

月刊 地域支え合い情報

東日本大震災の被災者の生活を支援するあなたのための情報紙です。



「ここ来ると皆で笑えるからいいね」と、ほっとサロン将監の参加者

特集 みんなの気配り食

- 地域で安心して暮らし続けるために
～健康と安心とつながりを運ぶ～ ③
食事サービスふたばの会 (宮城県仙台市太白区)
- 分かち合うよろこび その仕組みづくりから ⑤
けやきグループ (宮城県仙台市泉区)
- 食を支え、暮らしを見守る ⑦
一般社団法人ワタママスマイル (宮城県石巻市)

☆ 専門家に聞く地域づくりのヒント
(岩手大学 教育学部 教授 麦倉 哲さん)

つくる、稼ぐ、元気になる ⑨
鎌先朝夕市 (宮城県白石市)

まじわる災害公営住宅 ⑩
閑上中央第一団地 (宮城県名取市)

住民が支え合う生活支援 ⑪
わが街のなんでもお助け隊 (宮城県仙台市青葉区)

東北の元気 ⑫
尾崎100年学舎 (岩手県釜石市)
下小沢地区生活改善グループ (福島県会津美里町)

どこでもサロン ⑭
アンティーク会 (福島県郡山市)

宮城県サポートセンター支援事務所からのお知らせ ⑮

全国で広域避難者を支える ⑯
特定非営利活動法人 地域づくりサポートネット
企画スタッフ 鈴木紫のぶさん



みんなの 気配り食



健康的な身体を維持し、元気に生活する基本として、
十分な栄養をとるための食事は欠かすことができません。

ただ栄養摂取するだけでなく、ご近所さんや友だちなどと一緒に食卓を囲むと、
にぎやかに楽しく食事ができ、暮らしに彩りが増します。

自力での食材購入や調理が難しいこともありますが、
そんな人も自分の家で料理を食べられるようにと
お弁当を個人宅などへ配送してくれるサービスもあります。



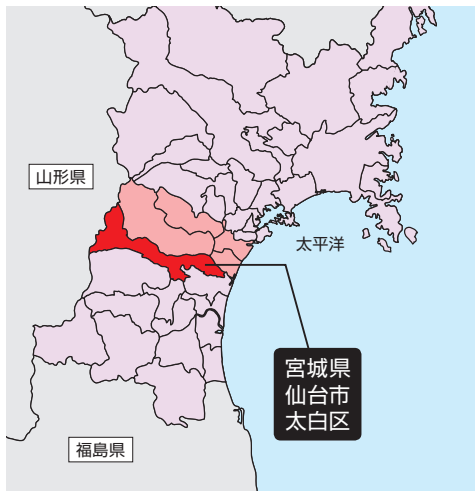
料理をつくったり、届けたり、一緒に食べたり、
いろいろな形で、私たちは「食」を通じてつながることができます。

そこで生まれる交流からは、互いの楽しみや不安などを共有し、
気にかけて、見守り合いに発展することも。



思いやりや気配りのあふれる「食」が、
一人ひとりの心の栄養や、地域生活を支えるエネルギーにもなるのです。





食事づくりの様子。高齢の住民が移り住んだあとの一軒家を借りて、拠点にしている

DATA

食事サービスふたばの会

〒982-0822
宮城県仙台市太白区若葉町20-7
TEL / FAX 022-229-2585

地域で安心して暮らし続けるために ～健康と安心とつながりを運ぶ～

◎食事サービスふたばの会（宮城県仙台市太白区）

ポイント

- 配食は利用者のゆるやかな見守りにもなる。地域住民の仕事の機会も創出
- 栄養バランスに配慮し、食材にこだわった家庭的な料理を昼夜届けて、高齢者や障がいのある人たちの健康な食生活に寄与
- 22年をを支える代表者も、この地域で暮らす住民のひとりだ。スタッフそれぞれがもてる力を出し合うことが、長期継続の秘訣

ふたばの会のお母さんたちの朝は早い。昼食の場合、仕込みは午前8時30分から始まる。午前10時頃には、主菜、副菜ができあがり、器に盛り付けを行う。それを別の人が、指差しで数量や種類に間違いがないか、一つひとつ確認をしていく。続いて、炊飯器から炊き立てのご飯を取り出し、計量をしてから器によそって形を整える。容器についた雫をきれいにふきとって、蓋をして風呂敷に包めばできあがりだ。この日のメニューは、白身魚

ふたばの会は、宮城県仙台市太白区で配食サービス事業を手がけるボランティア団体だ。配食サービスとは、主に食事づくりが困難になった65歳以上の高齢者を対象に、調理済みの食事を届けるサービスのことを指す。会は、月・水・金の昼食時と火・木・土の夕食時の配達を行っていて、材料費の500円で利用できる。2018年1月現在、約110人の利用登録者がいる。

配食の現場に密着



提供されている弁当。日替わりメニューなので、毎日違う味を楽しめる

のフライにポテトサラダと煮物、お浸し。12月25日とあって、デザートにはかわいらしい苺のショートケーキが添えられた。

午前11時。できたての弁当を、利用者の自宅まで車で配達する。配達地域は八木山を中心にした太白区内だ。利用者の芳賀和子さんは、「ヘルパーをやっていた頃、ここの食事をとっていてもおいしかったのね。手術をして台所に立つのがきつくなったので、元同僚に連絡先を聞いて頼み始めたの。ここのお弁当はしっかりした内容で、栄養面も充実しているから、身体の調子も良くなったわ」と話してくれた。車椅子で生活する猪俣きみ子さん



食事サービスふたばの会 代表 市橋 章子さん

「自分たちがおいしく、安心して食べられるものを届けたい」
「皆がそれぞれの役割を果たすことで、これまで長く続けてこられた」

は、「とても満足。種類が多く、少しずつ違ったものを食べられるからありがたい。配達の皆さんもとても親切で、『お変わりないですか』と気遣ってくださって、いろいろお話ができています」と話し、ささやかな交流にもつながっているようだ。チャイムを鳴らしても姿が見えない利用者には、配達者から電話をかけている。倒れていた利用者を発見できたこともあり、見守りの役目も果たしている。

午前12時。一仕事終えた食事づくりのスタッフは、昼食の時間だ。その日のメニューを自分たちでも食べるようにして、「タルタルソース、もっと水気が少なくても良かったかもね」などと、食事をしながら次につながる反省も忘れない。スタッフは、「働けるところがあるといのが、楽しみなんです」と話す。多くが、子どもが自立した主婦で、社会参加の機会も創出している。有償ボランティアのため、生活の潤いにもなっている。現在のスタッフは39人で、口コミで集まった人が大半だ。皆仲が良く、新年会などで定期的な集まりをもっている。



配達先で利用者との一校

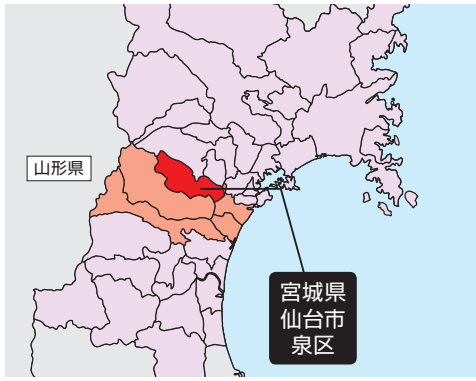
地域で安心して暮らし続けるために

95年の創設から現在まで、会の代表を務める市橋章子さんは、結成のきっかけを次のように語る。「子どもはいずれ家を出て、高齢者がまちに残る。このまちで死ぬまで暮らしていくのに、皆で協力して地域づくりをしていかないとダメだと思っただ」。生活協同組合の家庭班で地域の実情を目にしてきた市橋さんは、子ども会で「緒だった『ママ友』たちと、仙台市の『ボランティア団体等先導的事業助成金』を活用して、配食を始めた。助成金が必要な道具は揃えることができたが、その条件として年間15000食以

内などの制限がある。現在は上限を2000食ほど超えてしまっていて、その分は全額会負担をして自転車操業だという。配食は、昼食は約50食、夕食が約80〜90食利用されていて夕食のニーズが高いが、年間配食数を抑えるため、夕食を毎日提供するのは難しいそうだ。

そんなふたばの会の一番のこだわりはご飯だ。登米市の農家がつくった環境保全米を使用している。生協の産直活動から、「公益財団法人みやぎ環境とくらしネットワーク(MELON)」とのつながりが生まれ、ネットワークに参加していた農家から米を仕入れていく。コクがあつておいしいご飯が、長く愛される秘訣だ。ほかに、食材を替えたり、味を調整したり、量を減らしたりと希望にも応えている。食の安心・安全にも気を配り、食品添加物や着色料を使った製品は控えている。16年12月からは、NPO法人グループゆうの紹介で、障がい者の日中活動支援を行う「八木山つどいの家」にも配達を行っ

ている。食事が終わったあとは、容器を戻しに職員と利用者がスタッフのもとを訪れる。「『今日もおいしかった』と言ってくれるので、こちらもはりきってつくっています」とコミュニティケーションも生まれている。仙台市には、ふたばの会以外にも、あかねグループやグループゆう、けやきグループ(特集2)など、長年にわたって活躍する配食団体が多い。そうした7団体で、「食事サービスネットワークみやぎ」を結成している。その結束は固く、月一回の定例会で情報共有やメニューの交換を行い、合同で講演会も開催している。今後、配食はますますニーズが高まる一方で、担い手不足も多くの団体で共通した課題となっている。「この地域で発展させるためには、地域の多くの方々にボランティアをしていただけたら」と市橋さんは話す。地域で安心して暮らし続けるために、食の役割は大きい。これからも、地域に根差した配食サービスで健康と安心とつながりを運び届ける。田



「ここは昔の大家族みたい」とほっとサロン将監の参加者。この日はクリスマス会

DATA

けやきグループ（事務局）

〒981-3132 宮城県仙台市泉区将監1-11-12
TEL/FAX 022-773-0749

ほっとサロン将監

活動：毎週木曜日 午前10:30～午後2:30
拠点：仙台市将監老人憩の家
〒981-3132 宮城県仙台市泉区将監8-1-10

分かち合うよろこび その仕組みづくりから

◎けやきグループ（宮城県仙台市泉区）

ポイント

- 長期継続のヒントは、ノウハウを伝えて共有することと、皆で話し合いながら無理なく楽しくやること。地域の理解・協力を得て活動を進めることも大事
- 地域の憩いの場をつくり、情報伝達のお機会や、生きがいを生んでいる。地域に住む住民たちで継続できる形を目指す

いまから20年前、宮城県仙台市泉区の住宅街（将監団地）で、3人の主婦がボランティアの配食サービスを始めた。菅原敦子さん、佐藤涼子さん、砂金恵子さんは同級生の親同士で、子どもが幼稚園のときからのお茶のみ仲間だった。子どものお手がからなくなること、高齢化が顕著な地域のため何かやりたいと、配食サービスを始めることにした。ただ、主婦をしていたから料理はお手のものでも、事業の始め方がわからなかったという。そんなときに、同じ泉区で配食サービスの先駆けとして活動していたNPO法人グループの研修を受けることができ、必要なノウハウを学べた。

場所をつくり、人、もの、資金、情報を集める

配食を始めるにあたって、資金、拠点、調理設備、担い手が必要不可欠だった。当時、仙台市の「ボランティア団体等先導的事業助成金」の公募があり、応募して活動資金を確

保できた。並行して、アクセスが良く安価な賃貸物件を探して、元飲食店の空き家を借りることができた。また、工務店に向いて不要になった机や冷凍庫を持ち、移転する郵便局に交渉をしてシンクを譲り受けた。スタッフは、友人などのつてを頼って、集めた。地域の理解と協力も大きい。3人は町内会にチラシを配り、事業開始前に活動趣旨の説明を行っている。その結果、賛同した人々から、家財道具などの寄贈や寄付を受けることもできた。配食の必要性などを調査するために、全戸を対象にしたアンケートもとっている。初代代表の菅原さん、は、当時を振り返って、「何もないところからのスタートで、皆さんのお世話になった」と周囲への感謝の口にする。

そうした段階を踏んで、1998年4月に、ボランティアグループ「けやきグループ」が結成された。利用対象者は、65歳以上の高齢者で、かつ食事の支度が困難な人たちとした。スタッフが利用者の家を訪ね



けやきグループ 代表

齊藤 幸子 さん

「おいしいと言っていただけなのが、何よりのよろこび。感謝の言葉を言っていただけすることで、こちらも励まされ、支えられているんです」

「配食という言葉が以前よりも世のなかに浸透して、うれしい」

長期継続の秘訣

て直接弁当を届けることで、見守りもかねている。利用には事前登録が必要で、18年1月現在の登録者は約120人。配食数は一日70〜90食ほどだ。火曜日から金曜日までの週4日の夕食を配食していて、料金は一食あたり500円だ。

20年にわたる長期活動の継続には秘訣がある。一つは、「けやきグループの宝」だという、レシピ集の存在だ。そこには各料理のつくる手順や分量が細かく書き込まれていて、変わらず愛される味を引き継ぐための要となっている。レシピをもとにつくられた料理は、彩りも豊かに、美しく容器に盛りつけられる。そこには、「食欲がなくても、開けたときに綺麗、おいしそうと思ってもらいたい」というつくり手の愛情が込められている。二つ目の秘訣は、一人だけの意見ではなく、皆の意見で決めていくことだ。全体の方針は、スタッフによる運営委員会で決定して



食事づくりでは、利用者の要望に応じて分量や味、食材にも調整を加える

いる。弁当づくりには、その日の責任者（＝チーフ）を配置していて、献立会議で決められた献立にあわせて、食材の発注、調理時の現場の指揮をとる。チーフ会議は毎月1回開催されていて、チーフ同士で集まって、食材に偏りがないか、調理工程に無理がないか検討している。

三つ目は、負担にならない範囲で活動ができること。スタッフは午前・午後の交替制を敷いており、自分たちの家事とも両立できるように配慮がされている。加えて、現代表の齊藤幸子さんの細やかな気配りもグループを支えている。新規利用者には、事前に自宅訪問を行い、普段の様子や

要望などを確認している。利用者の誕生日に手書きの絵葉書を送るなど、真心のこもった対応でよろこばれている。

地域の憩いの場づくり

けやきグループは15年から、NPO法人福祉ねつと宮城と仙台市との市民協同事業として、仙台市社会福祉協議会泉区事務所、将監地区社会福祉協議会、老人会、各町内会の賛同を得て、地域の憩いの場「ほつとサロン将監」を始めた。サロンの代表は、けやきグループ創設メンバーの佐藤さんが務めている。もともと、佐藤さんには、将来的に地域の居場所づくりが必要だという思いがあったという。

サロンは、地区内の老人憩いの家を借りて、毎週木曜日に開催。誰でも参加できる場となっている。希望者には昼食が提供され、その日の弁当と同じメニューが食べられる。「とてもおいしい」「細かく切ってあって食べやすい。カロリーも考えてあり安心」と好評で、

より広く地域の人にけやきグループの味を知ってもらう機会にもなっている。

食事の前後には、世間話や小物づくり、将棋などをして過ごして、自由にくつろげる。ユニークなのが、参加者が進んで自らの特技をお披露目するようになった点だ。手品、フルートの演奏、カメラの腕前などを披露して、積極的に楽しんでいる。定期的な講座としての講座、軽体操、絵手紙、五行歌、筆ペンなどを取り入れ、よろこんでもらっている。「絵手紙を教わって、毎日の生きがいができた」「回覧板では見落としがちな地域の情報も、教えてもらえる」と評判だ。

会場準備や配膳にも、地元ボランティアの協力を得ている。サロンや配食サービスにかかわるボランティアたちは、和気あいあいと楽しく取り組んでいて、自分たちも癒される場になっているという。相手によるこんでもらいながら、自分たちも楽しむ。活動を長く続けていくための何よりの秘訣なのかもしれない。





弁当を待っている人のために、早朝から調理

DATA

一般社団法人ワタマスマイル

〒986-2122 宮城県石巻市幸町2-3
 TEL 0225-98-4701
 HP <http://watamamasmile.org/index.html>

食を支え、暮らしを見守る

◎一般社団法人ワタマスマイル（宮城県石巻市）

ポイント

- 被災地域の主婦たちの雇用促進として設立
- 食を通じて人と人がつながり、見守り合いも生み出している

住宅が点在する宮城県石巻市の渡波地区では、ひとときわ静かな早朝から、木造の食堂に調理の音が軽快に響く。4人の調理スタッフの手で素早く丁寧につくられた、200食ほどの弁当が、配送スタッフによって、次々に車で配達される。ここは、「一般社団法人ワタマスマイル」が運営する、「ワタママ食堂」。東日本大震災で津波の被害を受けた渡波の主婦たちが、食を通じて地域を支えている。

配達と同時に見守り

日曜日を除く週6日、当日前朝9時30分まで注文を受け付け、手づくり弁当を午前中のうちに宅配している。メニューは、焼き肉・焼き魚・揚げもの・カレーライスなどの、種類豊富な日替わりランチ（400円）のほか、カツ丼（500円）、おにぎり弁当（500円）があり、ご飯・おかずの大盛りや飲みもの付きのセットを頼むことも可能だ。弁当代には配達料も含まれ、1人前から注文を受ける。

配達エリアは、市内を中心に、隣の女川町にも行っている。季節にもよるが、個人宅

のほか、役場、病院、工事現場や漁業関係者からの注文が多い。体が不自由な人や高齢者世帯などに特によるこばれている。予約が多い日には調理開始時刻も早まるが、「つくる数が多いほどやりがいがある」とスタッフは話す。

渡波地区でよく配達を依頼しているお客のなかに、夫の介護をしている女性がいる。調理と配送のスタッフを兼ねる、店長の日妻たみ子さんが配達すれば、長居しないまでも、玄関で会話をして次へ向かう。以前からの知り合いということもあり、夫が留守番する日に配達を頼むと、居間まで入って夫の様子も見てくれるので安心だという。

「いろんな情報をもたらしたり、話をできてうれしい」。

渡波は東日本大震災で津波の被害を受け、いまでは住民も減り、ご近所同士の交流も薄れてしまった。そんな地域で、人が自分を気にかけてくれるあたたかさは格別だ。

日妻さんは、配達と同時にお客の体調を伺ったり、安否を確認するねらいをもってしている。単純に配達するよりも時間がかかるが、「ただ弁当を置いてくるのではだめ。見守

りがたいせつ」と日妻さん。よく利用してくれていたお客が亡くなってしまい、線香をあげに行ったりと、今は、日頃から日妻さんの存在がお客の支えになってきたことを親族から感謝された。入居者同士の挨拶や交流が少なく災害公営住宅に暮らしていることから、気にかけて合う人間関係の重要性を感じている。

食事づくりのもつ可能性

厨房の調理スタッフは、意思疎通を図りながら、慣れた手つきでテキパキと弁当の用意をする。しかし、日妻さん以外は、もともと飲食店での調理業務が未経験の主婦ばかりだ。

震災後、渡波地区に青年海外協力隊のOBとして支援に訪れた、現ワタマスマイル代表理事の菅野芳春さん。自身も被災してい

ながら避難所で長期間の炊き出しをしている地元の主婦たちを見て、「地域の復興に向けて頑張っているお母さんたちを応援したい」と思った。その主婦たちを中心に、ワタマスマイル

を設立し、2011年11月に食堂をオープンした。

ワタママ食堂では、弁当配達だけではなく、店で食べてもらうランチも設けていたが、現在はスタッフ不足で休んでいる。店内でランチを提供していたときには、地域内外の人たちが交流する場にもなっていた。

また、ワタマスマイルは市社会福祉協議会や渡波小学校などの他団体と協働し、地域食堂「渡波たべらいん」を毎週開催している。大人200円、子ども無料で食事ができ、皆と一緒に調理するところから楽しめる。昼前後や、昼過ぎから夜にかけての時間帯で、会場は渡波キリスト教会。菅野さんは、主催である渡波たべらいん実行委員会委員長を務め、地域の子どもから高齢者が集い、ふれあえる食事の場づくりにも励む。

雇用を創出し、現在は7人体制で調理・配送を担っているワタマスマイル。生活に欠かせない食事を届け、交流を増やし、さまざまな角度からの地域活性化につながっている。

清

岩手大学 教育学部 教授

麦倉 哲 (むぎくら・てつ) さん

1955年、群馬県生まれ。地域防災研究センター兼務。『ホームレス自立支援システムの研究』(2006年)で日本都市学会賞受賞。震災後、岩手県大槌町で、避難所代表者インタビュー調査、仮設住宅入居者調査、大槌町安渡地区と吉里吉里地区の自主防災計画作成を支援。災害犠牲者の記録を残し、被災の検証に基づく復興を提唱。大震災や戦災による遺族調査を継続中。



専門家に聞く地域づくりのヒント

食を通じて「人」と「健康」をつなぐ 社会事業に新たな可能性をみた

本号では、宮城県内で活動する配食サービス事業を基本とする3つの団体が紹介されている。いずれも社会のニーズに対応して発足し、活動を発展させてきた団体である。食という点と訪問という点を基軸に、創設者や担い手の想いが伝わるレポートである。「配食活動」も「ほっとサロン」も「地域食堂」も、時代の要請にかなった社会的事業であり、担い手にとっては、半ばボランティアであるとともに、人によっては自己実現を伴った有償の活動という面もある。

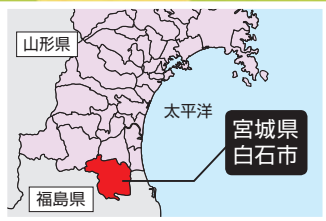
社会を形成するのは個人と社会であるが、その中間にはさまざまな中間集団が存在する。バラバラの個人ばかりでは社会は成り立たない。個人と社会を媒介するさまざまな集団の存在が不可欠である。いまの日本は、何十年も前の時代と比べて豊かになったという面もあるが、一人ひとりバラバラになったという点で、貧しくなったという面もある。

お年寄りが愛着を持って暮らす地域と、若い世代が仕事を求めて住む家がへだたり、要するに、地縁や血縁の延長で、人々が自然と助け合って支え合って生きていくという暮らし方が難しくなっている。そこに大災害が追い打ちをかける。被災者支援は期間限定で終わり、それぞれの被災者は、どこかに落ち着きどころを探さなければ

ならない。食についても懸念がある。かつては、どの農家がどのように栽培して収穫したお米や野菜であるかが目に見えていたが、いまはそうでないことが多い。原発事故もあり、食の安全についても不安は広がる。

ここで紹介された3団体を立ちあげた皆さんは、社会的支援のニーズに気づいた人たちで、孤立であったり、貧困であったり、健康であったり、安全であったりという面で条件が弱くなっている人たちに焦点を当てている。いまの時代にこそ必須な、①他者とつなぐという面と、②食を通じた健康へとつなぐという2つの面で、つなぎ役としての重要な使命を果たしているのである。

1990年代に私も、東京の下町で配食ボランティアを経験した。活動は単に弁当を配達するばかりでなく、居宅に入って話し込んだり、安否確認をしたりの意味もあった。対象層には、生活保護受給層からお屋敷に住む富裕層もいた。私が印象に残ったのは、資産家の高齢者である。唯一同居する猫には高級な缶詰を食べさせていた。息子たちは遺産相続のことを心配したが、母と同居することは難しかった。大都市にはこのような孤立もあり、おばあさんは私たちのようなボランティアの訪問を歓迎してくれた。



DATA

鎌先朝夕市
 開催日：毎月 第2・4土・日曜日
 時間：土曜日 午後3時～6時
 日曜日 午前7時～10時



みんなが集う温泉街の朝夕市

●あるものを生かした
 新たな試み

宮城県の南端、蔵王連峰のふもとに位置する白石市。同市山間部の温泉街・鎌先温泉で、周辺3地区（鎌先・弥治郎・上原）の住民が協力し、5月～10月の間の第2・4週の週末に、「鎌先朝夕市」と称した臨時の直売所が開催されている。

直売所が開かれるのは、温泉街の入り口近くにある、普段は使われていない消防団の詰め所。地域の住民が育てた野菜や、弥治郎地区の工人が制作した伝統工芸品の弥治郎こけしやコマなどにぎやかな品揃えだ。旅館を利用する宿泊客のチェックイン・チェックアウトに合わせて、開催時間は土曜日が午後3時～6時、日曜日が午前7時～10時。周辺の旅館の女将さんも、宿泊客への告知をしたり、旅館で直売所の品物を使用したりするなど、開催に協力しているという。

直売所は上原地区自治会長 田切富生さんが、「地域を元気にするには、人が集まれる場所をつくる必要がある」という思いから、3

地区の自治会長や温泉街の関係者に呼びかけて立ちあげた。直売所には旅館の宿泊客や、旅館の女将さん・旦那さん、従業員や地域の住民など、さまざまな人が訪れる。買いものをしたりおしゃべりしたりと、品物の販売だけでなく、誰でも気軽に立ち寄ることができ交流の場にもなっている。

直売所に並ぶ野菜は、田切さんが生産者の家をまわり、集荷を行う。野菜1個から出品できるため、無理のない範囲で気軽に出品することができ。現在出品している生産者は7人ほど。60歳代から80歳代までの高齢者が主だ。

同市内にはほかにも直売所があるが、いずれの直売所も同地区から離れた市街地にあるため、高齢になった生産者は出品しに行くのが難しい。出品するあてがなくても野菜づくりは続けており、直売所ができる前は消費しきれずに廃棄することも多かったという。

「売り上げ金を渡したときに、「これでマッサージに行くんだ」と言ってもらったりして、生活の張りになってる様

子を見ると、やっつけてよかったなと思う」と田切さんは話す。

「鎌先朝夕市」は、温泉街にある空き店舗を借り、2018年7月中旬にリニューアルオープンすることが決まっている。地場産品の直売コーナーのほか、田切さんのかねてよりの夢であった軽食コーナーも設ける。またリニューアル後は通年営業となり、開店日も毎週土・日曜日に増やす予定だ。また、18年2月1日～2月28日には、リニューアルオープンの資金調達のために、クラウドファンディングにも挑戦。期間中に148人から総額254万1千円の支援金が集まり、当初の目標であった100万円を大きく超えて目標を達成した。

「人が来やすく集まりやすい場所をつくり、『鎌先・弥治郎・上原地区』をもっともつと活気づける交流拠点にしたい」と、田切さんは目を輝かせる。

みんなを楽しませ元気づける、鎌先温泉の朝夕市。田切さんが描き、仕かける地域づくりはまだまだ始まったばかり。これからの歩みに期待したい。 **吉**



帰ってきたふるさとで 新たな生活を

閑上中央第一団地
(宮城県名取市)

まじわる！
集団移転 & 災害公営住宅
第30回



顔見知りも初対面も、乾杯！

2017年7月に入居が開始された「閑上中央第一団地」は、東日本大震災で津波の被害が大きかった名取市閑上地区のかさ上げ地に建つ、6階建て5棟180戸の災害公営住宅だ。先にA、D棟へ約120世帯が入居し、12月に5棟目のE棟が入居開始。現在、あわせて約140世帯が暮らし、ほとんどの人が閑上出身だ。

C棟の1階部分では、名取市サポートセンターどつと・なとり（青年海外協力隊OB・OGの青年海外協力協会が市から受託）が、常設の「閑上サロン」を運営。入居者は、つながりづくりなどのゆるやかなサポートのもと、生活しやすい団地づくりに励んでいる。

同年9月に団地管理組合を設立。各棟に代表となる棟長がいるほか、階ごとで部屋番号の早い世帯が、輪番で班長を務めている。班長たちは、共益費の徴収にあたる。入居者の平均年齢が67歳で、全体の約7割が単身世帯のため、あえて現金での直接徴収をルールとすることで、顔を合わせる機会をつくり、見守りにつなげている。

集会室はC棟にあり、11月にC棟の棟長の遠藤庄二さんが代表して、カラオケ機器を購入、設置した。毎週水曜日と毎月第2土曜日にカラオケ愛好会を開き、どの棟の入居者でも、毎回100円の会費で何曲でも歌い放題。女性の参加が多いが、歌は誰とでも楽しむ



宴会ムードで愉快なひととき

ことができるし、夕方に開催するときは、お酒も味わいながらコミュニケーションを図る。

入居者同士の交流を育むため、10月に芋煮会、12月にはE棟の入居者への歓迎会を兼ねたクリスマス会を開催。準備は、棟長たちを中心に分担して進めた。

集会室で開催したクリスマス会には約50人が参加し、ふだんは顔を合わせない人同士でも、食事を囲み、会話を楽しんだ。参加者が尺八を演奏し、歌を歌い、即興で社交ダンスを踊るなど、約3時間の会は、大いに盛り上がった。地元の伝統の歌、閑上大漁節では皆で声を合わせた。

ふだんの生活について、「玄関のドアを閉めたら、なかの人の様子は何もわからなくなる」「ひとりしていると気分が落ち込んでしまう」という声も聞かれるが、催しについては、「ケーキなんて1人じゃ食べないけど、こうやって皆で食べられて楽しいね」とよろこびの声。入居が遅かったE棟の入居者も、「もともと団地に友だちはいなかったんだけど、病院の送迎バスで先日知り合った、別の棟の人と一緒に参加しました」などと、交流の輪の広がりが伺える。遠藤さんも、「寒くてもこれだけの人が集まってくれた。花見会などでもっと参加者を増やし、交流してもらいたい」と語った。

B棟の棟長で副組合長の樋口慎一さんは、「安全・防犯に努めたり、高齢者の見守りなど必要だと思ふ。意見を交わしながら、組合の活動を進めていきたい」と話す。「ここに来てよかったと思えるような団地にしたい」。それが閑上地区で生活を再スタートした皆の思いだ。

清



代表の真壁寅雄さん。“お助け依頼”は町内会長か真壁さんに直接連絡が入る

住民が支え合う生活支援

4

わが街のなんでもお助け隊（宮城県仙台市青葉区）

ライター…熊谷智美

スポーツ交流から生まれた町内の仲間とのつながりがゆるやかな支え合いの仕組みへと

仙台市青葉区みやぎ台は1975年に住宅地として造成され分譲が始まった。当時の入居者は働き盛りの若い世帯がほとんどだったという。

85年にみやぎ台1丁目から5丁目まで区画が整理され、その年に4丁目の若者たちが親睦と健康増進とを目的に「4丁目クラブ」を立ちあげた。メンバーはソフトボールやバレーボールで汗を流しながらコミュニケーションを促す。ソフトボールのチーム名は「みやぎ台フォースターズ」。約30年間続けてきたが、メンバーが年齢を重ねたこともあり、2014年に解散となった。

解散後、以前から地域活動に参加してきたメンバーたちから、改めて「みんなでお助け隊」という声が出た。そして、「わが街のなんでもお助け隊」の活動がスタートした。地域の人たちの助けになるということから、当初は4丁目のみで活動しようと考えていた。しかし、最初の依頼は3丁目の住民からで、以来4丁目だけでなく広くみやぎ台の住民からの依頼に応えている。

活動の内容は樹木の伐採や草刈りが多い。現在、草刈りは年3回の町内会の大掃除前に行うほか、個人から定期的に依頼を受けて行っている。ほかにも迷い犬の相談や、障がい者用カーットの不具合など、さまざまな困りごとが寄せられる。「お助け隊」はボランティアで活動していることもあり、背伸びすることなく、メンバーが可能な範囲で活動している。難しい依頼はお断りすることもある。活動を継続させるコツは「無理なく」にありそうだ。

数人のメンバーは社会福祉協議会宮城支部の「雪かきお助け会」という除雪ボランティアにも登録している。除雪料金は1時間500円と設定されているが、たいてい5〜10分程度で作業が終わってしまふ。「顔見知りですし、お金はほとんどいらないでいませぬ」と代表の真壁寅雄さんは言う。

4丁目には独自の防災組織があり、町内会と連携して災害発生時に住民の安否確認をしたり、事前に万一の備えを各世帯に知らせるなどの活動を行っている。ほかにもサロン活動が活発に行われるなど、住民参加の催しやコミュニケーションの機会が多い。「4丁目クラブ」をとおして培った住民同士のつながりは、「お助け隊」の活動にとどまらず、ゆるやかな地域住民の支え合いとして息づいているようだ。

●DATA
わが街のなんでもお助け隊
みやぎ台4丁目で活動するボランティア組織。隊員はソフトボールチームの仲間だった13人。4丁目のほか、近隣住民からの依頼を受けて、草刈りや除雪などの活動をしている。

作業前



作業後



立木の伐採を依頼されメンバーで行った作業の状況。メンバーの可能な範囲での活動を心がけている



今回は...

東北の元気

東北の力をつくりだす人・団体を紹介します。

◎尾崎100年学舎(岩手県釜石市)

ライター：元持幸子



尾崎半島の魅力を体験しながらのトレッキング



ほやの養殖場へ出向き、地元漁師より説明



漁船に乗り海より尾崎半島を眺め、漁業や浜の暮らしに耳を傾ける

100年先も人と生業と文化あふれる自然豊かな海の故郷であり続けたいと、「尾崎100年学舎」は、岩手県釜石市平田の尾崎白浜地区に誕生した。2015年2月、地元出身者と同市に来ていた復興支援者で設立、交流体験を通じた地域づくりに取り組んでいる。

尾崎白浜は、わかめやカキなど養殖漁業を営む三陸沿岸の集落。134世帯343人が暮らし、リアス式海岸の絶景と地域の古社をめぐるトレッキングコースや釣りを楽しめる地元の穴場だ。東日本大震災の津波はこの地域にも被害を及ぼした。

尾崎100年学舎(以下、100年学舎)は、尾崎白浜地区は、これまで観光や交流の取り組みが盛んとは言えなかったが、この地区にはたくさん資源があることに気づいた。そこで、100年学舎は、尾崎半島のトレッキング、神社周辺と浜辺の清掃活動、浜焼きツアーなど、地域住民との交流を組み合わせたさまざまな企画を実施してきた。

企画開始当初は、地元の

協力を得るために、地域の歴史文化を語る場や時間を設け、丁寧に企画の組み立てを行ってきた。代表の久保辰也さん(27歳)は、「地域の皆さんと一緒に、この地に古くから続く文化などをたいせつに未来につなげ、守り続けたい」と、活動への思いを語る。

さまざまな企画ツアーのなかでも、特に参加者からの満足度が高いのは、尾崎半島の魅力を丸ごと体験できるエコツアーだ。参加者は、地元漁師の協力のもと船に乗り、養殖現場の見学。浜に戻ると、とれたての海産物を堪能できる浜焼き(海鮮バーベキュー)で交流しながら、半島の魅力を味わう。「特に、地元漁師との浜焼き交流をとおして、浜の暮らしや漁師の懐の広さなどにふれることができ、参加者と地元住民の距離感を縮めてくれます」と久保さん。

地域住民とまじわり、ともに過ごす人が増えることで、住民の生活にも張り合いが生まれる。地域の多様な魅力が人々をつなぎ、新たな地域の活力となっていることを実感している。



今回は...

つながりを保ち、地域で暮らす

◎下小沢地区生活改善グループ(福島県会津美里町)



全身の体操で健康維持



お茶飲みもたいせつな時間



笑顔でワイワイ

雪の降る日であっても、月1回、地区の集会所へ集まり、体操やお茶飲みなどをする、福島県会津美里町の下小沢地区生活改善グループ。同グループでは、毎月、2時間ずつ、女性10人前後で体操や、体力測定などを行っている。福祉施設の職員を派遣してもらおう町の事業を活用し、レクチャーを受けながら健康維持に励む。体操に負けないほど盛りあがるのは、そのあとのお茶飲み。健康の話、畑の話、その日に持ち寄った手料理の話と、話題は尽きない。「何でも認知症予防って言って笑い合うのが一番！」冗談も言い合い、参加メンバーは終始笑顔だ。

同グループは、1982年、「地域で暮らす自分たちのためになることをしよう」と発足した。講師を招いて健康などに関する話を聞いたり、ヨガや社交ダンスなどをしてきた。ほかにも花植えや清掃活動などに取り組んでいる。

会長は毎年変わるようになってきているが、いつも中心的に取り組んでいるメンバーの1人の渡部恵子さんは、

「ふだん農作業している人たちが合間の時間にできる体操を覚えられたら」と、4年前にグループでの体操を始めた。無理なく、楽しく、体操やおしゃべりをする。そして、何か少しでも役に立つ情報を共有することを心がけている。

かつては同地区に婦人会もあつたが、若い人たちには働きながらの活動は難しく、解散。それに対し、同グループは、外での勤めを終えた高齢者が多く、時間を柔軟に使うことができる。自由な時間を、地域と自分たちのために活用する。昔から、10人前後で観音めぐりや旅行などに出かける「仲間っこ」、複数世帯の夫婦同士で伊勢参りをする「伊勢っこ」などの仕組みもあり、ご近所同士がつながりをもつ暮らしが根づいていた。

地区内の住民の仲がよく、お茶飲みに行き来したり、畑仕事や除雪作業を手伝ったりする間柄だ。同グループは、日頃からご近所つながりを保ち、地域で支え合う生活を絶やさないよう、あと押しする役割を果たしている。



どろろでもサロン

第7回

自然なつながりと支え合いを生み出す



ファミレス、自宅を集い場に アンティーク会

福島県郡山市

「アンティークのように、年を取るほど輝きを増している」と。福島県郡山市で、そんな思いを抱く70〜90歳代の女性5人が、親睦グループ「アンティーク会」を結成。週に1度は、市健康振興財団の運動教室に通い、行きつけのファミリールレストランで食事や喫茶を楽しみ、公園散策のついでにゴミを拾う美化活動もしている。また、月に1度はメンバーの自宅に集まり、食事を開く。

食事会には、メンバーの友人が加わることも。懐メロのバンド活動をしている友人たちが来れば、自宅がライブ演奏の歌謡会場にもなる。

このバンドは、5人組で平均年齢約80歳の「ガンバローズ」。郡山市と本宮市を拠点に介護施設などを巡回し、ボランティアで演奏活動を続けている。会のメンバーが、この活動を手伝うこともしばしば。

このほか会では、ぞうきんやエプロン、布製小物の制作も行っている。介護・保健・福祉施設などへの寄贈が主な目的だ。材料は、タンスの肥やしになっている衣類やタオル。仲間

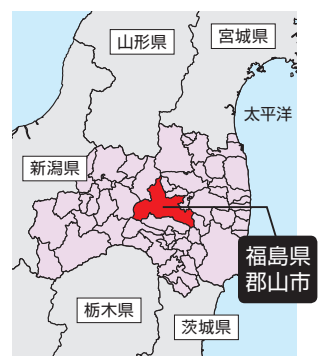
と一緒に持ち物の整理ができ、社会貢献にもなり、手先を使うことでの介護予防効果も期待できる。

メンバーのなかには、家族の介護や看病に追われる人もいれば、ひとり暮らしの人もいる。会の活動日でなくとも、そんな仲間の家を訪ね、様子を窺う。料理をおすそ分けしたり、無理のない範囲で外に連れ出して気分転換をさせたりする。

「そういう気遣いがとてもうれしい」と、メンバーの一人が話してくれた。

それぞれの住まいは、車で10〜20分ほどの範囲に散らばっている。近所同士でなくても支え合えるつながりができたのは、市全域から参加者が集まる体操教室がきっかけだった。週1回の教室通いで意気投合、ファミリールレストランで喫茶や食事とともにしつと親交を深め、お互いの家を行き来できるまでになった。

免許を返納するなどして車を持たないメンバーもいるが、運転できる人が移動を助けている。体操でも歌でも、きっかけはなんでもいい。仲間を得て楽し



い時間を共有すれば、支え合いは自然に生まれてくる。**木**

宮城県サポートセンター支援事務所からのお知らせ



サポートセンター行脚

宮城県サポートセンター支援事務所 所長 鈴木守幸

写真展

春のような陽気の東京に出向き、念願の写真展を2つ梯子してきました。今年の冬は、例年以上の寒さですが、当日はポカポカを通り過ぎる暖かさ。東京駅から皇居まで散策してから、写真展の会場へ。

まずは、オードリー・ヘップバーンの写真展です。年賀状にオードリーの写真をよく使っています。今年は、神経痛の辛さで年賀状は断念。ゴメンナサイ。さて、会場は若い女性が圧倒的、私のような「初老の紳士？」も目立ちました。時代を超えて、多くの人たちが憧れるのが、よくわかる写真の数々。

ローマの休日のアン王女、昔仙台の一番町にあった『名画座』でのニュープリントの上映を思い出しました。若い女性たちも、オードリーの生き方の美しさを含めて、写真に魅入っているようでした。同行してくれた奥さんは、オードリーになりきっていました。

翌日は、ユージン・スミス展です。水俣に寄り添った写真等、ヒューマンな映像には心が揺さぶられます。従軍記者として、太平洋戦線に赴いたときの写真群。この体験があって、「ライフ」誌におけるフォト・エッセイにつながります。そして「水俣」。ユージン・スミスによって「水俣の真実」を知らされた私たち。写真は、言葉以上に物を言うことを教えられました。そして私が会いたかった写真こそ、「楽園への歩み」でした。従軍記者として沖縄戦で負傷。2年の活動休止後の最初の作品です。機会があれば、是非堪能してください。

ちなみに、当支援事務所にも同写真を飾っています。会いに来てください。

この写真についての説明はしません。この写真を撮れる人だから、「水俣の真実」を伝えることができたのだと思っています。オードリーの写真を見ていると思ったのですが、良い写真は『古臭さ』を感じさせないのです。ユージン・スミス展では、われわれ夫婦同様に二人で来られた方々が目立ちました。次は、どの絵画展、写真展に向かうか、同じ想いを抱いていることでしょうね。

ひとりごと

サポーターのあなたへ

宮城県サポートセンター支援事務所
アドバイザー 浜上 章



地域福祉の原点と評価軸を想う

「他人の傷みや苦しみを自らのこととして思いやり、地域みんなの問題として受け止め話し合い、できることをする。」長年地域福祉に携わってきて私が「地域福祉とは何か?」と、問われたときに脳裏に浮かぶのはこのフレーズである。

制度施策では、高齢者、障がい者、児童、生活困窮などの問題と分野、縦割りでものを考えがちだが、そして、「協議体」のことも、サービスをどれだけ、サロンをいくつつくったか? などと形や数に囚われて大事なものを忘れて、形や数ができれば「良くできた」、と錯覚してしまう。

地域福祉は行政や人から言われてするものでもない。逆に、地域が、住民が必要と思えば言われなくてもする。それが「住民主体」の地域福祉活動の本質だと思う。しかし、そのような住民意識や地域の風土を醸成することもなく、数や形をにわかにも求めても決してできるものでもないと思う。

“地域福祉は、人の意識に働きかける取り組み、営み”だと私は思う。障がいのある人のことを、認知症になって日々の暮らしがおぼつかなくなった人のことを、幼い子どもを抱えて必死に生きている母子世帯のことを、原発事故で故郷に戻れない人の悲しさを。自分のこととしてどれだけ思えるか。思いやれるか?

“他人ごと”“自分には関係ない”と思っている人が、本当はそうではなかった、自分のことだった、自分の家族のことだった、と目覚め、その人達のことを思いやり、自分にできることをする、地域でできることをする。そこには、高齢者、障がい者、児童などと縦割りも分断もない。一人の地域で暮らす自分と同じかけがえのない丸ごとの人間がいる。「ほっておけない、何かしたい」。その思いを形にし、実践につなげていく仕組みや住民の活動を支えて、持続・発展していくような手立てをあわせてつくっていくのが、地域福祉を歌い、推進する側の役割であり責務である。

“協議体”の設置が形や数だけで評価されるのではなく、地域の人が、活動に携わった人の意識がどれだけ変容したか? 人の傷みや苦しみを自分のこととしてとらえ、主体的に行動できる人がどれだけ育ったか? を、私は評価軸として大事にしたい。

平成29年度 宮城県被災者支援従事者研修事業

<災害公営住宅への転居期研修 集合住宅における集い場づくり>

【気仙沼会場】 2月21日(水) 気仙沼合同庁舎

【仙台会場】 2月22日(木) エスポールみやぎ

講師：船戸 義和(岩手大学 三陸復興・地域創生推進機構 地域コミュニティ再建支援班)

宮城県サポートセンター支援事務所

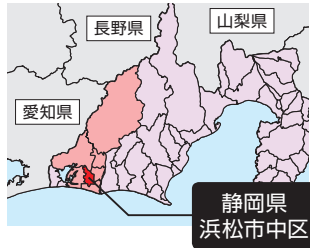
〒980-0014 宮城県仙台市青葉区本町3-7-4 宮城県社会福祉会館3階 TEL 022-217-1617 FAX 022-217-1601

ネットワークを活かした支援活動

特定非営利活動法人 地域づくりサポートネット 企画スタッフ 鈴木紫のぶ



伝統文化の「花もち」づくりをした相談交流会も



宮城県では、東日本大震災後に県外へ避難した人たちを支えるため、全国に「みやぎ避難者帰郷支援センター」を設け、帰郷や避難先での生活再建に向けた相談の窓口を開いている。同センターの運営を受託した3団体から、広域避難者の支援について語ってもらう。

当NPO法人は2001年に地域活性化を支援する中間支援組織として設立され、地域の企業・NPO・市民・行政と協働して、浜名湖の環境保全、静岡県内のサイクリングや街道観光に関する事業、東海道や富士山・浜名湖の景観を守り、活かす活動などに取組んでいる。

2011年の東日本大震災発災後すぐに団体のネットワークを活用し被災地支援活動を開始、同年6月に静岡県西部地区の浜松市に避難者交流拠点「はまつ・東北交流館」を立ち上げ、避難された方とともに運営を始めた。

交流拠点事業は終了したが、被災地および静岡県内避難者の支援事業を地域の団体等と協力して継続している。

また、2015年からは中部地区10県の宮城県避難者を対象に各地で、帰郷や避難先での生活改善に向けた相談受付、故郷の味「ずんだ餅」を楽しんだり、避難先の伝統文化を体験したりしながらの避難者相談交流会を開催してきた。

避難先伝統文化体験として岐阜県高山市の冬の風物詩「花もち」づくり、食文化体験として静岡のB級グルメ「静岡おでん」や「浜松餃子」ランチを楽しみながらの交流会で、故郷の思い

出や避難先での生活の情報交換をしていただいた。

震災直後は避難元の情報・避難先での生活に関する情報提供や子育ての相談が多かったが、時間の経過とともに故郷への帰郷か避難先への定住かの選択についての相談や子どもの進学、健康に関する相談が増えてきた。

そして、震災から7年近く経過し、避難先に馴染み生活が落ち着いてきた方が多くいる反面、未だに帰郷か定住かで悩む方や生活困窮などの問題を抱えた方も見られるようになってきた。

避難先で住宅を購入したものの、「そこが本当に落ち着いて生活できる場所なのか?」、「いつかは故郷に帰りたい」という思いを話してくださる方もおり、具体的な相談だけでなく、お話を聞くことで、話をしてくださる方自身の考えが整理されるお手伝いをするなど、避難された方に寄り添った支援活動を続けていきたい。

DATA

〒430-0917 静岡県浜松市中区常盤町133-13 (浜松事務所)
TEL 053-458-3480 FAX 053-455-0328
MAIL info@shizuoka-t.net

☆次号予告 特集「あなたのまちの民生委員・児童委員」

平成29年度 宮城県地域福祉コーディネーター研修事業

<講座2 地域福祉コーディネーター中堅研修>

【仙台会場】 2月26日(月)~27日(火) 宮城県自治会館
講師: 藤井 博志(関西学院大学 人間福祉学部 教授)
浜上 章(宮城県サポートセンター支援事務所 アドバイザー)
浅野 恵美(美里町社会福祉協議会 地域福祉課 課長)
眞籠 孝史(東松島市社会福祉協議会 地域福祉推進係
コミュニティソーシャルワーカー)

平成29年度 宮城県生活支援コーディネーター養成研修

<生活支援コーディネーター基礎・実践研修>

【仙台会場②】 3月8日(木)~9日(金) 宮城県自治会館
講師: 大坂 純(東北こども福祉専門学院 副学院長)
高橋 誠一(東北福祉大学 総合マネジメント学部 教授)
志水 田鶴子(仙台白百合女子大学 人間学部 准教授)

読者の声

月刊「地域支え合い情報」は、コミュニティ(地域づくり)から震災・復興を考え、提案していくために生まれた情報紙です。ぜひ忌憚のないご意見・ご感想をFAXまたはメールにて編集部までお聞かせください。

64号の特集「伝えることはつながること」を拝見しました。活動をする側にとって、日常の会話や見守りってたいせつだとわかってはいるけれど、きっかけをつかむのが難しいですね。手づくりの新聞で、渡す方も受け取る方も肩肘張らずに自然につながりができ、笑顔も一緒に届けられていて、心あたたまる取り組みでした。(新潟県柏崎市I・Kさん)

あなたの活動・地域の活動情報をお寄せください!
TEL 022-727-8730 FAX 022-727-8737
E-mail joh@clc-japan.com

【おわびと訂正】

本紙65号6ページに掲載した特集2「玉浦西まちづくり住民協議会」(宮城県岩沼市)の記事中に誤りがありました。記事上部コメント欄の中川会長の肩書きが「玉浦西柏野釜町内会会長」となっていたようですが、正しくは「玉浦西相野釜町内会会長」です。お詫びして訂正いたします。