

みんな
の
たまり
あそび
むすび



佐々木純子さん(6頁)がサポートする被災地支援のヒーローも活躍中

巻頭

地域支え合い活動の実践に向けて

東北福祉大学教授 高橋誠一さん

受講生のいま

災害公営住宅の老人クラブでアドバイザー

齋藤勝彦さん(宮城県東松島市)

地域住民の憩う集いの場をつくりたい

佐々木純子さん(岩手県盛岡市)

年齢や障害に関係なく、誰もが住みよい共生のまちへ

高橋博美さん(宮城県石巻市)

Information

講座のご案内



vol.01

2015.09.30





地域支え合い活動の 実践に向けて

東北福祉大学教授 高橋誠一さん

全国「コミュニティライフサポートセンター（CLC）」では、住み慣れた地域で暮らし続けるために起業する住民を応援しようとして、「支え合い活動や生きがい仕事、生活支援サービス事業の立ち上げ支援講座」を開講して3年目を迎えます（復興庁「新しい東北」先導モデル事業）。

なぜいま、支え合い活動が必要なのか。なぜ住民力に注目するのか。この事業の委員長を務める東北福祉大学教授の高橋誠一さんにお話いただきました。

安心できる環境を 身近な地域につくる

これまで人口に関する調査結果が公表されるたびに、少子化、高齢化、さらに人口減少の問題が繰り返し指摘されてきました。少子化も高齢化も人口減少も結果ではありません。安心して暮らせる地域があることのほうがたいせつではないでしょうか。安心して子どもたちが育つ環境、安心して子育てできる環境、安心して仕事や生活していける環境、高齢になっても安心して地域で暮らし続けられる環境、障害があっても安心して地域の一員として生活できる環境です。少子化や高齢化

や人口減少のために、安心できる環境が失われてきたのではなく、安心できる環境が失われてきたので、そのようなことが問題にされてきたように思います。

安心できる環境とは何の変化もない環境ではありません。さまざまな困難があっても、それを乗り越えていける環境です。自分ひとりで乗り越えていると思っても、いろいろな人の援助をもらって乗り越えていることが多いと思います。一人でできないことも、ほかの人と一緒に協力してできることがあります。

そうはいっても、住民だけでできることは限られているのではないかといい意見もあるでしょう。もちろんそのとおりです。しかし、行政でできること

東北福祉大学教授
高橋誠一さん
たかはしせいいち
北海道出身。専門はケアマネジ
メント、認知症介護、公共経済
学。みやぎ高齢者元気プラン
(宮城県高齢者保健福祉計画・介護保
険事業支援計画) 推進委員会委員
長。近著に『改正介護保険におけ
る「新しい地域支援事業」の生活
支援コーディネーター(地域支え
合い推進員)と協議体』(共同編
著, 2015年, CLC)。

も限られているし、地域の外から民間
の事業者が来て、地域の生活をよくし
てくれるという考えも難しいでしょう。
これらは誰かがやってくれるのではな
く、これら関係する者が協働して生活
を支えていくことが必要です。それぞ
れができることは限られていても、う
まく補い合えばその限界は超えられる
のです。

震災復興は 地域づくり

2011年に起きた東日本大震災は、
東北の沿岸部を中心に甚大な被害を与
え、景観は一変してしまいました。一
方、阪神・淡路大震災から20年ほど経
過していますが、高齢者の孤立、自殺
率の高さなど、さまざまな問題がいま
だに指摘されています。建物や施設な
どハード面では復興したように見えて
も、住民の生活に大きな影響を残して
います。公的な支援は目に見えやすい
ものですが、地域のつながりなど生活
面では、陰に隠れた問題がたくさんあ
るように思います。
今、災害公営住宅の建設が進んでい
ます。災害公営住宅は被災された人た

ちのための住宅ですが、それは地域の
一部でもあります。災害公営住宅も含
めて、地域全体で安心できる生活環境
をつくっていくことが必要です。これ
は行政だけでなく、地域住民が一緒に
協力して行っていくかなければなりませ
ん。被災した人たちだけの復興を考え
るのではなく、地域を復興していくと
いう視点がたいせつなのです。

支え合い講座で、 仲間づくりと 住民力アップを

この講座は、住み慣れた地域で暮ら
し続けられるためには、行政だけに頼
るのではなく、住民力を発揮すること
がキーになると考え、先進的に住民活
動や住民を中心とした事業に取り組ん
できた実践者などから、活動のヒント
と勇気をもらい、自分たちの地域を考
え、活動や事業を興していく支援をし
ようとするものです。

そこに暮らしている住民が、自分た
ちの地域で何が必要なのか、何があれ
ばもっと暮らしやすくなるのか、「自
分たち発」の視点から、事業や活動を
考えていきます。そこで、この講座

は「支え合い活動や生きがい仕事、生
活支援サービス事業の立ち上げ支援講
座」という名称になりました。

介護保険の改正が 追い風に

2015年の介護保険の改正では、
市町村が取り組む地域支援事業が多样
化、充実されています。地域支援事業
の中でも大きく変わった「新しい総合
事業」には、「介護予防・生活支援サー
ビス事業」と「一般介護予防事業」の
2つがあります。「介護予防・生活支
援サービス事業」は、従来の要支援者
やそのような状態の人が対象のサービ
スで、訪問型・通所型サービスとその
他の生活支援サービスがあります。「一
般介護予防事業」には、サービス提供
事業ではなく、地域住民などが運営す
る社会参加型の通いの場や集いの場も
あり、要支援者等も含めたすべての高
齢者が対象です。まさに、支え合い活
動を活かす時代がやってきたと思いま
す。最初から、事業を興すことはたい
へんですが、身の回りにできる活動は
たくさんあります。皆さんも、一緒に
考えてみませんか。

災害公営住宅の 老人クラブでアドバイザー 大病が人生の転機に

齋藤勝彦さん(宮城県東松島市)

齋藤勝彦さん(59歳)は、2014年度の「支え合い活動や生きがい仕事、生活支援サービス事業の立ち上げ支援講座」の第1段階(石巻会場・9月27日)を受講。その半年後、宮城県東松島市の災害公営住宅「市営小松南住宅」で老人クラブ設立に関わり、以降、アドバイザーとしてクラブの活動を支える。

東松島市の災害公営住宅団地として最大規模の市営小松南住宅(156戸)に2015年3月、「小松南シニアクラブ」が設立された。いわゆる老人クラブで、60〜80歳代の入居者29人が会員登録している(同年5月末時点)。クラブは毎週1回、同住宅集会所での会員向けサロン「お茶会」を開く。

「会員は お客さんじゃない」

クラブのアドバイザーを務める齋藤さんは、サロンに併せて行う健康や介護予防をテーマとした勉強会、レクリエーションなどの企画・立案に携わり、時には講師や進行役もこなす。一方、

会場の準備や片付けといった運営の実務面への関与は、極力控えている。

「会員は、お客さんではありません。私は、皆さんが楽しく活動を続けていくための方法を提案し、その実現をあと押しするだけです。主役はあくまでも会員。外部の支援者が関わりすぎると、支援を受けるだけの人をつくってしまつ。それではいけない」

当初は、会員がサロン運営を積極的に担ってくれるかどうか不安もあったが、すぐに解消した。

「準備や片付けといった作業は、皆さん率先してやってくれました」

サロンの日、集会所に朝早くやってきて、周辺の草取りやゴミ拾いをする会員がいる。ホールにテーブルとイスを並べる、お茶やお菓子を出す、血圧を測る、ゲームやレクリエーションの

準備をする、終了後の片付け、掃除をする…一人ひとり、できる範囲で役割を担う。

クラブの設立以前、集会所では、市社会福祉協議会が高齢者向けサロンを開いていた。そのときの参加者が、設立時の主要メンバーとなっている。クラブ設立は、市社協に代わるサロン活動の担い手をつくる意味合いがあったが、それだけではない。

「サロン活動で終わらせるつもりはありません。ここからホップ、ステップ、ジャンプで地域のつながりをどんどんつくっていく」

すでに夏祭りなど住宅全体のイベントでは、会員が準備や運営の重要な担い手として活躍している。今後は、自治会活動への積極的な参画をはじめ、住宅内での子ども会や子育てサロンな



「お茶会」の様子



齋藤勝彦さん

さいとう・かつひこ宮城県東松島市で外構工事を会社を運営する。たわら、地元の小・中・高校で30年以上サッカーのコーチを務める。震災があった2011年、悪性腫瘍が見つかり、胃、脾臓、胆嚢などを摘出。療養を経て13年4月から15年2月まで東松島市社会福祉協議会の「訪問支援員」（臨時職員）として仮設住宅や災害公営住宅での見守り業務に従事。15年3月「小松南シニア・クラブ」設立と同時にアドバイザー就任。治療を続けながら、クラブの運営支援や住民活動のネットワークづくりに奔走。昭和31年4月生まれ、同市出身。現在、市内の自宅、母、妻、子ども2人と5人暮らし。



軽体操を兼ねたレクリエーション

どの立ち上げ支援、住民同士の見守り、近隣の幼稚園・学校との交流、他地域の老人クラブや住民団体との連携、周辺農地を活用した共同農園の整備などに乗り出したいとしている。

「人の役に立ちたい」

齋藤さんは、今年2月まで2年近く、市社協の訪問支援員として働いていた。仮設住宅や災害公営住宅を戸別訪問し、安否を確認する仕事だ。

「それだけでは、高齢者が多い災害公営住宅の課題解決につながらない」そう考えた齋藤さんは、支援員を辞め、クラブの設立と運営を通じた地域づくりに身を投じる。アドバイザーは

無給のボランティアだが、生活費は震災前からの外構工事事業の経営で、何とかまかなえる。

実は、震災以前は、地域づくりとは無縁の生活だった。震災の年に大病を患い、医師から「余命5年」の宣告を受けたことが転機となった。

「残りの人生は、人の役に立つことに捧げたいと思ったんです」

療養を経て、支援員になった。対人援助や地域づくりの講座があれば、時間が許す限り参加した。個別支援と地域づくりについての知識・経験を積み重ねつつ、東松島市に生まれ育ち、震災、津波、大病を生き延びた意味を考えた。

「人生は、自分のことよりも、誰かのために何かをすることが大事だと思う。震災と津波で傷ついた故郷で、高齢者も子どもも、女も男も、誰でも自分らしく暮らせる地域をつくる手伝いができれば、うれしい」

そう言いつつ齋藤さんは、顔をほころばせる。毎日楽しくて仕方がないという。

「今日できることは、決して明日に先延ばししないと決めたいです。時間が限られてますから。すると、とても充実した日々を過ごせるようになった」

今日という日、今この瞬間を、一杯生きること、故郷の復興と被災者の生活再建に貢献すること、この二つが、齋藤さんのなかで固く結び合っている。その結び目が、暗夜の星のように人生を導き、地域づくりの航路を照らし出している。

（木村利浩）

市営小松南住宅



東松島市が、震災・津波被災者向けに建設した災害公営住宅。3階建ての集合型住棟が12棟（計156戸）並ぶ。2014年4月に入居が始まり、15年5月22日時点で、155世帯299人が暮らす。入居者は、市内をはじめ市外・県外からも集まった。ひとり暮らし世帯は約5割で、そのほぼ半数が、65歳以上の高齢者。家族と同居している人も合わせると、高齢者は約100人で全体の3分の1を占める。所在地東松島市小松字谷地170・1

地域住民の憩う 集い場をつくりたい



佐々木純子さん(岩手県盛岡市)

岩手県盛岡市で、医療や福祉を中心に学ぶ専門学校で、教員として勤務する傍ら、震災後は、沿岸部などでのボランティア活動に取り組んでいる佐々木純子さん(43歳)。東北福祉大学の通信教育を受講している学生でもあり、社会福祉士の資格取得に向けて勉強に励んでいる。

立ち上げ支援講座は、開講した2013年から受講しており、14年の第3段階まですべて出席。地域住民の集い場の開設に向けて準備をしている。

自分を見つめなおす機会にも

東北福祉大学の授業のなかで集い場づくりに取り組んでいる事例を学び、地域の支え合い活動への関心が高まっていた佐々木さんは、立ち上げ支援講座を知ってすぐに受講を申し込んだ。

「知人などから、ネットワークが軽いとよく言われます。気になることや自分に足りないと思うことについて調べたり、考えたりすることが好きなんです」。

支援講座に参加し、自分と同じような思い、目標を持って活動しようとしている人がたくさんいることを実感した佐々木さん。日頃、ネットワークの軽さから、頼みごとをされることも多く、1人で抱え込んでしまいがちだったが、「声をかけたら力になってくれるような人が、周りにもたくさんいるかもしれない」と思えるようになった。

普段の仕事やボランティアなどでも、以前より人を頼ることを心がけて、物事をスムーズに進められるようになった。

講座を振り返りながら 道を模索

佐々木さんが立ち上げを計画しているのは、大学の授業で取り上げられた事業をモデルとしたもので、地域住民が定期的に集まり、一緒に昼食を食べたりできる憩いの場だ。高齢者や子育てを頑張っている母親など、地域の人



佐々木純子さん

たちがくつろぎながら、それぞれの楽しみや悩みを共有できる空間を目指している。

現在の仕事を継続しながらの活動を予定しており、職場のある盛岡市と、自身の出身地である岩手県洋野町のどちらかで立ち上げたいと考えている。盛岡市で開設するならば、介護などの知識や経験のある人が市内に多くいるので、必要な社会資源を集めやすいと見込んでいる。洋野町で開設する場合は、実家を改装して集い場の拠点とし、家族や知人など地元つながりを武器にして運営するつもりだ。

今はまだ洋野町と盛岡市の2種類のプランを明確化し、運営体制などについて計画を練っている段階だが、16年度中の団体設立を目標として、支援講座の講師やほかの参加者のアイデアを生かしながら歩みを進めている。

(清野哲史)



学生のボランティアをコーディネートしている

年齢や障害に関係なく、誰もが住みよい共生のまちへ

高橋博美さん(宮城県石巻市)



高橋博美さんは、2013年度より「支え合い活動や生きがい仕事、生活支援サービス事業の立ち上げ支援講座」を受講。同年9月より自宅を開放して「かたり場みっちゃんち」を開き、誰もが集える場づくりを目指す。

誰もが自由に集える場を

石巻市の中央3丁目商店街の一角でお茶屋を営んでいた高橋博美さんは、被災後、町内会長だったご主人とともに、在宅被災者の安否確認や支援物資の提供などに奔走した。町内会は65歳以上の高齢者がほとんどで、60歳以下の人数は片手ほど。商店街の店主は元気なのに、それを影で支える女性たちの沈んだ様子が気になった。無我夢中で生活再建に突き進んできたが、気持ちの疲弊感是否めない。安心して息

抜きのできる場が求められているのではない。重度の障害のある娘をもつ身として、「石巻重症心身障害児(者)を守る会」で活動してきた経験も重なり、誰もが自由に集える場をつくりたいという思いが生れた。

13年度より「立ち上げ支援講座」を受講しながら、石巻市内のさまざまな会合に参加してネットワークを広げた。赤ちゃんから高齢者までが集う「共生型」に興味を持つ石巻圏域の仲間たちと、「共生ケアを広める会」を昨年立ち上げたことや、共生型の先進地である富山県で「起業家育成講座」を受講したことも大きな勇気となった。



高橋博美さん

共生型の事業所を目指して

被災したお茶屋を畳み、リフォームして自宅のみとなったその場所で、「かたり場みっちゃんち」を始めたのは14年9月。月2回から始め、今年6月から毎週火曜日の開催に定着した。参加は無料。自分の好きな時間に訪ね

て、高橋さんの淹れたおいしいお茶をいただきながら、おしゃべりを楽しめる。サロンの常連は5人。家族の介護から、まちの復興まで、話題は多様だ。何気ないおしゃべりから、地域の課題を拾い上げる場でもある。障害のある子どもとその親が遊びに来ることもあり、□□ミで足を運ぶ人が増えている。

次なる夢は、高齢者はもちろんのこと、重度の障害児者が日中通い、必要に応じて泊まることもできる場所を地域のなかにつくること。「みっちゃんち」を、誰もが集える共生型の事業所に発展させるべく、今年中にNPO法人を設立予定。障害者福祉サービスの事業所認可を目指しながら、高齢者対象のミニデイサービスに取り組む計画だ。「立ち上げ支援講座」で出会った仲間があと押ししてくれた。近隣の医療機関との連携も深めている。年齢や障害に関係なく、ともに暮らせる地域を実現することが、高橋さんの究極の夢だ。

(小野寺知子)



「みっちゃんち」は安心できる居場所



自宅前に置かれた看板が、サロンオープンの目印

住み慣れた
地域で
暮らし続ける
ための

支え合い活動や生きがい仕事、生活支援サービス事業の 立ち上げ支援講座のご案内

住み慣れた地域で暮らし続けるために、見守りやサロンなどの「支え合い活動」や、有償の支援サービス・介護保険サービス・お店や移動販売などの「生活支援サービス事業」を、住民自らが経ち上げるためのあれこれを伝授します。講座は5つの段階に分かれています。詳しくはホームページをご覧ください(<http://www.clc-japan.com/>)。

参加
無料

はじめの一步は第1段階

- 知る**

第1段階
2015.8/22(土)～2015.10/25(日)

 - 日々の暮らしのなかで、隣近所などの地域の人を気遣ったり、気の合う仲間と「集いの場」などの支え合いの活動を始めたり、自治会や町内会などの住民組織が自ら地域に必要な事業に取り組んだり、地域で繰り広げられる活動や事業には、さまざまな入り口と発展のカタチがあります。
 - 関心はあるが一步が踏み出せない、活動をどう始めたらよいかヒントを得たい、事業化の方法を知りたいという方々を対象に、全国各地の実践報告とその解説から、地域のなかで人と人がつながり合う活動と事業の実際を学ぶとともに、次なる一步を踏み出すきっかけとすることを目的とします。
※第1段階は、ご希望の講座を複数受講いただくことができます。
- 体感する**

現地視察
2015.9/26(土)～2015.9/27(日)

 - 過疎化が進む、自然や生活条件の厳しい福島県の奥会津にある昭和村(人口1,365人(2015年5月1日現在)、高齢化率53.2%(2010年国勢調査))には、東日本大震災の被災地と共通した課題があります。条件不利地で営まれる住民主体の支え合い活動や、集落支援のしくみを現地で学びます。
※参加要件：第1段階の受講申し込みされた方および、H26年度も第1段階以上受講された方が対象です。

「思い」をかたちにしたい人は第2段階へGO!

- 学ぶ**

第2段階
2015.10/31(土)～2015.12/6(日)

 - 第1段階を受講された方で、活動や事業を立ち上げたい方を対象に、地域の課題のを見つけ方や解決方法、活動や事業の立ち上げ方などを、グループワークをとおして学びます。各地で実践するリーダーの体験談やアドバイスを受けて、それぞれの「思い」をかたちにしていくことを目指します。
※各会場30人の定員です。第1段階を1回以上受講された方が対象となります。
- 考える**

第3段階
2015.12/19(土)～2016.1/24(日)

 - 第2段階をもとに、活動や事業を立ち上げる際に役立つ知識を学びます。
 - 事業計画書の書き方、プレゼンテーションの方法などを学びます。
※各会場30人の定員です。第2段階を受講された方が対象となります。
- 踏み出す**

第4段階
2015.9/13(日)～2016.2/14(日)

 - 県域(岩手県、宮城県、福島県)ごとに開催し、受講者それぞれの活動を報告し合い、情報交換するとともに課題解決や相互交流を図ります。第3段階を受講された方が対象となります。
 - ①H26年度講座修了者対象 2015.9/13(日)～2015.9/20(日)
 - ②H27年度講座受講者対象 2016.1/31(日)～2016.2/14(日)
- つながる**

第5段階
2016.2/21(日)予定

 - 第4段階までを修了された方が3県合同で集い、全国の先駆者的実践者との交流などを通じて、さらに知見を広げるとともに、ネットワークづくりを進めます。前日には、同じ会場で開催予定の「S-1 グランプリ第3回いがす大賞」にも、ぜひご参加ください。

主催・問合せ先

特定非営利活動法人 全国コミュニティライフサポートセンター(CLC) 担当：橋本・堀切
宮城県仙台市青葉区木町16-30 シンエイ木町ビル1F TEL 022-727-8730 FAX 022-727-8737

「地域支え合い活動・事業立ち上げ相談支援センター」

がOPEN!

皆さんの活動の広がりや継続を支援するため、訪問・来所によるアドバイスを行います。

私が地域を巡って、皆さんのお手伝いをさせていただきます



センター長 酒井 保

メールマガジンの読者を募集中

地域支え合い活動や生活支援サービス事業などに興味のある方に、メールマガジンを無料で配信します。転送・拡散大歓迎。希望される方は、メールにて件名に「支え合い活動メルマガ希望」とご記入のうえ、メールアドレスを clc@clc-japan.com 宛てにお知らせください。

場

vol.1

発行日 2015年9月30日
編集 CLC/地域支え合い活動・事業立ち上げ相談支援センター
発行 特定非営利活動法人 全国コミュニティライフサポートセンター(CLC)
〒981-0932 宮城県仙台市青葉区木町16-30 シンエイ木町ビル1F
TEL 022-727-8730 E-mail clc@clc-japan.com
FAX 022-727-8737 U R L <http://www.clc-japan.com/>

この情報紙は、復興庁 平成27年度「新しい東北」先導モデル事業の「住民主体の地域支え合い活動と事業の立ち上げ支援事業」の一環として発行しています。