

# 月刊 地域支え合い情報

[2018年9月20日発行]

本体 286円+税

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。



笑顔華やぐ地域の憩いの場「やまわ茶房」(やまわ会/詳しくは3頁へ)

## 特集 気にかかけ合いから始まる生活支援

● 地域生活を支える三本の柱  
やまわ会 (宮城県仙台市泉区) ③

● 「お互いさま」の地域性を取り戻す  
横森親和町内会 (宮城県仙台市太白区) ⑤

● 区内にとどまらない助け合い  
特定非営利活動法人地域生活支援オレンジねっと (宮城県仙台市泉区) ⑦

東北の元気⑨  
鳴瀬サロン (宮城県仙台市青葉区)

まじわる災害公営住宅⑩  
上浜街道災害公営住宅 (宮城県亶理町)  
あすと長町第二復興住宅 (宮城県仙台市太白区)

場の力⑫  
特定非営利活動法人しばた子育て支援ゆるりん (宮城県柴田町)

東北の元気⑬  
特定非営利活動法人水守の郷・七ヶ宿 (宮城県七ヶ宿町)

どこでもサロン⑭⑭  
平野ふれあい館 (福島県福島市)

宮城県サポートセンター支援事務所からのお知らせ⑮

東北の元気⑯  
特定非営利活動法人 おはなしころりん (岩手県大船渡市)

☆ 専門家に聞く地域づくりのヒント  
(新潟医療福祉大学 社会福祉学部 准教授 渡邊 豊さん)

・購読者を募集しています! ・次号予告 ・お知らせ

特集

# 気にかい合から始まる生活支援

家事支援、雪かき、移動支援。

いま、各地で住民による住民のための生活支援の取り組みが、広がっています。

「困った時はお互いさま」の精神で、

お互いのできることを持ち寄って、生活を支え合っています。

「草刈りはできませんが、話し相手ならできます」などと、

助けられる人も、時に助ける人になります。

それに、「お茶を飲むのも大事な仲間づくり。それが、介護予防にもつながる健康づくり」という考え方が主流になります。

まずは、「こんにちは」、「お元気ですか」などと、

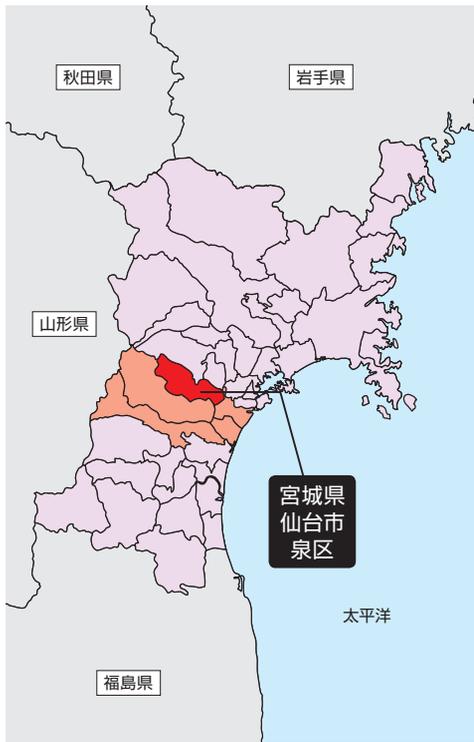
お互いが負担に感じない程度の、

さりげない気配りから――。

今回ご紹介する生活支援も、

地域住民のささやかな気にかい合から、

生まれた活動です。



集会所を開放した地域交流スペース「やまわ茶房」

## 地域生活を支える三本の柱

◎やまわ会（宮城県仙台市泉区）

### ポイント

- 見守り隊で地域理解を高めたことで、助け合い活動や茶話会活動にもスムーズに移行できた
- 見守り訪問は高齢世帯の安否確認に、助け合い活動は地域の生活課題の改善や元気な高齢者の役割づくりに、茶話会はゆるやかな交流の創出に、効果を発揮。それぞれに相乗効果も生む

仙台市北部、傾斜地にある緑豊かで閑静な住宅街。山の寺一丁目では、住民が主体的に地域の見守り活動を行っている。20人の「見守り隊」が4班に分かれて、毎週交替で希望世帯を訪問。2018年9月現在、対象は28世帯で、大半は65歳以上の高齢者がいる家庭だ。

玄関先で、あるいはインターホン越しに、安否確認の声が行う。

「こんにちは、お変わりないですか」

「大丈夫です。すみませんね、いつも来ていただいて」

そこから世間話に花が咲くこともある。あわせて、地域のお知らせも手渡す。留守の場合は、訪問した旨を伝える用紙を投函する。

訪問先の住民は、一様に感謝の言葉を口にする。

「（高齢の）ひとり暮らしですから、仮に私が倒れている可能性もある。こうして見守りに来てくれて、安心」

「とにかくありがたいの一言。震災を体験して、何

かあった時には、近くの方がすごく頼りになる存在だとしみじみ感じている」

**生活支援で地域の課題解決**

こうした日常生活支援を山の寺一丁目で展開するのが、「やまわ会」だ。見守り隊の活動のほか、家事支援や雪かきなどの「助け合い活動」、通いの場としての「茶話会活動」も手がける。

現在、助け合い活動の作業に当たるのは32人、依頼をするのは40人。いずれも山の寺一丁目の住民だ。昨年7月から今年3月までの9か月間に79件の利用実績があり、内容では草取りの利用が最も多くなっている。作業は有償で、灯油補給や話し相手などは30分100円、部屋の掃除や樹木の選定などは30分300円として、二区分の料金設定をしている。

頼む側も作業する側も納得できるようにと、低額の料金制を敷いた。依頼を受けた事務局が、依頼者に聞き取り調査を行ったうえで、活動者を手配する。作業後の支払いは現金ではなく



# やまわ会

## 「思いやりの心をたいせつに活動を」

ケットで代用。後日、事務局が換金する。

茶話会「やまわ茶房」は、毎週木・金曜日の午後1時～3時まで、一丁目町内会の管理する「希望ヶ丘集会所」で開催（参加費無料）。地域交流を目的としており、10人前後の住民がお茶飲みをしている。「いつも来ている。こういう場がないと出かけることが少ないから、待ち遠しく感じる」「皆と会える。情報交換にもなる」と、住民は毎週の楽しみに感じている。

毎月一回、事務局と向陽台地域包括支援センター、民生・児童委員でコア会議を開き、情報を共有。地域包括支援センターの職員には、見守り隊に同行してもらい、集会所で毎月住民向けの相談コーナーを開いてもらうなど、多方面で協力を得ている。

やまわ茶房で交流することで、見守りや助け合いが広がることも事務局は期待する。見守り訪問中、配偶者を介護する妻に、息抜きのために茶話会を紹介することもある。訪問先で庭木の手入れに困っている話が

出れば、助け合い活動につながる。見守り・助け合い・茶話会は、根っここの部分でつながっているのだ。

各活動の利用と運営には、会員登録が必要だ。入会金は一口5000円、年会費は10000円で、現会員は72人いる。会は、目標会員数を1000人に掲げている。

### 見守り活動が基盤

やまわ会は設立されて約一年とまだ間もないが、その母体は、2011年から続く見守り隊の活動だ。

2010年に仙台市泉区役所で開かれた講演に感銘を受けた、山の寺一丁目の住民有志で、翌年8月に見守り隊が発足した。折しも東日本大震災が起これ、地域での支え合い活動に対する機運が高まっていたこともあった。

見守り活動を進めていくうち、少子高齢化に伴う地域の問題を解決するのに、はたして十分なのかという住民の思いは強まっていった。町内会長・副会長、民生・児童



見守り訪問中の様子。「草刈りもやっていただいて助かっています」と住民

委員、地区社会福祉協議会役員、地域包括支援センター等で会議を重ねた結果、2017年7月にやまわ会が設立。見守り隊は会に引き継がれ、新たに助け合い活動、茶話会活動も始まった。

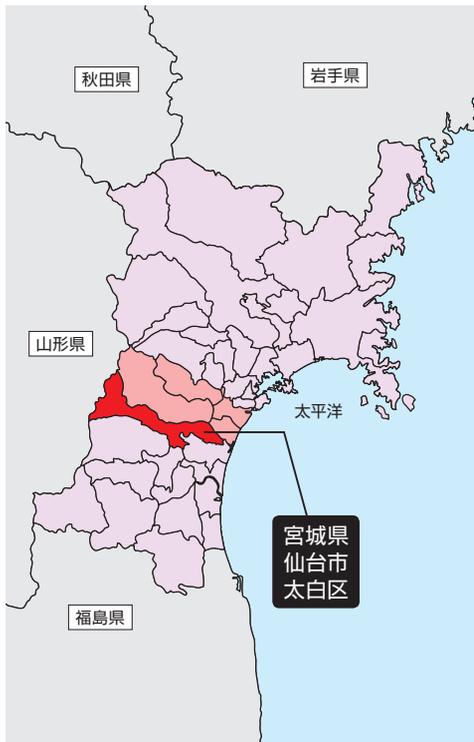
事務局には、町内会の現役員や役員経験者が多くいて、担い手の層が厚いのが強みだ。見守り隊の初代代表は、やまわ会の現副代表理事だ。「毎週地域を回って7年。町内に認知されてきた」と、見守り隊があつて会の設立もスムーズに進められたと話す。

資金には、「泉区まちづくり活動助成事業」や「2017年度福祉事業振興助成金（仙台市社会福祉協議会泉区事務所）」を活用して、備品などをそろえ

た。不足分は、山の寺一丁目の町内会費を充てている。助け合い活動の活動希望者と依頼者は、アンケートを全戸配付して募った。活動者には、支援可能項目リストの記入も求めた。発足から一年が経ち、「思っていた以上に進めることができた。すばらしい会になり、満足」と、事務局は一定の達成感を感じている。

一方で、依頼者の数が担い手を上回る点や70歳代中心の事務局の後継者探しが課題だ。集会所の改築時に、地域の子どもに外壁に絵を描いてもらい、やまわ会の代表理事が子ども会の会合にも顔を出すなどして、子どもと親世代との関係を少しずつ築いている。ゆくゆくは、山の寺全域にまで活動を拡大させる案もある。

今後は、やまわ茶房での寄席など、さまざまな催しを計画している。人を集めるには仕掛けが必要との思いからだ。高齢者のための移送支援や玄関に旗を掲げての住民相互の見守りも検討している。



ボランティア同士、力を合わせて

## 「お互いさま」の地域性を取り戻す

◎横森親和町内会（宮城県仙台市太白区）

### ポイント

- 支え合う地域づくりに向けて、住民の声を聴きながら活動を模索
- 1つの町内会の活動をもとに、より広い地域での取り組みに発展

宮城県仙台市太白区の西多賀地区にある「横森親和町内会」では、2016年の4月から、無償の生活支援に取り組んでいる。町内は約300世帯で900人以上が暮らし、高齢者は250人ほどだ。

町内の住民は、自分でしたり、家族に頼むことができない家事などがあるれば、町内会長で、調整役を務める真木泰博さんをとおして協力を得ることがができる。依頼のもとに、真木さんが、ボランティアの活動者と内容や日時などについて打ち合わせ、依頼者の自宅などで作業を行ってもらう。

### 支援を通じて交流を育む

半年間で200回以上活動するというボランティアの主な内容は、庭木の剪定、草取り、買いものやゴミ出しの代行など。ゴミ出しは、要望があれば毎週行う。依頼者には、「空いたペットボトルなどの軽いゴミは自分で運ぶので、重い家庭

ゴミだけ頼みたい」という人もいる。

庭の草木の手入れを依頼した人は、「若い頃には懸命にしていたものの、体力などを理由に十分な作業ができなくなり、荒れていくのがしのびない」という気持ちをもっている。依頼者の思い入れのある庭として、なるべく要望やこだわりに応じて作業してもらうようにしている。

ボランティアの活動者は、60歳代の人が多く、手伝いを頼む人はさらに上の年齢層が多い。世代は異なるが、手伝いを依頼したり、依頼されたりするなかで、日常的にあいさつをしたり、より親しい関係性も築いてきている。

無償で手伝いをお願いするのは気が引けるといふ人もいるが、昔ながらの「お互いさま」の気持ちで支え合える地域づくりを目指しているため、ボランティア活動者が謝礼金を受け取らない形をとっている。ただ、手伝いをしてもらった人が、感謝の気持ちから、小物

横森親和町内会

会長 真木泰博さん

「ボランティア『する人』と『される人』の境目をなくしたい」



づくりの特技を生かしてコースターを制作し、町内会に寄贈してくれたこともある。町内の敬老祝賀会で大事に使用させてもらったという。

「一方的ではなく相互交流的な思いやりがたいせつ」と真木さんが語るように、町内の思いやりが循環しているようだ。

はじまりは1軒の訪問から

活動のきっかけは、町内で亡くなった男性の家に、真木さんが、町内会を代表して香典を持っていったときだった。独居となった妻に持病・けががあり、シルバーカーなどを使いながら生活していること、またそれまで主にひとりでの介護などをしていたことを知った。「この人がこれから一人で生活していくのはいへんではないか」「ほかにも苦勞を抱えている人があるのか」。地域住民同士の生活支援の必要性を感じた。

町内会として、住民の



草刈り機やおそろいのピブスなど、必要な道具は助成金で購入

ためのボランティア活動ができないか、ほかの役員たちと相談。回覧板なども活用して町内の住民に呼びかけ、ボランティアの担い手となる活動者を募ったところ、10人ほどが手をあげてくれた。

町内で生活支援が必要なたまなを把握するために、真木さんは、高齢者世帯を中心に戸別訪問し、「困りごとはありませんか?」と訪ねてまわった。

町内の住民に聞き取りなどをしてきたことで、もともとご近所同士などで困りごとを解消すべく、支え合っているという人間関係や、生活の様子も見えるようになった。

住民の見た目や言動だけでは、本当の健康状態

などは、なかなかわからない。また、気になる人の家族構成を知っていても、それぞれの過ごし方や近況を知らないと、十分に気にかけれられないこともある。

「90歳以上で、苦勞しながら、ご自分でゴミ出しや草取りなどをしようとするのは、自立心が強く、立派なこと。ただ、必要なときには気軽に頼ってもらいたい」と真木さん。遠慮されないためにも、ふだんから親近感のもてる関係性づくり、相互の信頼関係づくりがたいせつだと考える。「手伝いは要らない」と言う人とも定期的に顔を合わせて、変わったことがないか伺い、本当に必要な支援がないかを確かめるように努めている。

活動は周辺地域へ波及

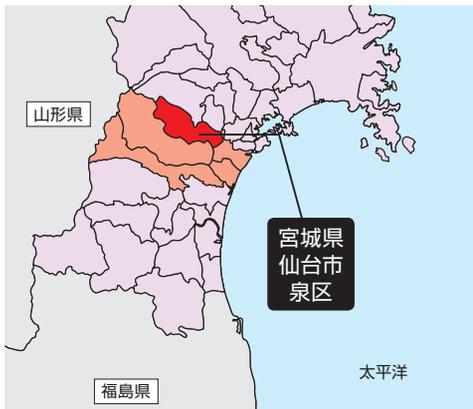
真木さんが、西多賀地区社会福祉協議会に、西多賀全体で生活支援活動に取り組む必要があるのではないかと提案したことをきっかけ

に、17年から真木さんが地区社協の会長も務めることに。横森親和町内会の取り組みなどを参考にしながら、18年8月には、同地区社協で、ゴミ出しのボランティアを開始した。18町内会ごとにゴミ出し作業をする活動者と、依頼者との調整役を配置して取り組む。

各町内会とも連携し、仙台市社会福祉協議会太白区事務所、西多賀地域包括支援センター、八木山地域包括支援センターの協力も得ながら活動。内容がわかりやすく、頻りに活動し、習慣的に取り組みやすいゴミ出し代行を入りに、地域住民の生活の様子を見ながら、自分たちなりの生活支援のあり方を模索していく。地区社協副会長の伊藤篤子さんは、「見守りやお互いに気にかけて合う地域づくりにつながってほしい」と話す。

一人ひとりと向き合う地域の姿勢が、これからも住民に寄り添って、暮らしを支えていくだろう。

清



車椅子での外出も、スタッフに付き添ってもらえればより安心だ

**DATA**

**特定非営利活動法人  
地域生活支援オレンジねっと**

〒981-8002  
宮城県仙台市泉区南光台南1-1-23  
TEL 022-251-6435  
FAX 022-253-2872

## 地区内にとどまらない助け合い

◎特定非営利活動法人地域生活支援オレンジねっと（宮城県仙台市泉区）

### ポイント

- 住民とのふれあいをもとに、幅広い形で生活支援を展開
- 支援の担い手がつ個別の長所や考え方を大事にする

現在、月に200件ほど活動している、日常生活支援は、掃除・洗濯・調理・草取りなどの一般的な家事手伝いばかりでなく、入院したり施設に入所したときの世話をしたり、話し相手になるなど、家の外での不安ごとにも対処している。また、母親に代わって、子どもの保育園・学校・習い

### 依頼者の生活に寄り添う

宮城県仙台市泉区の南光台地区にカフェをかまえる「特定非営利活動法人地域生活支援オレンジねっと」は、2006年から、生活に不安のある人たちに寄り添い、支えている。

家事代行などの日常生活の支援のほか、カフェでは安価で栄養満点なランチを提供したり、地域住民や福祉施設の手づくり品を販売したり、定期的なサークル活動などの場として部屋を貸し出したりしている。地域の支え合いを推進するためのイベントの企画・運営など、幅広い事業に取り組み、連携、交流や生きがいづくりをあと押ししてきた。

ごとの送迎をしたり、一時預かりなども対応。車椅子で生活している人や認知症の人の通院付き添いでは、特に広い範囲を歩き来する。身体が不自由な人や認知症で調理ができない人への弁当配達も、話し相手や見守り、薬の管理も兼ねている。配達時に気づいたことなど、生活の様子を、遠方にいる家族に「〇〇さんは、今日はお庭の草取りをしました」などとメールで伝える。本人が地域の人とつながっていることは家族の安心にもなり、地域生活に欠かせない。

認知症などがあり、自分で薬を服用できない人、家族が不在の日に薬を間違わないか心配だという人には、スタッフが訪問して、所定の場所から適量の薬を手渡すという支援もしている。

基本的には、30分間ごとに350円の謝礼を、依頼者からスタッフに直接支払ってもらう。新しいスタッフが加わると、慣れるまで2人体制で活動することが多く、その際は謝礼を2人で分ける。経済的な事情で通常の額の支払いが難しい

人には、スタッフと相談し、低額での支援を引き受けている。

また、活動全体の維持のため、利用者は30分間の活動につき、150円をオレンジねっとに寄付している。この寄付が、活動を維持していくためになくはならないもので、利用者も住民同士の助け合いの仲間となり、お互いさまの関係になっている。

### 住民同士の助け合い

「本場に必要なこと、課題が何かを把握せずに、生活支援の仕組みを設けようとすると、関心が手段に偏ってしまう。そのような支え合い活動では、互いに思いやることもできない」と荒川さん。相談者が「どんな思いで暮らしているのか」「どんな応援で元気になるのか」と寄り添い、家族の思いを受け止め、関係を考慮し、その人や家族のできることを奪わずに、必要なサポートを考えることがたいせつなのだという。

そうした配慮で地域とのつながりも生かされ、柔軟な対応ができるのだ。

オレンジねっとのスタッフは約35人。スタッフが友人を誘うなど、日常的なつながりから、活動に魅力を感じて参加する人が多いようだ。

荒川さんは一人ひとりの特技や経験、やりたいことで活躍してもらおうように心がけている。さまざまな経験をとおして、「私がこんなこともできるようになるとは思わなかった。またチャレンジさせてください」という言葉をもらうことが何よりうれしいと語る。スタッフが自己肯定感をもち、ともに尊重し合い、チームで育ち合う環境をたいせつにしている。

ふだんの生活のなかでの出会い、つながり、気にかけて合い、そして思いやりの心を育み合う場の必要性を感じ、居場所づくり、カフェ活動を展開してきた。互いの個性を生かし合い、仲間の輪を広げ、支え合う地域づくりに取り組んでいく。清

新潟医療福祉大学 社会福祉学部 社会福祉学科 准教授

渡邊 豊 (わたなべ・ゆたか)さん



日本社会事業大学社会福祉学部卒。特別養護老人ホーム介護職員、新潟県社会福祉協議会事務局職員(途中退職し、日本社会事業大学大学院福祉マネジメント研究科修了)を経て、現職。専門は、地域福祉、権利擁護、災害福祉。最近、新潟県内各地の「サロン」をゼミ生とともに訪ね、地域の人たちと交流を図り、活動の活性化を応援することに注力しています。

## 専門家に聞く地域づくりのヒント

### 日頃の活動の積み重ねが、非常時にこそ生きる

読者の皆さん、こんにちは。紹介された3団体の活動は、宮城県仙台市で展開されているものです。私は新潟県出身ですが、この春に子どもが宮城県に就職したので、春から数回訪ねています。仙台市街の通りは活気があり、緑の並木が綺麗です。球場ではイーグルスファンの愛情あふれる声援に感激します。名取市閑上地区を訪ねると、さいかい市場の人たちのがんばりは感じますが、広大な更地のなかに建てられた住宅群を見ると、東日本大震災で被災された人たちの安心感に満ちた幸せな生活を願わずにはいられません。

この原稿を、北海道地震発生の翌日に書いています。新潟県中越地震被災の経験から確信を持って言えることですが、日頃からの地域の人たちのお互いさまの「気にかけて合い」が、災害などの非常時に生きてきます。3団体の活動は日常的に活動がより深まっていくことで、自ずと災害時の地域の人たちの共助など対応力を高めることにつながっていくことでしょう。このこともさらに意識しながら、日々の活動を地道に積み重ねていってください。

「やまわ会」は、7年前に始まった「見守り隊」の活動から、新たに「助け合い活動」、「茶話会(やまわ茶房)活動」を展開し、多様な取り組みで地域を支えています。これから活動を充実させていくためには、地域の各種団体とより親密な関係を築くことが大事でしょう。

「横森親和町内会」は、一般的に活動が低調となっている町内会のなかで、「奮闘する町内会」として模範的存在です。国が目指している「地域共生社会」の実現を、地域に根ざした町内会の活動から発信しています。地域の人たちへの繊細な気配りが心憎いです。

「オレンジねっと」は、NPOとして10年以上にわたり、幅広い生活支援の活動実績を持ち、ボランティアのやりがい、活動することの意義をたいせつにしています。このような思いをもとに、共感の輪、思いやりを返し合う支え合いの輪が、地域を越えて広がっています。

年末に宮城へ伺う際は、3つの活動地域を訪ねてみたいと思っています。読者の皆さんも、ぜひ、お互いの活動の交流を図り、ご自身の活動をより活性化していってください。

DATA

## 鳴瀬サロン

活動場所: 仙台市青葉区中央市民センター  
(仙台市青葉区一番町2丁目1-4)

TEL: 080-5562-9218

(事務局 高橋 明)

63回目

市民リレー

# 東北の元気

今回は...

東北の力をつくりだす人・団体を紹介します。

## 近況や故郷への 思いを語り合い、力に

◎鳴瀬サロン(宮城県仙台市青葉区)



新聞記事をもとに、日本語のオノマトペの  
おもしろさを紹介する代表の尾崎かよさん(右端)

終始和やかな雰囲気が進む近況報告

元町長は、得意のオカリナも披露し、  
参加者たちは聞き入った

東日本大震災で被災した旧鳴瀬町(現東松島市)出身の住民が、月一回、仙台市青葉区中央市民センターで交流している。「鳴瀬サロン」と名づけられた同郷の集まりには、仙台市などに避難移転した住民や東松島市野蒜ヶ丘地区で自立再建した住民ら約25人が参加している。サロンは毎回互いの近況報告で始まる。

「野蒜甚句(野蒜の民謡)を練習している」

「いろいろな人に、『野蒜は、寿命も延びるし、偏差値も伸びるところで、いいところなんだよ』ってPRしています」

「今年は暑いですね。野蒜は海風が涼しかった」

穏やかな日常を語る言葉の端々に、故郷への思いがにじみ、周囲もうなずき、共感する。少ない言葉でもわかり合えるのは、同郷の間柄だからだ。

この日は、旧鳴瀬町の町長も参加。「東松島市、鳴瀬が新聞に良く出ている。(高台移転した)野蒜北部丘陵地区が、全建賞の特別枠・都市部門をもらうなど脚光を浴びている。それも皆さんのこれまでの地域づくりに対する結果だと思ふ。(中略)このように集まって、お話するのは元気の源になる。こういうサロンを続け

て、元気になってください。それはご自身だけでなく、家族のためでもある」と労った。サロン開催のきっかけは、2012年6月に仙台市青葉区役所の呼びかけで開かれた交流会だ。そこから住民有志の運営で、70回以上続いてきた。区役所職員がチラシを配付して、旧鳴瀬町出身の住民に周知。参加者名も明記したことで、「あの人がいるなら」「この人の近況を聞きたい」と参加する人も増えた。これまで、フラダンスやコンサート、詩吟、法話などを開催し、心癒す時間をともにしてきた。今年6月には、野蒜ヶ丘地区を訪ねた。復興の進む街並みに、故郷の面影は薄くなったが、肌で感じる潮風や豊かな自然に昔を思い出して、涙を流すほど感動した参加者もいた。

初代代表の小山美音子さんは、こう振り返る。「肩肘はらないで、自分の言葉で話せるのがこのよき。知人や友人を亡くした人が集まって、当初は泣いている方もいた。それが少しずつ前向きな話をできるようになって、だんだん明るくなってきました」。現代表の尾崎かよさんも、「サロンを続けてきてよかったのは、皆が元気になってきたこと。それが一番」と力を込める。



# 入居者同士が見守り、 気にかける

上浜街道災害公営住宅  
(宮城県亶理町)



見守る人も見守られる人も集まって、  
気にかける

宮城県亶理町にある上浜街道災害公営住宅では、2018年6月から、毎週木曜日の午後5時に、特定の世帯へ見守りの訪問が行われている。声をかけて回るのには、同住宅入居者でつくられた「見守り隊」だ。15年の6月に入居が開始され、集合住宅3棟に123世帯が暮らす同住宅。メンバー16人で分担して、全3棟の希望者のもとを回る。「家に来てくれると聞いて、それは

ありがたいと思ってお願いした」と、見守りを頼んでいるのは、17世帯19人で、90歳代が4人、ほかはほとんどが80歳代。体調など心配ごとがあれば、見守り隊に相談することもできるし、ただ玄関先で立ち話をするだけでも、交流を深めたいせつな時間となる。

木曜日以外にも対象者の急な異変に気づけるように、玄関付近に設置する目印を配付している。対象者は、日曜日以外の週6回、見守り隊に向けた目印を自分で更新する。体調不良などがなければ、午前9時頃には皆の目印が前日の状態と変わっていて、見守り隊のメンバーがそれを確認して回る。

見守り隊は、対象者に異変が感じられないときや、木曜日以外の日でも「熱中症に気をつけてくださいね」などと声をかけ、体調不良を未然に防ぐように努めている。「足腰が悪くて、あまり歩かない。



訪問先の玄関で立ち話も

集会所で開かれるサロンにも参加していない」と話す93歳の女性も、声をかけてもらうことでよろこんでいる。

見守ってもらうことで安心を得られるのは、当然、女性ばかりではない。同住宅に入居して4か月というある男性は、病気がちで、入居したての頃に入退院を繰り返していた。退院後、見守り隊メンバーでもある隣人やほかのメンバーに訪問してもらおうようになった。周囲の人たちが、自分の安否を気にかけてくれるということの安心感は大い。

見守り隊のメンバーと、見守りを依頼している人たちは、2か月に1回、反省会と称して集

所に集まる。そこで、お茶を飲みながら、活動について意見交換をする。区長の小田紘さんは、「見守る人と見守られる人が集会所でお茶会をするのも、コミュニケーションをとるのによい機会。区としても活動全体を応援していきたい」と期待している。

メンバーの一人で、見守り隊の立ちあげを提案した渡辺紀美子さんは「これまでは用事がなくて立ち入らなかつた棟にも、見守り隊の活動で友だちができた」と話す。渡辺さんからの提案を受けて見守り隊を始めた、リーダーの武者ときさんは、「もともと同じ地区の人だけど、この住宅に入ってから知り合った人たちもいる」と、日常的に生まれた入居者間の新たなつながりを実感し、「これからも、変わらず見守り隊を継続していきたい」と語る。集合住宅で気にかけるいながら過ごす雰囲気が、今後ますます浸透していくだろう。清



# 集会室を憩いのカフェに

あすと長町第二復興住宅  
(宮城県仙台市太白区)



その日その日の会話を楽しむ

2014年4月に入居開始となり、現在93世帯が暮らす、宮城県仙台市太白区のアすと長町第二復興住宅。毎週水曜日に、無料でお茶などを楽しめる「カフェランラン」が開かれている。お盆や正月と重なっても欠かさずことなく、午前10時から11時30分までの間、集会室でコーヒーやお茶を飲みながら、談笑することができ、開いている時間は、自由に出入りし、思い思いに過ごしてよく、ゴミの持ち帰りを条件に、飲食物の持ち込みも可能だ。

主催は、同住宅の自治会である「あすと長町第二市営住宅住民の会」。無

料で提供するお茶や菓子、市社会福祉協議会を通じて申請した助成金などでまかなってきた。入居者で、シャツに蝶ネクタイ、エプロン姿の鈴木良二さんがマスターを務め、不在の日は、同会役員などがコーヒーを淹れたりする。

いつも10人以上が集まり、病院や買い物ものに出かける際に立ち寄りたりする人もいる。東日本大震災発生時に市外や県外に暮らしていたという人たちもいて、「堅苦しくないし、話につき合ってくれる相手がいる」などとよこばれている。また、「友だちといつも同じ並び方が落ち着く」と、自分の居心地のよい定番のスタイルをもっている人たちもいる。

来場者も終始「お客」として過ごすわけではない。終了時刻になれば、カップなどをしまったり、テーブルを拭いたり、協力してあと片付けをする。カフェが皆の共有の財産であることの表れだろう。

カフェの場に外部団体を招いて、イベントを開催することももある。合唱や楽器

の演奏をしてもらったり、ふだんと異なる過ごし方ができるため、いつもは来ない人が顔を出すきっかけになる。また、催しを通じて、入居者同士がいつもとは違った二面を見ることができたりもする。毎週開催するカフェの延長で開催することが、イベントの一定数以上の集客にもつながっている。

同住宅が建つ長町地区には、かつてあすと長町仮設住宅があり、入居者らが同地区の災害公営住宅での生活を思い描き、その団地の建築案を市に提案する試みがあった。災害公営住宅入居希望者たちの意見交換をするワークショップのなかで「自分たちでカフェをできるスペースがあったら、入居者が集まって、交流しながら過ごせるね」という声もあがった。入居希望者の願いどおりの団地建設はかなわなかったが、当時の話し合いのなかで、「自分がカフェのマスターをやろうか」と話していたのが、鈴木さんだった。

16年、仙台七夕の時期を迎えた8月に、同住宅集会室の飾りつけをしてい

た入居者たちが、「頻繁に集まる機会があるといいね」と話したこと、カフェ・ランランのオープンに至り、以来、鈴木さんがマスターを務める。「独居世帯も多く心配だけれど、この場所をおして顔を合わせ、気になることがあれば、誰かが部屋まで行くこともできる」と鈴木さん。

同住宅入居者ばかりでなく、団地外に住む友人や家族などを連れてきて過ごしてもよく、近くにある災害公営住宅入居者やほかの地域住民も足を運ぶことがあすきたる。住民の会会長の薄田榮一さんは、「この団地の周りに住んでいる人たちも一緒に。カフェをとおして、一緒に過ごしたりしてもらえるとよいと思う」と語る。清



和やかな看板がカフェへと誘う

—宮城県柴田町。  
豊かな自然に囲まれた  
「花の町」として知られ、  
仙台市のベッドタウンとして、  
結婚や転勤で移住する、  
若い世代も多い。  
転居後で知り合いも少なく  
不安な母子の心強い味方が  
「ゆるりんひろば」だ。  
子どもは友だちと遊び放題。  
親子のスキンシップも増え、  
母親同士も仲良しに。  
「ひとりじゃなく」。

紙芝居にワクワク



この日は、子供服などのバザーの売りあげを還元して、スタッフ特製のおやつがふるまわれた

DATA

NPO 法人  
しばた子育て支援ゆるりん

TEL: 080-4178-9374  
住所: 宮城県柴田郡柴田町船岡東  
2丁目3-13 (常設のひろば)  
2015年から小規模保育事業所  
「ゆるりんのうち」も開始。



おやつづくりに励むスタッフ



新築集会所の移動ひろばで自由に遊ぶ子どもたちとそれを見守る親たち



帰り際も話は尽きない母親仲間たち

「しばた子育て支援ゆるりん」は、柴田町の母子の居場所づくりと子育て支援を行っているNPO法人だ。毎週月・火・水曜日に常設のひろばを、毎週木曜日に新築集会所での移動ひろばを開催している。2011年夏から始まり、口コミで広がって、現在は20組前後の親子が参加している。

定期的におもちゃ病院や誕生会、リトミックなど親子でふれあえる催し、ゆるりんカフェやママリフレッシュ講座などの母親向け企画、ハロウィンや芋煮会など季節の行事を開いてよこばれている。参加した母親の声も取り入れて内容を決めている。

参加者からは、「ふだん同年代の子と遊ぶ機会がなかったが、ここで友だちができた」「歩いて行ける距離にあるし、人が多すぎると緊張するから、アットホームなこの雰囲気が好き。子どもも私も息抜きになる」との感想が聞けた。

代表理事の児玉芳江さんは、「ここでお母さん同士仲良くなって、外でも会ったりするという話を聞くと、うれしい」と、つながりのきつかけづくりを願う。「悩みごとを抱えていても、ここに来ればひとりじゃないと思ってもらえるはず。困りごとを町役場などにつなげることもできる」と児玉さんたちスタッフの言葉はやさしい。「私たちも楽しみなが、これからも続けていきたい」と声をそろえる。

DATA

NPO 法人  
水守の郷・七ヶ宿

(事務局：石窯ビザ屋水守の郷内)  
〒989-0532  
宮城県刈田郡七ヶ宿町字根添 26 番地 1  
TEL：0224-37-2171  
FAX：0224-37-2130  
E-mail：mmmnet7@yahoo.co.jp

64回目

市民リレー

# 東北の元気

今回は...

東北の力をつくりだす人・団体を紹介します。

## 海と山と人と。 つながりから広がる活動

◎特定非営利活動法人水守の郷・七ヶ宿(宮城県七ヶ宿町)



十三浜の住民と各地からの支援者が集う地域とボランティアの同窓会。右から三人目が海藤節生さん



竹を割ってレーンづくりから挑戦。「自分たちでつくった」と自信になった様子。流し卵に「速っ」と笑顔



「1, 2, 1, 2」。声をかけ合ってオールを漕ぐ。風を感じ、風景を心に刻みながら

七ヶ宿町は、仙台市など宮城県内8市9町に水道用水を供給する「七ヶ宿ダム」で知られる。毎月一回、同町で、山の魅力を伝える「七ヶ宿・山がっこ」が開かれている。今年8月の開催日には、親子連れが多く参加し、流し素麺やダム湖でのEポート、沢下りを体験して、自然とふれあった。参加した親たちは、「竹割りや火おこしなど、子どもが考えながら実体験できるのがいい。私も一緒に楽しめた」「ハマりました。アウトドアに開眼するかも」と語った。

「山で真剣に活動する子どもに、キラリと光るものが見える」と理事長の海藤節生さんは、参加者の力を引き出す場となることも期待。「大人の背中を見て子どもは学ぶ。子どもから大人が学ぶこともある」とスタッフ。山がっこの運営や用水路の清掃、間伐材を活用した工芸教室などの環境保全・普及啓発活動を行っているのが、「NPO法人水守の郷・七ヶ宿」だ。法人は、水源地七ヶ宿町の役割と魅力を伝え、自然と人を守り育てるために活動している。

仙台市出身の理事長海藤さんは、バンド「ハウンドドッグ」の元ベーシストでもある。七ヶ宿町主催の「ゆのはらの山学校」への参加から、町民との交流や地域活

動を継続し、2007年に移住。ゴミ問題など、故郷の水源地の実情を知り、課題解決に動いている。震災後は、海藤さんたちは、石巻市北上町十三浜でガレキ撤去やゴミ処理にも当たってきた。地元住民やボランティアに炊きたてのピザをふるまいたい、東京のNPO法人「山の自然学クラブ」の中村華子さんから各地の仲間と、石窯工房を同地につくった。中村さんたちは、「海藤さんが地域に溶けこんでくださっていたから、私たち(外部団体)も支援に入れた」と声をそろえる。

毎年夏には、「十三浜夏祭り」を十三浜で開き、地元住民と支援者が再会をよる。今年4月からは、水守の郷として、仙台市の「みやぎNPOプラザ」で、「復幸食堂えしかる」の運営を始めた。十三浜の漁師と連携して、地元産わかめによる「十三浜わかめうどん」を提供する。

地元住民の阿部護さんは、「感謝だよ。十三浜を何とかしようという気持ちで、震災当時と変わらず来てくださる」とこうして活動を受け止めている。

多岐に渡る法人の活動について、「先輩の思いを受け継いでできた市民活動。次にどうつないでいくか」とスタッフは総括。自然との共生、人とのつながりをたいせつに、活動は続いていく。

# どごごでもサロン

第14回

自然なつながりと支え合いを生み出す



## 地域づくりの夢と実践話し合う 平野ふれあい館

福島県福島市飯坂町平野

福島市飯坂町平野地区の

平野ふれあい館は、2005年にオープンした自治公民館（住民主体の公民館類似施設）。大

小ホール、事務室、調理室などのほか、屋外運動場も備える。

町内会などの住民自治組織をはじめ、趣味・娯楽・教養・スポーツなどのサークル、健康や交流を目的としたサロン活動グループなど65団体が活動拠点とし、年間の総利用件数は約700件に上る。

正面玄関を入って左手に、管理事務室がある。そこが週2回、臨機応変の「集いの場」となる。

事務室には毎週火・木曜の午前、当番の担当者1〜2人が詰める。当番を務めるのは、同地区の町内会連合会の事務局長・白井秀男さん、交通安全母の会の会長・中島妙子さん、山田光義さんの3人。輪番で来館対応や利用申請の受け付け、館内外の清掃などに当たる。

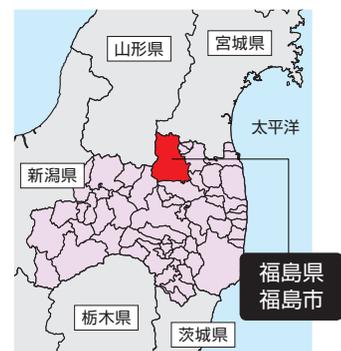
「平野ふれあい館を出入りする人には、必ず声をかけています。『ちょっと（事務室に）寄って休んでいって』と誘ったりも。短い時間でも言葉を交すことが、地域のつながりづくりには

大事だと思えますから」と中島さん。「実は、私がおしゃべりしたいだけなんですけどね」と茶目づつぷりに付け加える。

同館の運営主体は、地区内の30町内会など主要な住民団体の代表で構成する平野地区自治振興協議会。利用登録は、住民自治組織に限らず多様な団体が名を連ねる。事務室は、各団体間の連絡調整の場としても重宝されている。

白井さんは次のように話してくれた。「行事などの相談をしたいときは、『平野ふれあい館に来てもらえないか』と役員を電話で呼ぶんです。みんなすぐ集まりますよ。ざくばらんな雰囲気なので話ができて、調整も進めやすい」。

取材当日は、同地区で介護保険サービスや介護予防に関する相談、マネジメントを担当している飯坂南地域包括支援センターの職員2人が事務室を訪れ、介護予防教室の運営などについて、関係団体役員らと打ち合わせを行っていた。その話し合いのなかで、「平野ふれあい館で居酒屋やビアガーデンをやったら、男性参加者を大



幅に増やせるかもしれない」といったアイデアも飛び出した。小さな事務室が、地域づくりの夢と実践を話し合う「サロン」になっている。**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

### 老いたワーカーからの遺言(その6)

病院での避暑、思ったより快適。ただし4時間の手術で、身体的なダメージは年寄りには堪えました。長年背中に背負っていた脂肪腫を除去して、体力の回復とともに気軽さを得たので、退院が待ち遠しい。

術後は、久しぶりに清く、正しい、規則的な生活。異常な暑さに市井の人々がもがいているのに、高校野球、時代小説三昧。多分、この情報誌が配布される頃には、家での療養生活で、奥さんに迷惑をかけていると思いますが、病人でいることの居心地の良さにはまっています。

入院生活という非日常の生活では、ドクターやナースの叱責と命令にも素直に応じる我が身。治療に向けての医療職の高い専門性に信頼してのこと(本当は、やさしく、丁寧な治療計画を提示し、実施していただきました)。

これが日常の生活となると事情は異なる。生活のあらゆる面で叱責される毎日であれば、誰しもが逃げ出したくなる。日々の生活に寄り添う存在は、苦楽をともにし、お互いに支え合うという実感を共有できる人のようである。

市民社会、地域社会において家族制度が崩壊し、「個」を意識させられる時代になって、今回の入院生活に日々一層寄り添ってくれた家族のいることに感謝する次第(こんなときだけで申し訳ない)。

日常生活において不可欠な存在、お互いに支え合う、寄り添う存在を何よりもたいせつな人として再認識すべきと気づかされた。そこには、住民間の「伝え合い」の日々の活動がある。私は、介護ロボットの存在は気に入らない。ヘルパーさんたちの役割は「介護」を通じての「対人援助」、そこでは利用者本人の生活に係る意思決定について大きな支援の一翼を担う。介護ロボットには、「付度」する機能はあるかは知らないが、本人の想いの代弁者としての役割は担えない。だって、人間じゃないもの。人が人間になる道筋をいま一度見直すことがたいせつですよ！

## 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



### 生きるうえで心の拠りどころを どこにもっていけば？

10歳代の後半から“生きるとは？”“人間らしさとは？”など人生について、内から湧きあがる思いのままに今日まで答えを求め続けてきた。高校時代は、こうした話題で友と話すことができなかった。「人間らしく生きたい」という強い思いが心の深いところで熱く燃えている感じ。大学時代は、できる他者と比べて己の愚かさ、能力の低さに自己嫌悪を感じ悩みに悩んだ。一方で、H先生の講義で“人間らしさとは何か？”の思想にも出会って、目指す目標の大きな拠りどころになった。社会福祉協議会で地域福祉の推進に携わる仕事に就いた。“住民参加・住民主体”という社協の活動原則は、自分が人間として生きるうえで大事にしたいものと強く共鳴し、未開拓の分野の仕事に情熱を注いだ。40歳代に出会った小説で司馬遼太郎の『竜馬がゆく』に心躍らせた。文面に僅かに滲み出てきた“老荘思想”に魅かれた。それから老子についての本を読み始めた。『足るを知る者は富めり〜』『上善は水の若し〜』『無為自然』『あるがままに〜』『囚われない』などのフレーズ、意味に接した。それらの言葉・意味を生きるうえで大きな心の拠りどころにも、目標にもしてきた。50歳代に入って、職場の上司との関係で“死”に取りつかれていた時、私の身体や精神とは別に、私のなかにもう一人の「より良く生きることを摸索している暖かい命」が存在していることに気づかされた。その後早期退職し、四国88カ所霊場への歩き遍路に臨んだ。歩き遍路で出会ったもの、気づいたことは確かな拠りどころになった。

生きてると誰しも、いろいろな出来事、浮き沈み、苦難に出遭うことがある。そうした時、どう心を静め、支え、生きていく力を蓄えていくか？家族や友人など身近な人の支えや生きものや自然、見えない何か大きな力もある。それに加えて、自らの出会いで波長の合う先人の言葉や考え方、思想などを自分の中に取り込むことによって、また前に向いて生きていくことができる。

私の場合、人間としてより良く生きることを追究していくなかで老荘思想や仏教思想に出会い、魂の世界・スピリチュアルなものに関心がつながっていった。これからも“心の声”に問い、導かれながら目指すものに向かって臨んでいくのかな……。揺れながら。

### 平成30年度 宮城県被災者支援従事者研修事業

<地域支え合い実践研修Ⅱ 地域支え合いの伝え方>

【仙台会場】 10月2日(火) 宮城県自治会館

講師：五十島 寿子(福島県金山町社会福祉協議会 福祉活動専門員兼生活支援コーディネーター)

池田 昌弘(全国コミュニティライフサポートセンター 理事長)

橋本 泰典(全国コミュニティライフサポートセンター 開発主査推進役)

木村 利浩(全国コミュニティライフサポートセンター 開発主査)

田村 洋介(全国コミュニティライフサポートセンター 開発主査)

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



こども支援センターでの読み聞かせ会

65回目

市民リレー

# 東北の元気

東北の力をつくりだす人・団体を紹介します。

## 本でつながろう 本で心をそだてよう みんないっしょに

特定非営利活動法人おはなしころりん (岩手県大船渡市)

ライター：元持 幸子



「活動の一つ「やってみっし読み聞かせ」は、大人向けの読み聞かせ講座だ。読み聞かせの楽しさを味わった大人が、読み聞かせを行う立場になって実践して

いくものだ。はじめは恥ずかしがっていた参加者も、楽しみながら練習し、本番を迎える。江刺さんは、「心を込めて読むことで子どもたちにも響きま

す」と、世代間をつなぐヒントを語る。この講座をきっかけに、市民ボランティアとして、おはなしころりんの活動に参加する受講生も出てきた。本の読み聞かせで笑顔や元気をつなげていく「読みつなぎ」が、地域住民へ

広がりをさせている。江刺さんは、活動スローガンを「本でつながろう！本で心をそだてよう！みんないっしょに」とし、今後も地域に活動を展開していく。

おはなしころりんは、2003年の団体設立当初から子どもの読書推進のボランティア活動を行っている。東日本大震災を経験した江刺さんらは、震災後の地域で人々が集まり交流して支え合うことのたいせつさを感じ、移動図書活動と住民の交流活動を継続してきた。会場は、市内の子育て支援センターや小学校、地区集会所、応急仮設集会所などで、場所にあわせて本の種類や内容を変えている。移動図書を届けるにあわせて読み聞かせとお茶会も行うなど、物語を一緒に楽しめるような住民間のつながりもたいせつにしていた。

### DATA

#### 特定非営利活動法人 おはなしころりん

〒022-0003

岩手県大船渡市盛町字館下4-3-7

TEL 0192-47-3931

E-mail

ohanashi\_kororin@a011.broadband.jp

URL

http://www.ohanashikororin.org



移動図書で本の紹介をしながらの交流

### ☆次号予告 特集「被災者支援の経験を生かす」

#### 平成30年度 宮城県地域福祉コーディネート研修事業

##### <地域福祉コーディネート基礎・実践研修>

【仙台会場①】 9月20日(木)~21日(金) 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)

##### <スーパーバイザー研修>

【仙台会場】 9月28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)

折腹 実己子(仙台市地域包括支援センター連絡協議会 会長)

##### <初級研修>

【仙台会場②】 10月5日(金) 仙台市福祉プラザ

講師：高橋 誠一(東北福祉大学 総合マネジメント学部 教授)

池田 昌弘(全国コミュニティライフサポートセンター 理事長)

#### 平成30年度 宮城県生活支援コーディネーター養成研修

##### <初級研修>

【蔵王会場】 10月4日(木) 蔵王町ふるさと文化会館

講師：高橋 誠一(東北福祉大学 総合マネジメント学部 教授)

池田 昌弘(全国コミュニティライフサポートセンター 理事長)

##### <生活支援コーディネーターによる実践交流&事例検討会>

【仙台会場】 10月18日(木) エスポールみやぎ

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)

池田 昌弘(全国コミュニティライフサポートセンター 理事長)

### 購読者を募集しています！

「月刊 地域支え合い情報」を年間購読しませんか？

購読会員 年3,696円(年12回、送料込み)

購読ご希望の方は下記口座へお振り込みください。編集部にて確認次第、情報紙を発送いたします。

◎お振込先

●ゆうちょ銀行振替口座

口座番号：02260-9-46303

加入者名：全国コミュニティライフサポートセンター

※通信欄に、「地域支え合い情報紙 購読費」と記入したうえで、

①お届け先の住所 と ②何号からの購読申込み を記入してください。

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

### 編集後記

今回、七ヶ宿町と柴田町の団体を地域支え合い情報ではじめて取りあげました。これをきっかけに、掘り下げた地域の取材をしていけたら、と思います。ご期待ください。皆さまの地域で行われている支え合い活動(サロン、お茶のみ、町内会活動、ボランティアなど)の情報提供もお待ちしております。情報をお持ちの方は、ぜひ編集部(下記)までお寄せください。(田中)