

月刊 地域支え合い情報

東日本大震災の被災者の生活を支援するあなたのための情報紙です。



特集

“わたしにできること”から はじめる支え合い

工房地球村を訪れたお客さまと笑顔で会話を楽しむスタッフたち

- **心の復興へと向かうために ③**
特定非営利活動法人まきばフリースクール
(宮城県栗原市)
- **誰もが主役! ⑤**
山元町社会福祉協議会 工房地球村 (宮城県山元町)
- **自分たちだからできる活動 ⑦**
特定非営利活動法人ナルク宮城けやきの会
(宮城県仙台市)
- **専門家に聞く地域づくりのヒント ⑧**
特人とのつながりによって、私たちは学び合い、
成長する
(日本福祉大学教授 原田正樹さん)

東北の元気 ⑥ ⑨
大根コンプロジェクト (岩手県平泉町)

まちの仕組み ⑦ ⑩
共助のコミュニティづくりを目指す (福島県相馬市)

事例をとおして考えよう! ⑫
【今月の事例】大きな声の聞こえる家
専門家が話す支援のツボ
支援後の環境まで視野に入れて予測する力を働かせよう
(兵庫県明石市望海在宅介護支援センター長 永坂美晴さん)

場の力 ⑥ 内響仮設住宅 (宮城県東松島市) ⑭

宮城県サポートセンター支援事務所からのお知らせ ⑮

インタビュー あのの人に会いたい ⑦ ⑮
つながりが生まれるカフェ
カフェ Rio's 代表 須田 美喜さん (宮城県女川町)

・読者の声
・購読者を募集しています!
・次号予告
・編集後記

“わたしにできること”からはじめる支え合い

支え合いの基は
「いてもいいよ」と「いないと困る」
「認めること」と「求めること」

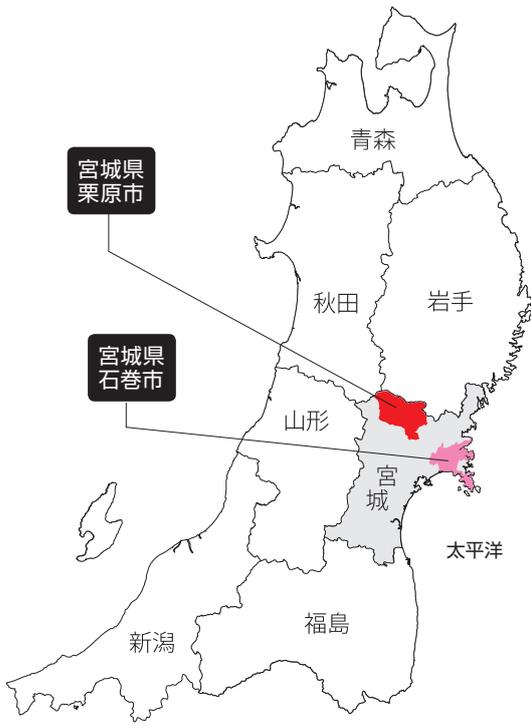
宮城県栗原市に拠点を置き、
不登校やひきこもりの子どもたちへの支援活動を行ってきた
特定非営利活動法人まきばフリースクール。

人を支える、支え合ううえでは、
“なにかをする”だけではなく、
相手のもつ力を信じ、
“なにをしないか”という視点も
支援の一つであり、役割の一つだと話す。

精神障がいをもつ人たちの
通所授産施設である工房地球村。
震災後、自分たちの活動場所である、
宮城県山元町のために
なにかできないかと始めた活動が、
利用者たちの役割となり、
役割をもったことによって自信へとつながった。

メンバーのほとんどが
定年退職者で構成されている
特定非営利活動法人ナルク宮城けやきの会。
がれき処理はできないから……と始めたのは、
宮城県仙台市にある仮設住宅での茶話会。
豊かな人生経験で得たコミュニケーション力が
存分に発揮された茶話会は、
メンバーだからこそできる支援に変わった。

“私にできること”は、支え合いの力になる。



支援活動を行うメンバーたち

心の復興へと向かうために

◎特定非営利活動法人まきばフリースクール（宮城県栗原市）

ポイント

1. “なにをしないか”も支援の一つ。相手のもつ力を信じよう。
2. 心の復興に立ち向かうのはその人自身。仲間として隣にすることが立ち向かう力になる。

理念を基に

「自分たちが行動しなければ、これまで子どもたちに話してきた理念が嘘になってしまふ、そう思っただんです」こう話すのは、特定非営利活動法人まきばフリースクールの理事であり、復興支援チーム長の中山崇志さん。宮城県栗原市高清水に拠点を置き、活動するまきばフリースクールは、誰もが自分らしく成長し、安心して暮らせる地域社会を目指して、ひきこもりや不登校、発達障害など、さまざまな生きづらさを抱える本人や家族を支え、教育・生活・就労に関する支援を行っている団体だ。

まきばフリースクールでは、東日本大震災以降、これまでの活動と並行して、被災した人たちへの支援にも積極的に取り組んでいる。地震によって法人の建物も被害を受け、運営の立て直しに奔走するなか、自分たちの暮らしを守るだけでいいのか、という疑問がよぎった。『生きづらさを抱えたあり

のままの人間同士が支え合って生きる』ことを理念に掲げるまきばフリースクール。震災により、苦しみを抱えた人たちの支えにならなければいけない、そう決意し、活動が始まった。

心の復興を

2011年3月下旬より、被災地への物資の配布や電話相談を開始。2011年4月からは、石巻市での支援活動もはじめた。子どもたちにそうしてきたのと同じように、被災した人たちへも、安心できる居場所を提供したい。その強い気持ちの背中を押し、石巻市では、がれきの撤去や子どもたちへの勉強会、自然体験、生活の困りごとを手助けする無料の便利屋など、多様な活動を続けてきた。がれきの撤去や便利屋の活動には、まきばフリースクールに通うメンバーたちも加わった。現地で見たりするのは、苦しみを抱きながらも、立ち向かおうとする被災された人たちの姿。

特定非営利活動法人まきばフリースクール
復興支援チーム長 中山崇志さん



「なにかをしてあげるだけではなく、
“なにをしないか”という視点もたいせつ」

その人たちのために、自分が行動できた、という経験は、メンバーたちにとってもプラスのものとなる。また、そうした被災された人たちの姿から感じたものが、それぞれの困難に対峙しようとする契機につながる可能性をもつ。知らず知らずのうちに、お互いが支援し合う関係になっていったのだ。

また、公民館に縁側を設け、館内に訪れた人だけでなく、近くを通った人たちも集まって話しやすい場所をつくった。集う場所があれば、誰かに会える。仲間ができる。ふだんの生活でははりつめてしまう思いも、ここですら少し緩やかになる。ここにいるときはほっとできる。そんな場所にしたいたいという願いが、縁側には込められていた。

「心のケアというのは簡単なものではない。自分が受けた傷は、他人には癒せない。傷を抱えながらそれぞれのペースで歩み、傷に向き合わなくてはいけないようになったときに、家族でもいい、友だちで



子どもたちも大勢集まる

もいい、誰かが隣にいてだけで支えになると思う。心の復興という部分で、いいスタートラインに立てるようになれば……」と中山さん。公民館にできた居場所が、人と人をつなぎ、自分自身の復興へと向かうための要となるのかもしれない。

相手の力を信じる

「自分の傷を受け入れられないという気持ちをもって生きるのも一つだと思うんです。誰かのためになにかをするだけではなく、つらくて涙を流しながら、それでも懸命

に生きる人の隣にいるのも支援。なにかをしてあげるだけではなく、なにをしないか」と中山さん。その人自身の力を信じているからこそできる支援だ。だからこそ、待つ時間も必要。「そのためにも、長くかかわっていかねば……」と決意を固める。東日本大震災以後、多くの支援者が被災地のために尽力している。みな、誰かのためになにかできれば」という強い想いをもっている。中山さんの言葉を聞き、支えるという意味



野菜や復興商品の販売も



便利屋では廃材集めや組み立ても行う

や方法の一つに、相手の力もつ力を信じて一歩引く。ことも含まれているのではないかと感じた。相手を想ってなにをしないか。それも、人を支えるうえで重要なポイントであり、支えようとする者の役割なのだ。

傷を癒していくのも明日へ向かうのも、その人自身の力。それぞれが描くゴールへ向かって足を踏み出すときに、自分を信じ続けてくれる人たちがいたら、その足取りもより力強いものとなるだろう。



お客さんを迎える笑顔

誰もが主役!

◎山元町社会福祉協議会 工房地球村(宮城県山元町)

ポイント

1. 復興への自分の想いや願いを自由に表現できる場をつくろう。
2. 役割が自信になる! 相手をお客さまにせず一人ひとりの役割づくりを意識しよう。

震災からの立ち上がり

工房地球村は、1998年に宮城県山元町に精神障害者社会復帰施設(通所授産施設)として誕生した。正式名称は「山元町共同作業所」。

山元町社会福祉協議会が運営している。「工房地球村」という愛称は「心身にやさしく、地球環境にもやさしい商品づくり」という目標を達成するために考えられたものだ。

山元町は宮城県の沿岸部の最南端、福島県との県境にある人口1万6千人の町。震災で町の3分の1が壊滅的な被害を受けた。それまで工房地球村の活動は、山元町内の駅の清掃作業や地元でとれる果物を使った加工品の製造を中心にしてきた。しかし、町の多くが被災したため、それらの活動が困難になってしまった。

震災から2か月後、工房地球村の活動が再開された。工房地球村が山元町にある数少ない福祉施設だったこともあって、ここに全国の精神科クリニックのスタッフや障がい者団体のスタッフ、地域のボランティア

アが集まった。工房地球村にさまざまな人が集まることで、寄り添い、思いを分かち合い、少しずつ復興への歩みが始まることになる。

工房地球村を拠点に、ふだんは出会うことのなかったさまざまな人たちが、山元町のために支援活動を展開するのを目にした工房地球村の利用者は、「復興活動に自分たちも参加したい」「日ごろお世話になっていて人たちのためになにかできるのでは」と思うようになった。

復興の担い手に

工房地球村の活動が大きく変わっていきつかけとなったのが、いちごものがたりプロジェクトだ。「いちごの復興は山元の復興」と、いちごに復興への想いを託したプロジェクトである。このプロジェクトは、障がいのある人たちのアートを社会に発信し、仕事につながる活動に取り組むエイブルアートカンパニーの、東日本大震災への支援プロジェクト「タイヨ



工房地球村

所長 田口ひろみさん

「福祉施設もまちの拠点として 活動を行っていききたい」

「ウブプロジェクト」の協力を受けて始まった。2011年8月、エイブルアートカンパニーが工房地球村でワークショップを行い、いちごものごたりプロジェクトが始まることになる。

「『想い』を『カタチ』に変えていくワークショップをおして、震災以前は見ることのできなかった工房地球村の利用者の能力に気づかされた」と、所長の田口ひろみさんは話す。

利用者が描く山元町の名産「りんご」「いちご」には復興への願いが込められていた。言葉で表現することが少ない利用者も、絵を描くなど、言葉とは別の方法を用いることで、山元町への想いを表現することができたのだ。それを上手に引き出すことが職員の役目だと改めて気づかされたという。

利用者が描いた「りんご」や「いちご」が手ぬぐいのデザインとして商品化された。自分たちのデザインが商品として

形になっていくことで、利用者も「今度は別のものをつくりたい」など、自分から企画を提案するようになった。「少しずつ復興に対しての想い、自分たちもまちの復興を担っていくという想いが強くなってきた」と田口さんは話す。工房地球村の活動を決めるミーティングにも利用者が参加して企画提案ができる体制がつくられた。

誰もが主役になれる場へ

工房地球村の利用者、職員の話し合いのなかで決まったのがカフェの運営だ。山元町には気軽に立ち寄ることのできる場所が少ない。山元町に暮らす人たちが落ち着いて話のできる場所を提供しようという活動が始まった。そして、工房地球村に2012年11月15日にカフェをオープン。ここには近くの仮設住宅の住民などが訪れる、地域の私たちの集いの場となりつつある。

加えて、「カフェをは

じめたことで、利用者に心境の変化が出てきた」と田口さんは話す。以前の仕事ではなかなか人と接する機会がなかったが、カフェでは常にお客さんを相手にしている。お客さんとの何気ない会話のなかで、利用者が山元町の復興への想いを語ることもあるという。震災後、全国の支援団体やボランティアの人たちとかがわってきて工房地球村の利用者が大きく変わったのが、一人ひとりが自分の意見を堂々と口にするのできるようになったことなのだ。

震災後の工房地球村の活動は、利用者が自分たちの役割を意識するきっかけとなった。役割を意識することは、自分の自信につながっていく。復興には、地域に暮らす人たちすべてが自分の役割を意識して、地域にかかわっていくことが欠かせない。

山元町の復興に向けて、工房地球村は、誰もが想いを表現して、主役になれる場になった。



絵には一人ひとりの想いが込められる



ワークショップの様子

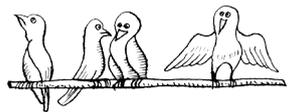


店内に飾られる絵



手話をまじえながら歌声を響かせる

自分たちだからできる活動



◎特定非営利活動法人ナルク宮城けやきの会（宮城県仙台市）

ポイント

1. 自分にできる支援が自分にしかできない支援に。自分の強みと得意を支援に生かそう。
2. 人が集まればそこが助け合いの拠点になる！ 気軽に集まれる場づくりを住民と話し合おう。

パラソル喫茶

「兎追いしかの山……」
 仮設住宅の集会所から、
 コーヒーの芳ばしい香りと
 ともに歌声が聞こえてく
 る。入り口に立てられた旗
 には「パラソル喫茶」とい
 う文字。特定非営利活動法
 人ナルク宮城けやきの会が
 毎月開催する、パラソル喫
 茶の真つ最中だ。

ナルク宮城けやきの会
 は、特定非営利活動法人
 ニッポン・アクティブライ
 フ・クラブ（NALC）の
 拠点のひとつである。地域
 で暮らす、ちょっとした
 お手伝いが必要な高齢者
 に対し、通院などの送迎活
 動や生活支援、話し相手な
 どの活動を、ボランティア
 で行ってきた。震災によっ
 て仮設住宅に暮らすこと
 となった人たちのために、
 なにかできないかと考え、
 はじまったのがパラソル
 喫茶だ。

自分たちにできることは
 なんだろう

メンバーの多くが定年
 退職者で構成されている

ナルク宮城けやきの会。
 「がれき処理のお手伝い
 は、高齢の者が多い私たち
 には難しいでしょう。ほか
 になにができるだろうと
 考え、思いついたのがパ
 ラソル喫茶だったんです」
 そう語るのは、ナルク宮
 城けやきの会代表の林茂
 さん。林さん自身も82歳だ。
 2011年7月22日か
 ら開始されたパラソル喫
 茶は、宮城県内にある6
 か所の仮設住宅で、それ
 ぞれ月に1回開催してい
 る。天気の良い日は外に
 パラソルをさし、そうで
 ない日は集会所で行われ
 る茶話会には、コーヒー
 やお茶のほかに、女性メ
 ンバー手づくりのお菓子
 も準備されており、集まっ
 た人たちの頬が緩む。「こ
 こに来るのが楽しみなの
 よ。みんな気持ちがあた
 たかい人ばかりでしょう。
 私もほっとあったかくな
 るの」と、参加者が微笑
 みながら話してくれた。

心の強張りもほぐして

パラソル喫茶のもう一
 つの目玉である、ハンド

マッサージ。専門家から講習を受けたメンバーが、専用のクリームを使い、希望者にゆっくりりとマッサージを始めます。「こちらから話したいときに、話してくださったことをじっくり聴きたいと思っています」と、林さん。パラソル喫茶を始めたばかりの頃は、マッサージを受けながら涙を流す人もいたという。身体の疲れだけではなく、心の強張りもほぐれていくようだ。

毎回パラソル喫茶の様子を写真に収めて、参加者一人ひとりに手渡している。「地震で写真は全部なくなっちゃったからね。ありがたい！」と、受け取った人たちが、じつと写真を見つめる。津波によって思い出の写真を失った人たちが多くいることもあり、新たな思い出が形となって積み重なっていくことはうれしい心遣いだ。

自分たちだからこそ

できる活動

参加者にナルク宮城け

やきの会のメンバーたちのことについて聞くと、「旧友に会ったようなの」「そうだよ。ずっと前から知り合いのような気がするもんね」「私にとつて本当に大好きな日なの。天気が悪いと外に出たくないんだけど、ここには絶対来なくちゃと思って来ちゃったわ」、そう教えてくれた。

その声を聞いて林さんは、「年齢が近いということもあって、本当にいいつき合いになっている。ここへ来ると、いつもおじいさんたちとハイタッチするんです」と、笑顔を浮かべる。

それほどまでに関係性を築き上げ、参加者の心を和ませたのは、メンバーの豊富な人生経験を生かしたコミュニケーションがあったからこそ。メンバーたちだからこそ果たせた役割だ。

自分たちにはできる活動は、人生経験を活かした自分たちだからこそできる活動へと変化を遂げた。

日本福祉大学 社会福祉学部 教授
災害ボランティアセンター 副センター長

原田 正樹 (はらだ・まさき) さん

3.11 当時、学生が多賀城市に帰省していたことを縁に、宮城県内で学生たちと「萩の花プロジェクト」を始める。県内の社協職員たちと『地域福祉から未来へー社協職員がむきあった 3.11ー』(CLC 発行)の編纂に携わる。福祉教育、地域福祉を専門としている。日本福祉教育・ボランティア学習学会副会長。全国社会福祉協議会・ボランティア市民活動振興センター運営委員などを務める。



専門家に聞く地域づくりのヒント

人とのつながりによって、
私たちは学び合い、成長する

わたしも「なにかしたい」という想い

わたしたちは「ボランティア」と聞いて、どんな人たちをイメージしていただろう。ボランティアは困った人たちを助けてくれるスーパーマン。たくましいカラダと、やさしいココロ。わたしとは違う「偉い人」たち。でも「どこか恩着せがましくて、偽善的」。

ボランティアの実際を知らずに、勝手につくった「偏見」が、3.11以降大きく変わったという。現状を目の当たりにして、「なにかしなくては」、あるいは「自分たちも参加したい」(工房地球村)。そんな「やむにやまれぬ想い」こそが、ボランティア活動の原点。

わたしにできることを探す

今回の3つの事例に共通するのは、「わたしにできること」をたいせつにして、それをカタチにしていること。最初からわたしにできることがわかっているわけではない。なにができるかわからないけど、なにかしたい。相手と呼応しながら活動しているなかで、「知らず知らずのうちに」(まきばフリースクール)、自分たちらしい活動ができてきたという。「高齢者のわたしたちにできること」をカタチにした結果、パラソル喫茶が生まれた(ナルク宮城けやきの会)。いちごものがたりプロジェクトやカフェの開設(工房地球村)も、公民館の縁側・居場所づくり(まきばフリースク

ル)も、原点は同じ。

相手に「寄り添う」ということ

ボランティアは想いが強いだけに、ときに独善的になってしまうことがある。でも、ふだんから「支えられる側の立場」を知っている人たちは、相手がどんな気持ちになるかを熟知している。よって決して押しつけない。今回の事例のなかには、「待つ」ということ、「信じる」ということ、「分かち合う」ということ、相手に寄り添うという姿勢の極意が散りばめられている。それは、どの活動にも相手との「共感」ができていくからだと思う。

誰もが誰かの力になれる

復旧に向けて「受援力」が大切だということが言われた。でもこれは難しい。「助けて」と自己開示しなければならないからだ。人は助けられる側になることには抵抗があるから。

助けられてばかりでは、自尊心は失われてしまう。人は支えられることもあれば、支えることもある。この「おたがいさま」という気持ちを、目に見える活動にしたのがボランティア活動である。これを互酬性という。こうした人とのつながりのなかで、わたしたちは学び合い、成長していく(エンパワメント)のかもしれない。今回の3つの事例から、そのことを強く教えてもらった。



岩手県
平泉町

6回目

市民リレー

東北の元気

東北の力をつくりだす人・団体を紹介します。

今回は...

大根コンプロジェクト

◎岩手県平泉町



お茶の間リラックスタイムで足湯をしながら
大根ブローチづくり



スキンシップ遊び



大根コンを歌ったり、踊ったり

岩手県の内陸に位置する平泉町の住民が発足させたボランティア団体「大根コンプロジェクト」。ユニークな名称は、NHKいわてみんなの歌に選ばれ、県内の子どもたちに馴染みの深い曲「大根コン」からつけられている。作詞作曲を手がけた大根コンプロジェクト代表の吉野崇さんのお母様であり、事務局長の吉野正子さんにお話を伺った。

東日本大震災の3日後、陸前高田市から避難してきた知人によって沿岸部の被災状況を知った吉野さんらは、翌日には物資を携え沿岸部へと向かった。支援の手がいきわたりにくい小さな避難所や自宅一軒一軒をまわり、当時物資として届くことの少なかった生鮮食品を中心にほぼ毎日配達。「あそこにも避難している人がいる」「あの家にも行ってほしい」と住民から声がかかり、保育園へのおやつや配付や誕生日会のケーキの用意までも行なった。支援の手が薄くなりがちなどころへ目を向けた活動に助けられ

た人は多かっただろう。

現在は県内の沿岸部を中心に、仮設住宅の集会所や公民館でサロンを開催。「お客様格好」で参加する時間もたいせつだけど、こは気軽に過ごせる場所でありたい。そう話す吉野さん。その言葉どおり、縫いものをしていく人もいれば、ごろんと寝転ぶ人、大根コンの歌に合わせて体操をする人も。ふいに音楽が流れ、ボランティアによる歌がはじまった。足を伸ばして歌声に耳を傾ける参加者たち。まるで自宅のようだ。「好き勝手しながら、こんないい歌聴けていいっちゃね」。そう参加者がつぶやく。「楽しいからみんなに教えな」とその声を聞いたときがチャンス。仲間の輪が広がるきっかけだと思おう」と吉野さん。サロンは口コミで多くの人たちに広まっている。

大根コンの「コン」は、おはやしのようないメージでつけたそう。吉野さんたちの活動は、まさにお祭りを盛り上げるおはやしのように人々の心を明るく照らしていた。

言葉



まちの仕組み

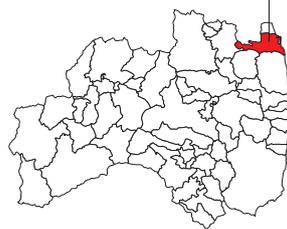
福島県相馬市

7

共助のコミュニティづくりを目指す

福島県相馬市

福島県
相馬市



避難期、仮設期の取り組み

福島県浜通りに位置する相馬市は、人口3万6,507人、高齢化率26・1%のまちだ(2012年12月末現在)。カレイやほっき貝の産地であり、相馬野馬追や相馬民謡などでも知られる。東日本大震災による死者・行方不明者は459人、全壊を含む住宅被害は5,410棟に及ぶ。避難所には最も多いときで4,544人が避難、市では避難者を調理員として雇用し、管理栄養士による栄養管理のもと、朝食・夕食を学校給食室で調理して配給した。

2011年6月上旬に仮設住宅が完成すると、地域のつながりを維持するため、元の地域単位で入居を開始。仮設住宅ごとに「組長」を配置し、仮設住宅の運営・課題を行政とともに

考える「組長会議」を定期的に開催している。

今回は、相馬市の仮設住宅への特徴的な支援とともに、被災3県のなかでいち早く入居が始まった災害公営住宅の様子をお伝えする。

「リヤカー隊」のコミュニティづくり

相馬市の仮設住宅への支援を語るときに欠かせないのが、「リヤカー隊」の活動だ。高齢者や障がいのある人などの「買いたいもの弱者」を支えるため、市が販売兼生活支援員として雇った被災者26人が、午前中はリヤカーを引いて食材や生活用品を販売している。「引きこもりがちだった高齢者が、支援員との会話を楽しみに外に出てきて、さらには井戸端会議で住民間の交流を深める機会となっている」と、市保健福祉部健康

福祉課課長補佐の半谷和宏さんは話す。午後からは仮設住宅に暮らす障がい者宅を訪問し、掃除や洗濯を手伝ったり、話し相手になるなど、支援員は精神的な支えも担う。

毎日リヤカーを引いて仮設住宅の全戸に声かけをする。肉や魚など生鮮食料品の注文にも応じており、買いたいそびれたものを気軽に買えると好評で、しかも価格は格安だ。品物の仕入れは、震災後に地元の水産加工業者らが漁業復興に向けて立ち上げた「特定非営利活動法人はらがま朝市クラブ」が担っており、行政と民間が協働している点も見逃せない。

福島県の「絆づくり応援事業」を財源として、2011年7月から始まったリヤカー隊の活動は、2013年度も県の緊急雇用創出事業として継続する。



コミュニティづくりを担う「リヤカー隊」

夕食の配給、入浴

仮設住宅への特徴的な支援の二つ目は、希望する世帯へ企業の厨房で調理した夕食を無料で配給していることだ。18歳以下の子どもがいる世帯には、おかずのみを集会所で配り、高齢者世帯・ひとり暮らし世帯

(65歳以上)にはご飯とおかずを用意して、集会所で会食する形をとっている。組長が配食を管理して、約1,500世帯が利用しており、高齢者やひとり暮らしの人の見守りや仲間づくりにつながっている。

三つ目は、市内2か所に設置された、浴場付き



上) 長屋の共有スペースで一緒に食す入居者の皆さん

下) 浴室から交流が生まれる(柚木地区にあるサポートセンター)

「相馬井戸端長屋」と名づけられた災害公営住宅

の「高齢者等サポートセンター」の存在だ。一度に2〜3人が入浴できる男女別の浴場は、開館時間（9〜18時）にいつでも無料で利用でき、隣の広々とした畳敷きの交流サロンで休憩することもできる。この冬は仮設住宅のお風呂に追い炊き機能が整備され改善されたが、仮設住宅ではじめての冬を迎えた昨冬は、追いかき機能がない不便さや、狭いユニットバスでの慣れない入浴に戸惑う人たちの憩いの場としてサポートセンターが定着。複数の仮設住宅の人たちが利用するため、「ここに住んでいたの！」と、知人と思いがけなく再開する場面も見られた。学童保育や、市社会福祉協議会の生活支援相談員が月2回駐在する場としても機能しており、現在も入浴を中心に被災者の交流の場となっている。

長屋造りの災害公営住宅

相馬市は、被災地でいち早く2012年5月に災害公営住宅を完成させたことで話題を集めた。孤立

防止と入居者同士の共助を目指した12世帯の長屋造りは、入居者が昼食を一緒にとり、談笑できるよう共有スペースが設けられ、市が雇用した管理人が、入居者と市の連絡調整や安否確認、買いものバスの送迎調整を担う仕組みとなっている。1棟目は、趣旨に賛同した米国ダウ・ケミカル社より寄贈され、2013年3月末には4棟（46世帯）が完成。市ではさらに1棟を建設する予定だ。

実際の暮らしぶりは、市が無料提供する昼食を入居者が集って食すことで、おしゃべりや毎回座る場所を変え、楽しさがあり、椅子を引いてあげたり、身体を支えてあげたりという助け合いも生まれている。また、あえて個人の部屋に洗濯機を置くスペースを設けず、共有のランドリースペースを設置したことで、洗濯中に隣の小上がりで談笑する姿も見られる。

長屋ごとに、入居者の年齢はさまざまだ。1棟目の平均年齢は83歳。「市営住宅なので、夜間は入

居者だけ。お互いだけではケアできない年齢層で、心配もある。今後、全世帯が介護サービスを利用することになった場合は、介護事業所などの連携も考えていく」と、市建設部建築課課長補佐の伊東充幸さんは話す。

実は、市では当初、長屋に入居可能な対象世帯が100世帯あると見積もり、申し込みが殺到するのではないかと予想していた。しかし、1棟目に12世帯すべてが入居したのは半年後。「仮設住宅は家賃が無料だけれど、災害公営住宅は家賃が発生する」「内陸ではなく、元住んでいた海岸線に近い災害公営住宅や分譲住宅を希望したい」という市民の声が寄せられたという。市内には南相馬市、浪江町、飯館村の仮設住宅もあるが、災害公営住宅に入居できる人は、被災時に相馬市に住民票がある人が優先される。相馬市には、市外に避難していた市民が次々と帰還しており、災害公営住宅を含む今後の施策に注目が集まる。

事例をとおして考えよう！

宮城県内の被災市町では、被災者の生活を支援するために、各種支援員を設置して、戸別訪問や相談事業、サロンづくりなどを行っています。支援員の多くは、震災で家や職を失った被災者であり、介護や福祉の知識・経験のない人もいます。宮城県が設置した「宮城県サポートセンター支援事務所」が関係機関と共同して、これら支援員対象の研修会を開催しています。期待される役割や個別支援と地域福祉活動の理解を深めることに重点を置いた研修では、基礎知識を学びつつ、グループワークを多用して、毎回さまざまな事例について白熱した話し合いが行われています。

このコーナーでは、毎月、実際に研修で使われている事例を紹介し、受講した支援員たちが事例に対して感じた生の声と、専門家による支援のポイントを掲載していきます。事例をとおし、あなたならどうするか、一緒に考えてみましょう。

【今月の事例】大きな声の聞こえる家

青森さんは父親と二人暮らしです。毎日、部屋から大きな音が聞こえる青森さんの家を近隣が気にしています。青森さんと同居している父親は、身体が不自由で仮設住宅の通路でもよく転倒しています。ときには目のところに青あざがありますが、「どうしたのですか？」と聞くと「転びました」とお父さんは答えるのです。ときどき顔を見せる青森さんは、明らかに目つきが厳しく無表情です。話しかけてもにらまれるだけでした。周りは気になりながらも何もできません。家のなかにはゴミが散乱し、家の外にまで溜まっています。

実は、青森さんは統合失調症で内服治療を続けていますが、父親の介護と家事が負担になってくると、イライラはじめて、声が荒くなり怒鳴りはじめます。そして、薬を飲めない日が続きます。

しばらくすると、青森さんは自分を見失い、お父さんをたたきはじめます。近所の人や見守り支援員が家にたびたびやってきましたが、「なにしに来たんだ！早く帰れ！」と怒鳴ってしまいます。青森さんは三人きょうだいですが、ほかのきょうだいは父親のことが気になりながらも青森さんの被害妄想がひどく、とても近寄れません。しかし、青森さんは本当は、とても困っていました。



今回のキーワードは 「見落とせないもの」

永坂美晴さんは、支援員による個別支援の視点を2つに分けました。一つは人を「多角的にとらえる16の視点」です。この作業は当事者の思いや状況を整理・集約し、関係機関や専門家に直接伝えることです。これは、課題を検討し、解決に向けてともに力を合わせることにになります。紙面では、編集部が8つにまとめたものを掲載します。

もう一つは「人を支える6つのポイント」の提示です。これは支援者がひとりで抱え込んで悩んだり、既存のサービスにつなぐことだけを考えるのではなく、当事者自らの力を引き出そうと試みるものです。これらによって課題を抱えた当事者をより具体的に早く、専門家につなぐことができます（6つのポイントと16の視点は『高齢者援助における相談面接の理論と実践』（渡部律子著・医歯薬出版）を参考にしています）。

Profile



ながさかみはる
研修講師・永坂美晴

兵庫県明石市望海在宅介護支援センターセンター長
看護師、主任介護支援専門員。
阪神・淡路大震災時に仮設住宅の支援に奔走。そこで得たノウハウを地域活動に生かすべく、地域の住民とともに「地域劇」などを開催。東日本大震災の被災地の仮設住宅には兵庫県介護支援専門員協会の支援員の一人としても定期的に訪れている。

見えない気持ちを さぐる ポイント

青森さんの事例を以下の項目に当てはめて考えてみましょう。全部の項目に当てはめられなくともいいのです。思いつくものについて考えてみましょう。そしてあなたが実際に活動をするなかで、同じような場面に遭遇したとき、この項目を思い出してみてください。

7 現在の状態や経過をよく知ろう

- どんなことが原因で、それはいつ頃から始まったのでしょうか。
- その状態はどのくらいの期間続いていますか。
- いつ・どんなことで・どのくらいの頻度で症状が出るのでしょうか。
- 本人やその周りの人たちにどんな影響がありましたか。

★本人の状況をよく知ることから支援は始まります。

8 みんなの気持ちを整理しよう

- 本人は、自身の今の状況について、どのように感じていますか。
- まわりの人たちは、どのようなことを考え、どんな行動をとっていますか。
- あなた自身はご本人の状況をどう考えていますか。

★本人の思いとまわりの思いを照らし合わせることで、どのような支援が必要かが見えてきます。

福祉用語

※エコマップ：本人に関係する人や資源を関係図に表したもの。関係が深ければ太い線、浅ければ細い線でお互いを結ぶ。

4 本人は、なにで一番困っていますか

- 本人の様子から思いあたるものはありますか。本人の言葉で書いてみましょう。
- 本人の発した言葉に SOS のサインが含まれていませんか。
- 家族や近所の人たちからの情報のなかに、鍵になる言葉はありませんでしたか。

★本人や周りにいる人たちのちょっとした言葉や行動から、私たちが見落としていた本人の苦しい思いや望みに気づけるかもしれません。

5 本人の可能性を引き出そう

- 本人の長所はなんですか。
- 本人の能力はなんですか。

★今、表面に現れている姿だけで「問題のある人」と見てしまうのではなく、本人のもつ、今は見えにくくなっているかもしれない、長所や能力を活かすことに目を向けてみましょう。

6 問題に関係する人を考えてみよう

- 問題を起こしている人は誰ですか。
- 問題が起こることで困るのは誰ですか。
- 問題はどんな状況の変化につながりますか。

★問題はどのような状況の変化につながりますか。問題発生の原因を考えることにもつながります。

1 過去の出来ごとに目を向けよう

- 家族や友人、周辺の人など過去にどのような人がかかわっていましたか。
- 過去と現在でなにか変わったことはありますか。

★過去の出来ごとが現在に大きく関連していることがあります。個人を理解するためには、その人の過去とも向き合うことが必要です。

2 本人の希望はなんでしょう？

- 本人のどのような悩みが満たされないために、この問題が起こっているのでしょうか。
- もしもあなたが本人の立場ならどんなことを考えますか。
- 本人は援助を望んでいますか。

★同じような出来ごとであっても、人によりとらえ方が違います。

3 多くの資源に目を向けよう

- 本人にどのような問題が降りかかっていますか。
- 問題を解決するためには、どんな方法がありますか。

★既存のもの（行政、システム等）にとらわれず、今欠けている部分を補える外部の資源をエコマップに書いてみましょう。支援の可能性は一つだけではないはず。

専門家が話す★支援のツボ

支援後の環境まで視野に入れて
予測する力を働かせよう

永坂 美晴さん

(明石市望海在宅介護支援センター長)

人を支援する際にみなさんはなにが一番先に気がつきますか？ この青森さんの親子のような場合はいかがでしょうか？ 息子はなにが精神疾患がありそう……。身体の弱い父親が目の周りにあざをつくっている！ たたかれたのでは？ と思うのは一つの予測です。青森さんは精神疾患があるため今の現象を起こしているかもしれません。まず、上司に連絡し専門機関、医療機関につなぐことです。

しかし、まだ見落とせないものがあります。それは、「青森さんはとても困っている」のではないかと。ということです。病気がある青森さんとお父さん。お父さんが息子をかばってしまうのは息子の苦しみを知っているから？ もしかすると津波で環境が変わって治療が続けられない？ 薬が飲めない状況が起きているかもしれません。

人を支援する際に心しておきたいことは、問題が起きたことには何らかの要因があると予測する力を働かせることです。そして、病気で問題を起こしていた青森さんが治療をしてよくなったときには、あたたかく迎え入れられるように周囲に働きかけてあげてください。

サポートセンター行脚「法テラス」臨時出張所
宮城県サポートセンター支援事務所 所長 鈴木守幸

被災者支援において、各専門職の活動も欠かせないものとなっています。法律家の活動の場となっている「法テラス」臨時出張所について、今回は紹介します。

南三陸町、東松島市、山元町の3か所に臨時出張所があります。平日に弁護士が相談対応するほか、社会福祉士などの専門職も週1日派遣されており、被災地での総合相談が可能となっています。これまでは弁護士という遠い存在、敷居の高い人という印象があったと思いますが、震災後は被災者の身近なところで相談対応することで、専門職にも意識の変化が見られたように思います。

法律家に相談する内容だけが被災者の生活課題かという、それは違います。被災者の抱える課題を総合的にアセスメントすることで、法律家のかかわる支援もより有効なものとなります。その際、社会福祉士による福祉的な対人援助は、被災者の生活課題を包括的に知るために効果的です。弁護士と社会福祉士がともに相談対応する機会は、お互いの専門性を補完していくことにもなり、各々が新鮮な機会であったようです。

アウトリーチでの相談対応の必要性と、総合相談対応を可能

宮城県サポートセンター支援事務所

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

にした複数の専門性の共同活動を、今回の法テラスの事業において再認識できました。であれば、声を自らあげて発信しない(できない)高齢者や障がい者などの総合相談に、サポートセンターのスタッフから専門職への「つなぎ」ができると、総合相談はさらに活きるように実感しました。

その点、各臨時出張所のスタッフや事務長自らが、当支援事務所の従事者研修を率先して受講し、サポートセンターと連携した相談対応に努めていただいたことは、うれしい限りです。法テラス東松島のスタッフのSさん、はじめは真面目さが硬さになっているように感じたのですが(御免)、いろいろな相談会の企画や、相談対応で次第に専門職の活用することに長けてきて、当事務所と連携して個別の相談対応を企画してくださいました。

サポートセンタースタッフの皆さんも、法テラスへ「つなぎ」相談があると思います。皆さんの支援が活きるネットワークの一つとして「法テラス」がありますので、気軽にSさんのようなスタッフに相談してください。Sさんは、用がなくても会いに行きたくなる、笑顔の素敵なお人です。ただし、仕事の邪魔にならないように、と心がけております(笑)。

福祉用語 ※アウトリーチ：医療・福祉関係者が直接出向いて必要とされる支援に取り組むこと。

支援事務所だより



「宮城県サポートセンター支援事務所」(以下、支援事務所)は、同県内で被災者支援に従事する各種支援員・機関を支援するために、2011年9月宮城県が開設したものです(宮城県社会福祉士会が受託)。昨年度は、被災市町を巡って被災者の暮らしぶりや支援員の取り組みを聞き取る「ヒアリング事業」を実施。支援事務所の佐藤佐保子さん(看護師・社会福祉士)と真壁さおりさん(社会福祉士)が中心となり、支援員の取り組みや思いに耳を傾けてきました。

「多くの支援員は未経験者で、自分の仕事に自信をもてずにいます。大事な仕事を担っていただいていることを伝え、ヒアリングでは聞き役に徹することをたいせつにしています」と真壁さん。支援員の皆さんが活動を整理して言葉にすることで、自ら課題や解決方法に気づき、次に訪問した際には「連絡会議を開くようになった」など運営課題が改善されている市町もありました。

「被災から3年目を迎え、無我夢中で取り組ん

できた2年間を振り返り、次のステップに進む時期にきています。支援事務所では、活動計画づくりをお手伝いしたり、個別支援や地域支援のご相談にも応じていますので、お気軽にお声がけください」(佐藤さん)。



宮城県サポートセンター支援事務所の佐藤佐保子さん(左)と、真壁さおりさん

つながりが生まれるカフェ

宮城県女川町◎カフェRio's 須田 美喜さん

震災を契機に人とのつながりを改めて強く感じたという須田美喜さんは、「女川町が復興していく様子が見える高台で、人々が心を落ち着けることのできる場所を」と、カフェRio'sをオープンさせた。女川町が復興し、当たり前前の暮らしを取り戻せるようにと願いながら、営業を続ける。

ここからはじまる復興



代表の須田美喜さん

震災のあと、さまざまな人たちの支援を受けました。それを目の当たりにして、支援を受けるだけでなく、自分たちになにかできることがないかと思い、仲間を声をかけ炊き出しを行ったことが、カフェRio'sをはじめめるきっかけとなりました。炊き出しの活動をとおして多くの人と接するなかで、なにもなくなってしまった女川町に残ったのは、「人のつながり」だと感じました。支援が広がり、少しずつ生活ができるようになって、次に必要なものを求めていったら、それが友だちと会ってゆっくり話をする場所でした。誰もが気軽に集まれる場所を考えたときに、仮設住宅の集会所では不十分だと感じ、さまざまな立場の人が集える場としてのカフェをつくろうと思いました。そして、女川町が復興していく姿が見えるようにと、女川町を見渡すことのできる



コンテナでつくられたカフェ



女川町が見下ろせる場所で復興を見つめる



宮城県
女川町

高台に「カフェRio's」を、2012年3月にオープンしました。20歳代後半から30歳代前半の女性や70歳代の女性などを中心に、毎日誰かがカフェに来ておしゃべりをしていきます。朝起きて、ご飯をつくって、仕事に行って、帰ってきて、家族との団らんを楽しむ……、といった日常の暮らしに戻るにはまだまだ時間がかかると思います。その普通の暮らしに戻るための一つの方法が「地域の居場所」です。小さなイベントや人とのつながりをたいせつにしなが、女川町の復興の足がかりになればと思っています(談)。

購読者を募集しています!

「月刊 地域支え合い情報」を年間購読しませんか? お知り合いの方へのプレゼントにもご利用ください。

●購読会員 年3,600円(年12回、送料込み)

●支援会員 1口3,600円(年12回、送料込み)

ご指定いただいた先へ、それぞれ年12回お送りします。指定がない場合は、編集部が選定する被災都道府県・市町村の被災者の生活支援担当課、または社会福祉協議会のほか、全国に避難する被災者を支援する都道府県、市町村の被災者の生活支援または社会福祉協議会に送付いたします。

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

＜お振込先＞ ●ゆうちょ銀行振替口座
口座番号：02260-9-46303
加入者名：全国コミュニティライフサポートセンター

※通信欄に、「地域支え合い情報紙 購読費」と記入したうえで、①お届け先の住所と②何号からの購読申込みか、支援会員の方は③希望する送付先のあて名、または④「指定なし」と記入してください。

☆次号予告 特集「市町村の垣根を超えて未来を築く」

読者の声

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

7号を読んで…

私も被災者の一人です。本誌を読み、人の絆の強さに感動。そして、活動して下さるみなさんに、感謝の気持ちでいっぱいです。(仙台市・Kさん)

あなたの活動・地域の活動情報をお寄せください。

TEL 022-727-8730 FAX 022-727-8737
E-mail joho@clc-japan.com

編集後記

☆私たちの役割は「伝えること」だと思っています。みなさんの活動を伝え、支え合いの輪が広がるといいな……と。そして、取材をとおして知り合ったみなさんをつなぐことが今の目標です。(菅原)