

みなぎ
どい
たまり
あそび
むすび



特集

高齢化率53%の昭和村に学ぶ！
住民の支え合い活動

受講生のいま

作業をとおして助け合う地域の寄合所に
日野宏敏さん（宮城県石巻市）

「全員無事」の地域文化を継承するために
佐々木真吾さん（岩手県釜石市）

「生け花さろん」で地域交流
沼田智美さん（宮城県岩沼市）

東北探訪

①「住む」と「暮らす」／福島県昭和村
地域支え合い活動・事業立ち上げ相談支援センター
センター長 酒井 保



vol.02

2015.11.30



特集

高齢化率53%の昭和村に学ぶ！ 住民の支え合い活動

住み慣れた地域で暮らし続けるために、支え合い活動や生きがい仕事、生活支援サービス事業づくりを応援する「立ち上げ支援講座」を、今年度開催しています（主催：全国コミュニティライフサポートセンター）。その一環として、2015年9月26日～27日に福島県昭和村で「現場視察―『昭和』の時代がやって来た！奥会津・昭和村に学ぶ」を開きました。

奥会津にある昭和村は、人口約3千人、高齢化率53%の村。過疎・高齢化がすすみ、生活条件の厳しい環境ですが、住民同士の支え合い活動が日常に根づいています。支え合い活動は難しいものではない！と教えてくれた、昭和村の暮らしの一端を紙面でご紹介します。



1

毎朝の井戸端会議と安否確認

集成型新聞受け

村では、一部の集落を除いて、新聞の戸別配達が行われていない。それぞれの集落のなかに、集成型の新聞受けポストが設置され、毎朝決まった時間に新聞販売店のスタッフ、各世帯の購読紙を入れていく。

配達時間の少し前になると、購読している周辺の十数世帯の住民が、一斉に外に出て集まって来る。

雨でも雪でもみんなが出てきて、新聞を持って行くだけでなく、世間話に花を咲かせ、地区行事について話し合う姿が見られる。高齢者の安否確認の場にもなっており、来ていない人がいれば、近くに住む誰かが新聞を持って行って様子を確認する。逆に、一人暮らしの高齢者などは、ここに来ることで自分が元気であることをみんなに示すことができる。新聞の戸別配達がないという不便さが、支え合いを生み出している。



2

地域のお店が、サロンの場に

ショッピングセンターハゾメ



喰丸地区にある「ショッピングセンターハゾメ」は、家族経営のミニスーパーだ。生鮮食品から日用雑貨、衣料品、化粧品など品揃えは豊富で、隣接地区からも買い物客が訪れる。売り場の脇にある事務所にはソファが置かれ、社長の羽染アキノさん（82歳）が「お茶でも飲んでいって」と呼びかけ、近隣に住む常連客たちのお茶飲み場になっている。60歳代から80歳代の女性を中心に、1日あたり少なくとも5〜6人が訪れる。客たちが料理を持ち寄って食事を楽しむこともある。



また、店では、自動車などの移動手段をもたず、徒歩では遠すぎて来られない高齢者のために、移送サービスを実施。「買いたいものが

したい」と電話で連絡を受けると、車で迎えに行き、買い物やお茶飲みを楽しんだあと、それぞれの家に戻り送り返す。常連客が顔を見せないときは安否確認も。社長の次男が経営する下中津川地区の支店は、男性のつごい場になっているという。

3

お互いの自宅を行き来してお茶飲み

酒井モト子さんの場合

下中津川地区の酒井モト子さん（71歳）は、村に伝わる「からむし織」に2001年から取り組んでいる。からむしの栽培から染色、機織りまでの工程をこなし、春から秋にかけての日中は、自宅脇の車庫で作業していることが多い。通りかかった近所の住民が立ち寄り、お茶飲みやおしゃべりを楽しむ。宴会に発展することもあるという。作業場だけでなく、居間に集まることもある。近隣住民のほか、村の「からむし織り体験生」もしばしば集まる。

「人との出会いとつながりは、人生の宝。一人暮らしになつてから、余計に感じる」と

酒井さんは話す。周囲の友人宅へ遊びに行ったり、お裾分けをしたり。「大事なのは場所ではなくて、人。楽しい場をつくれる人がいれば、そこがいい集まりの場になる」と話す酒井さん。車の運転ができなくなるため、近所の高齢者から「診療所に連れて行って」と頼まれたときは、快く引き受ける。そうした支え合いが、暮らしの一部になっている。



4

仲間と「生きがい仕事」をつくる

中向農産物直売の会



中向地区にある農家の夫婦4組が、昨年7月に産直販売のグループを結成した。メンバーは60歳代から80歳代。集落を通る国道沿いの空き地に小さなパイプハウスを建て、無人販売方式の店舗を設営。その日の朝に収穫した新鮮な野菜や乾し餅といった加工品など計約150店が並ぶ。1品あたり100円から200円の割安な価格設定と品質の高さで、周辺住民から好評を得ている。駐車スペースもあって、通りがかりの旅行者からも立ち寄りやすい。出店期間は7月から10月まで。昨シーズンは

約60万円の売り上げがあった。代表の齋藤悌三郎さん(79歳)は、「高齢になって仕事から退くと、気持ち沈みがちになって老け込む一方。自家用の畑を活かして、何かできないかと考えた」ときつかけを話す。利益は二の次。毎朝早起きして、収穫や袋詰めをし、仲間と一緒に品出しをしておしゃべりをするのが、生きがいにつながっている。



5

お祭りを復活させる!

佐倉地区の盆踊り



民や帰省客からのご祝儀だけできなう。

盆踊りはかつて村内10地区すべてで行われていたが、現在は佐倉、小中津川、下中津川の3地区のみ。このうち佐倉地区では40年ほど前、4〜5年間にわたって盆踊りが開かれなかったのが原因という。伝統行事の消滅に危機感を募らせた当時30〜40歳代の若手住民12人が、自治組織とは別に、盆踊りの継承を目的とした「佐倉祭り愛好会」を結成、盆踊りを復活させた。簡単に組み立てられるポトル締め方式のやぐらをつくるなど工夫を重ね、現在まで続けている。費用は、住民や帰省客からのご祝儀だけできなう。今年8月16日に開かれた盆踊りには、他地区の住民や帰省客からも集まり、地区人口の倍にあたる100人ほどが踊りの輪に加わった。盆踊りをとおして、住民同士の距離も縮まる。「高齢者から子どもまでが笑顔。一度休止したからこそ盆踊りの効果を感じる」と、会の代表を務める本名昭司さん(73歳)は熱く語る。

盆踊りはかつて村内10地区すべてで行われていたが、現在は佐倉、小中津川、下中津川の3地区のみ。このうち佐倉地区では40年ほど前、4〜5年間にわたって盆踊りが開かれなかったのが原因という。伝統行事の消滅に危機感を募らせた当時30〜40歳代の若手住民12人が、自治組織とは別に、盆踊りの継承を目的とした「佐倉祭り愛好会」を結成、盆踊りを復活させた。簡単に組み立てられるポトル締め方式のやぐらをつくるなど工夫を重ね、現在まで続けている。費用は、住



昭和村のような住民の営みを、あなたのまちでも探してみよう!

作業をとまして助け合う 地域の寄合所に

日野宏敏さん(宮城県石巻市)

日野宏敏さんが代表を務める宮城県石巻市の「とやけの花」には、ピザ窯がある。2015年の夏、仲間と一緒に手作りしたピザ窯に火が入ったのは9月下旬。福祉や医療に携わる仲間が集まるにぎやかな場となった。



日野宏敏さん

施設で介護の仕事をしていた日野さんが、「株式会社とやけの森」を立ち上げ、デイサービス「とやけの森」を開設したのは10年4月。その後、ケアマネジャーなどに地域に必要なサービスをアンケートしたところ、「運動ができる場所がない」ということがわかり、12年10月には運動の要素を多く取り入れたデイサービス「とやけの空」を開所。14年6月には、介護相談所「とやけの虹」をスタートさせた。

介護保険対象者でなくても利用できる場を

介護保険を対象とした事業を展開してきた「とやけの森」だが、15年4月の介護保険制度の改正により、要支援1・2の人がこれまでどおりの介護が受けられなくなる可能性がでてきた。あわせて介護保険対象外の人たちのことを考えると、別な取り組みが必要だと思われた。日野さんは「介護保険以外の事業はよくわからなかったので、立ち上げ支援講座を受講しました」と話す。

地域の資源を生かした活動を創造する

立ち上げ支援講座に参加して感じたのは、実践者の反骨精神だったという。また、地域に根づいた地域包括ケアのシステムが実際に活用されるには10年から20年もの時間がかかるということも感じ、一刻も早く始めなければと思った。



ひと粒ずつ、丁寧に梅を干す

て、作業をとまして互いに助け合い、自分の役割をもってまわりの人と関わる暮らしをすることを目的にしている。開所は月、水、金曜の週3日。利用料金は1500円(昼食は別途500円)。現在は高齢の女性2人がレギュラーで利用し、草取り、習字、クラフト編みなどの軽作業を行っている。

これまで「とやけの花」では味噌づくりや柿渋づくりなどをしてきた。日野さんは「柿やクルミなど、現在ではあまり利用されなくなった地域の資源に光をあてたい。引退したり、介護を受けている人にも、得意なことを見出して役割を担っていただきたいと思っています」と話す。

また、地域の良さを知るには、ほかの地域で暮らす人との出会いが大切だと考える日野さんは「とやけの花」を、地域住民と訪問者との出会いの場にしたいとも考えている。その仕掛けの一つがピザ窯だ。年代も住んでいる地域も得意とすることなども異なるさまざま人が集い、生き生きと活動し、ここに暮らす人も地域もさらに輝く場になると期待される。

(熊谷智美)

「全員無事」の地域文化を 継承するために

佐々木真吾さん(岩手県釜石市)

岩手県釜石市佐須地区出身の佐々木信吾さん(41歳)は、会社勤務を経て2004年に家業の漁師を継いだが、東日本大震災で家や仕事を失った。応急仮設住宅で暮らしながら、地域づくりに携わる。

甚大な被害を受けた故郷をなんとかしたい、という強い思いが、立ち上げ支援講座の受講へ駆り立てた。学びのなかで知った、高知県津野町にある農村交流施設「森の巣箱」のように、廃校を活用して商店や食堂、宿泊機能も設け、地区内の人が交流するだけでなく、外からリーダーが訪れる場所を釜石につくられたら、という大きな夢を抱く。



佐須地区に残る「全員無事」のペイント



佐々木真吾さん

地区に残る 「全員無事」のペイント

生まれ育った佐須地区は震災当時、人口が約110人で、そのほとんどが漁業従事者だった。津波により26世帯中13世帯の家屋と、約70隻の漁船が流出。地区の半分が被害を受けたが、さしいわいにも犠牲者はいなかった。津波警報が出る前に各々が即座に動き、避難場所である佐須集会所に全員避難したあと、さらに高台へと自主的に避難したからだ、と佐々木さんは振り返る。

佐須集会所周辺の路面には、白いペンキで大きく書かれた「全員無事」の文字が残る。佐須住民たちの誇りの象徴でもある。しかし、4年の月日を経て文字がかすれ、消えかかっていたため、佐々木さんは地元の小中学生と一緒に文字を書き換えたいと考えている。防災教育の一環として2〜3年に1回ペイントを塗り替えながら、「なぜ全員無事だったのか」を後世に語り継ぎたい。自分の命を守る判断力を養い、「全員無事」の地域文化を継承したい。すでに町内会長や市役所に相談をして、検討を重ねている。

年齢、性別、役職を 越えた交流を

佐々木さんが避難生活を送った旧尾崎小学校は、最大で約400人が寝泊まりした。134年の歴史ある小学校だったが、10年3月に閉校。その1年後に震災が起き、手つかずだった校舎と体育館が、尾崎白浜・佐須地区住民の避難場所として開放された。いまは校舎が解体されてしまったが、もしも建物があれば、釣り客や観光客向けの休憩所を設け、漁業体験・伝統料理教室などを開く「漁村交流施設」として活用できるのでは、と思いつく。

新旧の住民の交流を図る「平田どうもの会」に所属する佐々木さんは、これまで地域通貨「どうも」や週3回の交流サロン「どうもカフェ」の運営、セミナーの開催、新聞の発行などに関わってきた。非常時だけでなく、日常からの地域との交流が重要だと身をもって実感したからだ。年齢、性別、役職を越えた交流が大事、と話す佐々木さんの笑顔が印象に残る。

(小野寺知子)



「生け花やろん」で地域交流

沼田智美さん(宮城県岩沼市)



茶席の作法を習い、お抹茶を楽しむ

生け花やろん

沼田さんが始めたのは、「生け花やろん」。単なるお茶会では最初から人が集まらないと思い、自分がやりたいと思っていた生け花を、気軽に学べる

沼田智美さんは、宮城県岩沼市桑原地区にある公営住宅に住む。震災から4年が経ち、自分の生活を振り返ったときに地域との関係の希薄さが気になるようになって、コミュニティづくりを考えるようになった。地域活動で役職を務めた経験もない一介の住民の立場で、何ができるのかと思い悩みながらも、まずは自分が第一歩を踏み出さないと奮起。2015年2月から、桑原集会所でサロンを月1回始めた。走り始めたものの、この場をどのように維持し、展開していけばよいのかを学ぶため、立ち上げ支援講座を受講したという。



沼田智美さん

場にしようと考えた。市社協のボランティアセンターに相談したところ、生け花とお茶をたしなむ講師が見つかった。

毎月第2火曜日の13時半から2時間、口コミで集まった12〜13人が桑原集会所に集う。サロンは2部構成で、第1部で生け花を楽しんだあと、第2部は毎回趣向を変えて、ボイストレーニングやリンパマッサージ体験、フルート演奏や安来節の観賞などを楽しんでいた。

この日は、特別イベントデーと題し、第1部で苔玉づくりをしたあと、第2部でお茶席を想定した薄茶の作法を習った。同じ材料なのに、一人ひとり表情の違う作品が生まれるのは、苔玉も生け花も同じ。その面白さに、おしゃべりが弾む。その後は、机の並びを変えて即席のお茶席となり、先生からお菓子のとり方や食べ方、抹茶の立て方や飲み方を学んだ。この日のために沼田さんが金沢市から取り寄せたという和菓子も、雰囲気さらに盛り上げ、参加者の満足度は高い。さろんが

終わると、みんなで会場をさっと掃除し、笑顔で帰宅してさる。

お花をデイサービスに飾る

参加者には、そのときのプログラムに応じて、毎回千円程度の実費を負担いただき、花代やお茶代に充てている。すべての講師は無償で引き受けてくださっており、指導するうえで必要な講師の花代も講師が自己負担していた。同年5月より市社会福祉協議会の助成金を受けることができ、講師分の花代をさるんで負担できるようになった。え、講師のいけたお花を、社協が運営するデイサービス事業所に飾るようになった。「生け花やろん発信のお花が、たくさんの人に喜んでいただけるのはうれしい」と沼田さんは微笑む。習ってみたかったという太極拳のサークルも立ち上げた沼田さんの、次なる行動力に注目だ。

(小野寺知子)



苔玉づくりに挑戦

酒井所長のご近所★

東北探訪

①

「住む」と「暮らす」 ／福島県昭和村

地域支え合い活動・事業立ち上げ相談支援センター
センター長 酒井 保

初めて昭和村を訪れたのは、今年の9月。「昭和」の時代がやって来た！奥会津・昭和村に学ぶ」と題した現地視察研修に講師の一人として参加したときのこと。冬季の積雪など、厳しい自然条件と過疎化が進む福島県昭和村（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）のそんな村の暮らしから「住民主体の支え合い」を学ぼうと企画された研修に参加した僕は、村のお年寄りたちの普段の暮らしぶりにふれて、「住むこと」と「暮らすこと」の違いを意識するようになった。

10月11日、その村で収穫祭が催されると聞いて、某NPOの取材記者であるK氏と共に村を訪ねた。先の研修において、僕の出番は一幕だけであったが、催し会場に入るなり、「あのときの先生！」と村のお年寄りたちから声をかけられ、「上がってけ！食べてけ！飲んでけ！」と財布を取り出すこともないまま……お腹が一杯に賑らんだ。

お茶を飲みながら交わす村のお年寄りの雑談に深く頷く僕。

「昭和村が元気になるっちゃうことは、村のもん一人ひとりが元気になるっちゃうことだよな」

「そろそろあたしや思うのよ自分の元気が人を元気にさせるって」

「あたしらみたいに、まだ動けるもんが元気に振る舞って元気を裾分けしないとね」

「こっちが元気でねえのにさ、お茶のみこ、酒飲みこに誘ってもさ、相手は元気にならねえちゃうこったさね」

「みんなでさ、仲良くいつまでも、この村で暮らしてえものな」

「住むこと」と「暮らすこと」の違い……村のお年寄りの雑談にその答えをみつけた。



場
vol.2

発行日 2015年11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 URL 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。