあれば、サービスが行き届かない隙間の部分を埋められるのではないかと思い続けていた中で、ご縁があって、さわやか福祉財団と出会い、その理念と取り組みに共感いたしました。より多くの地域に、住民主体の支え合いの居場所づくりや助け合いが広がるよう努めてまいります。

どうぞ、よろしくお願いいたします。

事務所だより

●10月は「いきがい・助け合いオンラインフェスタ２０２６」が配信され、入職したばかりの職員2名も熱心に視聴。財団が推進するまさに「いきがい・助け合い」を学ぶ絶好の機会となった。

仕事と介護の未来フォーラム

「働き続けながら介護できる社会」をつくるために

～介護における「ワーキングケアラー支援」を考える～

このたび、当財団と公益社団法人日本フィランソロピー協会の共催により掲題のフォーラムを開催いたします。

少子高齢化が進む中、介護離職問題は高齢者本人のみならず、その家族や介護を支える人々が直面する課題であり、企業にとっても対応が急がれる状況です。

本フォーラムでは、働きながら家族を介護する「ワーキングケアラー」に焦点を当て、要介護者を支える人の仕事と介護の両立のあり方について考えます。企業や非営利団体による地域での実践事例を共有し、両立支援に資する取り組みはどういうものか、必要なことは何か、地域とつながることの意味、多様な主体が果たす役割を探ります。仕事と介護の両立支援にとどまらず、その先にある「ワーキングケアラーがよりよく生きること」を実現するために、私たち一人ひとりができることを考える機会とします。

日　時：2026年12月1日（火）14:00～17:00（開場 13:40）
会　場：シティラボ東京 会議室　東京都中央区京橋3-1-1 東京スクエアガーデン6階
定　員：50名
対　象：企業の人事、サステナビリティ部門、NPO、自治体、関心を持つ個人など
参加費：無料

主なプログラム

基調講演「介護で取り戻す“人間らしさ” ほどよい距離で向き合う親の介護」
川内 潤氏（NPO法人となりのかいご代表理事）

事例紹介
◆**株式会社電通グループ**
濱崎 伸洋氏　コーポレートHRオフィス マネージャー
山中 藤子氏　Carers Hug 主宰

◆**株式会社日立ソリューションズ**
伊藤 直子氏　理事　経営戦略統括本部 エグゼクティブエバンジェリスト兼 サステナビリティ推進本部 本部長

◆**NPO法人ホームヘルパーノア** 理事長／**日常生活支援あつべつ・たすけ愛ふくろう（札幌市）**代表　**澤出 桃姫子氏**

パネルディスカッション「働き続けながら介護できる社会」をつくるために
～介護における「ワーキングケアラー支援」を考える～
モデレーター：川内 潤氏
登壇者：事例紹介にご登壇いただく企業・団体

お申し込みは、日本フィランソロピー協会ホームページからお願いいたします。
【URL】https://www.philanthropy.or.jp

『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



「黄秋」

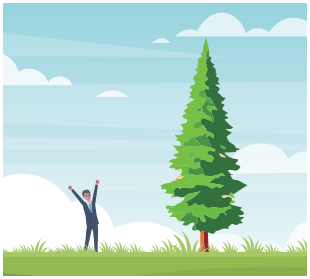
編集後記
●「いきがい・助け合いオンラインフェスタ2026」を速報でお伝えしています（P４～）。引き続きオンデマンド配信もご活用ください。●「生き方・自分流」は、京都の起業家、植木力さん。人との縁、アイデア、そしてバイタリティで経営と社会貢献を両輪として推進されています（P10～）。●「活動の現場から」は、小さな村の皆さんが楽しんで参加している助け合いです（P16～）。●今年も日本労働組合総連合会様からのご寄付を原資に、「連合・愛のカンパ」を実施し、新たな取り組みを応援します（P25）。

助け合いを
広げよう！

新 ひとりごと

出塚　清治

人々による善意の活動は、
寄付者等の公益活動への資源提供のほかに、
無償のボランティア活動などにより行われています。
こうしたボランティア活動の情報開示は
十分とはいえない状況にあります。
将来、これらの活動に関する情報開示が充実し、
公益目的事業などの社会貢献活動への理解や参加が
一層広がることを期待しています。



●税理士法人出塚会計事務所代表社員
27年ほど前、堀田力さん（当時理事長）に、公益活動への思いの深さを伝えた際、井上靖著「あすなろ物語」の話をして下さいました。最近読み返し、若者たちの逞しい努力に感動しつつ、目標に向かって果敢に努力していくことの大切さを改めて感じています。

さわやか 11月号

通巻399号　2026年11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©

さわやかふくし 11月号
令和8年11月10日発行
（毎月1回10日発行）
通巻399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

いつもご支援を ありがとうございます

さわやか福祉財団は、皆様のご寄付によって活動しています。
ご寄付は、さわやかパートナー（賛助会員）、
1回ごとに金額をお決めいただける一般ご寄付、
遺贈寄付、地域助け合い基金など
さまざまな形でお受けしています。
どうぞよろしくお願い申し上げます。

誰もがいきいきと暮らせる地域共生社会をつくりましょう



個人会員、企業・団体等の法人会員ともに、
どなたでもお申し込みいただけます。
税制優遇措置もあります。
詳しくは、本文42ページおよび財団ＨＰトップページ→
「参加のお誘い」→「寄付で応援する」をご覧ください。
財団ＨＰからもご寄付いただけます。
【財団ＨＰ】https://www.sawayakazaidan.or.jp

■ ご寄付全般に関するお問い合わせ ■

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