

はじめに

新型コロナウイルス感染症は、私たちの暮らしを一変させました。たとえば、これまで時間をかけて住民が創意工夫を重ねてきた「集める通いの場」は、3密（密閉・密集・密接）を避けるため、その多くは自粛となりました。その一方で、コロナ下での住民の皆さんの暮らしに寄り添ってみると、友人・仲間や同じ地域に暮らす住民が孤立したり、家に閉じこもり体調を崩したりしないようにと声かけやおすそ分けをしたり、屋外で散歩やラジオ体操をしたりという姿がみえてきました。スマートフォンなどICTを活用したつながりも、高齢者の暮らしのなかに根づきつつあるということもみえてきました。コロナ下でも、「自発的に小さくつながる」といった取り組みが、住民の皆さんにより開発されていることに気づかされます。こうした取り組みは、ウイズコロナ、アフターコロナの地域づくりに大いに役立つとともに、多くの地域で活動を考える際に参考となるものと思います。

本書は、全国各地の多様な住民実践を、第4章でできるだけわかりやすく紹介し、活動の意味や価値を紐解いています。こうした実践をもとに、コロナ下でも安心して活動し続けることができるよう、第1章では、コロナ下における住民活動から見えてきた新しいつながり方等を、第2章では、安心して活動するため、医学的見地からの感染対策を、専門家による解説を掲載しています。第3章では、コロナ下での住民活動の留意点として、準備と心構えをステップを踏まえて、丁寧に解説しています。また、さまざまな立場でかかわっていただいた研究委員には、それぞれの視点を「コラム」として掲載させていただきました。

本書が、住民の皆さんの活動やそれに寄り添う支援者の、日常的なガイドブックとしてお役に立てれば、幸いです。

全国コミュニティライフサポートセンター 理事長

池田 昌弘

はじめに……………1

目次……………2

第1章

コロナ下における住民活動……………3

第2章

安心して活動するための医学的見地からみた感染対策……………7

コラム

コロナ下でもしなやかに暮らす(宮城大学教授 大塚真理子)……………14

第3章

コロナ下での住民活動の留意点……………15

コラム

コロナ下をきっかけに地域包括ケアを進めていきますか？

(厚生労働省老健局 認知症施策・地域介護推進課地域づくり推進室室長補佐 佐々木忠信)……………19

第4章

事例から学ぶ……………27

事例の読み方……………28

事例1 神奈川県川崎市 NPO法人すずの会……………30

コラム

コロナ下における住民活動の変化(NPO法人すずの会代表 鈴木恵子)……………34

コラム

コロナ下における埼玉県の取り組み(埼玉県地域包括ケア課主任 原田祐太)……………35

事例2 埼玉県長瀨町 ささえ愛ながとろ……………36

事例3 愛媛県松山市 松山市石井東地区社会福祉協議会……………40

コラム

私たちがコロナ下で学び得たもの(愛媛県松山市民生児童委員協議会会長 高岡順子)……………44

コラム

「思い」をつなげる仲間をつくる(沖縄県北谷町 福祉課 高原充江)……………45

事例4 沖縄県沖縄市 泡瀬第三自治会……………46

事例5 福島県福島市 社会福祉協議会立子山協議会……………50

コラム

状況に対応しつつ別のカタチで想いを表現

(福島市渡利地域包括支援センター所長 齋藤理恵)……………52

事例6 奈良県天理市 ニコニコ食堂……………53

事例7 山梨県小菅村 小菅村社会福祉協議会……………56

事例8 福岡県久留米市 くるめオンライン公民館……………58

解説

地域事例の解説(宮城大学教授 大塚真理子)……………60

事例9 青森県蓬田村公共交通空白地有償運送(愛称：蓬田村たすけあい交通)……………62

事例10 群馬県太田市 太田市社会福祉協議会……………64

事例11 兵庫県淡路市 淡路市社会福祉協議会……………68

事例12 東京都板橋区 板橋区社会福祉協議会……………73

解説

支援者事例の解説(日本大学教授 諏訪 徹)……………78

研究委員会名簿・執筆分担……………80

第1章

コロナ下における 住民活動

日本大学 文理学部 教授

諏訪 徹

2 年以上におよぶコロナ下において、私たちの暮らしは一変しました。なかでも当たり前だった地域での住民活動が、「集うこと」を制限されました。そのような状況下で活動の継続のために何が行われたのか、日本大学文理学部教授 諏訪徹先生に解説していただきます。

2020（令和2）年当初に新型コロナの世界的な流行が始まってからほぼ2年がたちました。この間、私たちのそれまでの暮らしは、いやおうなく変容させられました。人と人が会い、おしゃべりし、一緒に何かを楽しむ、その延長で暮らしのなかで互いを気にかけて、支え合うことをたいせつにしてきた住民活動も、活動休止を余儀なくされたり、これまでどおりの活動ができなくなったりしています。

しかし、この2年間、私たちはただコロナにやられっぱなしだったわけではありません。コロナ下でも、むしろそうしたときだからこそ、人と人とのつながりを絶やさず、孤立を防ぎ、暮らしのなかの楽しみを失わないよう、形を変えたつながり方のレパートリーを創り出す創意工夫が、全国各地で生まれました。それは、パンデミックのなかで私たちが獲得した知恵、力であり、未来に継承すべき、勇気、希望、レガシーです。

第1章では、この2年間のコロナ下で、これまでの住民活動に何が起きたのか、新しいものとして何が生まれ、未来に何をつないでいくのかを考えます。

何が起きたか

1 感染の波との一進一退

新型コロナのなかで住民活動全体がどうなったのかを全国的、継続的に調べた調査はおそらくありません。しかし、都道府県や市町村単位での各種の調査や、各地の実践報告などは数多く発信されています。

それらを踏まえると、2020（令和2）年4月に緊急事態宣言が発出された第一波の時期には、さまざまな住民活動が、ほぼ活動をストップしたと思われます。筆者がかかわってきたいくつかの地域でも、町会・自治会や民生委員協議会の活動、サロン活動、生活支援体制整備事業の協議体等は2020（令和2）年3月前後頃から軒並み中止となり始め、緊急事態宣言以降は一

気に休止しました（ただし、有志による手づくりマスクの作成・配付活動などは、この時期に自然発生的に各地で行われています）。

活動再開の動きが最初に表に出てきたのは、2020（令和2）年7月前後でした。5月下旬の緊急事態宣言解除後、厚生労働省や東京都健康長寿医療センターなど、公的な機関から住民活動に関する各種のガイドラインが発出され、これらを各地域が咀嚼して地域版のルールをつくり、活動再開への支援が行われるようになったことや、Zoom活用などの手段が普及していったことも、これを後押ししました。

ただしこれ以降も、感染がおさまりに前向きな気持ちに戻りかけたかと思うと、また次の感染の波に襲われるという、一進一退を繰り返しました。このなかで、これまでと同じ活動を同じようにできるまでは活動を休止するところ、3密・会食・多人数等を避ける形にしたり、オンラインや配食にするなど活動形態を変えて活動を再開したところ、それまでとは別の新しい活動に取り組むところなど、個々の団体や地域によって、対応が分かれていきました。

2021（令和3）年6月前後からようやくワクチン接種が進み始めたことを期に、状況が変化することが期待されましたが、その後も、感染力が各段に強まった第5波、第6波に襲われています。すでに形態、方法、内容を柔軟に変えてコロナ下での活動を確立してきたところは様子をみながらも活動を続ける一方、休止を続けてきたところそのまま休止しているという形で、住民活動の対応は分化していると考えられます。

この間に休止された地域の行事や祭が、もし今後も再開されなければ、地域の世代間のつながりや人材発掘が途絶え、10年後に民生委員や町会・自治会の役員を採せなくなる、という後遺症を長く残すかもしれません。

2 住民活動を阻害した要因

住民活動を疎外した基本的な要因は、いうまでもなく感染症への不安です。感染症が未知でワクチンもな

かった2020(令和2)年度、ワクチンは普及しても治療薬が普及しておらず医療の厳しいひっ迫を経験した2021(令和3)年度と、今も「安心してコロナに罹れる社会」とはいえません。住民活動の担い手も参加者も重症化の恐れがある高齢者ですから、このような状況下では、活動に消極的になったり、活動再開へのメンバーの合意形成が難しくなったりするのは当然です。

しかしその他の要因もあります。筆者がよく見聞きしたのは、場所の制約、行政等からの制約、社会的圧力です。

場所の制約は、サロン等を行う場所が使えなくなったというものです。自前の拠点をもっている住民活動は少数であり、建物の設置・管理者のルール・判断に左右されました。自治体等からの制約は、自治体が事業実施主体や助成金等で関与している活動で聞かれましたが、おそらく関与の根拠があまりはっきりしない自粛の要請なども、地域によってはあったのではないかと思います。他方で、住民の不安を受け止めつつ、活動再開に向けて一緒に考え、積極的に支援した支援機関や自治体も数多くあります。場所の確保への支援助成を行った自治体もありました。介護保険施策が生活支援体制整備事業を取り込んだことに象徴されるように、住民活動が社会にエッセンシャルなものと考えるのであれば、再びこのような状況が起きたときにどうしていくのか、今後検証し、考えておくべき課題です。

社会的圧力は、高齢者本人は再開したサロンに行きたいが、遠方の子どもたちから絶対にやめてくれといわれている、自分が会長のときに感染者を出すわけに

いかないと行事の休止を選択せざるを得なかった自治会長など、さまざまなものが聞かれました。とりわけ感染した場合に地域からの非難や差別を恐れての自粛は、かつてのハンセン病への差別と同根のものであり、私たちの社会の脆弱さもあらわになりました。

何が生まれたか、 未来に何をつなぐか

3 新しいつながり方・活動・連帯の創出、 自然な小さなつながりの再発見

一方、新しいつながり方の創意工夫も数多く生まれました。典型的なものは、集まる形態の活動から、ZOOMやLINEの利用や、配食やフードパントリー、訪問活動や物や手紙・メッセージを届ける活動、電話など、別の形態に切り替えて活動を続けたというものです。集まる形態を維持した場合は、基本的な安全対策を講じて、時間を短くしたり、人数を分けて少人数としたり、などが行われました。新しく広がった活動としては、屋外で行う体操、ウォーキング、農業系の活動などが典型です。

全国各地で自然発生的に行われたマスクづくり、メッセージカードなど、同じ時間・場所に集まるわけではなく、それぞれが別の時間・場所で取り組むけれども、何か共通のことをして、それが人と人をつなぐという活動もみられました。本書でとりあげる淡路市(事例11)のプランターファームは、それを全市



的に展開し、農作物等を育てる過程や、収穫物を交換し合う過程を媒介に、暮らしの営みのなかでの自然な交流が生まれる環境をつくりだした取り組みです。

また、新しく活動を起こすのではなく、コロナのなかでも続けられている暮らしのなかのつながりを再発見し、発信しようという動きもみられました。事例10太田市の「つながる通信」のように、暮らしの営みのなかで、より小人数で自然に顔をあわせたり、話が生まれたりという、地域にすでにある場や機会の価値に着目するものです。

これまで、ともすれば、サロン活動や介護予防体操など、活動の企画運営者という人たちがいて、プログラムがあって、人を集めて、というものを住民活動と捉えてしまいがちでした。しかしサロンに来られない／来ない人はどうするのかということが、どの地域でも話し合われてきたように（それで見守り活動や訪問活動が行われるわけですが）、これまでの形態だけでは限界があったのは明らかです。

コロナ下で生まれた新しいつながり方は、私たちのつながり方のレパトリーを広げたといえます。

4 活動の継続・創出の源泉となったものは何か

2020（令和2）年4月の最初の緊急事態宣言のとき、表立っての活動は休止していても、まずマスクづくり・配付活動をしたり、地域で気になる人には声をかけ・メッセージを届けたり、話し合いを続けて地域で起きていることを共有したり、といった形で、実は活動を止めてはいなかったというグループは、形を変えた活動・新しい活動に移行しているようです。一方、コロナが明けたらこれまでどおり活動を再開しようと休止し、その期間が長引くにつれて、メンバーの活動意欲が低下してしまったという声も聞かれます。

コロナ下で新しい活動に取り組んだ方々からお話を伺うと、①こんなときこそ動かなきゃとみんなが強く思った、②とにかく話し合いを続け活動を止めなかった、③感染予防について信頼できる専門家の助言を得た、④自分たちの責任で自律的に判断し活動した、⑤これまでの活動の再開にこだわらずやれることをやった、という共通点がみられます。

コロナ下で行われた住民活動、支援活動の内容や方法はさまざまですが、結局、その根底には共通して、コロナに負けない、一緒に前を向こうというメッセー

ジや願いがあったのではないのでしょうか。メッセージカードや、シトラス千羽鶴プロジェクト、つながる通信、プランターファームなどは、このような共通の願い・祈りを可視化する媒体であり、連帯のシンボルであったといえます。

連帯を可視化するシンボリックな活動は、各種の社会運動（たとえば#me too, black lives matter）や福祉関係のオレンジリボン運動など、さまざまなものがありますが、小地域で集まる・交流するというイメージが強かった地域福祉の領域では、あまり意識化されてこなかったかもしれません。コロナに罹患した人への理不尽な差別など、これからも繰り返されるだろうこの種の問題に抗していくことができる懐の深い社会にしていくためには、私たちのつながり方や小地域の住民活動のレパトリーとしても、忘れずに銘記しておく必要があります。

終わりに

「小さなつながり、小さな活動がなくなったときには、あっという間に地域は崩壊しますよ」「月1回でも会えるってということがどれだけ大きいか。それはコロナで感じました」。私が聞いた住民活動のリーダーの方々の言葉ですが、各地域の住民活動のリーダーの方々はみな同じ思いだったのではないのでしょうか。これまでのような活動ができなくなったことで、私たちは、一見、不要不急にみえるかもしれない住民活動の意義を再認識しました。

今後、とんでもない変異が起きず、治療薬が普及すれば、ポストコロナといわれる社会がくるのだと思います。そのときに単に従前の活動が再開できてハッピーというだけではないでしょう。地域への後遺症を残さないよう、コロナ下で失われたかもしれない小さな活動、小さなつながりや集まりの機会を回復し、新しい活動のレパトリーを定着させ、より多様で豊かなつながり、しなやかで強い地域をつくっていくことが求められます。

二度とあってほしくない（しかし歴史的には繰り返されてきた）この時期に、私たちの社会は創意工夫や連帯を創り出したのだから、これからもそれができると信じたい、と思います。

第2章

安心して活動するための 医学的見地からみた 感染対策

東北大学 大学院 教授
(厚生労働省 新型コロナウイルス感染症対策本部
クラスター対策班)

小坂 健

未だ続くコロナ下であって、住民活動を継続していくにはどのようなことに注意したらよいのでしょうか。本章では、新型コロナウイルスの感染予防対策と、住民活動を続けるに当たっての提言を東北大学大学院教授の小坂健先生にお願いしました。

「3密の回避がたいせつ」といわれる理由

当初、新型コロナウイルスは「飛沫感染・接触感染が中心」といわれていました。現在では「エアロゾル感染」が主体であることがわかってきたのです。エアロゾルとは、大きさにかわらず空気中を漂う粒子のことをいいます。つまり、飛沫感染であれば1~2メートルでウイルスは落ちてしまうのですが、新型コロナウイルスはもう少し大きなものでも漂うということがわかってきたために、「3密の回避がたいせつ」という結論になったのです。

また、新型コロナウイルスは、口の中でも感染します。感染初期を分析したデータを見ると、鼻咽頭だけでなく、唾液のほうにたくさんウイルスがいることが

わかりました。ですから、**感染対策**という意味では、「しゃべることへの対策」が非常に大事だといえます。また、「歌う」という行為でかなりのウイルスが放出されることが、新型コロナウイルスの特徴であることもわかりました。

オミクロンについては、感染サイクル期間や振幅期間が短いことが特徴です。あまり重症化しないといわれていますが、ワクチン接種が進んだり、治療ができるようになったということもあり、本当に重症化しないかはわからない部分もあります。肺で増殖しにくいこともその要因として考えられています。潜伏期間が短く、発見されたときにはすでに周囲の人が感染しているといったことがあり、感染防御はなかなか大変です。

前提 1

エアロゾル感染の観点で考える

これまでの研究からわかることは、「新型コロナウイルスでは接触感染はほとんど起こらない」ということです。「それなのに我々は、表面の消毒ばかりをしているのではないか」ということを、一流の科学雑誌である「ネイチャー (NATURE)」でもいっています。表面を触ってウイルスが少し着いたとしても、それが口の中や肺にはなかなかたどり着きません。「ウイルスは3日経っても生き残る」とも言われますが、環境中では減弱し、1000分の1程度になりますから気にする必要はありません。

私がお昼によく行くお店は、私が席を立つと、机、イス、パーティションまで消毒します。アルコールを噴霧して拭いたりしますが、噴霧をするとウイルスが舞い上がってしまいますから、これはやってはいけない対応です。こうした消毒よりも、エアロゾル感染への対策が大事です。

エアロゾル感染への対策を考える際には、感染した人が喫煙者で、タバコを吸っている状態を想像してく



「密閉」「密集」「密接」を意味する3密を避ける啓発ポスター



アルコール噴霧よりもエアロゾル感染の対策を

ださい。タバコの煙をなるべく吸いたくないときに、何をしたらいいかを考えてみましょう。少し距離をとることで、直接吹きかけられることをある程度防ぐことができます。パーティションがあれば、直接大量に煙が吹きかかることを防ぐことができるかもしれません。ただ、換気の悪いところでは、時間が経てばタバコの煙は漂ってきますので、非常に換気は有効です。マスクをきちんと隙間がないように着けてもらうことも有効です。

前提
2

抗原検査キットについて

今、いろいろな場面で抗原検査キットが販売されています。鼻の奥に綿棒をつっこみ、15分くらいで結果が出るものです。介護施設、医療機関、学校などに国から配られている場合もあります。これは迅速性があっていいのですが、ウイルスがたくさんいる場合に陽性になります。医療者は、抗原検査キットの使用については、症状のある人で、すぐに検査したい際に使うことを基本としています。「研究用」と書かれた迅速キットは、精度管理をされていませんので、使用しないようにしてください。薬局でも国が認可したものが販売されていますので、使うのであればそうしたものを使ってください。

続いて、新型コロナウイルスの感染予防に関する具体的な対策をご紹介します。

具体的な
予防対策
1

マスク

マスクは不織布や医療従事者用の高性能のマスクであっても、完全にウイルスを予防することは難しい場合があります。一番大事なことは、**感染している人がマスクをしていると、人にうつす確率がかなり減るという点です。**とくに屋内など換気の悪い場所では、みんながマスクをすること（ユニバーサルマスクング）が感染予防の観点ではたいせつです。

いろいろな研究によって、ウレタンマスクはあまり役に立たないことがわかっています。不織布マスクを1枚でいいので、隙間なく正しくつけることがたいせつです。

動物実験では、このような行動によってウイルス量が少なくなれば、重症化しないということがわかっています。



ハムスターのマスクの有無による新型コロナウイルスの重症化の違い (Clin Infect Dis. 2020 May 30;ciaa644.)

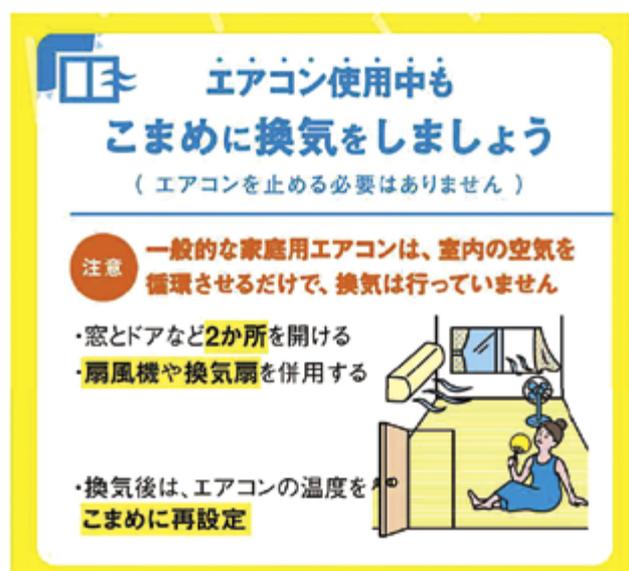
マスクは重症化を防ぐ効果も期待できる

換気

換気は感染予防ではとても大事な対策の一つです。その一方で、湿度を保つこともたいせつなのです。新型コロナウイルス自体は、高温多湿ではやく死滅することもわかっています。人間の気道粘膜も湿度が保てていたほうが、異物が入ってきたときに排除できます。また、空気が乾燥していると飛沫の粒子が小さくなって、小さくなればなるほど遠くに飛ぶため、体内深くに入っていきます。ですから、相対湿度40%以上を目指しましょう。なるべく湿度が高いほうが、新型コロナウイルスを防ぐという意味でも望ましいといえます。

「換気状態の見える化」ということで、CO₂モニターが使われ始めています。これは設置する場所が非常に大事です。人がいるところで、一番換気の悪そうなところに置くようにしましょう。1,000ppmを超えないように換気を行います。一般的な屋外だと400ppm程度で、人が多くなるとCO₂は上がります。ただ、石油ストーブやファンヒーターをつけていると、あっという間にCO₂モニターの数値が上がるため、うまく使えないことがあることを念頭におきましょう。

また、エアコンをつけて風が来ると、まるで換気ができているように思ってしまうますが、一部のメーカーの最新型のエアコン以外は、換気はできません。多くの人が使っているエアコンは、換気ができないと



厚生労働省資料

エアコンの風では換気できないことを啓発

いうことも合わせて念頭に置かなければなりません。

温度と換気と湿度の関係

あるクラスターが起きた介護施設では、湿度を保とうとして換気ができず、CO₂濃度が2,000~3,000まで上がったということです。

温度と換気と湿度のなかで一番大事なのは、実は温度です。温度が18度以下、つまり寒いと、脳卒中、心筋梗塞などの多くの病気が起こる原因となります。ですから、まずは温度を上げることが必要です。

その次に、換気です。冬の間は換気をすると温度が下がってしまうので、2段階換気などの工夫をすることが重要です。

最後に、湿度です。湿度は換気よりは重要ではありません。

人数制限

もうひとつ大事なこととして、人数制限があります。日本ではあまり取り組んできませんでした。たとえばシンガポールでは、感染者が増えてきたら、それまで「食事は5人までOK」だったのが「2人までにしてください」となりました。韓国やカナダでも、人数制限の措置がとられています。

最新の研究によると、一番効果があるのが「集まりの人数制限」です。日本で緊急事態宣言を出すと、新規感染者数が2割程度減ります。まん延防止等重点措置で1割減ります。世界中の論文の集計によると、集まりを10人以下にすると、4割以上を減らすことができるといわれています。残念なことではありますが、感染が流行しているときは、人の集まりを減らしていくことが一番効果があります。

学校の休校も効果がありますが、小中学生であれば親御さんがみなければなりません。あるいは家族内感染が増えて、高齢者の死亡者がかえって増えるということも考えられるので、医療がひっ迫しているときに実施することは大事ですが、そうでないときには実施しにくい対策だといえるでしょう。

ワクチン

mRNA (メッセンジャー RNA) ワクチンは、表面のスパイクタンパク質という、コロナウイルスの突起にあたる部分の設計図である mRNA が壊れないように、ナノパーティクルという小さな脂の粒子に mRNA を入れて筋肉注射するものです。筋肉注射だと、しばらくそこに残っていて、スパイクタンパク質を作り続け、抗体ができていきます。このワクチンはヒトの核に入り込むことはないので、ヒトの遺伝子に影響することは理論上はありません。ほとんどが数日から1週間程度で分解されるものでできているので、比較的安全だと思いますが、スパイクタンパク質によって、主に若い人の心筋炎が副反応として報告されています。若い人への接種は、mRNA の少ないファイザー社製のものが推奨されています。単に抗体ができるだけでなく、細胞性免疫が誘導されるワクチンなので、**本当の感染があったときにすぐ抗体をつくり、感染した細胞**

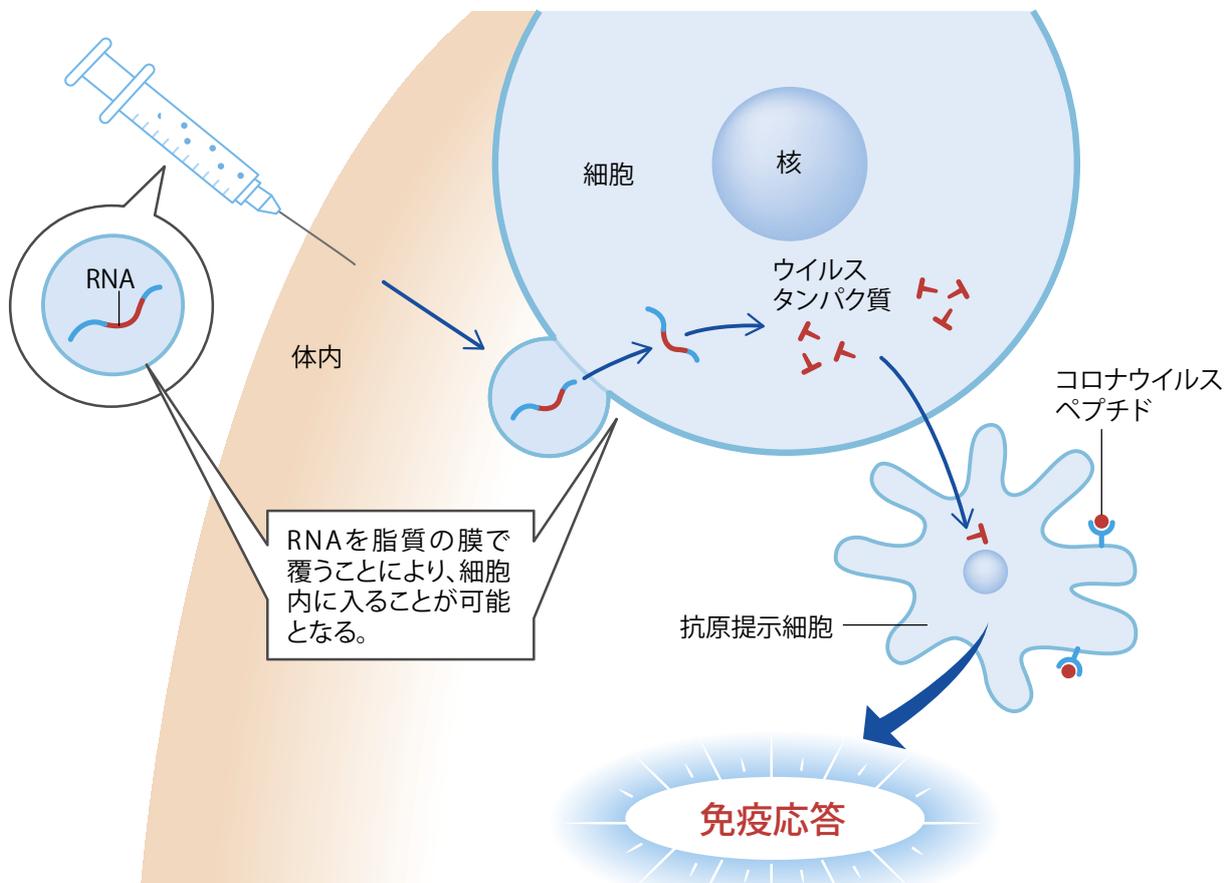
を壊すことができるので、重症化をかなり防ぐことができます。インフルエンザワクチンなどと比べても、非常に有効性の高いワクチンです。

研究によると、こうしたワクチン接種によって、入院や死亡などの重症化を長い期間防げることがわかっています。

ワクチンを打つことで重症化は防げても、残念ながら感染を完全におさえることはできません。症状もほとんどなく、軽い症状で感染を広げてしまうことがあり得るのです。

以上、コロナ下で気をつけることの主な3本柱は、マスクの着用、換気、ワクチンで、これで変異株であっても重症化を防ぐことができます。これにプラスして、地域の感染状況をみながら人数制限をしていくことがたいせつです。

このようなコロナ下においても人と人がつながることのたいせつさが、科学的見地からも証明されています。このことについて、説明したいと思います。



mRNAワクチンの特徴

提言 1

コロナ下でみえた 「社会的処方」の たいせつさ

コロナ下で改めてわかったことは、「一人ではつまらない」ということです。栄養や摂食嚥下では、「何を食べるか」「どういうとろみをつけるか」がたいせつだと考えられていますが、実は「誰と何を食べるか」のほうがたいせつなのです。ある調査では、一人で食事をしている男性は、家族で暮らして家族と食事をする男性よりも2.7倍うつになりやすいことがわかっています。

宮城県の男性は、「日本で一番歩かない」と言われています。私も普段はあまり歩かないのですが、コロナの前に京都に行ったときは、いろいろな場所に行くのが楽しくてあっという間に2万歩も歩きました。**健康を維持するにはこういう内発的な動機、つまり「ワクワクするようなこと」が必要です。**この内発的な動機づけのための3要素が、図にある「自立性」「熟達」「目的」です。

近年、イギリスなどでさかんにいわれているのが「社会的処方」です。これは、たとえば「痛み止めを処方するかわりに、社会活動を処方しましょう」という動きです。

ある研究では、「ばらばらで踊る」「一部合わせて踊る」「みんなで合わせて踊る」の3種類の中で、痛みに対しては「みんなに合わせて踊る」ことが一番効果がありました。大人数で第九を歌うことで痛みを忘れ

る、という事例もあります。この考え方がいろいろなところに広まっていくといいと思います。

提言 2

新しい健康の概念

2011（平成23）年にオランダのマフトルド・ヒューバーが、新たな健康の概念を提起しました。それは、「我々が生活をしていると、社会的、身体的、感情的ないろいろな困難がある。それに直面したときに、適応してなんとかやりくりする能力を新しい健康の概念としよう」というものです。

これには、いろいろな人が交わる、いわゆる「ごちゃまぜ」ということが大事だといわれています。我々は、生活困窮者、外国人、障害者などのレッテルを貼ることがよくありますが、そういうみんなが一緒になっていくこと。**サービス提供者の側もサービス受領者も一緒になってどちらかわからないというごちゃまぜになることがたいせつです。**

私がかかわっている東日本大震災の被災地で、ある人に「俺たちはいつまで被災者のふりをしていればいいんだ」と言われたことがあります。そう言われて、はたと気づきました。被災者、支援する側、という立場がずっと固定していたのです。

新しい健康の概念では、こうしたレッテルを崩していくことが大事です。それはかかわるみんなが当事者になる、ということなのだと思います。

内的動機付け のための 3要素



自律性
Autonomy

自分のことは自分で決めたい



熟達
Mastery

何かたいせつなことについて上達したい



目的
Purpose

自分よりも大きな何かのために行動したい

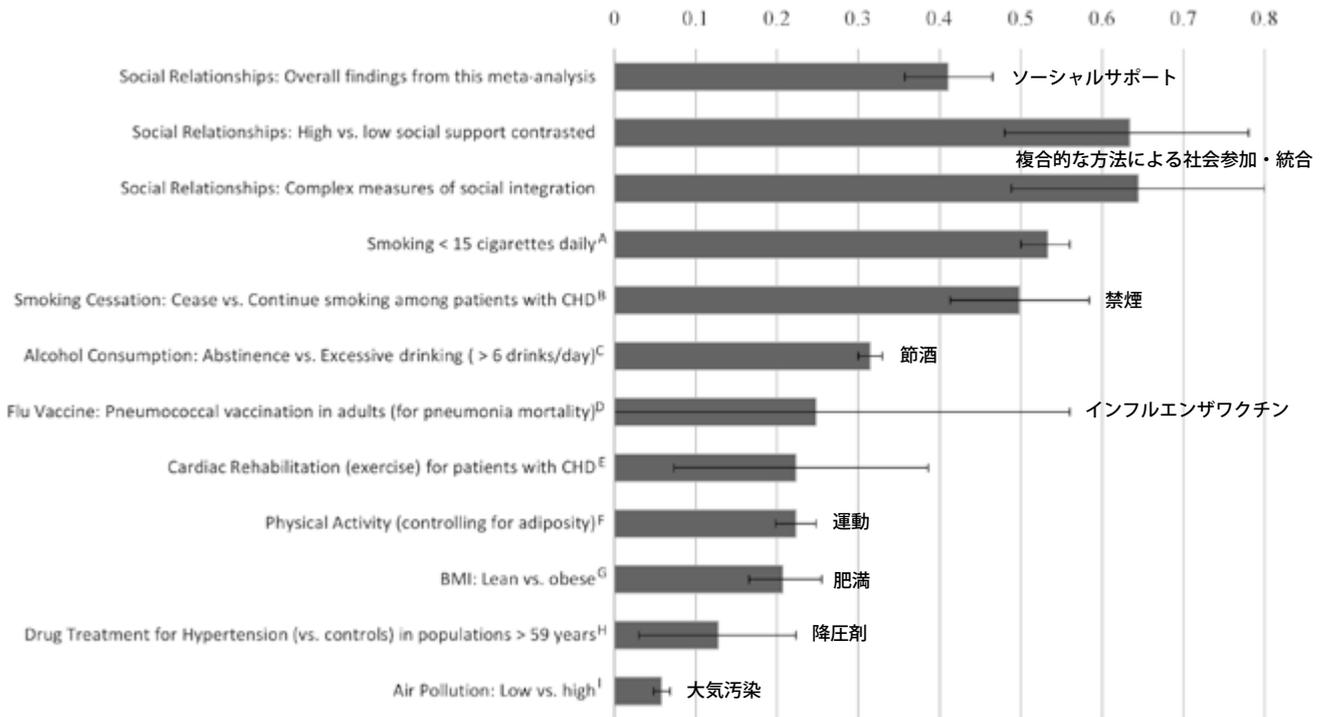
禁煙、節酒、ワクチンなどの健康に対する取り組みよりも、実はソーシャルサポートや社会参加のほうが死亡率を下げるのに効果があるということがわかっています。地域の住民活動というは、薬以上に地域住民の健康を維持し、死亡率を下げることに貢献しているかもしれないのです。

提言
3

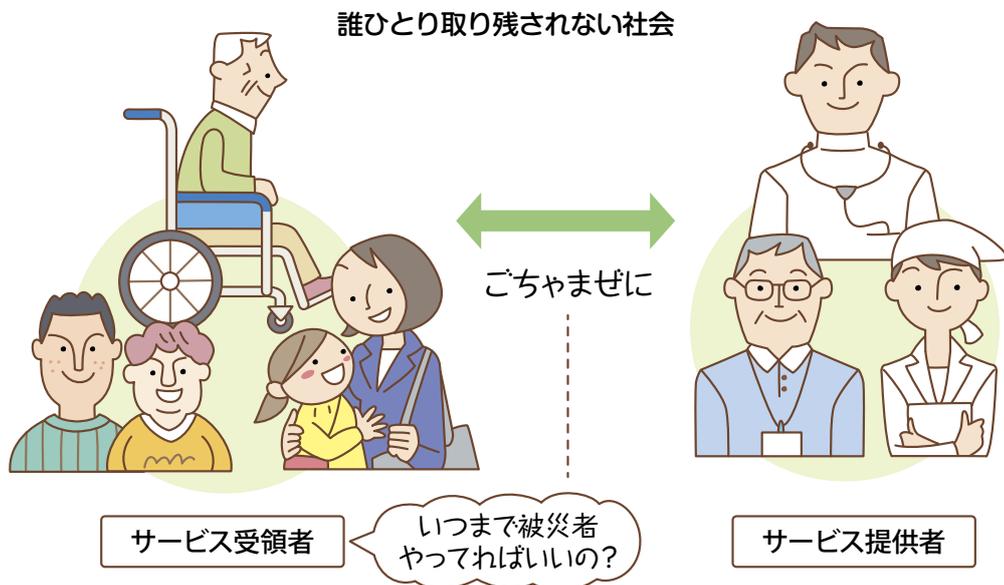
当事者が入った
意思決定を

「私たちを抜きに私たちのことを決めないで (Nothing about us without us)」という言葉が英国の医学アカデミーが採択しました。物事を決定するとき

どのような要因が死亡率を下げるのか



Holt-Lunstad J, Smith TB, Layton JB (2010) Social Relationships and Mortality Risk: A Meta-analytic Review. PLOS Medicine 7(7):e1000316.
<https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000316>
<https://journals.plos.org/plosmedicine/article?id=10.1371/journal.pmed.1000316>



には、必ず当事者が入った意思決定をするということ
です。宮城県の介護ワーキンググループで毎週話し合
いをするなかで、「感染地域から子どもたちが帰って
くるときに、要介護高齢者の在宅生活をどうやって守
るか」を話し合っていた際、「本人をショートステイ
に入れば感染が起きない」という意見があがりました。
そのとき、当事者の方から「そんなことがあって
はならない」と言われました。その言葉にハッと気づ
かされました。感染管理となると「医学が正しい」と
なりがちです。そのために今、病院でも面会を制限し

ているところがたくさんあります。一方で、感染症の
専門家がいるところでは、当事者のことを考えて「ど
うやったら面会を可能にできるか考えていきましょ
う」という流れもできてきています。

状況にもよりますが、高齢者の面会中止などの目
に見えない大きな不利益をどのように考えて乗り越えて
いくかというのは、意見を出し合いながらいい形にし
ていきたいものです。

コロナ下でもしなやかに暮らす

宮城大学教授 大塚 真理子

私はある地域を研究フィールドに、認知症連携
ケアの取り組みをしています。新型コロナ感染症
以前の2018（平成30）年に、民生委員や自治会長、
認知症サポーターや社協のボランティア登録者な
ど、地域の世話人さんを対象に実態調査をして、
研修や認知症カフェなどの取り組みを始めました。
しかし、2019（平成31）年からはコロナ感染症の
ために研究は中断しました。地域では、緊急事態
宣言が発出されて住民活動がストップし、解除さ
れても活動が停止したままという状態が続いてい
ます。そんななかでも、2021（令和3）年に2018（平
成30）年の追跡調査をしました。

この2回の調査を比較してみると、世話人の
方々は、自宅に閉じこもっている住民の方々を、
より気にかけるようになり、認知症の人への関心
が高まっていることがわかりました。ある地区か
らは、認知症サポーター養成講座をやってほしい
という要望があり、地域包括支援センターが出前
講座を実施しました。世話人の方々は、気になる
人の自宅を訪ねたり、公にサロンを開くことがで
きないという制約のなか、地域包括支援センター

や役所の職員に、気になる人、認知症らしい人の
ことを伝えたり、相談したり、支援してほしいと
要請したりするようになっていました。ある自治
会長は、「住民たちも、閉じこもっている人や認
知症らしい人のことが気になっており、民生委員
や自治会長に以前よりも情報を寄せてくるよう
になった」と言います。

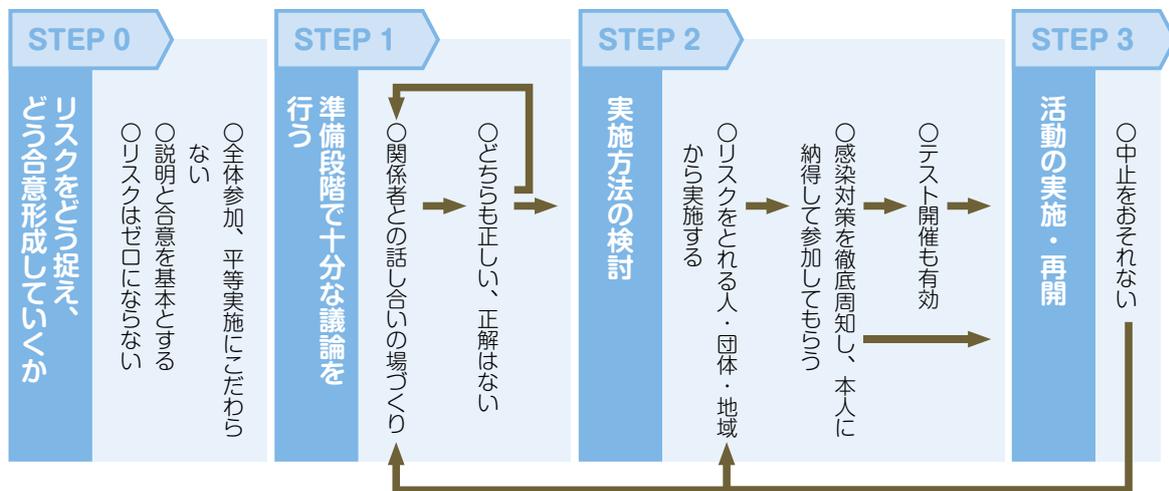
コロナ感染症による活動制限のある暮らしの
なかで、世話人や住民の方々のこのような行動
は、自分事としてフレイルや認知症への危機感が
高まっているからかもしれません。閉じこもりや
認知症の人への関心の高まりは、地域での見守り
や支え合いにつながっていくことと思います。ま
た、地域住民⇔世話人の方々⇔専門職による認知
症連携ケアの実現に近づいているようにも思いま
す。研究を始めるときには、コロナも、コロナ下
の地域のつながりも予想しなかったことです。私
が想像していた以上に、コロナ下でも地域の人々
はしなやかにつながり合い、暮らしているのだと
思います。

第3章

コロナ下での 住民活動の留意点

第1節

コロナ下で住民活動を行うための準備と心構え



STEP 0

リスクをどう捉え、どう合意形成していくか

リスクは ゼロにならない

当たり前のことなのですが、意外と当たり前だと受け止められていないことに、「(感染) リスクはゼロにはならない」ということがあります。もちろん、リスクをできる限り低くするために感染予防の行動をとるわけですが、最善の方法を尽くしても、人が生活している限り感染リスクはゼロにはなりません。新型コロナ感染も決して例外ではありません。どんなに注意深く感染予防をしても起こるときには、起きてしまう。私たちの社会には、原因がわからない結果はたくさんあります。感染した人を(感染したという事実をもって)特別に心がけが悪い人、不注意な人として糾弾するなど、あってはならないということです。

説明と合意を 基本とする

コロナ下で活動する場合、とくに人的な交流を伴う

活動をしたほうがリスクが上がるのは当然です。そのため、活動に協力してもらい、参加してもらう人には、実施する感染対策と、それでも感染リスクはゼロにはならないことを説明し、合意してもらうことが基本です。説明は口頭だけでなく紙媒体、映像などの方法も効果的でしょう。大事なことは、それを見ていないとか知らなかったということにならないように注意することです。どのような方法にせよ、わかりやすく確実に伝え、リスクを含めそれを納得した人と一緒に活動を行っていくのが基本です。

全体参加、平等実施に こだわらない

「全員から了解得られるわけがない」と思われるかもしれませんが。全員に納得してもらうのはかなり大変なことです。対象全地域や全団体の平等実施も同様です。ですので、合意がとれた人たち(有志・団体)から活動していく、ということになります。平等であるべきなのは、「このような対策をして活動をやろうと思うけどどうだろう」という声かけ(機会)の平等で

あって、一斉の実施・開催ではありません。ただし、支援者として注意すべきなのは、納得・同意しなかった人をどうするかです。参加しなかった人・団体が差別的な扱いを受けないように注意を払わなくてはなり

ません。たとえば、活動報告は参加の有無にかかわらず全員に行うとか、次回活動するときも、全員に声をかけて説明から始めるなどです。活動後にも配慮することが求められます。

STEP 1

準備段階で十分な議論を行う

関係者との 話し合いの場づくり

コロナ下での活動にあたって、最初に行うのは関係者との話し合いです。STEP 0 で述べた説明と合意の第1歩になります。たとえば緊急事態宣言等により、休止していたサロンを、宣言の解除と地域での感染者数の減少などを理由に再開する場合などです。

あなたが、行政や社協、地域包括、生活支援コーディネーター等のサロン担当者で、その支援関係者や地域サロンの主催者、さらに地域の関係者（自治会長等）などを集めて説明する場を考えてみましょう。どのような条件で活動を再開するのか、感染予防対策としてはどのようなことを行うのか、回数や時間に変更があるか等々、原案・資料の提出がまず必要です。サロン休止中の再開を望む住民の声や、休止中の高齢者の心身が弱っている状況などを報告に加えると効果的でしょう。

一方、サロンの主催者や関係者からは、「もし感染者を出してしまったら」という不安の声や、「感染者が出た場合、誰が責任をとるんだ」という話もできるかもしれません。不安があるのは当然です。

大きく分けて、高齢者・住民のQOL（心身の健康）と、コロナ感染リスク（不安）のどちらを重視するか、という話になることが多いものと思われま

どちらも正しい、 正解はない

これは、どちらかが正しいというものではありません

ん。事例1の「すずの会」のように、地域の高齢者の弱っていく状況を見かねて、自主事業としてサロンを再開したところもあるでしょうし、参加者に十分な説明ができないとして、現段階でも再開を先送りしているところもあるでしょう。話し合いの結果が支援者の望まない方向に決まっても、支援者はその決定を尊重すべきです。

大事なことは、機会を捉えて話し合い（議論）を続けることです。そのサポートを続けるのも、支援者の大事な役割です。サポートの際には、地域の現状など、なるべく正確な多くの情報を提供できるよう、心がけましょう。周辺地域の情報を提供するのもよいでしょう。通常、サロン関係者や地域活動関係者は、地域の多くの情報をもっています。しかし、コロナで自治会活動などを含む地域活動が制限された結果、情報収集の力が落ちていることも十分あり得ます。これは、地域支援専門職も気を付けるべきことです。

また、地域の不安が思っていた以上に強いと感じた場合は、コロナ・感染症対策に詳しい医療関係者（事例2の長瀬町や、事例12の板橋区参照）に、勉強会や研修会等の機会を設けて、話をしてもらうというのも一つの方法です。

もう一点、留意してほしいことは、ここでは行政や社協、生活支援コーディネーターなどの地域支援専門職と、サロンなどの地域活動関係者の場を取り上げましたが、地域活動関係者（活動団体）内部で話し合う際にも、適切な情報提供役、ファシリテーター役としてその場に参加することも、支援者は考えておきましょう。

STEP 2

実施方法の検討

リスクをとれる人・団体・地域から実施する

STEP 1で、事前の話し合いについて触れました。これまでの活動の積み重ねも含めて、地域により、スムーズに話し合いが進んだり、紛糾したりがあるでしょう。STEP 0でも述べましたが、全体の平等な実施にこだわるのは、よい方法とはいえません。話し合いを通じて納得をした、リスクをとれる人や団体、地域から、活動を行うのが現実的かつ、無理のない方法です。まずは、合意がとれた人たちとともに、活動の実施・再開に向けて、具体的な手順を詰めていきましょう。

感染対策を徹底周知し、本人に納得して参加してもらう

サロン再開に向けて活動するときにも最も注意すべき点は、「今回のサロンではこのような感染対策を実施します。そのうえで大丈夫だと思われる方は参加してください」という、説明と合意の手順を、参加者向けの広報の段階に入れることです。オーソドックスなのは、告知チラシにその旨を目立つように入れる方法です。口コミが中心の場合は、主なメンバーには口頭で

伝えるように依頼し、サロンなどの受付で再度周知するようにしましょう。その際も口頭だけではなく、大きな字で注意事項を記すなどの工夫が必要です。もちろん、字ではなくイラストで工夫してもよいでしょう。参加者に声かけする際も、無理はせず本人の意向を最優先するのは当然のことです。

具体的な感染対策については、ぜひ、第2章を参考にしてください。

テスト開催も有効

久しぶりに活動を行うとき、待ち望んでいた参加者は嬉しい反面、どこかに不安が残っているものです。その不安を少しでも軽減するために、本来のサロンや活動から少し小規模にしてテスト開催を行うのも一つの方法です。人数制限をしたり、時間制限をしたりというものです。これは試行的に行うものですよ、ということもアピールしておいたほうがよいでしょう。1度うまくいけば、主催者も参加者も、周囲の人もかなり安心するものです。開催や再開にあたって、反対が多い地域では、テスト開催を提案するのは打開策となるかもしれません。事例3の松山市石井東地区などが、テスト開催の事例です。

STEP 3

活動の実施・再開

中止をおそれない

小さなサロンを再開するだけでも、準備から開催ま

で時間も手間もかかるものです。さらに2週間もあると、感染状況自体が変わってきて、中止を余儀なくされることもあるでしょう。このようなときには、準備に手間暇をかけているぶん、くやしさを協力者への申し訳なさが残ったりしますが、開催を中止することを

おそれないことがたいせつです。次回再開に向けて、やりやすくなったとポジティブに考えましょう。

コロナの感染状況には波があります。感染が拡大して控えるとき(OFF)と、感染が減少して前向きに取り組めるとき(GO)、このメリハリをつけて活動することを心がけましょう。第2章にあるように、人数

制限を行うこともリスクコントロールに効果的です。

事例12の板橋区のように、地域活動の際に、感染ステージごとの基準などを定めていると、地域の活動者もやりやすいものと思われます。ぜひ、皆さんの自治体や社協などでも検討してみてください。

コロナ下をきっかけに地域包括ケアを進めていきませんか？

厚生労働省老健局 認知症施策・地域介護推進課

地域づくり推進室室長補佐

佐々木 忠信

地域包括ケアシステムの構築について、4助(自助、互助、共助、公助)が大事です。大まかにいうと、「自助」は自分のことを自分でする(セルフケア)、「互助」は、お互いに支え合うこと、「共助」は、医療・介護の専門職による支援、「公助」は、行政による支援(生活保護等)といった感じ です。このなかでも、とくに自助・互助の取り組みがカギになります。

コロナ下では、3密を回避するため、人との交流ができにくい状況が続いています。こうしたなかで、日頃からの運動やしっかりと栄養をとることの大事さ、何より人との交流や助け合いのたいせつさを実感した方が多いのではないのでしょうか。これはまさに、地域包括ケアシステムの構築で実現を目指す、自助・互助のたいせつさと一緒です。

コロナ下以前に、地域包括ケアシステムにおける自助・互助のたいせつさを話してもなかなか実感がわかなかった地域住民の方も、今回のコロナ下においては、「自分ごと」として捉えたのではないのでしょうか。

一方で、地域の皆さんにとって、地域包括支援センターや生活支援コーディネーターなどは、なかなかなじみがない(認知度が低い)存在だったり

もします。これまで、地域の皆さんとお話しても、何を(してくれる)人なのか、イマイチわからないといった場面も多かったのではないのでしょうか。

ある地域包括支援センターは、高齢者世帯への往復はがきの送付や生活支援コーディネーターと協力して玄関先への訪問などで、安否確認や生活上の困りごとを聞き取り、必要な支援につなげるといった取り組みをさせていただいており、その取り組みを通じて、地域の住民の方から「コロナ下で不安だったが、地域の中で自分達のことを気にかけている、困ったときに頼れる存在があることを知って安心した」という声をいただいたとのことです。

コロナ下をきっかけにして、地域包括ケアが伝わった大事な部分(自助・互助)が伝わりやすくなったり、地域住民とのかかわりにより安心感につながったり(結果として取り組みの認知度が上がったり)といったことがあります。

コロナ下でも、できる限りつながるための取り組みを進めていくことが、地域包括ケアの推進につながります。お互い頑張りましょう！

1

対面できないときの つながり方・工夫

本書では、コロナの状況下において、どのような点に注意をし、手順を踏みながら、住民活動を継続していくかについて言及しています。さまざまな住民活動において、対面・直接のふれ合いによる活動や集まりが望ましいことは、いうまでもありませんが、それができない状況も当然出てくることでしょう。たとえば、緊急事態宣言を含め感染が地域で急拡大している局面や、地域で話し合いをもった結果、対面の活動はもう少し見合わせようと合意したときなどです。

そのような場合でも、つながりを切らない・もち続ける方法として、各地で取り組まれていることをいくつかご紹介していきます。

1 手紙

本書では、石井東地区社会福祉協議会(事例3)や淡路市社協(事例11)でみるすることができますが、地域の高齢者やサロンの参加者などに、手紙を送る方法です。サロンや会合の休止などで、人と会う機会が減っている人に、「あなたを気にかけていますよ」というメッセージを伝えることができます。絵手紙などを送る例もみられます。世の中全般で手紙をやりとりする機会は減っているものの、文面が簡素であっても手書きの手紙はもらって嬉しいものです。

2 電話

本書では、川崎市・すずの会(事例1)や、支援者(第2層生活支援Co)対象ですが、板橋区社協(事例12)でもみられます。これも手紙と同様に、サロンなどの参加者や地域の高齢者に、「気にかけていますよ」というメッセージであると同時に、安否確認にもなります。市町村社協のなかには、サロンの主催者に対し、

サロン参加者に安否確認も兼ねた電話をかけることに対し、助成金を出したところもあります。

電話をかけた際に気にかかる人がいたら(電話の応答がたどたどしかったり、うつっぽい状況など)、地域包括支援センターや民生児童委員などに連絡する態勢をとることも大事です。また、このような状況に遭遇したときには、直接訪問することも考慮すべきでしょう。

3 情報誌・ニュースレター(紙媒体)

群馬県・太田市社協(事例10)や、埼玉県・長瀬町社協(事例2)、東京都・板橋区社協(事例12)の事例が典型的なものです。太田市社協・長瀬町社協の場合は住民向け、板橋区社協の場合は主に協議体構成員向けという違いはありますが、どちらもコロナでコミュニケーションの機会が減っているなか、発信力を高め、つながりを維持し続けようという意図で積極的に活用されています。

情報誌の内容としては、コロナ下でも工夫して継続している住民や協議体の活動紹介や、コロナの感染対策、地域のコロナ関係の情報提供などが多いようです。これらの情報提供を参考にしながら、住民活動が再開したり、そこまで至らなくても、単に何もできないと下を向くだけでなく、何ができるのかを考えるきっかけになれば、その発信は意味があります。



板橋区が発行した情報誌

また、外出機会が減っているために、情報誌などの紙媒体を送ると、これまで以上にしっかりと読んでもらえるという予想外の効果を話す支援者もいます。

また、外出機会が減っているために、情報誌などの紙媒体を送ると、これまで以上にしっかりと読んでもらえるという予想外の効果を話す支援者もいます。

4 LINEやZOOMなどWEBの活用

LINEやZOOMなどの、在宅でも活用できるWEBアプリ(ソフト)が、コロナの状況下で脚光を浴びています。すでに皆さんも、行政や地域、福祉関係者の会合でZOOMなどを使う機会があると思います。実距離を無視できるこれらのアプリのおかげで、遠方の講師や専門職を会議等に呼ぶことができるようになった、という話も聞きます。

しかし、「地域の高齢者との連絡手段に、こういったITの活用は難しいのでは?」という考えも多いのではないのでしょうか。各種調査の数字をみても、高齢であるほどWEB関係の利用率は下がります。ところが、長瀬町の事例にもあるように、これまでスマホなどを触ってこなかった高齢者でも、関心をもってくれる人は一定数存在します。もちろん、扱いなれている若い人のように、電話の指示だけでも使えるようになるというわけにはいきません。やはり、サロンでの勉強会や講習会のような対面式の場で、直接手伝ったり、見本をみせたり、わからないことに丁寧に答えたりしながら慣れてもらうという手順を踏む必要があります。

ただし、緊急事態宣言発令中のような感染拡大の場面では、とてもそのような講習会を開催することは難しいので、感染状況が落ち着いた時期を見計らい、感染拡大局面に備えて、開催を計画することが必要になるでしょう。

もし、参加した高齢者の間で自主的にLINEグループなどができたりすれば、素晴らしいことです。それは、新しいつながりまたはこれまでのつながりをより深くすることにもなるでしょう。コロナで直接会うのが難しい状況下でも、孤独を感じにくくなり、お互いに見守り・見守られるグループともなります。また、わからないことをお孫さんに聞いたり、孫との会話が增えたと喜んでる人もいます。

5 掲示板・置きノート

本書の事例では登場しませんが、公民館などサロンで使われていた場所の掲示板を、コロナでサロンができなくなったあとでも、コミュニケーションツールとして使っている例もあります。ひと昔まえの駅の伝言板と同様の使い方、立ち寄った人がメッセージを残していき、また別の立ち寄ったサロンメンバーなどが、

そのメッセージを読んだり、さらなるメッセージを残していくというものです。

置きノートも同様です。ノートと筆記具だけが、みんなが立ち寄りやすい場所に置いてあり、そこにめいめいが書き記していくというもの。このようなものでも、メンバーの近況やつながりが感じとれたり、外出の機会になったりするようです。そういうことを始めたよ、という告知は忘れずに行いましょう。

6 その他

ここまで、コロナ下で対面の集いができないなかでも、コミュニケーション・つながりを切らない方法をご紹介します。

コミュニケーションの手法そのものではありませんが、人と直接会えないなかで、体を動かしたり外出の機会をつくるということでは、自宅での体操にモチベーションをもたせて促進する福島市の事例(事例5)や、ウォーキングコースにチェックポイントをつくって、そこにお題を設定するという、遊び心を加えた山梨県小菅村の事例(事例7)などをご紹介します。他にも、地域のなかの名所や福祉施設等に協力してもらい、チェックポイントを設定して、そこを1か月など一定期間(比較的長期間)の間に回って、5か所以上訪問すると参加賞がもらえるというスタンプラリーを企画した事例もあります。密を避け、外出機会をつくったケースですが、好評だったようです。また、非対面というべきか微妙なところですが、安否確認に個別訪問をし、その際インターホン越しのみで会話を行った、という事例もあります。これも間接的にしか会わないにせよ、外からカーテンがかかっているかどうかや、現状の家の雰囲気至少在りでもつかめるといった利点もあるようです。

直接会うことに勝るコミュニケーションというのは、なかなかありませんが、それでもこのような工夫をこらしたさまざまな取り組みがあります。ぜひ、参考にしてください。

2 医療との連携

本書の事例のなかにも、医療との連携は多くみられ

ます。このコロナ下の状況においては、大きく分けて3つの視点で支援をいただく形が多いものと思われます。

1点目は、心身の状況が悪化した（または悪化する怖れが高い）高齢者などに関する相談や、医療的対応をお願いするケース。コロナに限定されない日常的な活動の延長線上にあるものということができるでしょう。それだけに、まさにすずの会の事例でみられるように、普段から、高齢者の地域での生活をよくわかっている訪問医療の先生や、保健師、訪問看護師等とつながりをもっておけるとよいでしょう。つながりをもつために、下の2点目や3点目にあるような、研修講師や寄稿などのお願いをするのもひとつの方法です。

2点目は、コロナ状況下で活動を実施する場合の、主に感染対策のアドバイスをもらう、対策のガイドラインや内規などを作成するときのチェックをお願いする、などの場合です。地域活動の主催者（主体）、支援者向けに協力いただく形です。むろん、自治体自体がお願いすることもあるでしょう。事例でいえば、板橋区社協や小菅村社協、すずの会の研修もこれに該当します。

3点目は、主として一般の住民や市民に向けてコロナの正確な情報の提供や感染対策、啓発などを目的に、情報発信してもらったり、講演してもらったりするケースです。これは、行政や、生活支援体制整備事業を含む行政からの委託を受けているような団体をお願いすることが中心と考えられます。本書でいえば、長瀬町社協が情報誌に寄稿いただいた事例がそれにあたります。

これらの医療側からの支援・連携により、対象者の心身状況の改善や、活動時の感染対策の質の向上、正確な知識の獲得などが期待されるわけですが、ある意味、より重要ともいえるのは、とくに2点目と3点目において、医療にかかわってもらったことにより関係者が得られる「安心感」です。現在、コロナについては、TVなどを含めたマスコミやインターネットを通じて、情報が氾濫しているといつて過言ではありません。ウイルスに関すること、ワクチンに関すること、変異株に関すること、真偽織り交ぜた、まったく逆方向の情報も飛びかっています。そのようななか、医療の専門家から直接話をしてもらったり、疑問に答えてもらったり、確認してもらったりすることが、自分たちが依って立つ情報や活動方法、考え方の再確認にな

り、それがコロナのような困難な状況下での活動へのモチベーションにつながります。

「感染症対策（知識も含めて）は万全だ！」とっている地域活動関係者・支援者の方も、このような点にも思いをいたしながら、医療との協働をすすめていただけるとよいでしょう。

また、本書の第2章には、2022（令和4）年3月段階ではありますが、コロナの感染対策における第一人者である小坂健先生の講話をまとめたものを掲載しています。未見の方は是非、ご一読ください。

3 【連携から協働へ】 福祉関係機関（支援者） としての心構え

1 福祉現場で使われる「連携」という言葉の 価値感を疑うこと

新型コロナウイルスは、これまで福祉関係機関が主導的に組織した地域組織活動に大きな影響を与えました。とくに各種団体（町内会や民児協、老人クラブ等）の活動は公性を帯びるため、感染症の拡大リスクと活動のバランスが大きく崩れ、停滞せざるを得ない状況となりました。

そのことにより、行政をはじめとする福祉関係機関（地域包括支援センターや福祉事業者、社会福祉協議会）もコロナによるつながりの分断や孤立に対して、どのように地域住民とかかわるかについて、大きな迷いやもどかしさを感じた場面も多くあったと思います。

コロナ下では「住民との連携ができていない」「活動者との連携を」という声を支援者（福祉関係機関）から多く聞きました。

これまで、福祉関係機関（行政、地域包括支援センター、社会福祉協議会）は、地域における住民の福祉活動が自分たちにとって「地域課題の解消（地域の困りごと）」の一つのツールとして捉えてきたきらいがあります。

本来、連携とは「同じ目的をもつ者が互いに連絡をとり、協力し合って物事を行うこと。（広辞苑）」を指しますが、支援者間での「連携」という言葉の意味が「〇〇だからできない」「〇〇が動かないからできない」と、他の機関や住民活動に責任転嫁するかのように使われることも少なくありません。

コロナ下で、本当に住民や支援者は何もできなかったのでしょうか。さらに、福祉関係機関はこれまで住民の暮らしぶりや福祉活動のことをどう捉えてきたのでしょうか。そのことに気づいたのがまさにコロナ下の活動です。

2 感染症は新型コロナだけだったか

福祉関係機関に配置される活動支援者にとって、新型コロナウイルスは未知なる感染症であり脅威であることはいうまでもありません。その支援に関しても「まずは感染を広げない」ことを念頭に置きあまり、過度な制約や制限を自らに課すとともに他者に対してそれを求めることがあったと思います。

しかしながら、支援者はインフルエンザやノロウイルスなど、これまで多くの感染症に対処しながらその活動を続けてきました。それは、感染がおこるメカニズムや治療法が確立されてきたという部分に大きく影響を受けています。

公衆衛生上の問題は住民の活動と相性が悪いことは確かです。たとえばインフルエンザにおいても、ワクチンのみの時代と治療薬が誕生している現在とでは、住民の活動に対する取り組み方も大きく変わってきています。

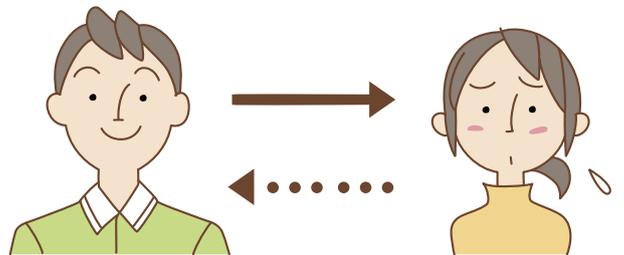
このように過去の例からみても感染症における活

動は、常に変化する状況と新しい知見を組み合わせで行っています。第2章にあるように、専門家の正しい知見を参考に、既成の考え方に捕らわれず、活動休止・再開などを柔軟に行い、活動の波をつくりながら継続することがたいせつです。

3 情報交換とは話し合いをやめないこと

コロナ下において、集まれないことを理由に話し合いの場(会議)が中止、もしくは延期になることが多くあったと思います。話し合いの場がなくなるということは、情報が行きかう「機会」を失くすということ

連携のよくあるパターン



- a 教えたから連携が取れて いる ▶▶▶
- b 情報もらったけど必要じゃない
- a 教えてもらっていないか ◀◀◀
- b 必要じゃないと思って情報は教えない

協働はラウンドテーブル的 (話し合いテーブル：協働で話し合い)



にほかなりません。話し合いをやめたにもかかわらず、「情報交換が必要だ」と言っていないか。会議がなくなることで話し合いをやめるということは必ずしもイコールではありません。

本章の2節1では、あの手この手を使ってお互いの気持ちや現状を伝え合う活動を紹介しています。対面で集まらなくても、話し合いをやめていないし、あきらめていないのです。やり方を変えただけなのです。

では、関係機関同士ではどうでしょうか。お互いに話し合いが途切れない工夫を行っていますか。「情報交換」が必要だというならば、関係機関がお互い力をあわせて伝え合いができるよう、働きかけなければなりません。これは「連携」というよりもむしろ「協働」の視点です。

連携できていないという言葉が発するという事は、皮肉にも自分は他者と「協働していない」と言っているようなものなのです。

4 これまでの集団の考え方が変わる

感染症予防の観点からコロナ下の活動をみると、集団を形成していく支援から個人を単位としたかわりに活動の仕方を変えた実践が多くみられます。ところが、よく聞くと小さな集団は継続されていたり、個人へのかかわりを行っている支援者がオンライン集団になっていたりと「集団」は存在しています。これまでとは集団の考え方が変わっているのです。

コロナ下ではこれまでの一般的な考え方で良しとされてきた「支援の費用対効果の高い『大きな集団』」は機能しなくなり、「小さな集団」が効果的に機能を発揮しました。これまで、あまり評価されない「小さい」という考え方がいかにたいせつなものであるかを教えてくれたのもこのコロナ下です。

5 事業を意識するのではなく、主体を意識する

コロナ下では、活動を行っている人、行おうとしている人(主体)に会っていない、連絡を取っていない傾向にあることが多いと思います。とくに、これまで推進していた事業が止まるため、事業の進捗や数字の積み上げばかりに気がとられて支援者が焦っていたり、独りよがりになっていることもしばしばです。コロナで苦しいのは支援者だけではありません。活動し

ている住民も苦しいのです。進まない事業を意識するのではなく、より多くの主体と出会ってみませんか。多くの住民や関係機関との協働をこちらが意識することで、お互いの意思疎通が図られ、前向きな活動が生まれやすくなります。変わるのはこちら側です。

6 減点主義をやめ、加点主義を(エンパワメント、ストレングス)

コロナ下であれもこれもできないのは当たり前です。これまでが正常でそこから減点して活動をみるということは福祉的な考えからすると愚の骨頂です。できないことに目を向けるのではなく、**できることに目を向ける、この状況下でできることはないかを考える**ことがたいせつです。できることにはそれぞれ違いがあるでしょう。その違いがあるからこそ私たちは協働することができるということを忘れないでください。

4 コロナ下で地域での住民の活動を支援するために(4つの捉え)

1 「あつめる」と「あつまる」を捉える

私たちはこれまで、「あつめる」と「あつまる」を交互に繰り返しながら「つながり」をつくり、発展させてきました。今回のコロナウイルスは、「あつめる・お誘いする側」の活動者に「感染」という大きな不安と負担を背負わせています。一方で、コロナ自粛のなかにあっても本人が感染予防に気をつけ、主体的に判断して小さなあつまりを行っていた事実もあります。

問題は「あつめる側の責任>あつまる側の主体的な判断」のバランスが取れていないことです。あつまりごとを再開する際に「活動者、参加者双方の相互理解があるかどうか」に注視して支援を行いましょう。

2 「新型コロナウイルスと戦っているのは誰か」を捉える。

新型コロナウイルスは人から人へと介する「感染症」であるがために、その感染源が「悪」として取り上げられます。感染拡大の初期には感染者に対する誹謗中傷が数多く取り上げられました。

新型コロナウイルスと戦っているのはまぎれもなく「コロナウイルスに感染した本人」です。感染したく

協働のたいせつさ「住民の暮らしぶりをみつめる」

兵庫県淡路市では在宅介護支援センター連絡会が、1度目の緊急事態宣言下で約400名のひとり暮らし高齢者を訪問し、緊急アンケートを行いました。その結果、内向的で人とのかかわりが限られている人のほうが、普段の暮らしとあまり変わりなく、心身ともにダメージが少ないことがわかりました。「日頃、人との接触の少ない人のほうがさらに大きなダメージがある」と先入観をもっていた専門職の価値観は見事に覆されました。この結果に関係者は大きな驚きと自分たちのこれまでの支援観が減点主義ではないかと振り返る機会になったといえます。

●会議の目的を変える

コロナ以前から市内の3つの法人に属する在宅介護支援センター（以下、在介）と市が直営する地域包括支援センター（以下、包括）との連携会議として連絡会が存在していました。新型コロナが流

行する1年前、包括の要請から、社会福祉協議会に配置されている生活支援コーディネーター（以下、SC）が協議に参加することになりました。SCが双方の話を聞くと、しっくりとこなかったそうです。「連携」という言葉のワナによって、お互いがバラバラになっており、それぞれが「孤立」していると感じたそうです。そこでSCは「連携ではなく協働する会議」に目的が変わるよう支援を始めました。在介は市の委託事業ということもあり、包括のランチと位置付けられていました。その性格から包括とそれぞれの在介という「縦の構造」になってしまっていたものを4つの主体（包括と3つの在介）が目的を達成するために協働できるよう「横の構造」となるよう働きかけました。

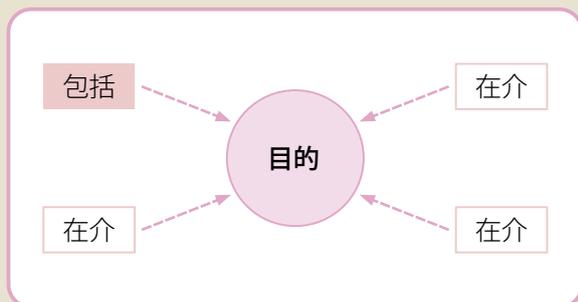
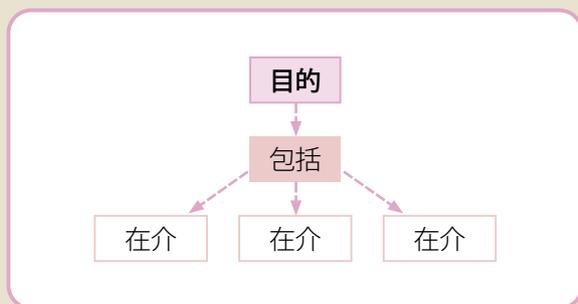
●協働する力がコロナ下で発揮される

この積み重ねは現場での「連携」にみられる他人任せや利害関係といった「一方的な価値観」を払拭し「コロナ下で自分たちに何ができるか」という協働の力を生み出しました。コロナ下において、まず気を付けたいのは「連携」はときに孤立を生み、大きな力を発揮しづらくさせるということです。協働を意識することによりお互いの主体が育まれ、小さな連帯が生まれることがコロナのような困難な局面においても互いの力が大きな力となって発揮され、活動に結びつくということを支援者は心にとめておく必要があります。

住民に「連携」という言葉をかけると「虚しい顔」をすることはありませんか。「一緒にやりましょう」「ともに汗をかきましょう」と声をかけるほうがいきいきとした顔になりませんか。人を支えようとする支援者の心構えの一つとして、心に刻んでおきましょう。

兵庫県淡路市 第1層生活支援コーディネーター

岩城 和志



て感染したわけではありません。そのことを「医療従事者」はよくわかっているからこそ、ともに戦う「協働者」として懸命に治療を行っています。

重ねていますが、本当に私たちがエールを送る先は「罹患者」です。厳しい状況に立てば立つほど、そのことを忘れてしまうこともあると思います。そんなときは、状態が回復した本人が日常生活を再び送り始めた際に「大変だったね」「お疲れさま」とあたりまえに声がかける地域であることが、私たち支援者の願いだったと思い返してください。

3 偏見や差別をどう捉え、発信し続けるか

残念なことではありますが、誹謗中傷、偏見や差別に類する話は今も続いています。コロナに対する不安が続くなか、そのような行為を個人に向けることはしてはいけないことだと、誹謗中傷をする本人も心のどこかでわかっていることもまた事実です。

支援者は、その「してはいけないことだ」ということを、あらゆる機会を捉えて正しく発信しつづけることがたいせつです。それは偏見や差別は絶対に許さないという、支援者の立場の表明であり、その態度が地域の雰囲気を醸成することにつながります。

その正しさの発信とともに、原因となる不安を軽減するために、コロナに関する正確な情報の発信も継続的に取り組んでいく必要があります。防疫面・予防面の正確な情報は当然ですが、すでにコロナは「特別なものではない」という新たな事実も含まれます。コロナはすでに特別ではない病気、誰が罹ってもおかしく

ない病気だということを周知していくことが、偏見や差別を地域社会からなくしていく一歩となるでしょう。

4 本人や支援者の「元気の素」を捉える

コロナ下であっても、本人の元気の素は必ずあります。もしも、その元気の素が奪われそうになったとしても、元気の素がわかっている限り、何がしかの手立てはあるはずです。その元気の素はお互いの責任で「連携」して守るのではなく、一緒になって「協働」して守るものです。お互いの元気の素を一緒に守る活動は、意外とあちらこちらに隠れているものです。

5

第4章の事例を読むにあたって

次章では、住民や活動者の実践がさまざまな視点でまとめられています。事例を読むにあたっては以下の事柄に注視して読むとさらに理解が深まります。

1. 登場する人物の思いや価値観に心を寄せる（多様な主体と多様な価値観）
2. 活動の背景にある話し合いへの想像力
3. 連携なのか協働なのかを考えてみる

コロナ下でもいかに住民が支援者とともにつながりを楽しんだのか。その物語を堪能していただければ幸いです。

コラム②

行政担当者に伝えたいこと

住民主体の地域活動は、継続したいと考えても、情報が少なく、行政から中止措置が言い渡されてしまうと、活動の継続は困難になります。一度活動を停止すると再開には時間がかかり、コロナを機に解散する団体も多くありました。また、運営費用も大幅にカットされ、経済的負担が大きいの

しかかります。緊急事態宣言下であっても、住民活動の停止は大きなリスクを伴います。暮らしに何が起きているのかを知って頂き、一緒に知恵を出し合い、計画を立て、実践を後押しいただくことを願っております。

NPO法人すずの会代表 鈴木 恵子

第4章

事例から学ぶ

事例の読み方

本研究においては、全国からコロナ下での実践活動を12事例収集しました。

事例収集にあたっては、

- ①できるかぎり、地域的な偏在を避ける
- ②都市及び中山間双方の事例を含める
- ③多様な活動主体を含める
- ④さまざまな活動内容を含める

以上の4点に留意して選出しました。

また、12事例のなかから、地域活動を支援する支援者としての視点を中心に取り上げることを目的として、事例9～12の4事例を支援者事例として、事例1～8とは別に事例解説をおいています。

この分類に関して少しわかりにくいのは、「事例2 ささえ愛ながとろ」と「事例7 小菅村社会福祉協議会」の2事例だと思われます。「ささえ愛ながとろ」は、いわゆる協議体での取り組みで、かつ支援者としての視点にも事例のなかで触れていますが、本事例の主眼としては、協議体メンバーが一丸となって取り組んだ『お役立ちマップ』づくり等を紹介したかったため、あえて支援者事例とはしませんでした。また、「小菅村社会福祉協議会」も同様に、着眼点の面白い『クイズ(お題)付きウォーキングコース』設置を記事の中心に据えました。以上のような理由から、支援者事例としていないことを、ご理解いただければと思います。

また、今回の事例紹介には、読者の関心のある事項の索引に使いやすいように、アイコンを各事例に附しています(次頁一覧参照)。アイコン種別としては、「行政と協働」「屋外活動」「非対面活動」「対面の工夫」「情報発信」「ICT活用」「生活支援Co(コーディネーター)」の7種類です。このうち、屋外活動～ICT活用については、コロナ下の活動、とくに緊急事態宣言下など対面活動が制限されるなかでの活動に悩まれている支援者には関心が高いことと思います。第3章2節「対面できないときのつながり方・工夫」も参考にしながら、事例を探してみてください。

なお、事例の1～8(地域事例)の解説は、60、61頁に、事例9～12(支援者事例)の解説は78、79頁に掲載しています。

前章(3章)の末尾にも、活動を楽しむ視点に触れていますが、本書で掲載した事例が、少しでも皆さんの地域の活動や考え方の参考になれば幸いです。

コロナ下での住民活動 事例一覧

事例番号	事例	所在地	活動主体	行政と協働	屋外活動	非対面活動	対面の工夫	情報発信	ICT活用	生活支援Co
地域事例	1	NPO法人すずの会	神奈川県川崎市宮前区	NPO法人	◎	○	○			
	2	ささえ愛ながとろ	埼玉県長瀬町	(生活支援体制整備)協議会	○	○	○	○	○	○
	3	石井東地区社会福祉協議会	愛媛県松山市	地区社協	○		○	○	○	○
	4	泡瀬第3自治会	沖縄県沖縄市	自治会	○	○				○
	5	社会福祉協議会立子山協議会	福島県福島市	地区社協	○		◎			○
	6	ニコニコ食堂	奈良県天理市	有志(ママ友)			○	○		○
	7	小菅村社会福祉協議会	山梨県小菅村	自治体・市町村社協	○	◎				○
	8	くるめオンライン公民館	福岡県久留米市	合同会社/有志			○		○	◎
支援者事例	9	蓬田村たすけあい交通	青森県蓬田村	自治体・市町村社協	○	○				○
	10	太田市社会福祉協議会	群馬県太田市	自治体・市町村社協	○		○		◎	○
	11	淡路市社会福祉協議会	兵庫県淡路市	自治体・市町村社協	○	○	○	○	○	○
	12	板橋区社会福祉協議会	東京都板橋区	自治体・市町村社協	○		○	○	○	◎

行政と協働

屋外活動

非対面活動

対面の工夫

情報発信

ICT活用

生活支援Co

川崎市宮前区野川地区は、1970年代からベッドタウンとして急速に発展。NPO法人すずの会は、1995（平成7）年に地域の主婦たちが始めたボランティア団体として、野川地区で顔の見える距離でのつながりをたいせつに、さまざまな活動を行ってきました。コロナ下で、市から自粛要請が出されるなか、活動を止めずに続けるためのすずの会の工夫と思いをご紹介します。

1 すずの会の誕生

すずの会は、「困ったときには鈴を鳴らして知らせしてほしい」という願いを込めて名づけられた、川崎市宮前区野川中学校区で活動をするボランティアグループです。鈴の音が聞こえるほどのご近所に住む間柄、その関係をたいせつに、介護者とその家族を支えてきました。

その思いの源流は、1980年代にさかのぼります。すずの会の代表の鈴木恵子さんは、当時30歳代。夫は単身赴任中で、二人の息子の子育て、そして実両親と義両親の介護を一人で担ってきました。

介護保険もない時代、使えるサービスはほとんどありません。そんな鈴木さんの支えとなったのは、子どもの学校のPTA仲間であるご近所の主婦友たちでした。「私がお母さんを見ているから、ちょっと買いものに行っていっちゃいよ」と鈴木さんのたいへんさをおもんばかり、快く送り出してくれていたのです。

10年にわたる在宅介護は終わりを告げましたが、こうしたささやかなお手伝いがあれば、在宅で介護が続けられる、という自信が芽生えました。「寝たきりや認知症になったら、地域（家）で暮らせなくなるの？」という不安に対し、「でも、鈴木さんの家ではできていたわよね」というPTA仲間の気づきがありました。「これは鈴木さん一人の課題ではない、これからの地域で考えていかなければならない。このまちで住み続けるために、鈴木さんの経験を活かしていこう」という思いにあとおしされ、1995（平成7）年にボランティアグループすずの会が誕生しました。

現在、すずの会の登録ボランティアは60人。有資格者もいますが、音楽の指導、写真、洋裁、調理、ケーキづくり、編みもの、話し相手、パソコン、車の運転、手芸など、自分の特技を活かして活動をする人が多数。それぞれができる範囲での活動をしています。そして、福祉系の専門職資格保有者の多くは、ボランティアですずの会にかかわるようになってから取得をしています。

すずの会の活動の主なものとして、介護予防事業、介護支援事業、地域ネットワーク活動が挙げられます。介護予防事業としては、ミニデイサービス、ダイヤモンドクラブ、地域拠点の居場所「すずの家」による通いの場事業など。介護支援事業としては、家事介護のスポットサービス（コーディネート含む）、介護相談、介護者の会、ボランティア協力など。地域ネットワーク活動としては、介護予防・支援を推進する地域ネットワーク「野川セブン」があります。

2 気になる人を中心に見守る「ダイヤモンドクラブ」

2004（平成16）年、ご近所単位のおつきあいの輪を広げるお茶会「ダイヤモンドクラブ」が始まりました。地域で孤立しがちな高齢者、障がいのある人、介護者、子育て中の母親など、ちょっと気になる人と一緒に、ご近所単位で集まります。困りごとがあれば日常的にすぐ集まれるようになるほど関係が深くなり、ダイヤモンドクラブの形にこだわる必要がなくなったため、発展的に解消したところもあります。

ダイヤモンドクラブには、地域包括支援センターな

●川崎市(2021年6月末日)

- 人口：1,523,924人
- 世帯数：770,539世帯
- 高齢化率：20.0%
- 概要：神奈川県北東部に位置し、東は東京都、西は横浜市と隣接している

●宮前区(2021年6月末日)

- 人口：233,883人
- 世帯数：107,353世帯
- 高齢化率：20.6%
- 概要：川崎市西部に位置し、急激な人口増加と都市化がすすんでいる

●野川地区(2021年3月)

- 人口：31,505人
- 高齢化率：23.8%
- 概要：急な坂や細い道が多い閑静な住宅街。住民の急速な高齢化がすすんでいる

●NPO法人すずの会

- 運営団体：NPO法人すずの会
- 住所：〒216-0044
神奈川県川崎市宮前区西野川1丁目19-14
- 担い手：60人
- 活動内容：地域ネットワーク活動、介護予防事業、介護支援事業等
- 概要：1995(平成7)年ボランティア団体として生まれる。長年ボランティア団体として野川地区で活動してきたが、2019(平成31)年活動の継続を安定させるためNPO法人格を取得。2021(令和3)年12月、認定NPO法人となる。

すずの会年表

1980年代	鈴木恵子さんの在宅介護がスタート、鈴木さんをPTA仲間が支える
1995年	5人のPTA仲間と在宅生活支援ボランティアグループ「すずの会」が発足
1996年	ミニデイサービス「リングリングクラブ」、介護者の会開始
1999年9月	利用者の視点に立った介護情報誌「タッチ」発行
2001年	野川地区でボランティア活動をする7団体による地域ネットワーク「野川セブン」結成、「男性介護者の会」発足
2002年	特別養護老人ホームで「喫茶マロニエ」開始(月1回)
2004年	気になる人をご近所単位で見守る「ダイヤモンドクラブ」開始
2005年	地域包括支援センターと事例検討会「坂の上クラブ」開始(月1回)
2006年	「公園体操」開始
2011年	支え合いマップづくり(厚生労働省事業)
2012年	H家の在宅介護を支える「チームH」結成
2014年4月	拠点「すずの家」オープン
2014年6月	川崎市モデル事業で一人暮らし在宅高齢者への有償サービス開始
2014年6～8月	川崎市介護予防支援モデル事業を受託
2014年4月～2016年3月	川崎市総合事業住民主体サービスに向けたモデル事業を受託
2018年4月	川崎市介護予防・日常生活支援総合事業「平成30年度住民主体による要支援者等支援事業」受託

2019年	NPO法人すずの会設立
2019年4月	川崎市介護予防・日常生活支援総合事業「平成31年度住民主体による要支援者等支援事業」受託、すずの家で週2回の通いの場を実施
2020年2月	緊急事態宣言により活動を中止、電話等での見守りを開始
2020年3月	マスクづくり(250枚)、戸別配付
2020年3月	電話・訪問による安否確認開始
2020年4月	川崎市介護予防・日常生活支援総合事業「令和2年度住民主体による要支援者等支援事業」受託
2020年4月	弁当の提供を開始(毎週1回、取に来てもらう又は配達)
2020年5月	すずの家再開 自主事業として開催
2020年6月	緊急事態宣言解除にともないすずの家を再開
2020年6月	公園体操再開
2020年7月	ボランティアのためのミニデイ「ビタミンプロジェクト」開始
2020年7月	「野川セブン」再開
2020年7月	「坂の上クラブ」再開
2020年9月	診療所医師によるコロナ学習
2021年1月	2度目の緊急事態宣言発出、川崎市事業としての通いの場は中止
2021年1月	自主事業としてすずの家で通いの場を開始
2021年2月	田園調布大学と協働でスマホクラブを開催
2021年4月	川崎市介護予防・日常生活支援総合事業「令和3年度住民主体による要支援者等支援事業」受託
2021年5月	感染症専門医によるコロナ学習
2021年10月	小さな活動拠点を増やす
2021年12月	認定NPO法人すずの会となる



気になる人を真ん中に「ダイヤモンドクラブ」
写真提供/すずの会

どの専門職も参加することがあります。「専門職は専門知識をもっている人だけけれど、その人の生活についてすべてを知っているわけではありません。専門職がかかわる領域は、生活全体の一部」と鈴木さん。専門職も介護者も、ともに要介護者を支えるそれぞれの役割があり、専門職が専門領域のプロであるならば、世話焼きさんは生活のプロでなくては、と鈴木さんは考えています。

そして、この「ダイヤモンドクラブ」が、コロナ下、大勢で集まることを制限されるなかで大きな力を発揮します。ご近所同士の気かけ合う関係ができていたため、自然と気になる人を見守る住民同士の支え合いが、ダイヤモンドクラブのメンバーを中心に地域に広がりを見せていたのです。

3 「すずの家」の開所、通いの場として事業を受託

2014（平成26）年、すずの会は待望の地域拠点「すずの家」をオープンします。ここでは、川崎市の介護予防・日常生活支援総合事業の「住民主体による要支援者等支援事業」を受託し、近隣住民の通いの場として、高齢者の在宅生活を支えています。週2回、半径2～3kmエリアから高齢者がすずの家に集まります。歩いて来る人もいれば、送迎を利用する人も、昼食を食べたり入浴をしたり、おしゃべりを楽しんだりして過ごしています。

新型コロナウイルスの影響で、この通いの場の活動は、市からの要請により中止をせざるを得ない状況になりました。すずの会では、活動が中止となっても、電話で安否確認をしたり、散歩中に会う人に声をかけたり、弁当をつくって届けたり、さまざまな活動で

見守りを続けています。

すずの家の隣には畑があり、ここではとれたての野菜が販売されています。野菜を買いに来た人たちがおしゃべりをしながら地域の情報交換をすることも。「すずの家には来ない人も、ここに野菜を買いに来ると出会うことがあります。畑はいつでもだれでも気軽に来て話ができる場所。コロナ下で改めてそのつながりの重要性に気づかされました。挨拶やちょっとした会話から、体調を気遣う声かけができていますよ」と鈴木さんは話します。

そうした活動を受け、川崎市は、同事業の委託団体に対して、緊急事態宣言下で活動が制限をされても、即時性のある安否確認に対して見守り支援としての加算をつける「新型コロナウイルス対応の業務委託」を創設。対象者1人につき1日1回を上限に、「電話による見守り支援」として500円を、さらに、対象者の健康状態により、専門職との連携が必要と感じられた場合には、「関係機関等との連携支援」として1,000円が支払われます。

電話などで安否確認を続けていても、閉じこもりがちになり、どうしても気になる利用者がいます。そこで、すずの会では、自主事業として週2回、通いの場の再開を決断します。再開にあたり、医師との勉強会を2回実施。感染対策をとりながら通いの場を開くにはどのような点に配慮をすればいいかの具体的なアドバイスを受けています。その後も医療との連携を密接に取りながら、活動を継続しています。この勉強会をきっかけにして、医師、薬剤師、訪問看護師、地域包括、ケアマネジャー、行政とチームを組んでコロナに対応できる体制を強化することができました。

消毒、検温、換気やマスクの着用はもちろん、10時から15時まで開催していた場合は、10時から14時過ぎまでに短縮。利用者の数も従来の半数程度です。どうしても昼食や入浴が必要な人がいるため、考えられる感染対策を講じたうえで実施しています。

昼食は、一人分ずつトレイに載せて、スタッフが運びます。机の間には手づくりの飛沫防止用ついでがたてられ、食事の時間は無言でいただきます。爪楊枝がほしそうな人など、ちょっとした動きにはすぐに気がつき、声を出す前に動き、差し出します。食事があらかた終わると、マスクをして再びおしゃべりを楽しんでいます。



手づくりの飛沫防止用ついたてを設置して、昼食をとる



すずの会のボランティアの皆さん(鈴木さんは右から3人目)
※撮影のため、マスクを外していただきました

4 ボランティアのための役割と居場所づくり

事業の休止が続いた間、気になる人は利用者だけではありませんでした。活動を支えているボランティアもまた、出かける場所や役割がなく、閉じこもりが続いていました。「活動が再開してもまたボランティアができるかわからない」という声を聞き、すずの会の活動が、介護が必要な高齢者やその家族を支えるためだけでなく、かかわるボランティアたちの生きがいの場にもなっていたことに気づかされました。

ボランティアの平均年齢が78歳、独居・高齢世帯が大半を占め、従来はミニデイで活用していた川崎市社会福祉協議会のふれあい活動小規模デイサービス助成事業の利用対象者に該当することが認められました。利用者の平均年齢は90歳。電話や戸別訪問で利用者の見守りを続け、ボランティアたちの集いの場として活動を始めました。ここでは、ボランティアたちが自主的に行っている地域への気配りや、自身が直面しているできごとなどの情報共有を図っています。

5 TEL友としてつながり続ける

すずの会として通いの場の開催をしていますが、ここに来られない、気にかかる人もいます。デイサービスに通っている人、持病があるために感染リスクを減らしたいと家族が考えている人など、さまざまですが、そうした人にもすずの会では電話による安否確認を週1回程度、行っています。

90歳の男性、Aさんもその1人。娘一家と同居をしていますが、感染への不安から、娘はAさんにはできる限りの外出や人との会話を避けてほしいと考えて

います。そうした思いを受けて、Aさんも外出や人とのかわりなど、感染のおそれのある行動を極力抑えた生活を続けています。

ですが、そんなAさんの寂しそうな様子に気づいた鈴木さん。週1回の安否確認の電話だけではAさんの不安に寄り添えないと考えました。「Aさんが誰かとしゃべりたいときに電話をしてもらえるように」と、「20時以降ならばたいてい電話にも出られるから、いつでもかけてきて」と伝えました。

Aさんからは、週2～3回の電話がかかってくることもあり、長いときには20～30分ほど話し込むことも。Aさんとの電話は、社会や経済、政治などさまざまな内容で、「あつという間に時間がたってしまう」と鈴木さん。そしてAさんも、「こんな話に響いてくれる人は、なかなかいないよ」と言います。それでも、「人としゃべらないと、言葉が出なくなるね」というAさんの言葉。そして、外出を控えているために「足が弱くなっている」という実感。「予防接種が終わったけれど、行くところがないんだよ」というAさんに、電話をつうじた友人として、心のサポートを続けています。

当初から、つながりづくりに重点を置いて活動を進めてきたすずの会。コロナ下で人と人とのつながりが制限され、そのつながりが切れてしまうおそれがある事態は、大きな試練となりました。ですが、事業の枠にとらわれず、その人その人に合う必要なつながりを、コロナ下でも丁寧につむいでいます。

コロナ下における住民活動の変化

NPO法人すずの会代表 鈴木 恵子

未知の経験

100歳になっても、少し物忘れが多くなっても、身体が少し衰えてきても「すずの会」に行けば、気楽に誰かと話ができる、おいしいご飯が待っている、という身近なつながりの輪を広げ、信頼をいただけてきました。しかし、コロナ感染拡大により活動は一変し、つながりを切れ、家にこもる日々が続きました。先の見えない不安から、孤立や孤独感を感じている高齢者は多く、つながりを切らない方法を見直す機会となりました。

高齢者の暮らしの変化

2020（令和2）年3月、初めて川崎市から自粛要請が発令され、「すずの家」を始めとする集いの場はすべて活動中止の措置が取られました。連日「気になる人」に電話をかけ安否確認を続けました。1か月の通信回数328件・訪問137件から、ひっそりと暮らす高齢者のつぶやきが届きました。

- ・話す機会がなくなり気分が落ち込む
- ・外出・散歩の機会がなくなり坂道の上り下りがつらい
- ・さびしい日が続きオレオレ詐欺の被害にあってしまった
- ・食欲がない 一人の食事がわびしい
- ・一人で入浴しようとして転倒し、怪我をした
- ・笑うことがなくなった
- ・曜日、日にちがわからなくなった

など、このまま何もしないで放置すると気力・体力・認知力の低下は避けられない事が伝わってきました。小さなつぶやきに耳を傾け、コロナ下でもつながりを切らない活動の工夫が不可欠と実感しました。

ボランティアの高齢化も浮き彫りに

いきいきと活動していたボランティアの様子も気になり、基本チェックリストを使って暮らしぶり・運動・栄養・歯や口腔・外出・物忘れ・ころ・について聞き取りをしました。ボランティア60名の平均年齢は78歳となっていました。ボランティアも孤独・孤立をコロナ下の日々から痛感し、ボランティア活動は「誰かのためは自分のため」自分が活かされていたことを認識する機会となりました。

（聞き取り調査の結果）

- | | |
|------------------------|-----|
| ・毎日の生活に充実感がない | 48人 |
| ・これまで楽しんでいたことが楽しめなくなった | 51人 |
| ・わけもなく疲れる | 42人 |
| ・買い物に行く回数が減った | 50人 |
| ・自分が役に立つ人間だと思えない | 14人 |
| ・転倒の不安が大きい | 53人 |
| ・最近大きな病気やケガをした | 12人 |

コロナでも活動を止めず、小さな活動拠点を充実

できること、必要とされていることから即実行を合言葉に、ボランティアも総動員で、地域に気を配りました。拠点を増やし、大きな集まりから、小人数の集まりに切り替えたことで、高齢者の生活の細かいところまで気が付くようになり、一人一人の暮らしを支える、医療・介護・行政・各種専門職・住民のネットワークは充実しました。ボランティアも役割を復活し、元気を取り戻してきました。

コロナ下における埼玉県の取り組み

埼玉県 地域包括ケア課主任 原田 祐太

2015（平成27）年に地域包括ケア課が新設され、今日まで地域包括ケアシステム推進に取り組んできました。新型コロナウイルス感染症という未曾有の事態のなか、埼玉県としても悩みながら進めてきたことをお話しさせていただければと思います。

1 埼玉県のメイン事業の紹介

（生活支援体制整備事業関係）

①総合支援チーム派遣事業

毎年63市町村と意見交換をしたうえで、個別の課題に応じて専門職の方とチームを組んで市町村の伴走支援を行っています。

生活支援体制整備事業については、主に埼玉県社会福祉協議会、さわやか福祉財団、埼玉県移送サービスネットワークの方と一緒に市町村を応援しています。

②各種研修事業

埼玉県社会福祉協議会への委託事業として一緒に各種研修会を実施しています。研修会の企画・運営には生活支援コーディネーターの方にも携わっていただいています。実際に現場を動かしている方の意見は非常にありがたいです。

研修会は基礎研修からブロック別研修まで幅広く実施しています。

2 コロナ下で直面したこと

①県としてどう支援をしていくか。

コロナ下初期の漠然とした恐怖のなか、埼玉県としてこれまでどおり各市町村との意見交換は大事だと思い、感染状況をみながら全市町村を訪問しました。意見交換を元にオンラインなども活用しつつ、一歩ずつ総合支援チーム員と市町村の応援をしました。

コロナ下のなかでも工夫しながら進めている事例がたくさんあるので、皆さんにお届けするために埼玉県社会福祉協議会のフェイスブックで情報発信も行いました。ぜひ「シャキたま生活支援コーディネーター活動紹介」をご覧ください

さい。

②集まることができない

コロナ下で集まれない、オンラインも普及していないなか、どのように研修をするか……。そのような状況のなか、埼玉県社会福祉協議会をはじめさまざまな方の協力のもと、コロナ下初期のころからオンラインで情報交換会など実施をしてきました。

3 行政担当者にお伝えしたいこと

コロナ下においてもたいせつだと思うことは、「つながること」「やってみること」の2点だと思います。

①つながること

県・市町村・関係団体・民間企業などそれぞれに強みがあると思います。色々な課題がある中、さまざまな方たちとつながり、強みをいかし合うことが大事であるとコロナ下でさらに実感しています。

②やってみること

上記研修会もオンラインが普及していないころは、実施することに不安がありました。ただ、何もやらないよりはまずは一歩踏み出してみることが大事だと思います。

いきなり大きなことはできないと思いますので、まずは、担当同士、関係者などに話してみるなど、スモールステップを積み重ねていくことが大事だと思います（と書いていて自分にも言い聞かせています）。

4 最後に

新型コロナウイルスがいつ収束するか不透明ではありますが、埼玉県も一歩ずつ地域包括ケアシステムの推進にこれからも携わらせていただきますので、今後ともよろしくお願ひします。

行政と協働

屋外活動

非対面活動

対面の工夫

情報発信

ICT活用

生活支援Co

メンバーの男性と女性の比率がほぼ同数で、幅広い年代から構成される「ささえ愛ながとろ」。コロナで住民のつながる活動が困難な状況にあっても、LINEなどのシステムを活用して緊密に連携を取り合い、つぎつぎと新しい企画を立ち上げては形にしていった、その幅広いアイデアや活動内容をご紹介します。

1 ささえ愛ながとろ (生活支援体制整備協議体)の設置

今回ご紹介する活動の主体である「ささえ愛ながとろ」(長瀬町生活支援体制整備協議体:以下、協議体)は、町の規模により第2層はなく、第1層のみの協議体です。メンバーは、30代~80代で、当初は20人でしたが、高齢等で引退された方もいて、現在18人で構成されています。老人クラブや子育てサロン運営者などさまざまな方がメンバーになっていますが、とくに団体代表として選ばれたわけではなく、協議体の勉強会に参加された人のなかで、支え合い活動・地域活動等へ関心の高い方に、生活支援体制整備事業を受託している長瀬町社会福祉協議会(以下、社協)からお声かけしたとのことです。

「高齢男性ばかりだと、ろくなものにならないからね」と笑うのは、協議体の委員長であり、自らはブドウ園を経営されている高田幸好さん。社協からお声かけの際には、

- ①男女半々
- ②若い世代~シニア世代までまんべんなく
- ③町内の各地域から

の3点に留意して、人選したそうです。

通常の活動では、フルメンバーの18人だと意見交換するにも不便なため、「居場所チーム」(サロンや居場所づくり担当)と「あったか声かけチーム」(あったか声かけ訓練や活動の促進等担当)の2チームに分かれて活動し、最終決定は全員が集まる協議体で行っています。各チーム及び協議体全体での連絡や確認などでは、グループLINEを積極的に活用。メンバーのた

▶『ささえ愛ながとろ』コロナ下での活動

(コロナ関連で代表的なものを記載)

2020年

4月 「ささえ愛ながとろ便り」号外(4月)、3号(8月)発行

7~8月 「ふれあい七夕まつり」

8月~ 「シニアのためのスマホ講座」
(2020年で6回、2021年も継続)

10月~ 「お役立ちマップ」作成(2月に完成・全戸配布)

12月 歳末防犯キャンペーン

2021年 シトラスリボン作成・配布
1~2月

2月 みんなで千羽鶴プロジェクト

めのグループLINE講座も行ったそうです。高齢のメンバーもだいたい適応できているとの話に感心したところ、「私は苦手で、孫に手伝ってもらっています(笑)」と高田委員長。

また、町内各地区でのサロンを運営している12団体で構成される「サロン代表者会議」とは、緊密に連携。協議体メンバーの中には、サロン運営をされている方もいます。

「コロナだからこそ、つながりを切りたくない」

コロナ以前から活発に活動を行ってきた「ささえ愛ながとろ」ですが、コロナにより町内でのさまざまな活動が制限されることになりました。協議体が居場所づくりとして取り組んできたサロン活動なども休止となり、これまでの活動で築いてきたサロンやつながりが切れてしまうことへの危機感がメンバーの中に募ります。「コロナだからこそ、つながりを切りたくない」そのような状況下での

●長瀬町(2022年2月)

- 人口：6,738人
- 世帯数：2,889世帯
- 高齢化率：39.1%
- 概要：埼玉県西北部に位置し、山々に囲まれ、荒川沿いに開けた町。国の名勝及び天然記念物である「長瀬溪谷」などの自然に恵まれ、観光を主な産業としている。

協議体のメンバーの言葉です。高田委員長は、当時も、そして今も抱えている想いをこう話します。

「無理した活動はやる必要はないが、できることは何でも取り組んでいきたいと思っている」

左頁の表は、ささえ愛ながとろがコロナの状況下で取り組んだ活動の主なものを抜き出したものです(他にも実施した活動があります)。この中で、他地域でも比較的取り組みやすいと考えられる『お役立ちマップづくり』は、後に別途ご説明させていただくとして、その他の活動を簡単にご紹介します。

【ささえ愛ながとろ便りの発行(4月～)】

もともと、生活支援体制整備事業の広報誌として、協議体の活動報告などのため発行していたのですが、コロナに関する情報が錯綜し不安をもつ住民に対し、正しい情報の提供をすること、そしてサロン等の

●ささえ愛ながとろ

- 運営団体：長瀬町生活支援体制整備協議体
- 担い手：30～80代のメンバー18人
- 概要：2016(平成28)年設置。現在の形になったのは、2017(平成29)年。

居場所が休止して接点がなくなっているため、あえて情報誌等を多く発行し、つながりを維持することを目的として号外と第3号を発行。医療面での正しい情報の提供は、秩父地域でコロナ対策・情報発信に熱心に取り組んでいる南須原宏城医師に寄稿を依頼。編集やレイアウトも協議体メンバーで作業しました。

同じ目的で、各サロンの主催者がサロンメンバーに対し発信する「サロン通信」の発行支援も実施。これらの情報誌を、できるかぎりサロンメンバーや地域の高齢者に、声かけをしながら配布し、つながり維持、安否確認にもつなげています。

【ふれあい七夕まつり(7～8月)】

各地区のサロン主催者を中心に、サロン参加者や地区の高齢者に短冊を配布して願いごとなどを書き込んでもらい、後に回収。この配布と回収は、安否確認を兼ねています。この回収した短冊を竹に飾りつけ、地区内の目立つ場所に設置。これを本人たちが見に行くことで外出機会にもなるというイベントです。手挙げ

方式で実施したので、2020(令和2)年は6地区で開催。サロン自体が休止していても、成果物を目で見ることができ、自分も参加してみんなでつくりあげたという一体感がサロンのなかで生まれたという声もありました。地区によっては高齢者だけでなく子どもたちも参加し、世代間交流につながったところも。地域の評判もよく、翌2021(令和3)年は8地区に拡大しました。

2点目 コロナ対策についてです。テレビでも言っているように3変を避けることです。

密閉：換気の悪い場所をさけること(観劇館 ジムなど)
密集：不特定多数の人が集まることを避けること(コンサートなど)
密接：近くで会話をする空間(宴会など)

次に自分を守るためにしっかり手洗いです。なるべく手洗い前には手を口や鼻、目に触れないように気をつけましょう。手洗いは石鹸でよく洗いましょう。アルコール消毒もするとなおいいです。最後に人にうつさないようにするためにマスクをしましょう。もし体調が悪い場合はまず自宅を休養しましょう。不安な場合はかかりつけ医に電話で相談してみましょう。

イタリアの問題点は医療崩壊を起こしてしまったことです。医療崩壊とは重症の患者さんも病院におしよせてしまったため重症の患者さんに対する治療ができなくなってしまうこと。また大学に押し寄せてしまうと、それだけで3密となり院内感染が広がり、医療従事者にも感染しさらに患者さんを見る事が出来なくなってしまう状況。これが医療崩壊です。

秩父地域ではそのような事がおこることは考えにくいですが、ただし診断は禁物です。まずは自分がかからないよう行動し、重症な方が医療を利用できるように協力していきましょう。

今自粛モードに追い討ちをかけて感染数が増えており不安な状況に拍車がかかっています。ただ、感染は必ずおこります。また日本の方針は他国とくらべても死者の少なさから非常にうまくいっていると思います。過度な運動は禁物ですが私は今までの状況や様々な情報を分析した結果、日本はそこまで感染爆発しないと思います。

とにかく皆さん。ご自身の健康管理をお願いします。過度な運動、ストレス発散も必要です。また質の良い睡眠、バランスの良い食事や免疫力を高め国難を乗り越えていきましょう。



防犯キャンペーン訪問

【シニアのためのスマホ講座(8月～)】

直接会えないような状況下での、高齢者の孤立対策、家族や友人とのコミュニケーションが図れるように開催しました。営業・勧誘なし、社会貢献の一環という前提で、講師はソフトバンクさんをお願いできたそうです。寄せられた感想は「そろそろスマホにしようと思っていた」「講師には何回質問しても怒られない。息子じゃこうはいかない」など、意外にも好評。その後も続いて開催されています。

【歳末防犯キャンペーン(12月)】

警察と協働した活動で、警察署からサロン運営者に対して防犯について講義していただきました。コロナにより長瀬町を含む秩父地区で高齢者対象の犯罪(詐欺、空き巣、グループ窃盗)が増えている現状と、高齢者が外出を自粛するため金融機関に行く回数を減らし、代わりにタンス預金が増加していることが背景にあるという原因の分析、防犯の注意事項などのレクチャーを受けました。その後日数をかけて、サロン運営者と警察署員がペアで地域の高齢者宅に声かけ訪問を実施。実際に被害にあいそうになった人も判明し、



千羽鶴プロジェクト

サロン運営者や近隣の人が定期的に声かけをするよう対策をすることに。

【シトラスリボン・千羽鶴プロジェクト (2021(令和3)年1月～)】

シトラスリボンは、愛媛県の有志が始めた、コロナ下での差別・偏見に対する啓蒙活動です。偏見に対し啓発したいという思いから、協議体として取り組むことにしました。シトラスリボンづくりは、協議体メンバーとその知人のボランティアで作成。サロンや保育園・学校、介護施設、民生委員等を通じて配布しました。

このシトラスリボン活動を踏まえて、長瀬町ではコロナの早期終息、差別・偏見の解消、町民の健康を願って千羽鶴作成に取り組みました。鶴の数は、町民人口にちなみ6,883羽。活動の意図(差別・偏見の解消など)を子どもたちに理解してもらうため、小中学校にも協力を依頼。この話を聞きつけた介護施設やボランティア団体からも参加の申し出があり、協議体スタッフが驚く一幕も。延べ783人の参加者により作成された千羽鶴(6,883羽)は、町役場町民ギャラリーに展示されました。活動参加者からは、「他の人とつながっていると感じられた」、「役立ち感、達成感があった」との声も出ています。

2 『お役立ちマップ』の作成

埼玉県で取り組んでいる事業に「プラチナ・サポート・ショップ」というものがあります。これは、高齢者の暮らしを支えるサービス(配送、移動販売、見守り、訪問サービスなど)を実施しているお店に登録してもらい、県の専用ホームページで情報提供するというもの



お役立ちマップ作成中の皆さん



お店紹介 フォト



ささえ愛ながとろ 高齢者生活支援体制整備協議会

お役立ちマップ



高齢者やこのコロナ禍で外出することがままならない方が、自宅で受けられる「送迎」「配達」「訪問」など、くらしにやさしいサービスを実施しているお店・事業所のマップを作成いたしました。ぜひ、ご利用ください。ふるさとの役にたちますように。

お役立ちマップ一覧表

番号	店名	電話番号	サービスの概要	営業時間/休休日
1	味 車	62-6755	そば、うどん、天ぷら、ご飯物の出前 お弁当、惣菜販売。	11:00-16:00 水曜休み
2	喜TERAS	69-0005	煎、茶、和食セルフサービス 99円以上で100円券プレゼント。 月、木は4種以上又は2,200円以上で配達。配達注文。	11:00-19:30 不定休
3	おやき亭	66-0330	抹茶ラテ、ほろろ抹茶、ホットサントの持ち帰り、1,500円以上で配達。前日まで予約。	10:00-18:00 本曜休み
4	天狗館	66-0500	お寿司の持ち帰り、出前、電話、HP注文。	11:00-13:30 16:30-22:00 水曜休み
5	和 香	66-0071	手づくりのお弁当3種以上で配達。前日まで予約。	11:30-19:00 不定休
6	カフェラス あんでるせん	66-0578	外注デリバリー。納品金額100円以上で無料配達。 手配額、和菓子をお買い上げ2,000円以上で無料配達。 (配達料300円)前日予約。	8:30-17:00 本曜休み
7	森屋製菓	66-0125	ケーキ、ご飯物の出前。(配達エリアは山口地区)	11:00-19:00 月曜休み
8	清水屋食堂	66-0230	ラーメン、ご飯物の出前。(配達エリアは山口地区)	11:00-21:00 水曜休み
9	千葉亭	66-1980	焼肉、お弁当、お惣菜、お惣菜、お惣菜、お惣菜	9:00-12:00 15:00-18:00 前日予約。
10	倉林医院	66-0387	診療時間(夜間、休日)お住まいのかわつかけの場 事前予約。	夜間：午前 診療時間：午後 日曜、夜間、祝日休み
11	南須原医院	26-5031	病棟、訪問診療(夜間、休日)お住まいのかわつかけの場 事前予約。	診療時間：午後 水、土曜、日曜、祝日休み
12	長瀬医新クリニック	66-1000	病棟、訪問診療(夜間、休日)お住まいのかわつかけの場 事前予約。	9:30-12:30 15:00-18:00 水、土曜、日曜、祝日休み
13	岩合歯科診療所	66-0271	歯科、小児科、矯正科、口腔外科、歯周病科、歯内科、歯肉科、歯槽膿漏科、歯槽膿漏科、歯槽膿漏科、歯槽膿漏科	9:00-11:00 16:00-18:30 水、日曜、祝日休み
14	新井整骨院	66-0162	骨格矯正、骨格矯正、骨格矯正、骨格矯正、骨格矯正、骨格矯正	9:00-12:00 14:00-19:00 祝日休み
15	なごら整骨院	26-5337	骨格矯正、骨格矯正、骨格矯正、骨格矯正、骨格矯正、骨格矯正	9:00-18:00 土曜(午後)、日曜、祝日休み
16	やよい薬局	66-4301	処方箋に基づいて調剤したお薬。一般薬、処方薬、処方薬、処方薬	9:00-18:00 月曜、水曜、日曜、祝日休み
17	有限会社モリ薬局	66-0073	処方箋に基づいて調剤したお薬。一般薬、処方薬、処方薬、処方薬	月曜、水曜、日曜、祝日休み
18	浅見整体療術院	69-2041	整体の出張(交通手段が無料)など。別途出張料。	9:00-19:00 月曜休み

両面三つ折りで、くらしにやさしいサービスを実施しているお店・事業所を紹介する

のです。生活支援コーディネーター(以下、SC)が協議体の場でこの事業を紹介し、町内のお店の情報提供を依頼したところ、メンバーの中から、「高齢者にインターネット検索は難しいので、紙媒体で長瀬町独自のマップがあるとよいのではないか」との意見が出たところから、この活動は始まりました。

送迎や配達、出張サービスをしてくれるお店の情報収集や取材、写真撮影、原稿整理やマップのデザインづくり、レイアウトなど、すべてをSCと協議体メンバーで分担して作業しました。グループLINEを含めて、打合せや編集作業は合計30回以上にのぼります。10月から作業が始まり、原稿が完成したのは翌年の1月です。完成したマップは、2月に町内全戸に配布されました。掲載された飲食店や床屋さんから、新たなお客さんにつながったとの話も聞かれます。

「この活動と、プラチナサポートショップの広報で町内のお店を巡りました。そのなかで、お店の人が福

祉に関心をもっていたり、お客さんに認知症の兆候があることに気づいているなどの福祉的な課題も抱えていることがわかり、新たなつながりづくりにもなりました」と、社協職員でSCでもある野口恵子さんは振り返ります。

「このマップづくりは、私も含め協議体メンバーにも達成感がありました。『面白かった』『気持ちがあ上向きになれた』という人もいました。完成したときには、拍手がおきたんですよ(笑)」

「ささえ愛ながとろ」のこれらの活動は、高田委員長の言葉にある「できることは何でも取り組んだ」結果と言えます。サロンや集いが開催できない・再開できないような状況の中でも、自分たちだけでなく、事業内容により、地域の医療者、携帯キャリア事業所、警察、小中学校などさまざまな方面に協力を呼びかけ、密にならない方法を考え、感染が落ち着いた時期を見計らいながら、活動を行っています。

これだけの活動を行うのは簡単なことではありませんが(しかも、ご紹介した事業以外に実施された活動もあります)、つながりを切らないためにできることを探していく姿勢、外部の関係者とどんな協力ができるかなど、本事例はさまざまなことを私たちに教えてくれます。

行政と協働

屋外活動

非対面活動

対面の工夫

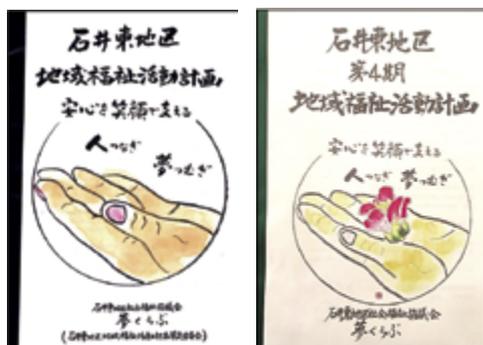
情報発信

ICT活用

生活支援Co

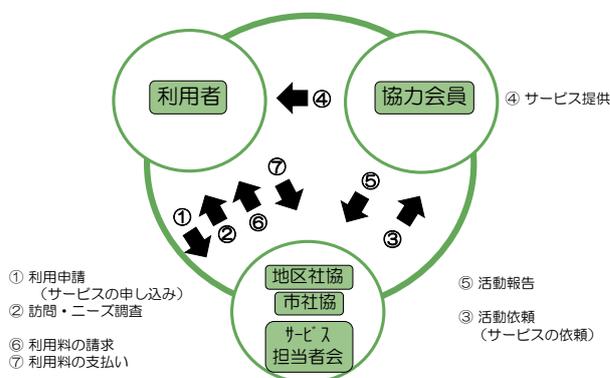
石井東地区は、新型コロナウイルスのまん延で地域のサロンの開催が難しくなっても、工夫しながら気かけ合い、顔を見て声をかけ合う工夫を続けています。住民のそうした思いは、行政の施策にも影響を与えることになり、市内でウイズコロナのつながり方を考え直す契機となりました。

松山市石井東地区社会福祉協議会（以下、石井東地区社協）では、地域福祉策定委員会「夢くらぶ」を立ち上げ、2005（平成17）年3月に住民による第1期地域福祉活動計画を、2021（令和3）年に第4期計画を策定しています。基本理念は、「安心を笑顔で支える人つなぎ夢つむぎ」。地区社協の基盤整備、福祉教育とボランティア、在宅福祉・いきがい介護予防サービス、各団体との連携・ネットワーク、他地域との交流や福祉マップづくりなど、という5本柱を立て、地区社協を運営し、小地域福祉活動を推進しています。



地区社協の支部組織には町内会、自治会を中心としたまちづくり協議会があり、福祉委員制度が位置づけられています。1985（昭和60）年には、全国に先駆けて、地域ぐるみで支え合う活動として地域福祉サービス事業が始まりました。市長の肝入りで始まったこの事業は、預託点数制の住民参加型在宅福祉サービス事業で、利用者と協力会員、そして双方をコーディネートする援護部長が地区社協に位置づけられています。そしてその協力会員を中心に、地区社協が実施する各種事業を展開しています。

地域福祉サービス事業概要



各自治会や町内会では、地域交流サロン、ふれあい・いきいきサロン、脳の健康教室サロンなどが開催されています。1995（平成7）年からスタートしたサロン活動は、地区内20カ所で年間600回以上、開催されています。

1 絵手紙で気持ちを届ける

そうしたサロン活動も、新型コロナウイルスの感染拡大とともに会場となる自治会館などが使用できなくなり、地区内のサロンが2020（令和2）年3月から自粛となりました。顔を合わせる機会がなくなり、地域の高齢者の恐怖感と寂しさも頂点となり、不安な日々を送っていました。そんな高齢者などの様子が気になり、石井東地区社協では、民生委員・児童委員46人の協力を得て絵手紙を作成し、一人暮らしの人、高齢者夫婦、気になる人など、地区内の500人に一言メッセージを添えた絵手紙を送りました。実は、石井東地

●松山市石井東地区(2022年2月1日)

- 人口：506,792人
- 世帯数：253,069世帯
- 65歳以上人口：144,338人
- 高齢化率：28.5%
- 概要：松山市は、愛媛県のほぼ中央にある松山平野に位置し、瀬戸内の温暖な気候に恵まれたまち。約3000年の歴史を誇る道後温泉や、現存12天守のうちの1つである松山城を有し、正岡子規や夏目漱石などの文人も排出。2000(平成12)年4月に中核市へ移行し、2005(平成17)年1月には北条市・中島町と合併して四国初の50万都市となった。

区社協では、配食の際に絵手紙をつけていましたが、その絵手紙がとても好評で、高齢者宅では届けた絵手紙を玄関に飾っている人もいたほどでした。少しでも元気を出してくれれば、という思いのもと、新型コロナ



季節の花やアマビエを描いて送った絵手紙

ウイルス感染症の沈静化を願い、季節の花やアマビエを描いて印刷して郵送。「絵手紙は、ポストに届くことで喜びがもっと増すんですよ」と、石井東地区社協会長の高岡順子さんは話します。

絵手紙を受け取った人からは、お礼の電話やハガキが届いたり、さらには自宅までお礼を言いに来てくれる人まで。高岡さんたちの予想以上に喜ばれた様子で、近況を伝え聞くなどお互いを気遣う機会となりました。

絵手紙を受け取ったある高齢女性は、行きつけの美容院にその絵手紙を持っていきました。その女性の夫が急に体調を崩して寝たきりの状態になっており、女性は腰痛がつかく介護がたいへんな状態でした。仕事

●石井東地区(2021年7月1日)

- 人口：30,149人
- 世帯数：11,808世帯
- 65歳以上人口：7,628人
- 高齢化率：25.3%
- 高齢者単身世帯：922世帯
- 民生委員の調査による見守りの必要な人：263人
- 高齢者のいる世帯：4,047世帯
- 民生委員児童委員数：46人
- 概要：松山市の南部に位置する石井東地区。市街地にも近く、縁起の神様で有名な椿神社や伊丹十三記念館がある。旧暦の正月7・8・9日の3日間にわたって行われる椿祭りでは、伊豫豆比古命神社に多くの参拝客が訪れる。昭和40年代に人口が急増し、30年前に石井地区は石井東地区と石井西地区の2つに分離。石井東地区は、生産年齢人口である15～64歳の人口が多いため、市内で高齢化率の低い地域であるが、そのうち60～64歳の人口が多く、急速に進行する少子高齢化やひとり暮らし世帯の増加という課題を抱えている。

の忙しい子どもには連絡をすることもできず、途方に暮れていたところに届いた絵手紙。この女性が美容院に行ったのは、「民生委員さんは、私のことを助けてくれるだろうか?」という相談でした。女性は美容院に週1回通うという常連で、美容院も気になる人のところにはおすそわけを持って行くなど、普段からご近所の様子を気にかけていたのです。

女性から相談を受けた美容師は、近所に住む民生委員に相談。相談された民生委員と女性は隣町となるため、担当民生委員に連絡をしました。そして地域包括支援センターや市社協につながり、必要な医療や介護サービスを受けることができるようになったといいます。1枚の絵手紙をきっかけに、高齢世帯の暮らしを支えた一例です。

2 てくてくサロンで久しぶりの再会

サロンが中止となっている間、脳トレサロンの参加



者65人には、協力会員による教材の配布や回収が行われていました。週1回のお届け日には、自宅に訪ねてきてくれることを心待ちしている様子がありました。化粧をして身だしなみを整えて待っている人、届けると世間話が30分ほども続く人など、コロナ下で閉じこもりによる孤立が浮き彫りになっていました。

同時に、参加者同士が電話などで安否確認や悩みごと相談をしたり、おすそわけをし合っているという情報も聞くことができました。「サロンがさかんだったので、つながりが網の目のように地域にできていたとわかりました」と話す高岡さん。しかし、このままでは体力や認知機能の低下が懸念されたこともあり、あるサロンでは、「このまま中止のままではいけない、何かできることはないだろうか」と考えました。

そこでできたのが、「てくてくサロン」。協力会員が自宅まで教材を持って行くのではなく、参加者が集会所の広場まで歩いて取りに来てもらおうというものでした。広場で久しぶりに顔を合わせ、少しのおしゃべりと脳トレプリントを渡して30分以内で帰ってもらおうという試みで、休みがちな人も男性も全員が参加しました。なかには、会いたかった人と時間が重ならずにがっかりする人がいたり、時間が過ぎて解散した後も、少し先の角でおしゃべりをする姿があるなど、再会を楽しみにしていたり喜んでいたりする姿があちこちに見受けられました。

こうしたてくてくサロンの開催を経て、コロナ下でのサロン活動のあり方を模索しようと、石井東地区社協の自主活動としてコロナ下のサロン活動に向けて注意点等の話し合いを重ねることとなりました。

3 お試しサロンで短時間の交流

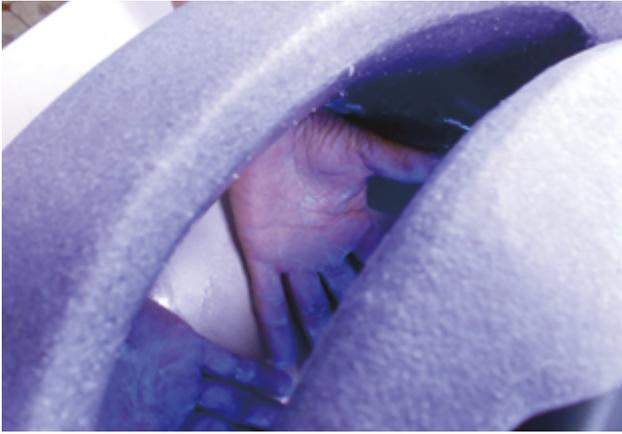
2020（令和2）年6月、政府の緊急事態宣言解除を



受けて、石井東地区社協では独自にサロンの再開を模索しました。サロンの世話人たちと話し合いを重ね、アルコール消毒液やペーパータオル、非接触型体温計などを準備し、6月末から30分間の「お試しサロン」を地区内11か所で始めました。

3密を避けるため、事前に参加者に出席をとって、定員を超えた場合はサロンを2回に分けて開催するなど、集う人数に配慮しました。40人以上が集う大型のサロンでは、3グループに分かれるほか、自主ミニサロンも再開されました。小物づくりをするときには事前に当番の人が個別に準備しておいたり、七夕には一人1本の小さい笹を準備したりするなど、長時間や密にならないようさまざまな工夫をサロンごとに考え、実施しました。

当日は参加者・世話人ともに検温やマスクの着用、室内・手の消毒、距離をとった着席、定期的な換気を行い、ペットボトルのお茶と個包装のお菓子を用意して、指体操と少しのおしゃべりを楽しみました。なかには、「ぜひ参加したい」と病院から退院した翌日に、知人に頼んで送迎してもらいこの場に参加した一人暮らしの女性（93歳）もいて、その元気な姿にほかの参加者もパワーをもらいました。一方で、参加者から「ステイホーム中に転倒した」「2階まで階段を上がれな



くなった」という話を聞いたり、世話人の顔を忘れて
いる人もいて、自粛による心身の影響を感じる機会と
もなりました。

参加者からは「開いてくれてありがとう」「この集
いを続けてください」などの感想が相次ぎました。

4 行政の施策にも影響を与える

2020（令和2）年6月末～7月末の約1か月に、計
20回のお試しサロンを実施した石井東地区社協。開
催にあたり、市介護保険課や市社協へ実施計画を相談
してボランティア保険をかけてもらったり、地域包括
支援センターの協力を得て、手指がきちんと洗えてい
るかをチェックする機械を利用し、そのことが個々の
感染予防の意識を高める契機にもなりました。

お試しサロン当日は、市や市社協の職員が見学に訪
れました。市は、ふれあいいいきサロン助成金を
受けている市内180か所に対して、感染が落ち着いた
2020（令和2）年8～9月の活動として、①サロンは
開かないけれど、脳トレ冊子を地域拠点に取りに来て
外出の機会をつくる「てくてくサロン」の実施、②サロ
ンの自粛、③1時間以内の短縮ミニサロンの実施、と
いう3つの選択肢を提示しました。「てくてくサロン」



や「短縮ミニサロン」にあるように、石井東地区社協で
の活動が行政の施策に影響を与えたことは明らかです。

5 地域でつながり続けるために

高岡さんは、「コロナ下、地域でつながるたいせつ
さを再認識しました。今までのサロン活動の仲間意識
を土台として、これからも安心・安全なサロン運営を
行い、近隣の人たちと顔を見て気にかけて、つなが
り、支え合う、『向こう三軒両隣』の関係を続けてい
きたい」と抱負を語ります。

感染者数が増え、まん延防止等重点措置の対象地域
になったときはお試しサロンもお休みしていますが、
感染者数が減り、対象地域から外れた2022（令和4）
年3月後半からはまた「てくてくサロン」から順次再
開をしていく予定です。

市社協が企画したプランター農園は、ペットボトル
で二十日大根やベビーリーフを育てる取り組みです。
LINEをつうじて参加者同士がわからないことを教え
合ったりしながらコミュニケーションをはぐくみ、野
菜づくりを楽しんでいます。石井東地区社協には、休
耕地で体力増進やコミュニティを目的として野菜づく
りをする交流サロン「居合農園」があり、そこで活動
する男性たちが野菜づくりのアドバイスも行っていま
す。

2021（令和3）年12月からは、コロナ下でも家に閉
じこもりにならないよう、外出と健康づくりをうなが
す取り組みとして、地区の「お散歩マップ」づくりにも
挑戦。公民館のスポーツ健康部と連携・協働しながら、
地区を4ブロックに分けて、トイレやコンビニエ
ンスストア、地域の名所などを歩いて巡るマップを作
成中です。できあがった冊子は地区内の25,000世帯に
配付する予定です。

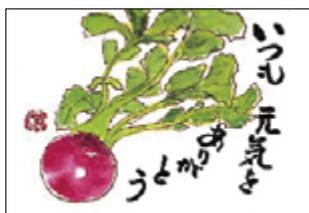
私たちがコロナ下で学び得たもの

愛媛県松山市民生児童委員協議会会長 高岡 順子

コロナ下の生活のなか、とくに高齢者にとっては、恐怖感と寂しさで不安な日々が続き、気力・体力・認知力の低下が見られるようです。一方、地域の住民にとっては、一生懸命に感染症と向き合い、この危機を乗り越えようと「支え合い、つながろう」という気運が高まって来ているようにも思います。長引くコロナ下で、住民活動の取り組みも、感染予防第一から顔の見える温かみのある活動へと変化しつつあります。この間、普段のつながりのありがたさに気づくことができたことは、貴重な体験でした。

私たちの地区では、2020（令和2）年のコロナ第一波で、年間600回以上、参加延べ人数13,800人が集うサロン活動が、4か月間中止となりました。3か月の自粛期間が過ぎた頃、多くのボランティアの人々が、自主活動としてのミニサロン開催に向けて動き始めました。行政からも、「自主事業ではあるが保険だけはかけてくれる」等の動きもあり、独自の「お試しサロン」開催への意欲につながっていきました。行政・専門職に加えて、地域の实情に精通した、民生・児童委員やご近所さんの参加が不可欠であることにも気づきました。

そこで、第一波である2020（令和2）年の初夏、高齢者の皆さんに元気をお届けしようと、絵手紙500枚を地区社協事業として郵送しました。その反響は思いのほか大きく、温かい思いが改めて伝わったようです。困難な状況にある高齢者夫婦の生活支援につながった事例や、地区内の要支援者との絆が深まった事例など、独自のミニサロンへの意欲につながっていき



染予防意識を高める契機ともなりました。

それから1年後の2021（令和3）年、今度は1,000枚の絵手紙を民生・児童委員が中心となって、一言ずつメッセージを添えて再び郵送しました。多くのお礼のお手紙・葉書・電話等があり、「人は人の中で生きる」を実感しました。

その後のコロナ下でのサロン活動は、多くのボランティアの人たちが永年培った地域への思いが大きな力となって、現在では感染予防の工夫をしながら助け合ってメニューを考えるようになりました。お試し会を基本に、新しい生活様式への理解促進が功を奏したと思います。

また、地域を歩いてみますと、2～3人の立ち話や散歩中に日頃から気になる人へひと声かける等、「できることをやろう」という行動が暮らしを豊かにする安心感や連帯感につながっていると感じています。このコロナ下においてこそ、できることとして取り組んだ事業であるプランターやペットボトルを利用したオンライン農園が、NHKの取材を受け大きくクローズアップされ、活動の盛り上がりを後押ししてくれました。

石井東地区は、散歩をする人が多いため、地区社協と公民館との協働により、ウォーキングマップの作成も完成しつつあります。新年度早々に、25,000部が各戸配布される予定です。

私たち石井東地区では、支える人、支えられる人がともに一体となって、かつてない状況を打破するために「つながろう！」と立ち上がったことで、これから目指す地域共生社会の実現に向けて、種をまくことができたと思います。このボランティア精神が、本格的に地域の「支え合い・助け合い・気かけ合う」住民活動として発展していくことを願っています。

今回CLCの研究事業に参加させていただき、大きな刺激を受けました。コロナ下で学び得たことを活かし、未来へとつないでいきたいと思っています。

「思い」をつなげる仲間をつくる

沖縄県北谷町 福祉課 高原 充江

「ここに来たら、だれかに会えるかと思って」と、町の介護予防事業などに定期的に参加している高齢の女性が公民館を訪ねてきました。いつも笑顔で周りにも声をかけてくれる方ですが、その日はこわばった顔で「簡単に人の家にも行けないさあね。とてもさびしい」とぼつり。「貯筋^{ちよきん}クラブ(一般介護予防事業)をできるだけ早く、短い時間でもいいから始めてほしい」と言って、名残惜しそうに帰りました。

新型コロナウイルス感染症の繰り返す流行に緊張しながらも、「少しでもいいからみんなと会いたい、体を動かしたい」という多くの高齢者の声と、コロナ下における身体機能の低下や認知症状についての相談が増えていきました。そこで本町では、「緊急事態に入ったら一般介護予防事業は中止、緊急事態終了後は速やかに開始」として、開始するための準備を始めました。

再開に向けて、スタッフは高齢者宅に一件ずつ電話をかけ、「無理に参加しなくていいこと」「体調管理を行い、おかしいと思ったときは休むこと」「検温、換気、消毒をこまめに行いつつ、短い時間から開始すること」を伝え、できる範囲から進めました。再開したときには、参加者から「本当に待ち遠しかった」「やっとだね」という声がありました。

また、各区の自治会長は、「敬老会ができないため、訪問に切り替えて1件ずつ訪問した。初めて会う高齢者も多く、気になる方は民生委員につなげたり、気づかされるが多かった」「集まれないから、こんなふうに工夫してやってみようと思うけど、やっていいかね」等、新型コロナウイルスの流行のなかでも、工夫してできそうなことを考え、相談し、できる範囲でやってみようとして取り組んでいました。

地域づくりを推進していきたいと考えている行政で、大事だと思うこと

今年度、私は長年携わった高齢者福祉分野から、地域福祉部門へ異動となりました。新型コロナウイルス感染症の影響が長期化するなか、高齢者の声や地域の声を拾い上げ、臨機応変に対応していることを嬉しく思います。

行政の職員として地域づくりにかかわることは、最初は何をしていいかわからないことも多く、とまどいや不安もあります。また、地域で活動している方からは、「何をさせられるのか」「少ない人数でどうにかやっているのにもう無理」というような声もあり、どのように話したらいいのか悩むこともありました。しかし、最初は行政としてのかかわりからですが、町民の皆様と右往左往しながら「こんなことが必要かな」「こんな工夫をしたらできるかも」と一緒に進めていくうちに人と人としてのつながりが深まっていき、地域に「思い」を共有できる仲間ができたと感じています。

行政として、どうしてもできないことももちろんありますが、行政だからこそできることもたくさんあります。「やらない」という選択もあるなかで、「気をつけながらでもやりたい」という声を聞いたとき、その声をちゃんと拾えるか、拾い上げた声を課や係内で共有できるか、一緒に考えてくれる仲間はあるか、全部はできなくても、「これならできるかも」という落としどころをみつけていけるかという試行錯誤を繰り返していくことが、誰も経験したことのない未曾有の事態であってもたいせつなのではないかと感じています。

思いをつなげられる仲間を増やししながら、今後も頑張っていけたらと思います。

行政と協働

屋外活動

非対面活動

対面の工夫

情報発信

ICT活用

生活支援Co

新型コロナウイルスのまん延で、心配された地域の高齢者をはじめとした住民の閉じこもり、体力の低下やつながりの希薄が心配されるなか、「コロナ下だからこそつながろう」と、泡瀬第三自治会ではさまざまな取り組みを始めています。つながりが豊かに、そして楽しくなる地域づくりの実践をお伝えします。

1 「ワクワクの達人」～自治会長の思い～

「ワクワクの達人がいる」そう聞いて訪ねた、沖縄市泡瀬第三地区。海岸に近い泡瀬三区は、他地区に比べて高齢化率が高い地域で、一人暮らしや日中独居、高齢者のみの世帯も多くあります。自治会では防災の観点から、「万一のときに連絡がとれるように」と、気になる人に登録を呼びかけ、その家族の連絡先などを把握しています。

前出の「ワクワクの達人」とは、泡瀬第三自治会長の仲真紀子さん。仲真さんは公民館に常駐し、さまざまな地域活動を生み出したり、住民からの困りごとに対応しています。「楽しくなければ人は集まらない」という仲真さんの言葉どおり、公民館では連日、楽しい集まりが開催されています。健康体操、カラオケ、まーみな会(もやしのひげ取りをする高齢者の会)、グラウンドゴルフ、ミニデイなどの活動に多くの住民が参加しています。



声をかけ、気にかけてもらうお互い様の関係

参加者のなかには、緊急事態宣言から家に閉じこもりがちになり、体力が低下してしまった人もいますが、再開したときには「10分でも20分でもいいからおいでよ」と仲真さんたちは声かけをしています。「公民館に行きたいから元気になりたい」とリハビリを頑張る住民もいるなど、仲のいい友だちと出会い、おしゃべりを楽しむことから前向きな力を生み出していることがうかがい知れます。

2 ラジオ体操から声かけ隊の発足へ

2020(令和2)年3月。緊急事態宣言にともない、公民館は閉館となりました。「毎日のように顔を合わせていた皆さんがどうなってるか、気になってしまって。コロナで家に閉じこもることで、人と会い、話す機会がなくなったら体力も気力も低下してしまうのでは」と仲真さんは危惧しました。

緊急事態宣言中に、集まれなくても体を動かしたり、顔を見て安心できるような何かができないか。ひらめいたのは、区内スピーカーの活用でした。毎日10時と15時の1日2回、朝はラジオ体操、午後は唱歌を流します。

10時になると、「家の中でも外でもいいから一緒に体操しよう」とDJ風に仲真さんが元気よく呼びかけ、ラジオ体操が始まります。終わると、『自治会長散歩』に行きますよーと区内スピーカーから声かけ。シルバーカーに小さなスピーカーを載せて、音楽を流しながら散歩します。とくに、一人暮らしの高齢者などを気にかけて歩き、声かけをします。15時の唱歌は、

● 沖縄市 (2021年11月30日)

- 人口：143,077人
- 世帯数：65,167世帯
- 高齢化率：21.0%
- 年少人口割合：17.0%
- 平均年齢：41.96歳
- 概要：1974（昭和49）年にコザ市と美里村が合併して誕生した、那覇市に次ぐ沖縄第二の都市。市域面積の約36%を米軍基地が占め、アメリカ、フィリピン、ベトナムをはじめとした約70か国にルーツをもつ人々が住んでいる。

● 泡瀬第三地区 (2021年11月30日)

- 人口：2,433人
- 世帯数：1,136世帯
- 高齢者数：822人
- 高齢化率：33.8%
- 年少人口：274人
- 年少人口割合：11.3%
- 平均年齢：49.18歳
- 概要：沖縄市の東部地区にある泡瀬第三地区は、泡瀬5丁目と6丁目の地域で、平坦な地形が広がる。地区内の中央部を路線バスが走り、工業高校、保育園や商店が立ち並び、徒歩圏内にはスーパーや飲食店も多くある。

曜日ごとに曲を決めています。歌詞カードをつくり、地域の広報紙などを配付する協力員の力も借りて、各世帯に配付しています。

緊急事態宣言が明け公民館活動が再開すると、公民館の仕事もあり、仲真さんが地域の気になる人に声をかけ続けることが難しくなりました。泡瀬第三自治会は婦人会の結束力が強かったこともあり、婦人会に「自分の班だけでいいから、一緒に声をかけていかない？」と呼びかけると、12人ほどが賛同しました。おそろいの赤いポロシャツを作成し、2020（令和2）年8月18日に「声かけ隊」を結成！ 一人暮らし高齢者や高齢者世帯などを中心に、声かけ隊による見守りや声かけが始まりました。その後、声かけ隊の人数は徐々に増え、現在は28人。全20班ある泡瀬三区ですが、各班に1～2人の声かけ隊がいることになり、それでも

● 泡瀬第三公民館

- 運営団体：泡瀬第三自治会
- 住所：沖縄県沖縄市泡瀬5-19-1
- TEL：098-938-4661
- 泡瀬第三自治会ホームページ：
<http://awase3.com/>

どうしても手が足りないときには自治会の役員が声をかけます。

「一人暮らし世帯や高齢者世帯が多い地域だから、顔を見ておかないと不安なのよ。声をかけたら、何かあったときにも話してくれるから」と仲真さん。声かけ隊がスタートして、住民の「入院している」「電球が切れた」などの情報が、今まで以上に入ってくるようになりました。

住民も、声かけ隊の訪問をととても楽しみにしています。声かけ隊の女性は、「声をかけに行っているお宅は昔からよく知っている方ばかりです。私の家族のこともよくご存じで、こちらのことも気にして言葉をかけてもらうことも多いんですよ。私もお会いしておしゃべりをするのが楽しみなんです」と話してくれました。

3 さまざまなつながる工夫

2020（令和2）年夏には、感染者数が少ない時期に会員に限定した夏祭りを開催。会場での飲食を禁止、室内での発表を外のテントから見るなどの工夫がなされました。例年の夏祭りでは、市外の大型店舗で購入した景品を抽選会で渡していましたが、「コロナ下で困っているのは地域のお店も同じ。地域のお店を買いもので応援できれば」と、地域振興券を製作しました。地域のお店に協力を呼びかけると、飲食店、理髪店、雑貨店など11店（現在は12店）が快諾。空くじなしの抽選会で地域振興券を渡すと、来場者にとっても好評でした。その後も、敬老の日の訪問や秋のお楽しみ会などのイベントでも地域振興券を発行しています。

地区に開店したばかりのお店で使えることもあり、住民がその店舗を訪れるきっかけにもなりました。お店を買いもので応援することで、お店もまた地域行事などに一肌脱いでくれるという好循環も生まれています。何より、買いものをしながらのおしゃべりは、貴

重な地域の情報交換の場にもなっています。

2021（令和3）年を迎える泡瀬第三地区の新年会は、感染拡大時期と重なり中止……と思いきや、「ペーパー新年会」を開催。ペーパー新年会は、自治会だよりもにプログラムとQRコードを掲載し、各自が好きなときにその動画を視聴するというものです。地域住民などが歌や踊りを動画で披露し、各家庭で楽しんでもらいました。また、住民が初詣に出かける泡瀬ビジュアル（神社。石神を信仰の対象とする）も年末年始期間に閉鎖されたため、「バーチャル初詣」としてビジュアルを参拝する動画も作成しました。

このように、感染対策を工夫して集まったり、みんなで会うことが難しくてもつながり、楽しさを共有するアイデアがあふれ出てきます。

4 道路ボランティア

沖縄市では、建設部道路課の事業として、地域の道路を清掃する住民グループにボランティア活動助成を実施しています。泡瀬第三地区でも、男性を中心とした10人ほどの道路ボランティアが、道路の植え込みの草取りなどで活躍しています。

「この活動には、男性にこそ参加してほしい」と仲真さん。定年退職後の夫が家にいるお宅に出向き、「力を貸してほしい」と頼みました。「そこまで言うなら、としぶしぶ始めた男性が、道路ボランティアにはまってるんですよ」と話します。

当初は月1回の活動を想定していた道路ボランティアですが、活動を始めた男性たちは、「植樹マスの草取りだけでなく、花を植えたい」「花を植えるための穴を掘ろう」と大活躍。月1回では物足りない、

現在は毎週土曜日の午前中に活動をしています。

花を植えていくと、今度はその花に水をまかなければなりません。地区内に植えた花に毎日水やりをすることは、道路ボランティアだけでまかないきれません。「気がついたら、道路ボランティアの男性たちが、近所の人に声かけをしていたんです。自宅の前だけ水をまいてほしい、水をまくための水道を貸してほしい、って」と仲真さん。地域の環境を気にして、明るくしたいという心づかい。そんな思いが地域に広がっています。

5 コロナ下の防災訓練

泡瀬第三自治会では、年1回の防災訓練を実施しています。津波を想定し、例年は避難訓練などを行っていましたが、2021（令和3）年は新型コロナウイルスの感染拡大を受け、集合での避難訓練を中止。そのかわり、4日間のうちの都合のいい日に挑戦する防災訓練ウォークラリーを実施しました。ウォークラリーでは、オリエンテーリング形式で防災にまつわるクイズに答えるスポットを設け、避難ルートを歩く形式です。「今いる場所」「海拔」などを答え、避難ルートのゴールまでの所要時間をカウントします。

家族や友人など、少人数で参加し、すべてのスポットをまわったら公民館で答え合わせし、参加賞をプレゼント。住民がそれぞれ防災について考え、外出の機会をつくり、公民館で言葉を交わしてそれぞれの体調を気にかけて合う。コロナ下で生まれた新しい防災訓練のかたちです。



めいめい椅子を持ち、草取りをする
（写真提供：泡瀬第三自治会）



ウォークラリーのチェックポイントで
（写真提供：泡瀬第三自治会）

6 得意料理を持ち寄る夏休み子どもランチ

2021（令和3）年夏。コロナ下で仕事をがんばっている保護者を応援しようと、夏休み中の子どもたちのために「夏休み子どもランチ」を計画しました。緊急事態宣言の延長により、ランチは断念してお弁当のテイクアウトに切り替えましたが、約1か月の期間中（実施日は20日間）、一日平均50食のお弁当を提供しました。

お弁当は無料で、自治会員・非会員を問わず、泡瀬第三地区に住んでいる子どもならば利用が可能です。地域住民からの寄付や地元のお惣菜屋さんから食材の提供などが運営の原資となっています。

週4回の開催のうち、婦人会のメンバーによる手づくり弁当が2回、それ以外の日は、公民館名物のカレーや地元の飲食店から提供された食材を使ったメニューです。婦人会のお弁当の日は、メンバーが得意料理を1品だけつくり、小分けのカップに詰め替えてお弁当のおかずにしめます。負担感も少なく、終わるころにはメンバーから「このくらいで本当によかったの？まだままだできるわよ」という声が聞こえるほど。子どもたちの笑顔や「ありがとう」の言葉に、婦人会のメンバーのやりがいにもつながりました。



婦人会による夏休み子どもランチ。たくさんのおかずが届きます
（写真提供：泡瀬第三自治会）

7 ワクワクをつなげ、広げる地域づくり

あるとき、地域の住民が業者による生活支援サービスを利用していたとわかりました。ワンコインでちょっとした困りごとを解決してくれるサービスは手軽で魅力的ですが、仲真さんは「危機感を覚えた」と振り返ります。「相談してくれれば、地区の誰かがその人の力になれるのに。もっともっとコミュニケーションをとって、絆を深めていかなければと感じた」と話します。

家族や身近な人が閉じこもりがちだと聞くと、「公民館に来たら、楽しいことがたくさんあるよ。一度一緒に来てみてよ」と声をかけます。1回来たら、「明日はこんな楽しいことがあるよ。別の日はこんなこともやってるよ」と誘います。「来たら楽しいから、また次も来ようってなりますよ」。

再びの感染拡大で、公民館で「集まる」活動が止まっても、「そのときはまた、ラジオ体操かな。やってみて、これが大事だとわかっているから、それをまたするだけのことよ」と仲真さんは明るく話します。

気になる人はほうっておかない。その人の得意なことを地域活動とつなげて、地域に「あなたじゃなければ」という出番をつくっていく。その人のワクワクと、地域のワクワクをつなげ、広げる地域づくりが進められています。



夏休み子どもランチで子どもたちの元気も確認
（写真提供：泡瀬第三自治会）

行政と協働

屋外活動

非対面活動

対面の工夫

情報発信

ICT活用

生活支援Co

新型コロナウイルス感染対策で3密を避ける生活様式が求められ、熱心に取り組んできた介護予防体操の開催や日常的な集いを続けることが難しくなりました。福島市立子山地区では、その状況に危機感をもった専門職や住民が互いに連携し、知恵を出し合って、新たな取り組みとつながりを生み出しています。

1 福島市の「家で」「地域で」できる体も心も元気になる活動

福島市では、住民主体の通いの場として「いきいきももりん体操」（福島市版介護予防体操）に取り組むグループが180団体あります。集会所や自宅、ガレージなどさまざまな通いの場で健康長寿のための体づくりだけではなく、ご近所や仲間同士のゆるやかな見守



いきいきももりん体操の様子（コロナ前）

りや声かけにもつながる活動として取り組んでいます。

立子山地区は、65歳以上の方のいきいきももりん体操取り組み率が21.1%と、市内で最も高い地区です。2018（平成30）年から「いきいきももりん体操代表者会議」として代表者が集まり、地域での交流会を開催し、地域の健康づくりについて情報交換も行っています。

2 ピンチをチャンスに！ オール立子山で健康づくりに挑戦

高齢化がすすむ立子山地区に新型コロナウイルスの影響が出たのは、2020（令和2）年春頃でした。高齢者は重症化しやすいことから、高齢化率が高い立子山地区に感染者が出ることへの不安が高まりました。いきいきももりん体操活動団体だけでなく、地区内にあ

る6つのサロン活動も一斉に活動を自粛。このような状況のなかで、足腰が弱ったり認知機能が低下する方の相談が増えていることを実感した立子山・飯野地域包括支援センターから、いきいきももりん体操代表者会議代表、立子山支所へ声をかけ、話し合いの機会をもちました。

この話し合いから生まれたアイデアが、既存の事業として存在する健都ふくしま創造事業のひとつである「福島市健康づくりポイント事業」を立子山版として取り組むことです。

福島市健康づくりポイント事業は、自分で健康づくりの目標を立てて、日々の取り組みを記録することで、ポイントを獲得で

【たつごやま健康チャレンジシート】

☆体操会員及び希望者が参加

☆「福島市健康づくりポイント事業」をベースに歯磨き・体重測定・地区の3つの目標に自宅で取り組むと、毎日100ポイント♪

☆3,000ポイント以上たまると、県内の協力店でお得なサービスが受けられるカードや、ポイントに応じて豪華景品が当たる応募券がもらえます。

3つの目標：「運動」⇒畑仕事、家事でも自分が運動だと思ったこと＝運動と捉える

「減塩」⇒福島市は食塩購入金額が全国第1位！

「検温」⇒新しい生活様式を習慣に



カードを配布・回収
(代表者・協力者)

3ヶ月毎にポイント集計
(代表者→支所→健康推進課)



ふくしま健民カード
発行

※活動予算：2020（令和2）年度 社会福祉協議会立子山協議会の予算協力を得て、シートの印刷や普及啓発グッズの作成をしています。2021（令和3）年度から、健都ふくしま創造事業立子山地区協議会予算がついています。

● 福島市立子山地区 (2021年10月)

- 人口：1,072人
- 世帯数：461世帯
- 高齢化率：51.4%
- 概要：福島市の東南に位置し、阿武隈高地に続く起伏の大きい山間地帯。阿武隈峡は県指定の名勝及び天然記念物に指定され、歴史資源も数多く残る自然豊かな風光明媚な地区。300余年前（江戸時代）が起源といわれる「凍み豆腐」の生産が伝わる。1955（昭和30）年7月に福島市と合併。少子高齢化の進行で高齢化率も50%を超え、市内で2番目に高い。



「オール立子山」の意気込み(コロナ下)

きます。基準ポイントを達成すると、協力店でお得なサービスを受けることができます。

立子山地区では、「体重測定」「歯みがき」、地区目標として「運動」「減塩」「検温」を掲げています。「この地区から寝たきり者を出さない」と、いきいきもりん体操の普及にも熱意をもって活動してきた住民の思いが「オール立子山」という住民発信の号令のもとに動き出しました。

3 ふだんの暮らしを意識化

立子山のある地区では、100年ほど前から町内会の集まりを毎月開催している地区もあったり、地元で採れた野菜の提供を受けて、近況を伺いながらの配食活動を毎月実施する等、地域のつながりをたいせつにする土台があります。コロナ下で、たつごやま健康チャレンジシートに取り組むことで、住民自身がこれまで

● 社会福祉協議会立子山協議会

- 住所：〒960-1321 福島県福島市立子山竹ノ下24-1 福島市役所立子山支所
- TEL：024-597-2111
- 担い手：協議会を構成する地区の関係機関・団体・住民
- 概要：地区住民の健康課題と地域福祉の増進を図るために活動。地区社協、自治振興会、町内会連合会、民生児童委員協議会、体育協会、小学校、行政支所などで構成される。

の生活を振り返り、何気ない暮らしの中で行っていることの意味や住民同士の関係性を意識化することになっています。また、シートの配布・回収時には、玄関先でひと声かけて、心配な方がいればシートを届ける支所の窓口や地域包括支援センターに相談が入ります。食べて「おいしい」、顔見て「安心」、互いに「うれしい」という支え合いの輪の中で健康づくりが続けられています。

また、立子山・飯野地域包括支援センターでは、これらの住民活動や元気な高齢者にスポットを当てて「輝いている人」として広報誌で紹介しています。90代の方々は、「自分のところにはいつ来るのか」と首を長くして待っているようです。「輝いている人」の暮らし方が地域の健康長寿のお手本になっています。

4 あるものを生かし 立場や年齢を越えた活取り組みに発展

たつごやま健康チャレンジシートの参加者は、地区の高齢者だけでなく、支所や地域包括支援センター職員、地区内にある事業所職員など若い世代も取り組み始めています。この活動は、「健都ふくしま創造事業立子山地区協議会（通称：健都たつごやま）」として発展し、地区組織、学校、関係機関と共に全世帯の健康づくりにつながることを期待されています。

住民の思いが、専門職（行政・包括等）や地区組織を動かし、お互いの関係性はさらに身近なものになっています。住民同士だけでなく、この地区で過ごす全ての人たちが、日々の暮らしの中でつながりを持ち続けることができるツールとして、たつごやま健康チャレンジシートの活用が続けられています。

状況に対応しつつ別のカタチで想いを表現

福島市渡利地域包括支援センター所長 齋藤 理恵

気にかけて合う暮らし方のたいせつさを知る

地域とともに集まって活動できる機会は、コロナ前と比べ減っています。住民も包括職員も、集まっていいのか、訪ねていいのか、悩みながらも話し合い、「続ける工夫をしてやめないこと」「つながり続けたいという思い」を共有しています。

感染状況がおさまっているときこそチャンス！

楽しむこと・つながること・一体感を味わうことができる時間をたいせつにします。そして、集まったときのお楽しみ♪＝豚汁！豚汁が食べられない状況なら、地域で育つ花や草木を添えたり、地元の野菜をお土産に、などと住民同士の相手を思う気持ちが今までとは別のカタチで表現されていきます。

また、住民の暮らしぶりを教えてもらうために、玄関や庭先など屋外で聴く・見る・感じるアウトリーチは続けています。そのなかで、長年続けてきた趣味活動や親しい友人とおつきあいは変わらず行われていることを知りました。

一方、閉じこもりやうつ、認知症の進行による支援が必要な方が増えていったことも事実です。

人とのつながりやご近所づきあいの意味、豊かに暮らすための備えを地域に伝えていきたいと考えようになりました。

今あるものを見る・魅せる

福島で暮らす私たちは、目に見えないものへの不安や恐怖を東日本大震災の原発事故でも経験しています。コロナ感染も同じように、正しい情報を知らないことによる偏見や差別、孤独、不安、遠慮、さみしさなどが生まれてしまったように感じます。

私たちは、日々の感染者数に「反応するのではなく対応すること」がたいせつです。ハード面での感染防止対策とあわせて、こころのケアも必要だと思います。住民の熱意、「やってみよう」を応援するために、地域の暮らしを知り、声を聴くことから、つながるアイデアを集めていきます。小さな集い場や思いやりの気持ち、気にかけて関係性など、今ある「地域のお宝」を発信し、つながることの効果やワクワク感を届けていきしょう。

行政と
協働屋外
活動非対面
活動対面の
工夫情報
発信ICT
活用生活支
援Co

子育ての不安も楽しみも、誰かとわかち合いながら……と始まったニコニコ食堂。新型コロナウイルスのまん延で、顔を合わせることが難しくなったことで届く母親からのSOS。ニコニコ食堂がコロナ下の活動をどう進めてきたのか、そしてコロナの閉塞感からみえてきた気づきをどう活かしてきたか、紹介します。

ニコニコ食堂は、代表を務める老沼早さんの、1つの願いからスタートしました。それは、当時保育園に通っていた長男が、「週末に保育園の友だちと遊びたい」という思いを叶えること。通う保育園には保護者会などがなく、保護者同士が知り合ったり連絡を取り合ったりする手段がありませんでした。老沼さんは、送迎の際にはほかの保護者に声をかけ、LINEの連絡先の交換を始めました。地道な声かけでしたが、約40人がLINEのグループに加わったこともあり、「月に1回、子どもたちと一緒に遊ばせよう」という子ども会が2008（平成20）年5月にスタート。100～120人が集まるほどの大きな会になりました。

その後、「子育てがしんどく、孤独を感じている」という声を聞くようになり、「一緒にごはんを食べる

場をつくろう」と、2019（平成31）年に誰でも来られる子ども食堂「ニコニコ食堂」を始めました。

運営スタッフは、老沼さんが当初に声をかけた保育園仲間のお母さんだけでなく、活動に共感して仲間に加わった人や、食堂の利用者だった人も。「スタッフも子どもを連れて食堂でお手伝いをして、『楽しいね』とワイワイしゃべって、笑い合っている」と老沼さん。終わったあとは、お茶を飲みながらの「お疲れさん会」で、その日を振り返ります。「今日、こんな人が来てて気になった」「いつもより元気がなかった」などと話し合い、次の声かけにつなげています。

1 かたちを変えてつながり続ける

そんなニコニコ食堂ですが、新型コロナウイルスの影響で、2020（令和2）年3月からは休止に。学校の休校が決まると、開設した公式LINEには参加者から「子どもとずっと一緒でごはんをつくる時間がない」「外出が怖く、買い物に行けない」などのSOSが届くようになりました。

そこで、公式LINEから予約を受け付け、1食100円のお弁当を取りに来てもらうことにしました。受け渡しの際には、マスクの着用、毎回の手指消毒に加え、窓口ではお盆の上でお渡し、トレイ上でのお金のやりとり、利用者同士は2メートル以上離



ニコニコ食堂の様子



ニコニコ食堂代表の老沼早さん

●天理市(2022年1月1日)

- 人口：63,173人
- 高齢者数：17,182人
- 高齢化率：27.2%
- 概要：奈良県北部に位置し、天理教教会本部のある宗教文化都市。市街地中央部には布留川が流れ扇状地が広がり、大和高原西端の丘陵地と奈良盆地東端の平坦地に囲まれている。

れて並ぶなどの感染対策をとっています。

回を重ねると、「おむつを買うか、夜ご飯を食べるか迷っている」「学校が休校になり、障害のある子どもとの関係が悪化している」など、相談も多岐にわたり、深刻な内容が増えてきます。おむつなどを届けたり、掃除の手伝いに行くなどしながらサポートし、必要に応じて専門職に紹介しています。

さらにコロナの影響で里帰り出産ができない人などに優先的に食事を提供するニコニコサポートも始め、約20人が登録をしています。登録者には、必要に応じて1時間500円の利用料金で生活支援を実施したり、1食200円のおかず販売を週1回、続けています。「登録者は、何かあったときに助けてほしいと思っている人。でも、いざ手伝ってほしい、話を聞いてほしいと思っても、そのときに声を上げられない人もいます」と老沼さん。「つわりの具合はどうですか?」「そろそろ出産予定日ですね」など、定期的な声かけで、そうした人が気軽に話せるような環境をつくり、母親が孤立したり、気持ちが追い込まれたりする前のセーフティネットになれば、と考えています。



笑顔でお弁当の受け渡し
(撮影のためマスクを外しています)

●ニコニコ食堂

- 住所：〒632-0072
奈良県天理市富堂町68-1 都賀詰所
- 概要：子ども食堂：月2回(第2・4日曜日)
学習支援：月2回(第2・3土曜日)
食事頒布：週2~3回(不定期)
フードパントリー：月1回
ニコニコサポート：随時

利用者からは、「お弁当を申し込んだとき、なぜ利用しているかを聞かれなかったことがうれしかった」という声が寄せられます。「今、助けてほしい、というそれだけでいい」と老沼さん。感染拡大の不安のなかで、「老沼さんに会うことだけが楽しみだった」という一言から、「誰よりも一番明るくいられるようにしよう」と気持ちを強くしました。

2 気かけ合いの循環

2020(令和2)年8月からは、完全予約制でニコニコ食堂を再開。マスク着用、手指消毒、検温はもちろん、家族ごとのテーブル利用や30分の時間入れ替え制、利用前後のテーブルやいすの消毒など、感染症対策を徹底しています。スタッフのなかには看護師などの有資格者もいるため、そのアドバイスをもとに感染対策を進めています。感染状況により、食堂の開催を予定していても状況しだい中止してお弁当の持ち帰りに切り替えるなどしながら、必要とする人とのつながりを続けています。食堂で食事することはもちろんで



お弁当が並ぶ

すが、「来ておしゃべりすることが楽しみ」「ここに来てほっとしたい」という思いを受け止め、顔の見えるつながりを保ち続けています。

顔が見えることで、表情や言動から「気にかかること」も見えてきます。そんな表情をくみ取ってLINEを送った母親から、子どもの成長に悩み、心身が追い詰められている状態だと聞いたときには、「たいへんならうちに来て」と声をかけました。子どもの発達が気になりながらも病院に相談できなかったこと、子どもの友人関係で相手の保護者からまつらくあたられていて行き場を失っていたことなど、じっくりと話を聞きながら心を解きほぐしていきました。さらに、その母親には、「あなたが今、一番しなければならないのは、自分をたいせつにすること。休むのが仕事。何もしないで、とにかくゆっくり寝て、体を休めて」と言い、子どもをしばらく預かり、落ち着く時間を提供しました。その後、落ち着きを取り戻した母親は、「自分がしてもらってうれしかったから、今度は誰かの役に立ちたい」とニコニコ食堂のスタッフとして活動をしています。そのほかにも、「ニコニコ食堂があるから、決まった時間に外に出かけるようになって、うつ症状が改善した」「ニコニコ食堂で話を聞いてもらったおかげで夫婦仲がよくなった」など、参加者からの声が寄せられます。「SOSはみんな出している。それに気づけるように気を配り、声をかけられるようにしている。週に3回顔を合わせていたら、その人の体調などはわかってくる」と老沼さんは話します。

3 人とかわり、つながり合って生きていく

2021（令和3）年4月からは、月2回、学習支援を開始しました。発達に不安を感じたり、勉強の遅れから登校しづらくなった子どもをもつ母親の声を聞いてきた老沼さん。小中学生約10人が集まり、地元の天理大学の学生やボランティアセンターに登録する若者が勉強を教えています。ですが、「大事にしているのは、勉強よりも『ここに来て楽しかった』」と思ってもらうこと。新型コロナウイルスの影響で、人とふれあうことへの不安が増し、インターネットの普及によって対面で人とかわらなくても一日を過ごしてしまう。でも、子どもたちには人とかわることをあきらめないでほしい。親でも友人でもない人とコミュニ

ケーションをとり、人とかわることが『楽しい』という経験を積んで大人になってほしい」と語ります。そうした老沼さんの気持ちは子どもたちにも伝わり、外出を嫌がる子どもも「この場だけはなんとか行きたい」と言ってくれるほど。今後は、「母親が気持ちを話し合える場もつくっていききたい」と抱負を語ります。

「ニコニコ食堂を始めたころは、みんなで楽しくごはんを食べよう、という気持ちだった。ただ、最近は食事をメインに希望する参加者は減ってきている。たとえば、情報がほしい、誰かとつながりたい、一緒に何かをしたい。そんなことが強く求められていると感じる」と老沼さん。「新型コロナウイルスのまん延で人との往来が制限されて、コロナという病気そのものよりも、『人と会わない・会えない』ことがつらいことなんだとわかった。もともと誰もが持っていたそうした思いが、コロナで際立って見えるようになったのではないかと考えます。

「病気や病気への対策が変わらないなら、自分たちが活動のかたちを変えてそのかたちに合わせていけばいい」と、さまざまな制限のなかで夏祭りイベントなども企画。密にならないような鬼ごっこを企画するなど、感染対策をとり、工夫をしながら実施しています。

子育てへの不安は、誰にもあること。誰かとつながり、たいへんなときもその気持ちに誰かが寄り添うだけで人は生きていける。そうした信念が活動を支えています。



学習支援の1コマ。学ぶよりもかわることをたいせつに

行政と協働

屋外活動

非対面活動

対面の工夫

情報発信

ICT活用

生活支援Co

県内でも高齢化率が高い中山間地で、コロナ下でも一人暮らしの高齢者が会話を楽しみ、体を動かす機会をつくり出すために、村内で唯一福祉事業を展開している社協が立ち上がった。ちょっとした工夫とアイデアで、予算はなくても地域の人たちを元気にすることができると気づかせてくれる事例です。

2020（令和2）年3月、コロナの感染拡大防止のため、小菅村社会福祉協議会（以下 社協）で運営しているデイサービスの規模縮小とともに、常設サロンであった「たまり場ひろば」を休止することになりました。高齢者の外出機会が著しく減少したことを危惧した地域包括支援センター（以下、包括）の職員は、サロン参加者や要支援高齢者への声かけ訪問を強化しました。

「この当時、コロナへの不安そのものより、外に出られない、人と会えない・話ができないということが、高齢者の大きなストレスになっていました。私たちも、独居高齢者などのうつ傾向や、身体機能の低下を大きな課題として捉えていました」と話すのは、地域包括の管理者であり、生活支援コーディネーターでもある望月理香子さん。

これに対し、「ストレスと運動不足の解消、外出機会の創出が必要」と考えたスタッフで検討した結

- 果、「誰でもできること」「少しでも遊び心があるもの」なども合わせて考え、クイズ（脳トレ）付きウォーキングコースを考案。1周800メートルのコースに、20ヵ所のポイントを設定しました。各ポイントには、「野菜を10種類あげる」「見える範囲の電柱を数える」「“ヤッホー”と大声を出す」等々、イラスト入りでお題を掲示しました。社協の事務所がある高齢者生活福祉センターもポイントのひとつに加え、休憩用のベンチを設置。社協職員と会話してもらふことと、見守りを兼ねています。遊び心で、ソーシャルディスタンスの長さの糸電話も置いています。この糸電話、使った人の名前を入れて各個人専用にするそうです。これが妙に人気とか。コース全体は、歩いて1周1時間くらい。コースの周知は、社協だよりや、村のCATVを活用。サロン参加者の口コミも寄与しています。

● 「正確な参加人数はわかりませんが、だいたい2～



力を合わせて「野菜を10コ」



社協事務所の休憩所で糸電話&体操

●山梨県小菅村

- 人口：684人（2020年10月）
- 世帯数：339世帯（2020年10月）
- 高齢化率：46.2%（2020年4月）
- 概要：東京都に隣接し、秩父多摩国立公園内にある豊かな自然に恵まれた中山間地の村。多摩川の源流部にあり、森林が95%を占めている。高齢化率は46%に達し、県内では3指に入る。

4人で一緒に歩いていることが多いようです。みなさん、真面目にお題に取り組んでくれているみたいです。『ヤッホー』の叫び声が、助けを求めるように聞こえるという話も出たりしました（笑）。また、コース沿いの家の人と、庭の植木や草花の話などで会話・交流することもあるようです」と望月さん。ちなみに、ヤッホーのポイントは、場所を変更したそうです。

独居高齢者や、家にこもっている時間が長い高齢者には、社協職員が直接声かけをして連れ出し、一緒にコースを回ったりもします。「たまり場ひろば」の参加者に、ボランティアとして協力してもらい一緒に歩いてもらうことも。6月に「たまり場ひろば」は活動を再開しましたが、ウォーキングコースは好評のため継続。さらに、「自分たちの家のまわりにあったら、もっと気軽にできる」という住民さんの要望に応じて、2021（令和3）年4月には、別地区にもうひとつコースを設置しました。

「知らない間に、家の近くに新しいポイントができていて驚きました」と笑うのは、社協事務局次長の加藤弘美さん。コースの設置・準備は、望月さんともう



コース沿道の方と。植木で懇談

●小菅村社会福祉協議会

- 運営団体：社会福祉法人 小菅村社会福祉協議会
- 住所：〒409-0211
山梨県北都留郡小菅村6027
- TEL：0428-87-0431
- 概要：村内で福祉事業を展開しているのは社協だけ。地域包括支援センターも社協が受託している。

1人の2人で作業されているそうですが、仕事が早いようです。また、ポイントのメニュー（お題）は、ときどき変えたほうが参加者に喜ばれるとのこと。今では、保育園のお散歩コースにもなっています。

コロナの感染拡大の局面では、どうしても密になりがちなサロン・集い場は活動を自粛・縮小になりがちです。そこで問題になるのは、サロン参加者をはじめとした、コミュニケーションの場や外出機会をなくした人たちの心身への影響です。それを戸別訪問で確認したうえで、自分たちのできることを検討する。感染予防対策や、潤沢ではない懐事情など厳しい条件もありながら、工夫をしてチャレンジしていく。本事例は、そのことのたいせつさを教えてください。



ひと休みしながらのおしゃべりが楽しみ

行政と協働

屋外活動

非対面活動

対面の工夫

情報発信

ICT活用

生活支援Co

2020（令和2）年5月から始まった、くるめオンライン公民館。身近にある公民館のように、事前に申し込めば地域住民が無料で、インターネット上でつながることができる仕組みです。若い世代が気軽に参加するなど、新しい住民活動の形として注目を集めています。

1 コロナをきっかけにオンライン公民館誕生

くるめオンライン公民館は、「離れていても心の距離は近くに」「ローカルをまじめにエンターテインメントする」（カルタメ）をコンセプトに、筑後川流域・筑後平野エリアの日常の、手さぐりでの暮らしを語り合えるオンラインメディアです。

きっかけは2020（令和2）年5月、コロナ下で住民活動がストップしてしまった際に、毎年ゴールデンウィークに開催していた地域活性化のためのイベントをオンラインで開催したことでした。試験的に2日間をオンラインで開催したところ非常に好評で、参加者の8割が「続けてほしい」と回答しました。これを受けて、

- 毎週日曜日の10時～18時に、ZOOMを活用して「オンライン公民館」を無料開催するようになったのです。
- 「とくに若い世代にとっては、リアルな公民館に足を運ぶよりもハードルが低いようです。それまで地域とかかわる機会がなかった人も、ZOOMをツールに、活動する楽しさを知るきっかけになれば」と、公民館事務局長の中村路子さんは話します。

2 継続していくために、シーズン2へ

- 2020（令和2）年5月から2021（令和3）年5月までを「シーズン1」、2021（令和3）年6月以降を「シーズン2」と位置づけ、シーズン2の現在は、毎月第4日曜の9時45分～18時まで、月に1回開催しています。開催時間の間はずっとオンラインでつながっているのので、参加者は好きな時間に参加でき、途中の入退室は自由です。オンライン上では顔を出さずに、ラジオのように聞くだけの参加もできるなど、気軽に参加できるシステムになっており、参加者の年代も、子どもから高齢者まで幅広いです。

開始当初は運営しているボランティアスタッフに負担が偏っていましたが、シーズン2に入った現在は運営者と参加者の垣根を低くし、それぞれが行き来できるようなシステムになっています。館長を月ごとの交代制とし、



当初のスケジュール

●福岡県久留米市(2022年3月)

- 人口：302,316人
- 世帯数：137,933世帯
- 高齢化率：27.8%
- 概要：福岡県南西部に位置し、九州の中心都市である福岡市から約40キロメートルの距離にある、県南部の中核都市。九州自動車道と大分・長崎自動車道のクロスポイントにも近く交通の要衝となっている。

館長が決めたテーマでクルーとともに企画を固めて、1日分のコンテンツをつくり上げます。内容は未就学児と親が楽しめる子育て支援企画から、商い、防災、スポーツ、趣味、介護予防まで、実際の公民館のように多岐に渡ります。

●企画のアイデアで幅広い層がつながる

これまで開催された具体的な企画には、講師の指導を受けながら各家庭で同じ料理をつくるオンライン料理教室、防災講座「備えあいフェスタ」、学園祭企画、認知症について学ぶなどがあります。

2020(令和2)年9月には猛烈な台風の接近が予測されたため、深夜0時から朝の9時までオンライン公民館を緊急開催しました。それぞれの家にいながら台風情報や防災についてオンラインで共有し、眠くなったら眠るなど自由に過ごし、朝の9時に全員の無事を確認し合って解散。ひとり親家庭、単身者、高齢者等を含む延べ30人が参加し、緊急時にも地域でつながることで不安をやわらげることができた企画でした。

「オンライン公民館をとおして、毎回、人生観が変わるような気づきを得ている。自分がどんなシニアになりたいのかイメージができるんです」と話すのは、



台風襲来時の夜にオンラインで心の避難所

●くろめオンライン公民館

- 運営団体：まちびと会社visionAreal
- 概要：「まちびと会社 ビジヨナリアル」の試験的事業として、2020(令和2)年5月に開始。2021(令和3)年6月より、新たな運営体制へ。

牛島あつこさん。年齢や職種を超えてつながるオンライン公民館では、80歳の男性がパーソナリティを務める番組もあります。

オンライン公民館の取り組みは久留米から始まって、現在では全国11カ所に広がっています。毎月第5週の日曜日に「オンライン公民館ジャパン」を開催し、情報交換を行っています。

今後は、オンラインとリアルをいかにつなげていくか、たまたま通りかかった人をいかに参加者につなげていくか、学生や女性の参加しやすい仕組みづくりなど、新しいつながりを創出していくためのアイデアを出し、動き始めています。



オンライン公民館ジャパンで、全国のオンライン公民館とつながっている



リアル公民館と共演し、ご当地紹介企画の撮影をしている風景

地域事例の解説

宮城大学教授

大塚眞理子

事例1から事例8は、コロナ下になる以前から地域で見守りや助け合いの活動が行われており、つながりや活動の基盤がある地域事例です。コロナ下でも活動を継続したり、一度中断しても再開したり、新しい活動を切り開いている先進的な事例です。

事例1 参加者の様子から気づきを得て発展しているすずの会

すずの家を拠点に助け合いのネットワークができていたすずの会。第3章2節で示された「コロナ下で住民活動継続のための留意点」がすべて実践されています。通いの場の活動が中止となったら、電話での安否確認、声がけ、弁当のお届けで見守りを続けます。通いの場の再開にあたっては、医師との勉強会の実施やアドバイスをうけ、感染予防対策を徹底し、「医療との連携」もばっちりです。市との連携協働の成果が「新型コロナウイルス対応の業務委託の創設」です。さらに、私が素敵だな、と思ったのは、新しい活動の状況から、今までにない気づき・発見があり、それが次の活動になっている点です。ボランティアにとって活動が生きがいになっていたことに気づき、ボランティアの集いを始めています。このように状況をよく観察し、人々の暮らしや気持ちをおもんばかり、どのような対応ができるかを検討し実現する力がこの組織にはあります。代表である鈴木恵子さんと担い手60人の連携協働が十分機能しているからだと思いました。誰か一人の発想ではなく、誰もが「そうだね」「こんな

こともあるよ」という対話があり、「やってみよう」の行動力、チャレンジ力があるのだと思いました。そこには、担い手も利用者も双方がハッピーであってほしいという価値観が感じられます。

事例2 組織が広がる「ささえ愛ながとろ」の活動

協議体の高田委員長が「無理した活動はやる必要はないが、できることは何でも取り組んだ」というように、コロナ下でもさまざまな取り組みを実現させています。その強みは、体系化された組織と地域のさまざまな機関や行政との連携協働だと思います。18名のメンバーが2つのチームに分かれて活動し、最終決定は全員が集まる協議体で行っています。連絡や確認にはLINEも活用し、町内各地区12団体のサロン代表者会議とは、緊密に連携しています。話し合いの場で参加者が対話と議論を十分に行い、意思決定をしているからだと思います。ICT業者や警察、小中学校、飲食店など地域のお店、県の担当部局まで巻き込んで組織が広がっています。目的・目標を共有し組織として一人ひとりが機能しているのだと思います。

事例3 集まるサロンから⇒郵便・てくてくサロン⇒お試しサロンへ

サロンが開催できなくなると、気になる地区の人たちに絵手紙を郵送し、それにお返事がきます。コロナ当初は脳トレサロンの参加者の自宅に、協力会員が教材を届けましたが、参加者に集会所まで取りにきてもらう「てくてくサロン」に切り替えています。これらは協力会員と参加者の双方向の取り組みです。また、サロン再開を模索するなかで「お試しサロン」を行っています。このような経過には、サロンの参加者がコロナ下でどのように暮らしているだろうかと気遣い、寄り添うことからアイデアが生まれ、協力会員が話し合いを重ねていることが読み取れます。きっとパートナーシップが発揮された温かい話し合いであろうと思います。「民生委員は私を助けてくれるだろうか」と、女性から相談を受けた美容師さんのエピソードは、相談をうけ、連絡をし、担当となる専門職につなぐという連携の結果、必要なサービス提供に結びついています。つまり「連携の結実」といえます。このような話

し合いや連携協働が自然に、日常的に行われている地域はどんなことが起こっても乗り越えていける地域でしょう。

事例4 公民館がコロナ下の地域活動の拠点に発展した沖縄市泡瀬第三自治会

公民館が、コロナ下で支え合いの地域拠点に発展した事例です。従来の公民館活動と自治会活動が一体化したようにも思えます。緊急事態宣言によって閉じこもりがちになる地域住民の体力と気力を心配し、区内のスピーカー活用というひらめきは表彰ものです。ここからワクワク活動に広がっていきます。活動を通して、住民の日常の情報が今まで以上に入ってくるようになり、それをキャッチできるところが、地域活動として一段階アップしたことを示しています。

事例5 社会的処方で生きかえった「いきいきもりん体操」

第2章で「社会的処方」について解説しています。立子山協議会の取り組みには、この「社会的処方」が組みこまれています。福島市健康づくりポイント事業は、高齢者が自分で健康づくりの目標を立てて取り組みを記録し、ポイントを獲得できる仕組みはご本人の自律性、自発性、達成感を刺激しています。さらに健康チャレンジシートの活用で交流が人がり、広報誌で紹介することで周囲からの賞賛も得られます。コロナ下で健康を守るための内発的な動機づけ、ワクワク感があります。

事例6 ニコニコ食堂はセーフティーネットワーク

ニコニコ食堂は、子どもやお母さんの要求実現から出発しています。コロナ下になると、SOSにすぐに対応して、お弁当の提供やニコニコサポート、生活支援も実施しています。「助けて」と言える関係性があり、何気ない言葉をSOSと捉えて、すくい上げて対応できる環境があります。「助けて」という小さなつぶやきは放っておくと深刻な事態に陥る可能性があります。運営スタッフに小さなつぶやきをすくいあげる感受性、共感性、そして行動力があるため、ニコニコと食

堂はこの地域のセーフティネットになっているでしょう。

事例7 「たまり場ひろば」の休止からクイズ(脳トレ)付きウォーキングコースへ

これも社会的処方の好事例です。コロナ下の常設サロン「たまり場ひろば」の休止ですが、ひょうたんから駒、1周800メートルのコースに20ポイントを設置したクイズ(脳トレ)付きウォーキングコースが考案されました。遊び心満載で楽しそうです。このアイデア、チャレンジは広まると思います。

事例8 運営者と参加者の協働による「くるめオンライン公民館」

くるめオンライン公民館は、地域活性化のためのイベントが、コロナ下でシーズン化しました。これは参加者が主体になれるシステムであり、運営者と参加者が話し合っただけでアイデアをだし、双方向で協働しています。これなら私も企画作りから参加してみたいと思いました。このオンライン公民館は、withコロナでも、afterコロナでも今後の地域活動の新しい取り組みとなります。

8つの地域事例で活動の中心となる人は、支え合いや地域づくりに対する情熱をもっていました。そしてその周囲には、同じような志をもった仲間がいます。中心となる人は強力なリーダーシップを発揮しているのではなく、協働的なリーダーです。つまり、仲間と対等な関係で民主的に、対話を大事にして、みんなで合意して行動しています。そして自分達も楽しんでいるのです。活動がストップしている地域でも、活動を再開しようとする地域でも、新たに活動を始めたい地域でも、おおいに参考にしてみましょう。

青森県蓬田村

蓬田村公共交通空白地有償運送
(愛称：蓬田村たすけあい交通)

青森県蓬田村では、2018（平成30）年度に実施した全世界対象のアンケート調査から、高齢化が進み、青森市内への通院や重量野菜などの買い物が負担になり、将来にわたって移動の不安を訴える声が多くありました。そこで村の生活支援体制整備事業の第1層協議体での協議を踏まえて、公共交通空白地有償運送に取り組むことになりました。

行政と
協働屋外
活動非対面
活動対面の
工夫情報
発信ICT
活用生活支
援Co

1 運行の担い手探しは、心当たり一人ひとりを訪ね歩いて

2020（令和2）年8月に「蓬田村たすけあい交通」（以下、たすけあい交通）が誕生しました。

一番の不安は「担い手をどうするかだった」と村社会福祉協議会（以下、社協）の生活支援コーディネーター、田中利明さんは振り返ります。チラシをつくり、回覧板で募集をしても応募はゼロ。そこで、定年退職後の男性を1軒ずつ訪ね、協力を要請したところ、「定年退職後で、何か人の役に立ちたいと思っていた」という方に会いました。「チラシを見て興味をもっていた。そのくらいならば協力できる」と快諾してくれる人や、地元のたまねぎ生産組合の30～40歳代の6人にも農閑期の協力を得られることになり、現在13人の運転ボランティアが、村内や隣接市町までの送迎を担っています。

利用は蓬田村と近隣市町村の住民で、会員登録した方。運行範囲は村内と、青森市と外ヶ浜町蟹田地区で、料金表に基づく自己負担がありますが、同じ目的地で乗り合わせの場合、料金は人数割りになります。

運行経費については、利用料の20%を事務費として社協が受け取り、残りは運転ボランティアへ。他の運営財源は村補助金で、運行に伴う諸経費や保険料、運行ボランティアの講習受講料などを賄っています。

利用実績は、2020（令和2）年8月末の事業開始から2021（令和3）年3月末（7か月間）の利用者延人数130人、運行回数90件。2021年4月～11月（8か月間）は利用件数221件、利用者延人数370人、稼働日数142日の利用がありました。



左のご夫婦に、右の方が同乗。中央は送迎ボランティア

2 移動支援はつながりの支援

「当初は通院や買い物の支援での利用を想定していた」と田中さん。あるとき、認知症の夫の通院でたすけあい交通を利用している妻から、「コロナで楽しみにしていた趣味の会もお休みになり、家で夫と二人きり。出かけることもできず、ストレスを抱えている」という声を聞きます。趣味の会のメンバー全員に話を聞くと、全員がその人のことを心配し、電話をかけたりおすそわけをしたりしながら気にかけているけれど、集っておしゃべりができないことを憂っていました。新型コロナウイルスの感染不安だけでなく、80歳代後半のメンバーにとって、集っていた公民館まで歩いていくことが難しくなっていたため、集いが休止されていたのです。田中さんも一緒に感染予防対策に取り組み、公民館までたすけあい交通を利用してもらうことで、2020（令和2）年12月、久しぶりに8人の

●青森県蓬田村(2022年1月31日)

- 人口：2,637人
- 世帯数：1,142世帯
- 高齢化率：42.2%
- 概要：面積の80%が山林で、耕作地は約15%。平地には美田が広がり、中山山脈から流れる4本の川の豊かな農業用水を利用し、“上磯地方の蔵”と呼ばれ、近年は特産品として桃太郎トマトの生産にも力を入れている。おだやかな陸奥湾はホタテの養殖も盛ん。国道、JR津軽線が村を南北に貫き、青森駅にはJRで約30分。昔は20Kmの道を足で歩いた。

仲間が公民館に集いました。お互いの体調を気遣うなど、めいめいおしゃべりを楽しみ、ストレスを発散。メンバーの一人からは、「家に閉じこもっていると、気持ちも内にとこもってしまう。外に出てみんなでおしゃべりすることは本当に楽しいね」という声も聞かれました。ほかにも、「昔お世話になった人が亡くなり、仏壇に手を合わせたいとずっと思っていた」という90歳代の女性が利用するなど、柔軟な使い方をすることで利用者のつながりが保たれたり、その人の願いがかなえられるようになりました。

3 移動支援をとおして、 気にかける地域づくりをすすめたい

さらに、一人暮らしの高齢者から、「近所の一人暮らしの人が外出せずに閉じこもっているようだ。声をかけて一緒に買いものに行きたい」と。この事業の開始当初から、単なる移動支援ではなく、つながりの支援にしたい、誘い合って乗り合わせで使ってほしいと呼びかけていた社協はもちろん対応。料金は人数割りで、利用者の金銭的な負担だけでなく送迎ボランティアの負担も軽減できるようになりました。社協では、こうして乗り合わせの仲立ちをすることもありますが、その甲斐あって、買いものに行く間の車内は、さながらサロンのよう。声をかけ合い、外出の機会をつくることで健康促進にもなり、高齢者同士のつながりも強くなっています。

田中さんは、この事業開始当初から、初めて登録する方には運転ボランティアと一緒に訪問し、利用前に

●社会福祉法人蓬田村社会福祉協議会

- 住所：〒030-1202
青森県東津軽郡蓬田村瀬辺地山田35-84
いきいき交流館内
- TEL：0174-27-2828
- 担い手：運転ボランティア13名

顔を合わせて安心して利用できる関係づくりに努めています。その後も、チケットの販売・授受のために月1回訪問することで、些細な変化に気づけ、さりげなく見守ることができると言います。送迎に行った運転ボランティアから玄関が壊れているという情報を得て、厳冬期前に修繕の支援をしたこともありました。

たすけあい交通利用登録の手続きから運行の調整、運行ボランティアの発掘や育成、その他にも人手不足の農家と住民をつなぐ援農ボランティア事業など、数々の住民同士のつながり支援を行う村社協は現在2人体制。社協では、村担当者や地域包括支援センターの協力を得つつ、潜在的なニーズのある方を発見したり、定年退職後の生きがいや社会参加の機会としてこの事業を活用してもらおうべく、協力を得られる自治会から順次、この事業の説明会を開催したいと考えています。

村の課題からスタートしたたすけあい交通が、望む暮らしを実現するための手段となり、移動にとどまらないさまざまな相乗効果を生み出しています。



趣味の仲間が久しぶりに集う
(撮影のためにマスクを外していただきました)

群馬県太田市

太田市社会福祉協議会

サロンなどの集いの場が軒並み休止するなか、太田市社会福祉協議会の生活支援コーディネーターたちは、むしろ積極果敢に地域へと足を運びます。コロナ下でも続く、あるいは新たに始まった住民活動のほか、つながりや支え合いの輪のなかで困りごとを解消したり、上手に社会的孤立を防いで暮らす人たちを探し出して取材。専用の広報媒体に掲載し、その知恵や工夫を発信しています。

行政と
協働屋外
活動非対面
活動対面の
工夫情報
発信ICT
活用生活支
援Co

1 知恵と工夫を取材し広く共有

2020（令和2）年3月、新型コロナウイルス感染拡大の第一波に伴い、大人数の会合やイベントを自粛、制限する動きが全国に拡大しました。小・中・高校の一斉休校も始まり、翌4月から5月にかけて、政府が最初の緊急事態宣言を出しています。

群馬県太田市では、市や市社会福祉協議会が主催ないし助成などの形で支援する各地区のサロンなどが、同年3月から全面的に休止。市社協が市内12か所の公民館や集会所で週2回開く地域交流サロン「お茶の間カフェ」（運営は各地区の住民ボランティア）は、休止期間が2年近くに及んでいます（2022年1月末時点）。

自治会や老人会といった各種住民団体のサロンやサークル、コミュニティカフェ、祭りや各種交流イベントなども自粛や規模縮小、休止を余儀なくされました。

住民同士のつながりこそ、子どもから高齢者まで誰もが暮らしやすい地域を実現する鍵——そうした考えに基づき、地域づくり支援に取り組んできた市社協の生活支援コーディネーターたちにとって、地域のつながりを育み、保ち、広めていくことと、3密回避によるコロナ感染予防の徹底は、両立困難なテーマのように思われました。その一方、社会的孤立や社交性の低下による心身の不調が、特に高齢世代で増加する懸念が各方面から示され、つながりづくりの必要性はむしろ高まっていたのです。

2020（令和2）年5月、予定していた日常生活圏域

ごとの地域づくりに関する話し合いの場=第2層協議体=も中止に追い込まれました。自治会・老人会の役員、民生・児童委員、ボランティアグループのメンバーらが参加する第2層協議体は、コーディネーターにとっては、地域との連絡通路のようなものでもあります。さまざまな情報を提供すると同時に、種々の住民活動や住民同士のつながりについて知り、その現場を訪ねる手がかりを得る貴重な機会になっていました。中止はやむを得ないにしても、地域づくりの停滞を少しで



太田市社会福祉協議会の生活支援コーディネーターたち（左から川田敬一さん、町田充隆さん、鈴木彩乃さん、小林正和さん〔第1層〕、関口桂子さん、秋谷蓉子さん、須藤美樹さん、廣瀬将貴さん）



市社協の地域福祉係。所属する8人全員が生活支援コーディネーター

●太田市(2021年9月末)

- 人口：22万3383人、
- 世帯数：9万8844世帯
- 高齢化率：26.1%
- 概要：自動車メーカー SUBARU (スバル) の製造拠点が立地し、工業都市として発展。東武鉄道太田駅を中心に市街地を形成する一方、郊外には田園地帯が広がる。市域は、市の区制規則では15地区199行政区で構成。学区は小学校25、中学校16。

も防ごうと、コーディネーターたちは一計を案じます。第2層協議体の構成員計219人を対象とするアンケート調査を実施したのです。

アンケートでは、コロナが住民活動や人のつながりに与える影響のほか、「つながりを切らない工夫」などを尋ねました(※170人が回答、回収率77.6%)。構成員との連絡を絶やさず苦肉の策でしたが、思わぬ収穫もたらされました。「つながりを切らない工夫」について、多くの実践事例が寄せられたのです。

コーディネーターたちは、回答を寄せた構成員を水先案内人に、「工夫」の現場取材し始めます。

たとえば、3密回避が容易な屋外でのラジオ体操会やグラウンド・ゴルフなどのサークル活動、自治会が主催する産直市や見守りを兼ねた廃品回収、ウォーキング、住民グループが行う花壇整備や畑仕事、親しい関係のなかで続くおすそ分けなどの近所つきあいや、少人数のお茶飲み、無料通信アプリLINE(ライン)を使った親族・友人とのビデオ通話の活用、地域行事の中止で空いた時間を生かした神社の修繕活動など。

これらの実践を広く市民に周知しようと、情報紙「つながる通信」を2020(令和2)年6月15日付で創刊。A4判裏表カラー印刷で、原則として月3回発行。電子版を市社協ウェブサイトで公開するほか、印刷して各地区の区長会を通じて単位自治会へ配布し、住民に回覧してもらいます。

※生活支援体制整備事業=2015年4月の改正介護保険法施行で、市町村が住民主体の地域づくりの推進役として生活支援コーディネーター(「地域支え合い推進員」とも呼ばれる)を配置。併せて、地域づくりについて話し合う場(協議体)を設置する。これらの活動は、原則として市町村全域(第1層)と、中学校区などの地区割りを基に設定する日常生活圏域(第2層)に分けて展開される。自治体規模によっては、第1層が日常生活圏域となる場合もある。

●太田市社会福祉協議会

- 住所：群馬県太田市飯塚町1549
- TEL：0276-30-0033
- 担い手：生活支援コーディネーターは市社協の地域福祉係に第1層1人、第2層7人の計8人を配置
- 概要：市から生活支援体制整備事業(※)を受託。同事業で設定する日常生活圏域=第2層=は、単独または複数地区で計9圏域。ただし第2層協議体は、地域特性などを考慮し14か所。

情報紙は2022(令和4)年1月末時点で第63号まで発行。さらに大規模ショッピングセンターなどを会場に「つながる通信」パネル展も不定期で開いています。



太田市社会福祉協議会の生活支援コーディネーターが2020年6月に創刊した「つながる通信」(2022年1月28日発行の第63号)。コロナ下でも可能な住民活動や地域のつながり、支え合いのある暮らしを紹介

情報紙の発行やパネル展を重ねるにつれ、「うちの地区でもこんな活動がある」「新しくこういう活動を始めた」といった、取材要請を兼ねた住民からの情報提供が増えていきました。コーディネーターは住民とのかかわりを求めて、というよりはむしろ、住民側からかかわりを求められて地域へ入っていくようになります。

2021（令和3）年秋頃には、コーディネーターが地域に出向く頻度は、緊急事態宣言の期間中などを除き、コロナ以前とほぼ変わらない水準になっていました。しかも、協議体に参加する人たち以外の、非常に幅の広い層の住民とのかかわりができていったのです。

コーディネーターたちは、掘り起こしたコロナ下の住民活動や地域のつながりを次の4つに分類しました。

- ①コロナ前と変わらない活動
- ②コロナ下で生まれた活動
- ③つながりを切らない個人の工夫
- ④集いの場を継続する組織や団体の工夫

誰もが①～④の活動やつながりを一つでも多くもつのが理想。その実現を住民一人ひとりが自ら考え、行動できるよう情報提供を通じてあと押しする、それが太田市のコーディネーターたちが取り組むコロナ下の地域づくり支援です。

2 コロナ下の実践を将来へ

「つながる通信」第26号（2021年1月22日発行）に掲載された記事の一つに、「吉沢町二区お散歩会」があります。

お散歩会はサロン休止の代替措置として自治会がスタートさせたものですが、前述の①～④の要素をすべ



吉沢町二区のお散歩会（写真提供：太田市社会福祉協議会）

て併せもつ特徴があります。その内容をここで少しだけ紹介します。

吉沢町二区は市内に199ある行政区の一つで、単位自治会が組織されています。

同区を含む毛里田地区（第2層圏域）に「お茶の間カフェ」がオープンしたのは2020（令和2）年2月。会場の吉沢町二区集会所には、60～80歳代の利用者と運営ボランティアが毎回計20人前後詰めかけました。

ところが、翌月にはコロナで休止に。

「引きこもりがちの高齢者も来てくれていたのに」と残念がるのは、カフェ立ち上げに尽力した区長の木村能治さん（65歳）です。

休止から半年を経てもカフェ再開は見通せない状況が続き、木村さんは「みんな家にこもりっぱなしで、心身の不調を招きかねない」と懸念を募らせます。打開策として、「集会所がダメでも公園ならいいだろう」とお散歩会を企画。1キロほどのウォーキングに公園でのラジオ体操とおしゃべりタイムを組み合わせた「歩くサロン活動」です。地区の高齢者に打診すると多くの賛同があり、2020（令和2）年10月開始。雨天を除き平日は毎日歩きます（ただし暑さが厳しい7、8月は休み）。50～80歳代の男女が多いときで15人ほど参加します。

常連の一人、71歳の女性は「お散歩会があって本当にうれしい」と話します。女性はお散歩会が始まる前、リウマチを患い歩行がやや不自由になり、リハビリのためにウォーキングを始めました。「でも一人では、転ぶのが怖くてなかなか歩けなかった。お散歩会が始まったおかげでみんなと一緒に安心して歩ける。今では私、杖がなくても歩けるの」と喜びます。

お散歩会の集合・解散場所は、一人暮らしの女性（84



お散歩会の集合・解散場所になっている、一人暮らし女性宅のカーポート。地域のお茶飲み場として長年住民に親しまれている

歳) 宅。庭に駐車場として使われなくなった屋根付きカーポートがあり、そこが10年以上前から近隣住民のお茶飲み場になっています。お散歩会が始まると、自然に集合・解散場所になりました。庭には移動販売車が週3回来ていて、お茶飲みやお散歩会のついでに買い物もできます。

「女性宅のお茶飲みもお散歩会も、地区の大事な健康づくりとつながりづくり。コロナが終息しても、ずっと続いていくだろう」と木村さん。

お茶の間カフェと違い、お散歩会は世話人も助成金も不要。自治会活動の一環として始まりましたが、今では「一人ひとりが自分の意志で参加し、楽しむ日課のようなもの」(木村さん)です。

コロナ前から続く住民同士のお茶飲みと、コロナ下で始まった自治会活動が組み合わせり、新しい地域福祉の生活文化が生まれたのでした。

コーディネーターたちは、お散歩会をはじめとする①～④の多彩な事例を掘り起こすなかで、コロナ下での集いやつながり、支え合いの持続可能性を左右する、一つの要因に気づきます。

それは、端的に言えば「集める」と「集まる」の違いです。

介護予防サロンなどに代表される、特定の主宰者・支援者が参加者を「集める」方式の集いは、集団感染などが生じた際の責任追求を心配してなかなか再開に踏み切れません。

一方、親しい仲間内のお茶飲みやおすそ分け、外食、買いもの、ウォーキング、比較的少人数での屋外型のラジオ体操会や趣味や娯楽、スポーツの活動などは、基本的な感染予防を前提としながら、一人ひとりが参加・不参加を判断し、一定のリスクを引き受けつつ仮に感染が生じて仲間を責めないという暗黙の了解の

もとで自主的に「集まる」ものです。社交や外出の自粛に伴うストレスや体力低下、社会的孤立などのリスクと、コロナ感染のリスクを比較考量したうえで「集まる」決断をした個人がつながりを保ち、育てているのです。

「つながる通信」第39号(2021年6月11日発行)には、集める・集まるに関するコーディネーターたちの考察が掲載されました。その記事は、次の一文で締めくくられています(※[]内は本稿執筆者が加筆)。

「地域の[集いの場・通いの場の]運営者や参加者が知恵を出し合った『集まる』自主的な発想は、いずれコロナが終息したときにもたいせつなつながりになると考えます」

コロナ下の活動を一過性のものとはせず、むしろ普遍的な知恵や工夫をくみ出す源泉とするわけです。そうした姿勢は、平時・非常時に関係なく、誰もが自分らしく安心して暮らせる地域づくりの大きな推進力を生み出すことでしょう。

地域のお宝発見 ～木田市生活支援体制整備事業～

コロナ禍による【居場所の工夫・変化】

コロナ禍で地域の居場所は怎么样了か...活動の制限、自粛など状況は様々です。今回はそんな中でも地域で知恵を出し合い、つながりを切らない為に工夫された居場所は、その後怎么样了か、詳しく見ていきます。

集める居場所 → **集まる居場所**

「居場所の工夫」が、コロナ禍でも変わらずつながり続ける秘訣!

居場所の変化! (工夫して開催)

- ・マスクの着用・検温
- ・手指の消毒・換気をする
- ・密を避け、屋外で開催
- ・回覧板で情報を共有
- ・少人数で開催(2部制)

上の図は居場所の工夫を簡単に表したものです。コロナ禍で地域のサロンなどの居場所が自粛した中、感染防止対策を徹底し、自分たちの居場所やつながりを継続できるよう考え、工夫され、居場所の形態に変化がありました。例えば、感染防止対策の他にも、屋外で開催することによる感染リスクの減少、さらには2部制による少人数での開催、またこうした取り組みや情報を手紙や回覧板などで共有し、気にかけることを継続するなど、こうした自主的な発想による、いわば「集まる居場所」が増えていきました。「集める居場所」に×印があることは、今まで受け身であった居場所や活動を指し、「集められた」とも言い換えられます。地域の運営者や参加者が知恵を出し合った「集まる」自主的な発想は、いずれコロナが終息したときにも大切なつながりになると考えます。

お宝情報を募集中! 「私の近所でこんな取り組みをしている」「こんな工夫をして気にかけている」など、あなたの地域のつながりを教えてください! 情報をお持ちの方は下記お問い合わせまで、よろしくお願ひします!

お問い合わせ
大田市社会福祉協議会 地域福祉係
〒373-0817 群馬県太田市坂塚町1549
TEL 0276-30-0033 FAX 0276-30-0032

★生活支援コーディネーターから一言★

つながる通信の第39号(2021年6月11日発行)。「集める」「集まる」の違いについての考察を掲載している

兵庫県淡路市

淡路市社会福祉協議会

コロナ下、人と人とのつながりが途切れてしまいそうになるなか、淡路市社会福祉協議会では、「再び笑って集まれる日のために」をスローガンに掲げました。「何も辞め^やない、何も止め^とない」ことをテーマに、つながりを切らさない、豊かにするために、活動の工夫を模索しました。コロナ下、スピードと工夫に富んだ取り組みは、住民同士のつながりを育んだだけでなく、社協職員としてのあり方を捉え直し、意識を重ね合わせる機会にもなっています。

行政と協働

屋外活動

非対面活動

対面の工夫

情報発信

ICT活用

生活支援Co

淡路市は、1995（平成7）年の阪神・淡路大震災や度重なる台風の被害など、いくたびも大きな災害に見舞われてきました。淡路市社会福祉協議会（以下、淡路市社協）では、そのときの経験・教訓から、住民同士の関係のなかに予防的福祉力があり、その関係性のなかでお互いに生活上の困りごとを解決し合っていることに着目。2017（平成29）年度から始まった生活支援体制整備事業でも、住民のつながりや関係が介護予防につながっているとしてそこに機軸を置き、そこから広がる地域づくりに重点を置いてすすめてきました。

住民には既存のさまざまな対話やつながりの場があり、顔を合わせ、集い、雑談をしています。淡路市社協は、こうした集いの雑談のなかにある福祉的要素を専門職が見出し、意味づけをして住民のエンパワメントにつなげ、地域づくりを住民とともに考え、すすめてきました。ところが、そうした機会が新型コロナウイルスの「感染予防」という対策を前にして、一瞬にして奪われることになってしまったのです。

「2020（令和2）年3月の緊急事態宣言で、市内のすべての活動を中止、延期、休止せざるをえませんでした。住民とともに作りあげてきたものの総崩れを覚悟したのも事実です」と淡路市社協事務局次長（第1層生活支援コーディネーター）の岩城和志さんは振り返ります。懸念されたのは、つながりがなくなることによる住民の孤立や、活動がなくなったことでの主体的な社会参加の場が失われてしまうこと。そこで淡路市社協内では、「つながりの火を消さない！ 再び笑って集まれる日のために！」をスローガンに掲げ、集まらなくても誰かを気かけ合い、主体的に取り組める活動を打ち出していくこととなります。「このまま活動を止めて、コロナの終息を待っているだけではいけないと考えました。もともと、車ですれ違うときには手を振って挨拶をしている土地柄です。近づいて会うことができなくても、お互いが気かけ合っていることを意識化し、声をかけ合っていこうと、5圏域に配置した5人の第2層生活支援コーディネーターは、できることを模索し始めました」と言います。

会長からの一言で息を吹き返す。 そして始まった「再び笑って集まれる日のために」



これまで
積み上げたものは
あつまり型活動で
築いてきた「つながり」



変化は何か
見通しを立てることが
できない漠然
とした不安



少し先に待っ願ひは
再び笑って
みんなで集える日
が来ること



今、できることは
これまでの経験（災害）
で培ったことがある



恐れていることは
孤立による不幸な出来事
つながりの分断

● 兵庫県淡路市 (2022年2月1日現在)

- 人口：42,701人
- 世帯数：20,185世帯
- 高齢者数：16,299人
- 高齢化率：38.2%
- 概要：瀬戸内海に浮かぶ淡路島は、古事記の冒頭の「国生み神話」の舞台。淡路島の北部に位置する淡路市は、明石海峡大橋がかかり本州との玄関口となっている。多くの観光客が押し寄せ、企業の移転誘致などで移住者も増加傾向にある。

1 得意な人集まれ！「縫野得子さん」プロジェクト

おりしも、日本国中がマスク不足に悩まされていた時期。同じ淡路島内にある南あわじ市の住民活動をオマージュして、裁縫が得意な住民に呼びかけ、「縫野得子プロジェクト」を始動しました。

第2層生活支援コーディネーターが、地域住民に声をかけると、「裁縫が得意だからやってみたい」という声だけでなく、「すでにもう取り組んでいて、友人や知人に配っている」という人もいることがわかりました。サロンが開催できなくてもマスクづくりのグループとして活動をしたいという人や、マスクを渡すことで気になる人に声をかけるなど会話のきっかけにしている人もいました。「得意なことを活かして誰かを気にかけて続けること」は、集まらなくてもできること。町内会全戸にポストインした地域もあれば、渡すだけでなく、そこで会話が生まれたことで、困っている人からの相談を聞く地域もあったといいます。

淡路市社協の小南廣之会長の、「今までつちかってきたことがコロナで失われることはない。コロナで苦しい状況でも、そのなかで何ができるかを考えていこう」という発言は、こうした住民の主体的な活動をまさに言い表しています。

市内各地で広がった縫野得子プロジェクト。コロナ感染への不安から、いろいろな人を「集める」ことはできなくても、自主的に感染に気をつけながら「集まった」仲間から、気かけ合いの輪が広がりました。地域での活動の様子や、マスクを介して深まった日常のつながりや気かけ合いの様子を、生活支援コディ

● 淡路市社会福祉協議会

- 住所：〒656-2131 兵庫県淡路市志筑3119-1
- TEL：0799-62-5214/5215
- FAX：0799-62-5503
- 概要：法人基幹となる本部のほか、旧町単位に地域支えあいセンターつな、地域支えあいセンターいわや、地域支えあいセンターほくだん、地域支えあいセンターいちのみや、地域支えあいセンターひがしうらの5つの地域支えあいセンターを設置。



縫野得子さんプロジェクト

ネーターは広報紙をとおして紹介していきます。「こうした気かけ合いがたいせつなんだ」と気づいた住民は、意識して声をかけたり、気になることやうれしいエピソードがあれば職員に知らせてくれるなど、地域住民同士、そして住民と職員のつながりも深まっていったのです。

2 まずは声をかけ合おう

地域の住民からこうした声が寄せられる背景には、第2層生活支援コーディネーターのそれぞれの動きがありました。サロンが中止となり、「地域の住民たちはどのように過ごしているだろうか」と気になったコーディネーターは、「まずは声をかけることをしなければ」と、サロンの活動者や参加者に三者三様ならぬ「五者五様」の手紙を送っていました。

すると、すでに気になる人の家に手紙を書いてポストインしていたという地域があることがわかりました。「そうした住民の行動を応援しよう」と淡路市社協では共同募金配分金事業としてポストカードを作

成。「気になる人に手紙を出して気にかけている地域がある」と情報を提供し、「やってみたい」という地域にポストカードを配布しました。

こうした取り組みは、「何かしたいけれど何をすればいいのか」と悩んでいた町内会などで気になる人に声をかけるきっかけになっただけではなく、そのやりとりで生まれたエピソードや聞き得た情報、うれしかったことを生活支援コーディネーターに伝えることで、地域の情報が集まりやすくなっていきました。さらに、町内会の役員やサロン運営者から「コロナが落ち着いたらサロンを再開してもいいのか」といった相談が、こうした地域の情報とともに生活支援コーディネーターに寄せられるようになりました。「相談だけでは集まらなかった情報が、地域のいい話を伝えるついでに寄せられるようになりました。この『ついで』のもつ力に私たちも改めて気づかされ、学ばせてもらっています」と岩城さんは話します。

3 プランターファームでご近所のつながりを

「あらためて普段の行動をふり返ると、農作業をしているときに隣の田んぼの人と挨拶をしたり、体調を気づかたりしています。それなら、野菜を育てながら会話のきっかけがつかれるのではないかと考えました」と岩城さん。実は新型コロナウイルスがまん延する前年の2019(令和元)年、デイサービスで高齢者による農作業体験をプログラムとして実施していました。野菜を育てる高齢者が、成長をいとおしく感じながら、昔の農作業を思い出しておだやかな時間を過ごしているという実績もありました。「プランターで野菜を育てることが、ご近所の会話のきっかけになるのではないかと考えた」と言います。

「プランターファームを始動することになってから、

実行までは早かった」と岩城さん。なぜなら、野菜に適した苗植えの季節は限られているから。実りの季節を迎えるころにはコロナが終息していることを願いつつ、ミニトマトやピーマンなど、夏野菜の苗を配ることにしました。

淡路市社協ではプランターと土、苗のセットを用意し、新聞折り込みなどで告知すると「やってみたい」という声が続々と届きました。善意銀行活用事業として預託金を活用したほか、参加者は参加費を支払い、プランターのセットを入手します。予想を超える反響で、用意した500個のプランターはあっという間に足りなくなり、2週間で約800個のプランターセットが市内各地に届けられることになりました。

淡路市社協の想定どおり、野菜を育てながら住民が外に出ることで、隣近所の会話が生まれていきました。水やりをすることが外に出るきっかけとなり、「わき芽はどうしたらいい?」「肥料のタイミングは?」など、野菜の育て方だけでなく、そこからお互いの健康を気にかけて会話が増えていきました。「気になるお宅がプランターファームを始めたことで、会話のきっかけがつかめた」という声、離れて暮らす親にプランターファームを勧め、近所の人との会話が増えたという声などが生活支援コーディネーターに寄せられると、さっそく取材に行き話を聞き、「いいね!」というエピソードを広報紙に掲載、広めていきます。

なかには、家の前を通ると野菜の成長ぶりを「見て!

見て!」と声をかける人、わき芽を挿し木にしたたくさんのミニトマトを収穫するまでになった人、色違いのミニトマトをご近所でおすそ分けし合う人など、野菜を育て、実を結ぶことが喜び合いにつながるプランターファームならではの交流も広がっていきました。

夏野菜のプランターファームで手ごたえを感じた淡



路市社協では、その後、カブやブロッコリーなど冬野菜にも挑戦。2021（令和3）年度も引き続き取り組みを続けています。

プランターファームの手ごたえについて岩城さんは、「ちょっと気になる人も、誰かを気にしている人も、どちらかを一方的に見守るのではなく『プランターファームに参加する』という同じ立ち位置で、本人がプログラムに参加をした、ということがこのプロジェクトの大きな価値だと思っています。見守りが必要と思っていた人のほうが上手に育てていたりして、コツを教えてもらうなど、気構えずにお互い様の関係がはぐまれています」と話します。

4 プランターファームから学び、教えられたこと

プランターファームのプロジェクトは、順風満帆だったわけではありません。開始前に、プロジェクトについて生活支援コーディネーターと話し合いをすると、職員からは半信半疑の声が上がりました。「育てることに自信がないから、地域の人に何かを聞かれても答えられない」と不安な声には、ほかのコーディネーターから「できないことが力だ。わからない、できな

いからこそ地域の人から教えてもらえる」と言われる場面も。そのことで気づきを得たコーディネーターは、地域住民が集まっているところに「聞きに行く」「教えてもらう」という力をつけていくようになります。

また、「野菜ではなくて花ではダメなのか」という意見も出ましたが、そこは「野菜へのこだわりがある事務局長から『野菜でなくては』と言われたんです」と岩城さん。咲かせて終わる花ではなく、野菜を育てることでアドバイスをし合ったり、収穫したものをおすそ分けし合ったり。その相互交流が生まれることを重要視したのです。

「このプロジェクトをとおして、改めて地域住民から教えてもらう視点をコーディネーターが学びました。淡路市社協では、みんないっせいに同じことをしよう、という働きかけはしていません。5圏域それぞれのコーディネーターが自分たちの地域へのかかわりを自分たちで考えて、そしてその情報を共有しています。そこにコーディネーター同士の相互エンパワメントが働いているということにも気づかされました」と岩城さん。その効果は住民のつながり支援だけでなく、地域とかかわる専門職の大きな学びにもなったと胸を張ります。

新型コロナウイルスに関する取り組み状況について（2020年2～5月）

社協の動き			
2月	26日	水	各センター及び事業所におけるマスク・アルコール等の在庫確認、資材調整（2月26日）
3月	2日	月	「新型コロナウイルスへの当面の対応について」（事務局長より全職員へ事務連絡）
	3日	火	東浦合同研修 中止
	12日	木	生活援助従事者研修 中止（3月12日～5月27日開催）
	14日	土	集落福祉フォーラム 延期
	25日	水	緊急小口資金・総合支援資金受付開始（新型コロナウイルス特例）
4月	1日	水	局長より現状業務への指示
	6日	月	新型コロナウイルスへの対応について局長より感染警戒・柔軟対応の指示
	7日	火	サロン等、集合系地域福祉活動の自粛について要請を検討（4月7日より自粛要請）
	8日	水	緊急小口資金運用方法変更 縫野得子さんプロジェクト投げかけ開始
	13日	月	局長よりセンター長に感染防止対応及び創造的業務の提案
	15日	水	本部会議において感染防止対応及び創造的自宅勤務の協議 会長より全職員に対する業務指示 「うどん屋幸来」店舗営業を休業
	17日	金	事務局長より利用者対応における指示
	20日	月	鳴門千鳥本舗寄贈依頼 あいあい作業所「ばらボン」開始
	21日	火	理事会中止（各センター運営委員会も準ずる） 「再び笑って集まれる日のために」キャンペーン開始
	22日	水	住居確保給付金運用変更 通所事業におけるコロナ対応に関する利用者・家族・居宅介護支援事業所への協力依頼文書発出
	23日	木	連合町内会長会に会費等の協力依頼 デリバリー幸来開始
	24日	金	コロナ給付関連詐欺予防啓発チラシ配布 市配布のリメイクマスク型紙配布
	27日	月	日常生活自立支援事業運用変更 コロナ自粛のちょっといい話開始
	28日	火	市HPへの窓口掲載協議 竹の子「猫のベッド」販売開始
30日	木	緊急小口資金運用方法変更/住居確保給付金受付方法変更	
5月	1日	金	局長より感染防止再徹底の指示 ひまわり作業所「アマビエ様クッキー」販売開始
	7日	木	地域のつながりを感じようプロジェクト開始
	8日	金	声かけ・見守りあいプロジェクト開始
	12日	火	定額給付金と貸付方法との整理（局長指示） プランターファームプロジェクト開始
	13日	水	すまいる 新型コロナウイルス感染症関連特別増刊号の配布（新聞折り込み）
	15日	金	ポスティング活動について民協協力依頼 作業所「密かに人気な詰め合わせセット」販売開始
	18日	月	会費・善意の預託の延期
	22日	金	創造的自宅勤務の終了指示（局長より）
	25日	月	緊急小口資金運用方法変更
	26日	火	「どこでもチェア」の検討
27日	水	集合系活動の再開に向けた考え方について事務連絡	

5 何も辞めない、何も止めない

「再び笑って集まれる日のために」、淡路市社協が掲げたテーマは「何も辞めない、何も止めない」ことでした。

それは、「コロナ下だから中止する」と何もかも自ら辞めるのではなく、「どうしたらできるのか」を常に考え、つながりを切らさないために多くの人の知恵を集め、活動の工夫に努めていくこと、そして、「コロナ下だから活動が滞っても仕方ない」と自らこれまでの活動を停滞へと導くのではなく、コロナ下での気づきを活かして活動を進展させるよう、住民の皆さんとともに地域福祉活動を進めていくという、淡路市社協の覚悟でもありました。

たとえば、サロンの開催にしても、「孤立している人がいないか、健康状態はどうか気になる」「みんな楽しい時間を過ごして、明るい気持ちになりたい」「こんなときだからこそ、顔を見合っておしゃべりすることが大事」と考える人がいる一方で、感染への不安から「人が集まる場所にはなるべく出かけたくない」という人までさまざまです。「地域の人たちは、そうしたせめぎ合いのなかで、どうすればいいのかを一生懸命に考えておられます。専門職としては、その判断を地域に投げてはいけません。責任を地域に押し付けるのではなく、悩んだり迷ったりするその気持ちに寄り添い、一緒に考えていくことが大事」と岩城さんは話します。

さらに、「地域住民が地域のためにと考えて行動することには、すべて意味があることです。その意味を無視してしまうと、『専門職がさせたいこと』と『住民

が必要と思っていること』の間に意識のズレを生むこととなります。コロナ下でさまざまなことに制限がかかるなかで、私たち専門職にとっても、住民とどう向き合うか、より丁寧に住民の気持ちに寄り添い、地域を見ていかなければならないという現実を突きつけられているのではないかと思うのです」と続けます。

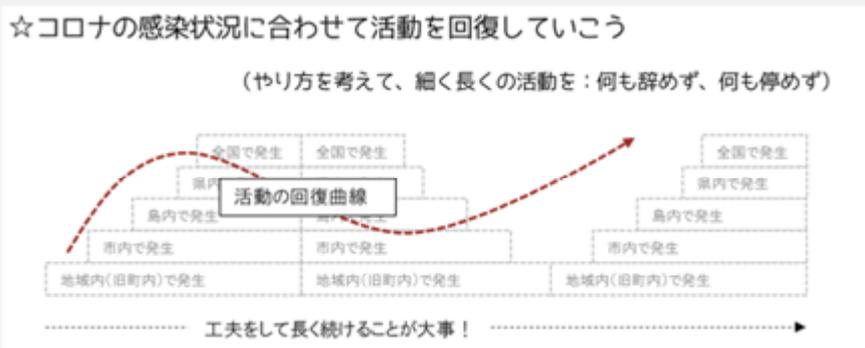
6 感染状況に合わせた活動の回復を

淡路市社協では、コロナ下でも人が感染状況などに配慮しながら近所で、少人数で、短時間で自主的に「集まる」方法を仕掛けてきました。いくたびの災害を乗り越えた経験のもと、コロナ下でもつながりをあきらめないという覚悟でした。

そして、感染状況が落ち着いた時期には、「集まる」イベントの応援もしています。とくに、コロナ下でいろいろな行事やイベントが中止になっていた子どもたち。広い屋外で集まろうと、お寺で焼き芋大会をしたり、旧保育園の園庭を利用してクリスマス会を開催したり。「人が集まって楽しんで、思いを共有できる場をみんなでつくれたら」という思いのもとに、町内会や子育て中の母親たちのネットワークが協力し合っ作りあげたイベントは、地域の絆をより強くしています。

コロナで改めて気づかされた地域のつながりのたいせつさ。住民の思いに寄り添い、一緒に考え、対話を重ねてきたからこそ、アフターコロナを見据えたさらなる地域づくりへの展開に進んでいきます。

波をうちながら活動の回復を（意図的に波を打たせる）



東京都板橋区

板橋区社会福祉協議会

新型コロナの感染拡大は、生活支援体制整備事業に多大な影響を与え、ほとんどの自治体で活動休止を余儀なくされました。その状況下、第2層の住民を含む生活支援コーディネーターや協議体に対し、できることを探しながら支援し、スムーズな活動再開へ道をつけた板橋区（第1層生活支援コーディネーター）での取り組みを、ご紹介いたします。

行政と協働

屋外活動

非対面活動

対面の工夫

情報発信

ICT活用

生活支援Co

1 板橋区の生活支援体制整備事業

板橋区では、地域振興や住民自治支援を図る事務所として、区内18カ所に「地域センター」が設置されています。大雑把に言えば、公民館に地域コーディネート機能を付加したものと捉えることができるでしょうか。この地域センターの担当エリアを第2層の圏域として、2015（平成27）年から生活支援体制整備事業の協議体づくりがスタートしました。第1層は、板橋区社会福祉協議会（以下、社協）が担います。社協＝第1層生活支援コーディネーター（以下、SC）は、この事業・地域づくりを進めていくうえでの指針として、以下の4点を掲げました。

- ①じっくりと腰を据えて、結果をあせらない
→「地域づくり」には時間がかかる。結果より継続することがたいせつ
- ②行政・社協とも手を引かないと宣言！
→地域に「地域づくり」を丸投げしない
- ③地域性を尊重し、型にはめすぎない
→「地域づくり」には、地域らしさがたいせつ
- ④今あるもの（活動やつながり等）を活かす
→新たに無理に創出する必要はなく、今あるものを充実・強化する視点

この考え方にに基づき、さわやか福祉財団等の協力も得ながら、2018（平成30）年まで3年強の時間をかけて、全18圏域に協議体（名称は「支え合い会議」）を設置。また、第2層SCの選出も各協議体の互選に委ねた結

▶コロナ下における板橋区社協の第2層への支援

2020年	
3月	生活支援体制整備事業関連・休止 「WE♡カラフルいたばし」（生活支援体制整備事業情報誌）発行（3、4、5、6、11月）
4月	会議開催の判断基準策定（板橋区担当部署と協議） 電話での第2層SCからの情報聞き取り
5月	第1回第2層SC研修（在宅）
6月	第2回第2層SC研修（在宅） 第2層構成員研修（在宅） 〈地区協議体（定例会）再開に向けて〉 〈第2波が来たときに向けて〉 全地区（圏域）SCへ巡回ヒアリング（太田係長と区担当者） 支え合い会議再開説明SC会議 地域活動コロナ感染対策ガイドライン作成 「支え合いキット」を、全協議体構成員に配布 （「バッグ」、「支え合い会議手帳」、「名札」、「感染対策ガイドライン」、「見守り・支え合いのテキスト3冊」） 協議体構成員の連絡網整備（電話、メール、LINE等） オンライン連絡手段準備（地区による。PCやタブレット、WiFi環境整備等） 会議用（各協議体用）備品確保（非接触型体温計、消毒液、フェイスシールド等） 〈第2層が少しづつ動き始め、情報交換をすすめる〉
7月	第2層SC連絡会 参加26人 第2層SC対象ZOOM練習会（7、8月） 参加各6人
8月	第3回SC研修会（ハイブリッド開催：木原孝久先生） 会場53人、WEB16人
10月	第4回SC研修会（ハイブリッド開催：酒井保先生） 会場51人、WEB20人
12月	第5回SC研修会（ハイブリッド開催：李仁鉄先生） 会場40人、WEB30人
2021年	
1月	SC情報交換・交流会（完全オンライン） WEB45人
5月	SC情報交換・交流会（完全オンライン） WEB52人 （アミ掛け：緊急事態宣言時期）

● 東京都板橋区 (2022年1月)

- 人口：567,214人
- 世帯数：316,494世帯
- 高齢化率：23.3%
- 概要：東京23区の北西部、埼玉県に接しており、東京の三大商店街といわれている「ハッピーロード大山商店街」をはじめとして数多くの商店街が形成されている。ベッドタウンとしての側面もみられ、近年では区の支援施策もあり「子育てしやすいまち」としても知られる。

果、地域毎にSCの人数も出自も異なることになりました。住民がSCの場合もあれば、社会福祉法人の専門職が担う地域もあります。また、人数も地域により2人～10人までと多様で、区合計で59人が第2層SCとして活動。現在のところ、14圏域でSCが選出され、4圏域では未選出の状況です。この4圏域では、現状第1層のSCが運営を支援しています。第2層協議体では、運営費により備品等の購入も可能になっています。

板橋区では、18圏域を4ブロック（1ブロック3～5圏域）に分け、ブロックごとに第1層SCが担当する形をとっています。第2層を全員集めての研修や会議もありますが、大人数になるということもあり、ブロック単位の連絡会もあります。

2 できることは全てやろう

2020（令和2）年3月、コロナの急速な感染拡大を受け、緊急事態宣言の発令前の段階で、板橋区でも生活支援体制整備事業の対面を必要とする活動は全面休止に。板橋区社協地域包括ケアシステム推進係係長で、第1層SCでもある太田美津子さんは、当時を振り返ります。

「せっかく3年の時間をかけて、（第2層）協議体やSCがここまできたのに、自粛期間中に忘れ去られてしまうのが怖かった。生活支援体制整備事業は、住民の皆さんと一緒に積み上げてきたからこそ、たいせつにしたい。私たちは、その想いが強かったのです」

太田係長は続けます。

● 板橋区社会福祉協議会

- 運営団体：板橋区社会福祉協議会
- 住所：〒173-0004 東京都板橋区板橋2-65-6
板橋区情報処理センター内
- TEL：03-3964-0236
- 担い手：第2層SC 59人。

「第2層に向けてこちらから絶えず何か送るように、発信していくようにしました。みんなできり上げてきたもの、地域をよくしたいという思いなどがなくならないように。社協でできることはすべてやろう。できることを考えよう」と

左頁に示した表が、コロナ対応で板橋区社協が展開した主な活動を時系列でまとめたものです。3月の情報誌発行から始まり、次々と第2層に働きかけている様子がわかります。

情報誌「カラフルいたばし」は、通常年2～3回発行で地域住民向けのものですが、この期間中は、SC・協議体構成員向けに、発行頻度を上げています。また、4月には第1層SCが、第2層SC全員に電話をかけ、各地区の情報聞き取りを行い、6月には太田係長と区担当者が一緒に全地区のSCを巡回し、ヒアリングを実施しました。

「4月に電話をかけたときには、元気をなくしている人が多かった。もともと地域で活動している人たちが多いわけですが、地域活動も全部中止になっていて、本人たちも外にでる機会が減っていたせいもあると思います」

実際、5月にSC・構成員の自宅に資料を送付しての在宅研修のアンケートでは、「自分も落ちこんでいる。まわりも不安」との声が出ていたそうです。

「活動が止まっている間も、（第2層SC）一人ひとりの声・気持ちを聞くように心がけました。電話連絡時や巡回訪問のとき、不安度が高いと思われる人（第2層SC等）には、第1層SCから電話したり、一人ひとりをフォローするようにしました」と太田係長。

また、第2層への個別のフォローを行う一方、区の担当者とは協議して、生活支援体制整備事業で活動する際の基準を定めました。（次頁参照）これは感染状況等により5段階のステップに分け、それぞれのステップでの取り組み可能な内容を示したものです。段階（ステップ）は板橋区が東京都の措置なども鑑みて決

▶板橋区の判断基準

参加者が特定できる取組	
ステップ 1	原則として対面を伴わない形での会議の実施、連絡・調整（メール・電話・オンラインでの会議等）
ステップ 2	支え合い介護の開催（第1層協議体・第2層協議体）
ステップ 3	発行物の配布、地域への働きかけ（訪問を伴わないポスティング等）
ステップ 4	発行物の配布、地域への働きかけ（感染対策を講じたうえで訪問等）
ステップ 5	勉強会・講習会等の開催（内容や人数等の条件あり）

厳しい



緩い

※屋内で会議等を開催する場合の目安
人数制限…会場の収容定員の半分以下
開催時間…原則1時間以内

※開催する上での感染予防と拡大の防止について

- (1) 3密（密集・密接・密閉）対策
会場のこまめな換気、参加者同士の距離を2m程度離すなど
- (2) 参加者へのマスク着用、手洗いなどの感染予防
- (3) アルコール消毒液等の設置
- (4) 体調がすぐれない方の参加の自粛、参加当日の自宅、会場での検温
- (5) 可能な限り、夜間の開催を控える

不特定多数が参加する取組	
不可	勉強会・講習会等の開催（内容や人数等の条件なし）
不可	企画・イベント・地域行事への参加

※緊急事態宣言中

定します。もともと、板橋区として会合・集会等に関する基準は存在していましたが、生活支援体制整備事業用に、感染防止策の細かい条件等を附して、ある程度の会議や活動が可能ないように修正したものです。

「地域の高齢者への対応を含めて、活動を止めるリスクや生活支援体制整備事業の重要性を区に説明し、このような基準をつくってもらいました。区とは、忌憚なく日頃から意見を交わっていて、こちらからの要望にも応えていただいています」

また、実際の地域活動における感染症対策をまとめたガイドラインも作成。

「関係部署に聞き取りを行い、医療関係の資料も参考にしながら作成しました。また、第1層協議体に、構成員として、東京都健康長寿医療センターの藤原佳典先生も参加いただいているので、協力をお願いしました。もちろん、東京都健康長寿医療センターが作成したマニュアルも参考にしています」とは、ガイドラ

イン作成を担当した第1層SCである涌井大輝さん。

このガイドラインを作成した6月頃から、第2層協議体（支え合い会議）再開に向けての動きが加速していきます。この当時、コロナ対策用の物品の何もかもが不足していたのですが、会議用備品として、第2層協議体の必要数分の非接触型体温計や消毒液を社協で



支え合いキット

確保。

また、協議体のスムーズな再開のため、「支え合いスターキット」として、手帳、名札、上記のガイドライン、見守り・支え合い活動のテキスト3冊をバッグに入れたものを、第2層の協議体構成員・SC全員に配布しました。

また、第2波が来ることも想定し、緊急事態宣言発出による自粛要請があったときでも活動が止まらないように、第2層でのPCやタブレット、WiFi環境の整備等を促進。必要であれば、第2層の運営費で機材等を購入してもらうとともに、第2層SCにオンライン会議に対応できるよう練習会なども開催。各協議体構成員間の連絡網も整備しました。

「第2層活動再開に向けての準備では、第2波、第3波が来ることを前提に、その時にに向けた準備を組み込みました。このときにかなり苦労した分、のちに実際に第2波が来てステージが変わっても、各地域で臨機応変に対応できたように思います」と、その頃から第2波に向けての準備をと、第1層SCに言っていたという太田係長です。

そして7月。第2層協議体が活動を再開しました。もちろん、感染対策を徹底しての会議等になります

が、持病をもっている方、ハイリスクに分類されるメンバーのなかには、参加をためらう方もいました。そういう方々には参加を強要せず、会議資料を送って、つながりを切らないことを心がけたそうです。また、第2層SC向けには、オンラインと会場を併用したハイブリッドでの地域活動や支え合いについての研修会を重ねました。8月以降の研修会の参加人数をみると、徐々にWEBでの参加が増えており、メンバーがZOOM等に慣れていく様子が見えます。第2回の緊急事態宣言時には、完全オンラインでの情報交換会を開催するまでになっています。

「第2層SC自体も、コロナのなかで、どうやって動いたらよいかわからなくて、なかなかモチベーションが上がらない。それに対し、『支え合いキット』や研修など、できるやり方、方法論を提示してきました。(7月以降の)研修のときには、『今ならできるかも』という発言が聞かれるようになりました」。

3 板橋区第2層の活動

①【支え合い会議仲町地域】

「コロナの当初は、『やりたいけど……難しい』とい



ZOOM練習会



SC研修会

仲町地域「博愛」「思いやり」

地域が繋がる電話窓口

自分のこと、家族のこと、地域のこと、くらしのちょっとした心配ごと、お聞きします。

期間：令和3年7月5日月～9日(金)
時間：14時～16時

■支え合い会議仲町地域/生活支援コーディネーター

TEL 070-3198-6433

お気軽にどうぞご連絡ください

不在の場合は、板橋区社会福祉協議会までご連絡ください

TEL 070-4329-8234

板橋区・仲町地域
助け合い・支え合いの地域づくり
支え合い会議(第2層協議体)

う感じでした。だんだんと、人とのつながりがなくなっている危機感が出てきて、『やらないといけない、やろう!』と変わっていききました」

こう語るのは、支え合い会議仲町地域（第2層協議体）でSCを務める松野榮仁さん、田邊和子さん、黒坂祐二さん。3人は2020（令和2）年10月にSC選出されたばかりの仲町地域の住民です。しかし、支え合い会議で力を入れて企画していたイベントがコロナで中止になってしまった経験もあり、屋内で人を集めるような活動は難しい。そこで、外での活動ならと、以前から実施していた「地域のあいさつ運動」をコロナ下でも継続。こんな時期でしたが、これで地域とのかかわりが増えたそうです。また、民生委員でもある田邊さんが地域を回っていると、随分落ち込んでいる人が多かったこともあり、解決できなくても悩みや心配事を聞くことはできると、「地域がつながる電話窓口」として電話相談を1週間開催しました。

緊急事態等になっても協議体メンバー同士がつながれるように、ZOOMの勉強会を3回開催。スマホにZOOMを入れ、みんな喜んでやっていたとのこと。また、支え合い会議仲町でもiPadを3台購入して、メンバーに貸出できる体制も整えました。

現在（2021〔令和3〕年12月）は、同じブロック内にある5地域の支え合い会議と合同でイベント「私のじまん展」等を企画中。

「考えたことや思いついたことを、第1層SCに振っているだけです。資料作成や他の関係者との調整などは、ほとんどやってもらっています」と笑うのは、黒坂さん。デザインを本業としている黒坂さんは、実際にはさまざまなチラシや広報関係を作成したり、周囲地区の支え合い会議のメンバーと情報交換して企画の骨子を作ったり、いろいろと自分で動かれている方。第1層と第2層SCの関係性のよさがうかがえます。

②【蓮根AIP支え合い協議会】

「（それまでの）大勢で集まるような会合やイベントは、できなくなったので、やれることをやろうと」と話すのは、コロナ前は1,000人規模のイベントも開催していた蓮根AIP支え合い協議会（第2層協議体）代表で、SCも務める渡邊武さん。

コロナ下の現在、大きくわけて2つの活動に取り組んでいます。ひとつは、ゆるやかな見守り活動。いつでも誰でもできるものとして、「¹AIP：あなたの、いい街、パトロール」と銘うち、日常の活動時に、支え合い会議で作ったピンクのAIP帽子をかぶり、パトロール隊（見守り隊）の目印としての周知と、着用者を含めた見守り意識の醸成を図っています。また、犬の散歩のときにパトロールしてもらう「わんわんパトロール」もすすめています。もうひとつが、支え合い拠点「スポット蓮根」の活動。支え合いスポットは、板橋区社協が推進している地域拠点ですが、蓮根地域の場合、1～2ヶ月に1回地域活動の中心である仲蓮根会館で、ミニイベント+何でも相談所という形で大きく活動をしています。（現在、多世代交流を目的としたミニイベントは、コロナ対策の関係で、会館前路上で実施しています）

ミニイベントも、七夕やクリスマス会から、コロナワクチン予約手伝いといったものまでさまざま。

「コロナに限らないけど、（活動は）楽しくやろうという意識はある。楽しくやらないと誰も出てこない。何かしら、地域の住民同士が常に接する機会をもつことが大事」渡邊さんは続けます。

「こういう活動をもっともっとやれたら、いいまちになっていくんじゃないかな」



スポット蓮根

1 AIP：Aging in Place 住み慣れた地域（街）で年を重ねる、と訳される。これを可能にする社会環境を実現するための考え方・視点といった意味で使われることが多い。板橋区では、板橋区版地域包括ケアの標語的に使用されている。蓮根地区の「(A) あなたの、(I) いい街、(P) パトロール」は、これをもじったもの。

支援者事例の解説

日本大学教授

諏訪 徹

事例9 蓬田村社協

蓬田村社協の(たすけあい交通)は、移動支援を単なる移動支援ではなく、つながりづくりの支援にしたという考え方を社協が明確にもち、そのために住民の要望をききながら、つながりを強化するツールとして柔軟に運用していることがポイントです。

それがコロナ下で力を発揮し、移動するサロンのような、一味も二味も違う移送サービスとして発展していきました。利用したい人、ボランティアとして運転に参加する人など、一人ひとりのニーズに丁寧に向き合っ、柔軟に対応していることから、「こんなこともしたいんだけど」という声があがってくるようになっていきます。

地域づくりにつながる多様な付加価値、相乗効果をもった事業を、住民と一緒に作りあげていくことのたいせつさを学べる事例です。

事例10 太田市社協

太田市社協の「つながる通信」の取り組みには、支援機関が「地域にすでにあるもの(住民が行っていること)を発見し、意味づけて、どんどん発信する」ことのダイナミックな可能性が、よくあらわれています。どんどん発信していくことで、住民は自分たちが何気なくしていることの価値に気づき、地域から情報が寄せられる双方向の関係がつくられる。こうして活動の掘り起しが進むとともに、「それなら私たちも」

と住民たちが新しい活動を生み出すという循環が生まれました。板橋区同様、2020(令和2)年4月という非常に早い時期に第2層協議体構成員のアンケートを行い、その回答にヒントを得て、直ちに取材に動き、2020(令和2)年6月には事業化に至った生活支援コーディネーターの動きも見事です。

また、「つながる通信」の事業を通して発見された、支え合いの持続可能性の要因である「集める」と「集まる」の違いは、重要です。太田市社協の実践理念ともピッタリと一致しています。これまでの地域活動では、主催者やリーダーが活動を企画・実施し、その他メンバーはフォロワーとして参加する、という関係のものが多くみられました。主催者やリーダーに責任を求め、フォロワーを依存させるこの構造は、コロナ以前から、「参加するのはいいけど、リーダーや責任者になるのはいやだ」という意識を生み、活動普及の障壁となっていました。とくにコロナ下では「何かしたいけど、責任が問われるからできない」というリーダーにとっての重荷になります。

コロナのような災害時こそ「集まろう」という個々人の意志・責任が重要であることにあらためて気づかされるとともに、コロナ後も「一人ひとりが自分の意志で参加し、楽しむ日課のような」地域活動を拡げていく必要性を示しています。

事例11 淡路市社協

淡路市社協で、まず印象的なのは、社協としてコロナにどう向かうのか、会長や組織の方針・理念がはっきり言語化されていることです。「再び笑って集まれる日のために」「つながりの火を消さない」「何も辞めない、何も止めない」という言葉が、コロナという状況下でもあきらめずに、常に「何ができるのか」を生生活支援コーディネーター考え、行動するバックボーンとなっています。

また、「縫野得子プロジェクト」「プランターファーム」など、魅力的なヒットを生み出していますが、そこには一貫して住民こそが主人公・主体であり、住民が「やってみたい」「気になる」という気持ちから、自ら動きだすにはどうしたらいいかを考える姿勢が見取れます。裏を返せば、住民を信じる姿勢、決して専門職主導であってはならないという姿勢です。これは、本来、支援者がもつべきだけれども、ともすれば

忘れられがちなものです。この姿勢・思想が、「得意なことをいかす」、人を「集める」のではなく自然に「集まる」、「できないことが力だ。地域の人から教えてもらえる」という言葉にあらわれ、またプランターファームというプログラムとして具体化されました。

淡路市社協のこの考え方は、それまでの社協活動のなかで、雑談や一緒に何かをするなか存在する福祉的な価値、対等に互いに気かけ合う関係のたいせつさに、社協職員が気づくことで育まれてきたものです。それがコロナ下でも発揮されたものといえます。

事例12 板橋区社協

板橋区社協でまず注目されるのは、非常に早くから第2層協議体に対する働きかけを始めていることです。第1回目の緊急事態宣言のさなかの、市区町村社協が生活福祉資金貸付への対応や、在宅勤務への切り替えなどで忙殺されていた2020（令和2）年4月にはすでに動き始めています。第2波・第3波の到来を予測し、その時期に第2層協議体のオンライン活動の基盤を着々とつくっていたことも、先々を見とおした機

動的な動きであるといえます。

行政との密接な連携・調整についても、早期から、行うべきことを行っています。2020（令和2）年4月に会議開催の判断基準を策定し、6月には感染対策ガイドラインの作成を行いました。ガイドライン作成では専門家の助言を受けつつ、住民が活動しやすいものとする努力もしています。

そして、地域の活動者に対する具体的で実践的な支援が行われています。早期からとにかく一人ひとりの声を聴き動揺や不安を受け止める、こちらから出向いて話を聴く、頻繁に情報を発信する、オンラインを活用しながら研修会を行う、ということを行いました。また、感染をさけながら、実際にどうすればよいのか、基準策定、ガイドライン作成、支え合いキット、PC・タブレット・wifi環境整備、オンラインツールの勉強会・研修会など、実際に「これならできる」というものを、矢継ぎ早に提供しています。これらを通して、住民のモチベーションが落ちないように支え、コロナ下でもできることを増やしていきました。

第2層協議体の活動を止めないために、やれることは全部やった事例といえます。



プランターファームの準備（淡路市）



第1層SCの集合写真（板橋区）

厚生労働省令和3年度老人保健健康増進等事業
『新型コロナウイルス影響下における住民主体の活動のあり方に関する調査研究』

〈研究委員会名簿〉

	所属	役職	氏名	執筆分担
委員長	日本大学 文理学部	教授	諏訪 徹	第1章 第4章 支援者事例の解説
副委員長	東北大学 大学院	教授	小坂 健	第2章
副委員長	宮城大学 看護学群	教授	大塚真理子	第4章 地域事例の解説 コラム
委員	埼玉県 地域包括ケア課	主任	原田 祐太	コラム
委員	福島県福島市 渡利地域包括支援センター	所長	齋藤 理恵	事例5 コラム
委員	兵庫県淡路市	第1層生活支援 コーディネーター	岩城 和志	第3章2節 3～5 コラム
委員	沖縄県北谷町 福祉課	係長	高原 充江	コラム
委員	NPO法人 すずの会	代表	鈴木 恵子	コラム
委員	愛媛県松山市 民生児童委員協議会	会長	高岡 順子	コラム
委員	全国コミュニティライフサポートセンター	理事長	池田 昌弘	はじめに
オブ ザーバー	厚生労働省老健局 認知症施策・地域介護推進課	地域づくり推進室 室長補佐	佐々木忠信	コラム
オブ ザーバー	厚生労働省老健局 認知症施策・地域介護推進課	地域包括ケア 推進係	鈴木 康利	
事務局	全国コミュニティライフサポートセンター	調査研究G	田所 英賢	第3章1節、2節1～2、 事例2、7、12
事務局	全国コミュニティライフサポートセンター	企画・事業G	宇城 絵美	事例1、3、4、6、11
事務局	全国コミュニティライフサポートセンター	地域支え合い 推進センター	橋本 泰典	事例9
事務局	全国コミュニティライフサポートセンター	地域支え合い 推進センター	木村 利浩	事例10

厚生労働省令和3年度老人保健健康増進等事業

『新型コロナウイルス影響下における住民主体の活動のあり方に関する調査研究』

コロナ下から未来へつなぐ

住民活動のつながり方・楽しみ方・支え合い方

2022年3月28日

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 (CLO)
〒981-0932 宮城県仙台市青葉区木町16-30 シンエイ木町ビル1階
TEL 022-727-8730 FAX 022-727-8737
<https://www.clc-japan.com/>

編集協力・制作：(有)七七舎

デザイン：石原雅彦

印刷：株式会社ファーストワン