

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。



親子でスノードームづくり。冒険あそび場 - せんだい・みやぎネットワークの取り組みから

特集 「巡回」と「移動」 でつくる支え合い

- 子どもの育ちとコミュニティづくりを支える ③
特定非営利活動法人冒険あそび場-せんだい・みやぎネットワーク
(宮城県仙台市)
- お坊さんの傾聴喫茶が被災地を巡る ⑤
カフェ・デ・モンク (宮城県栗原市)
- 仮設住宅で生まれた住民同士の移動支援
「おたがいさま」 ⑦
社会福祉法人葛尾村社会福祉協議会 (福島県三春町)

まじわる! 災害公営住宅 ④ ⑨
若林西復興公営住宅 (仙台市若林区)

まちの仕組み ⑥ ⑩
被災者の心のケアに重点 震災前の取り組みも生かし (岩手県久慈市)

支援員のための地域生活支援「困った」ときのQ&A ④ ⑫

「誰も自殺に追い込まれることのない社会」へ ② ⑭
NPO 法人自殺対策支援センター ライフリンク 副代表 根岸 親さん

宮城県サポートセンター支援事務所からのお知らせ ⑮

暮らしを支える支援員 ⑩ ⑯
名取市サポートセンター ひとつとなり (宮城県名取市)

☆ 専門家に聞く地域づくりのヒント
(中京大学 現代社会学部 教授 野口 典子さん)

・ 読者の声 ・ 購読者を募集しています! ・ 次号予告 ・ 編集後記



「巡回」と「移動」でつくる支え合い

★
人が動く。

人が巡り歩く。

遊び、仕事、趣味、勉強、買い物、通院、役所での手続き…

日常生活は、人が動きまわることで成り立つ——そう言っても、

決して大げさではありません。

動きまわることで、私たちは生活に必要なものを手にし、

ほかの人たちとの関係を育んでいきます。

人が動けば出会いがあり、出会いがあれば心も動きます。

被災したまちを「巡回」★することで、

あるいはそこで暮らす人の「移動」を助けることで、

交流と支え合いをつくり出している人たちがいます。

★
その活動の様子を見ていきましょう。





お母さんの発案で、「スノードーム」づくりに挑戦!

DATA

特定非営利活動法人
冒険あそび場ーせんだい・みやぎネットワーク
〒980-0803
宮城県仙台市青葉区国分町3-8-17日東ハイツ202
TEL 022-264-0667
URL <http://www.bouken-asobiba-net.com/>

子どもの育ちとコミュニティづくりを支える

◎特定非営利活動法人冒険あそび場ーせんだい・みやぎネットワーク（宮城県仙台市）

ポイント

- 普通の公園が「冒険遊び場」に。ご近所にオープンな環境が、集いの輪を広げる
- 巡回するプレーリーダーは、パパ・ママたちの交流のキッカケにも

子どもが自由に遊べる場

毎週水曜日、仙台市若林区の伊在2丁目公園には、10時を過ぎると近隣から親子が集まってくる。子どもたちは、すぐに思い思いの遊びに熱中し始め、お母さんたちは東屋で挨拶を交わしながら、情報交換をしたり、子どもと工作づくりに勤しんだり。プログラムは特になく、子どもたちは自分のペースで、自分の興味のままに、次々と遊びを変えていく。すべり台の階段を登ってご満悦の1歳児、虫取り網をもってトンボを追いかける3歳児に、そっと寄り添うのは、プレーリーダーと呼ばれる「特定非営利活動法人冒険あそび場ーせんだい・みやぎネットワーク（以下、冒険あそび場）」のスタッフだ。

炭火を起こして七輪の準備をする近所の女性のもとに、焼きマシユマロなどをつくらうと親子が集まってくる。炎を見て怖がる子もいれば、興味津々の子もいて、お昼には持参したおにぎりを七輪で焼いて頬張る姿も。プレーリーダーが用



真剣！クギ打ちに熱中

意する遊び道具のなかには、七輪のほかにくぎや木片、金づちもあり、自由に手に取って遊ぶことができ。ほかの公園ではできない遊びを、子どもだけでなく大人も楽しんでいる。隣接する仮設住宅で暮らす男性が、ひよっこ顔を出して挨拶を交わす。通りかかった散歩中の親子に、プレーリーダーが声をかけて一緒に輪の中へ。この日は12組の親子が遊びに訪れ、午後3〜5時には下校した小学生たちが出入りし、一段と活気があふれた。冒険あそび場では、宮城県仙台市及び岩沼市を巡回して、このような遊び場を10か所で定期開催。遊びをとおして、子どもの育ちと



特定非営利活動法人冒険あそび場 - せんだい・みやぎネットワーク

プレーリーダー 佐野 洋子さん

「子どもの『やってみたい』という気持ちに寄り添い、場をつくる」

コミュニティづくりを支える。

巡回型ならではの オープンな発信

震災前、冒険あそび場は指定管理者として、仙台市若林区にある6・9ヘクタールの「海岸公園冒険広場」を運営していた。「子どもの育ちにとって自由に遊べる場・環境は不可欠である」という考えのもと、子どもが自由に遊べる場を提供。穴掘り、水遊び、基地づくり、たき火は日常茶飯事。常駐するプレーリーダーが、子どもの「やってみたい」という気持ちに寄り添い、場をつくることで、来園者は年間18万人にも上ったが、津波による被害で休園となった。そんななか、冒険広場に日常的に遊びに来ていた地元沿岸部の子どもたちは、散り散りに避難して友だちと遊ぶ機会が減り、ストレスを抱えていることを知る。そこで2011年5月から彼らが多く住む仙台市若林区の六郷地区、8月からは七郷地区の公園などを活用して、

巡回型遊び場活動を始めた。カラフルなイラストの描かれた車に遊び道具を積み、2〜3人で組んで10か所の遊び場を巡る。参加費は無料。木の幹にロープをかけてブランコにしたり、板を組み合わせて小屋をつくったり、子どもたちの発想は自由。雨が降れば、水遊びが始まる。「子どもが自分のペースで時間を過ごせることをたいせつにしたい。自由な遊び場には自分自身を癒す力がある」と理事の根本暁生さんは話す。

年齢に関係なく自由に遊ぶ姿を、公園の周りの家や通行する人は当然目にする。そこに、冒険広場での活動とは異なる、巡回型ならではの、暮らしの場に近いオープンな発信機能がある。仮設住宅のとなりで開催している遊び場では、住民と遊びに来る子どもたちの間に自然とかわりが生まれ、いつしか住民の憩いの場になっていくこともある。子どもたちの大胆な遊びにはじめは戸惑うときもあるが、やがてお

おらかな目で見守るようになる。

「ママ&ぱぱかほえ」の誕生

前述した伊在2丁目公園では、遊び場で出会った親たちが「今度は月見団子をつくらうよ」「じゃあ、そのチラシは私が描くね」と自分たちで企画・運営を担うグループ「ママ&ぱぱかほえ」を結成。この日も、あるお母さんの発案で、ペットボトルに好きなビーズやモールを入れ、水と合成洗濯のりを加えた「スノードーム」づくりに親子で挑戦。ペットボトルを逆さにすると、色とりどりのビーズがふんわりと下へ移動して、子どもたちは大喜

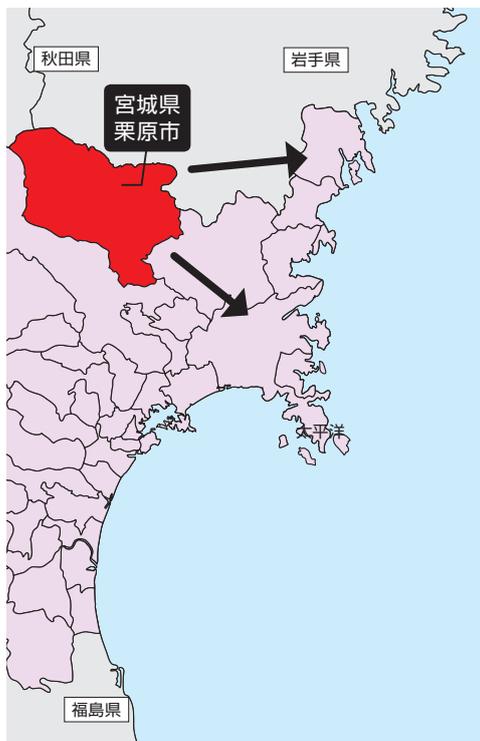


お母さんたちのリラックスタイム

び。その様子を、プレーリーダーの佐野洋子さんが、ほどよい距離感で見守る。「11月はハロウィンをしよう、とお母さんたちから声をかけてもらって。買い出しもしてくれて、私はいいね」と言うだけ」と謙遜するが、佐野さんのすべてを包み込むような声かけや、無理強いないお願いの仕方が、お母さんたちのやる気を引き出し、このような活動に結びついたのではないかと取材をしていて感じた。

「家で子どもと過ごしているだけでは煮詰まって」「普段なら『ダメ』と叱る場面でも、ここでは気持ちをなおらかにして子どもを見守ることができる」と話すお母さんたち。遊び場は、子どもだけでなく、親の居場所にもなっている。

海岸公園冒険広場は、2018年に再開予定。冒険あそび場の運営費や人件費は、補助金・助成金を活用しており懐は厳しいが、今年度はさらに仙台市の災害公営住宅周辺で遊び場を開設し、コミュニティづくりを支えたいと考えている。小



震災の廃材で作られたカフェ・デ・モンクの看板

お坊さんの傾聴喫茶が被災地を巡る

◎カフェ・デ・モンク（宮城県栗原市）

ポイント

- 「お坊さん」への親しみと、「お坊さん喫茶」の意外性が、とじこもる人をも外へと誘う
- 巡回型の活動が持つ「また来た！」の嬉しさ、楽しさは気持ちを前向きにさせる

移動傾聴喫茶

「カフェ・デ・モンク」

青い空の下、軽快に鳴り響くジャズの調べ。停めてある軽トラックから出てくるのはテンプルとイス、そして、香しいコーヒーにおいしいケーキ。心躍るような雰囲気誘われ、次々と集まってくる人。これから始まるのは移動傾聴喫茶「カフェ・デ・モンク」。集まった人たちをもてなすのは、お坊さんだ。

東日本大震災後より、被災した地域住民の心に寄り添おうと始められたカフェ・デ・モンクの活動。カフェ・デ・モンクという名称には、「カフェでお坊さん（英語で Monk）に『文句』のひとつも言いながら、ちょっとひと息つきませんか？ お坊さんもあなたのモンクを聴きながら、『一緒に『悶苦』します』、そうした思いが込められている。

医者が「命」なら

お坊さんは「心」

カフェ・デ・モンクの発起人は、宮城県栗原市にあ

る曹洞宗通大寺の住職、金田諦應さん。発災後、金田さんは市内の火葬場で震災によって犠牲になった人たちへの読経ボランティアを実施。四十九日にあたる4月28日には、お坊さんと牧師12人で南三陸町へ。同行脚ののち、同町でうどんの炊き出しを始めた。「うどんの炊き出しは食べて終わりだからね。おなかを満たすのはいせつなことではあるんだけど、お坊さんがすることかなと思っていました」と金田さん。そうした疑問を抱えていたところ、あるやり取りを目にした。それは、避難所から医者たちが帰る姿。「被災地の人たちにとって医者に帰られるっていうのはすごく不安なことだし。住民が『自分たちを置いて帰るのか！？ 年寄りたちのことは誰が診るんだ！？』って、必死に訴えていて。それをじっと見ていたときに、お坊さんはなにをすべきなのかと、本当にストレートな問いだったよ。医者が『命』を守るなら、坊主は『心』をサポートしなければ！ 天からだと降ってくるようにね、



通大寺

住職 金田 たいおう 諦應さん

「もう一回立ち上がって、新しい人生をつくっていこう。」

そのお手伝いは私たちに任せとけ!

ピンときたんだよ」。

震災前は自死の問題に向き合ってきた金田さん。その経験から、住民への傾聴を行う必要性を強く感じていた。お坊さんによるプロジェクト、移動傾聴喫茶カフェ・デ・モンクの始まりだ。

第1回目の開催場所は、南三陸町の避難所のすぐそば。「ケーキも10種類くらい持って行った。たくさん種類から好きなものを選ぶことができるでしょう。選ぶ日常に戻れるんだよ。これまでの日常に戻ること、少しずつ心を溶かして、現実に戻れる環境をつくりたかった」。第1回目にして、その効果は顕著に表れた。「いろんな話が出てきた。泣いてくれた人もいた。皆さんの心に寄り添っていきまస్తుっていうことがちゃんとできるのは、やはり傾聴だと確信をもったね」。

それでもやはり、心を開くことができなかった人もいた。なにかほかにできることはないか。カフェの日にさりげなく位牌を置いてみた。すると、ポツリポツリと位牌に向かい話し始める人の姿が。「ばあちゃん



たくさん福が訪れますように

どうしたの?」って聞いたら「いや実はさ:」って。位牌を介してお話を聴くことができた人がたくさんいた。東北の人にとって位牌は先祖と自分たちのつながりを媒介するものではない。そのパワーってすごかったよね」。

ユーモアの力

現在は、カフェでお地藏さまづくりも実施。これが住民に大好評なのだという。通称「欲たかり地藏」だと笑いながら話す金田さん。その意味を表すのがお地藏さまの耳。お金が貯まるようにと耳が大きくなっている。「こういうユーモアは必要なんだよ。苦しん

でいる自分、喜んでいて自分をもう一歩高いところから見るができる。苦しむときでも自分のことを茶化せるのは余裕が出るっていいこと。だから欲たかり地藏をつくってみんなに余裕をもってもらうんだ」。

自分たちが置かれている状況、自分たちが欲しているもの、それを自分で具象化することで、客観的に自分を見ることが出来る。それは前へ一歩踏み出す大きな力。

つなぐ役割を

被災地域で徐々に進められている災害公営住宅への転居。今後、仮設住宅だけでなく、災害公営住宅でもカフェを開催したいと考えているのだと金田さんは話す。「災害公営住宅に入ったらまた人がバラバラになるじゃない。そのときに集会所でカフェを開催したら『あのときの和尚さんだ!』って出てきてくれる人がいると思うんだよね。災害公営住宅に入ったときは、あの一枚一枚の扉をど

うやって開けるかっていうこと。『あのお坊さんたちが来たってことはまたなにかやるのかも!』って内側から戸を開けて出てきて隣同士がつながる。人と人をつなげる一つの場所になればと思うね」。語り口は軽快に、しかしその一言一言はとても力強い。

最後に、金田さんは活動にかける思いを次のように話してくれた。「苦しみは解決なんかしない。大事なものは、どうやってその苦しみと上手に付き合うかってこと。もう一回立ち上がって、新しいあなたあの人生をつくっていこう。その人生をつくるお手伝いは私たちに任せとけ! そんな思いでこれからも続けていきたい」。言

DATA

カフェ・デ・モンク
つうだいじ
主宰：曹洞宗 通大寺

〒987-2252 宮城県栗原市築館薬師三丁目6-8
TEL 0228-22-2656 / FAX 0228-22-6855



仮設住宅で暮らすお年寄り夫婦の通院を手助けする「おたがいさま」協力会員の島坂年秋さん（右端）。車は自家用車。乗降用の踏み台も自前で用意した

DATA

社会福祉法人 葛尾村社会福祉協議会

〒963-7713 福島県三春町柴原字柴原80-1
 旧中郷小学校仮設住宅団地「三春の里みどり荘」内
 TEL 0247-62-8687 / FAX 0247-61-1022

仮設住宅で生まれた住民同士の生活移動支援「おたがいさま」

◎社会福祉法人 葛尾村社会福祉協議会（福島県三春町）

ポイント

- つなぎ役がいればどこでも実行できる！ 有償ボランティアなら支援依頼も気兼ねなく

村社協が連絡・調整役に

原発事故に伴う全村避難が続く福島県葛尾村。村の人口約1500人のうち約半数が、三春町内に建設された仮設住宅に暮らす。村民向けの仮設住宅は10か所あり、すべて同町南部の山間地、三春ダムのダム湖周辺に建つ。市街地からは遠く、近隣にスーパーや病院などはない。バスは1日数便で、自家用車がないと生活には不便な場所だ。

仮設住宅の高齢化率は4割を超え、長引く避難生活で体調を崩す人が増えている。若い世代と同居していても、日中は一人という高齢者も少なくない。

体力の低下や障害などで外出がままならない高齢者など、いわゆる移動弱者の日常的な「足」を確保しようと、葛尾村社会福祉協議会が2012年4月、生活移動支援サービス事業「おたがいさま」をスタートさせた。車を持つ元気な人が移動弱者を支える、村民同士の有償ボランティア制度となっている。

支援を受けた人、支援をする人は、それぞれ「利用会員」「協力会員」として登録する。

村社協は、いつ、どこへ行きたいかなど利用者の希望と、これに応じられる協力者を結びつける。利用者は、協力者に時間と距離に応じた利用料を支払う。料金は、1時間当たり600円の時間制と、1km当たり40円の距離制を併用して計算する。

利用できる行き先は、病院、商業施設、行政・金融機関などに限定。距離の制限も設定している。

協力者は、必ず往復の道程を支援する。行った先で利用者の用事が終わるまで、現場で待つことになる。

登録しているのは、9月2日時点で協力会員9人、利用会員53人。

週に1度は通院に利用するという80歳代の女性は、「とても助かってます。診察が終わるまで待たせてもらえると、タクシーよりずっと安い。バスは、停留所へ行くのも、そこで待つのもたいへんだから」と語る。有償制については、「むしろ気兼ねがなく、いい」と評価している。「無償だと心付けとかお土産とか、何かと気を遣っていたいへん」というのがその理由。利用者によっては、「病院

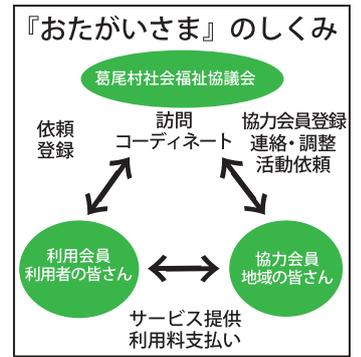
での診察が終わるまで長時間待ってもらうのは、少し気の毒」（70歳代男性）と感ずることもあるようだ。

車内が村民交流の場にも

協力会員として登録している高屋敷ひろ子さん（64歳）は、「困っている人のために少しでも役に立ちたい」という思いで参加。仕事の都合もあって月に1回程度の協力だが、やりがいを感じている。長い待ち時間があっても「パッチワークなどをして過ごすので、苦にならない」と話す。

同じく協力会員の島拔年秋さん（64歳）は、「いずれ私もこの事業の世話になるでしょうから、しっかりと根づかせたい。避難先でも村でも、どこでも必要な事業ですよ」と意欲を示す。

おたがいさまの運営を担当する生活支援相談員の紺野文子さんは、「単に移動するだけではなく、車での外出や協力者のおしゃべりを楽しみにしている利用者は多い。協力者は、平日に活動しやすい元気な高齢者が中心で、これに新たな生きが



いを見出す人もいます。避難生活のストレス解消や村民交流にもなっている」とさまざまな効果を指摘する。今後は、利用者と協力者との食事会を開くなど、交流をさらに促進したい考え。

課題は、協力会員の確保。移動支援のニーズに対し、協力者の数が足りない。広報紙などでPRしても反応は今ひとつという。生活支援相談員としての活動のなかで、地域活動の担い手となりそうな人を発掘し、どうにか運営している。

順風満帆ではないが、補助金や助成金に頼ることがなく、持続可能性はむしろ高い。社協がコーディネーター役を担い、一定のルールの下で住民が主体的に参加するこの仕組みは、支え合いの意識さえあれば、誰でもどこでも始められる。

中京大学 現代社会学部 教授

野口 典子 (のぐち・のりこ) さん



専門は高齢者福祉・地域福祉論。ケアの概念化と同時にケアする家族、そしてケアを必要としている方へのトータルケアについて研究。愛知県岩倉市高齢者保健福祉施策検討委員会委員長。三重県桑名市子ども子育て会議委員長。

専門家に聞く地域づくりのヒント

困難な経験からの学びの共有

2012年5月に立ち上がった OECD 東北スクールの参加者による「地震、津波、原発事故からなにを学び、これからなにをすべきか」が、2014年8月30、31日にフランス・パリ市シャンドマルス公園で延べ15万人の参加者の前で報告されました。ほとんどの参加者が2011年3月11日にはまだ小学生でした。彼らは高校に進学し、この間の自分たちを再び振り返るという過酷な学びをしてきました。そうした彼らを見ていて、時間の経過を感じるとともに、彼らのたくましさにほっとしました。時間というのは残酷です。戻れるものならば、2011年3月11日の14時くらいに戻れないか、そうすればきっとなにかができていたかもしれないと、彼らは想い続けていることもよくよく伝わってきました。大人たちは、今を、明日を生きるのに精いっぱい3年半、彼らはもっとあの日にこだわっているのだということ、そしてこだわり続けたいと思っています。「忘れられたくない、忘れたくない」のです。

そして、人は人と交わることによって、人間としての豊かさを味わうということも彼らは学んだのでした。

人は一人ではつまらない

「冒険遊び場」の活動は、子どもたちの自由な遊びをつくり出すと同時に、「ふと」覗いていく人たちを集めてき

ています。「ちょっとこうしてみよう」という楽しさを共有する機会をつくり出しています。じっと寄り添っている佐野さんの人を信じる力は人を育てるのです。「カフェ・モンク」の金田さんの活動は、みんな一緒に悩もうという呼びかけです。聞いてもらおう、知ってもらおうとすると、人は耳を貸してくれます。そうすると、自分の“こころ”は穏やかになっていくのです。葛尾村の「おたがいさま」の活動は、住民同士の協力によって移動の保障をしていこうとするものですが、それだけではなく、顔の確認をしていくことになります。顔と顔がつながってこそ、安心がつくられていくのです。そして、人の役に立つということをとおして、協力している住民の方々の自信と生きる力をつくり出しています。

創造こそ原動力

いずれの活動も3.11がつくり出したものです。OECD 東北スクールに参加した彼らのように、3.11をとおして得た出会いでもあるのです。時間は決して逆戻りはしない、だとしたら、3.11を受け入れるしかないのだとしたら、私たちは「そこから」なにを学び、なにをつくり出さなくてはならないのか、なにを伝えていかなくてはならないのか、ということではないかと思うのです。



今年4月入居が始まった若林西復興公営住宅（3棟152戸）



復興公営住宅などの入居者と地域住民が交流 若林西復興公営住宅（仙台市若林区）



住民が主役のファッションショー。復興公営住宅などの入居者や一般住民など計約30人が参加した



演歌の歌謡ショーも開かれ、歌手・成瀬みのりさん（中央）が参加者と懐メロを熱唱。交流に一役買った



仙台市若林区の若林市民センターで9月23日、若林西復興公営住宅や近隣の借り上げ賃貸住宅（みなし仮設住宅）の入居者と地域住民との交流イベントが開かれ、30人あまりが参加した。

同復興公営住宅の入居者に限ったイベントはすでに数回開かれているが、地域住民や近隣のみなし仮設住宅入居者にも参加を呼びかけたのは、今回が初めて。

イベントは「ウエディングドレスお披露目会」と銘打って、希望者がドレスできらびやかに装い、プロカメラマンによる無料の記念撮影やファッションショーを行うもの。演歌の歌謡ショーもあり、歌手のリードで参加者が懐メロを合唱するなど、和やかな雰囲気なかで親交を深め合った。主催は、地域住民で構成する若林区社会福祉協議会。若林区社協や地元の支援者、愛媛県の女性経営者でつくるボランティアアゲループ「えひめの地から」の協力も得た。

若林地区社協は、復興公

営住宅の完成後、入居者に地区社協主催の茶話会への参加を呼びかけ地域住民との交流を図っているほか、同住宅集会所でも体操教室（さわやか体操）を手伝うなどしている。会長の安達勝さんは、「今後も復興公営住宅の入居者が地域に早くなじめるよう、交流を進めていきたい」と語る。

今回、プロの歌手やカメラマン、遠方のボランティアアグリープらと連携できたのは、市内でイベント企画会社を経営する菊池健一さんの尽力による。

菊池さんはこれまで、宮城・岩手・福島各県で計30回以上、被災者支援の歌謡ショーを開いている。ドレスを着てもらうイベントも今回で4度目。「今後も人脈を生かしてショーなどを開き、被災者を励ましたい」と意気込む。菊池さんは、民生・児童委員としても活動している。

若林西復興公営住宅は、鉄筋コンクリート7階建ての3棟152戸。今年4月に入居が始まり、今回のイベント前日時点で148戸が入居済み。**木**

支え合いで犠牲最小限

岩手県久慈市は、沿岸部に津波が押し寄せ住家の全半壊が294戸に上った。死者・行方不明者は計6人。家屋被害の大きさに比べ、犠牲者は少なかった。市民の防災意識が高かったこと、津波到達まで時間的余裕があったこと、災害時に高齢者らの避難を近隣住民が支援する「災害時要援護者支援事業」が実施されていたことなどが、人的被害を抑えたと見られる。同事業は、要介護度3以上または体に障害を持つ人、高齢者だけの世帯や日中独居の高齢者、乳幼児、妊産婦、難病患者などいわゆる「避難弱者」の名簿を作成し、行政、社会福祉協議会、民生・児童委員、消防、警察、町内会などで共有。災害発生時には、事前登録の「地域支援者」が、

被災者の心のケアに重点
震災前の取り組みも生かし

岩手県久慈市

「要援護者」のもとに駆けつけ避難を手伝うもの。同市では2010年度に事業化され、現在までに町内会148団体のうち58団体が、市と同事業に関する情報共有協定を締結し参加している。

要援護登録者は、2013年度末時点で649人。登録は、支援を希望する本人が申請するほか、地域住民や民生・児童委員が「支援が必要」と判断した人を登録候補者とし、本人に申請を働きかける。登録を拒否した人も「未同意者」として名簿に載せ、非常時に近隣住民が支援する態勢をとる。未同意者は約500人。市の人口は、今年7月末時点で3万7138人。震災直前の2011年2月末では3万8153人で、1000人ほど減った。高齢化率は現時点で約28%。震災前より約1ポイント上

昇している。人口減や高齢化は、震災前のペースとほぼ変わらず、人口流出などは生じていない。要支援・要介護認定件数の推移も、震災前後で特に変化はない。震災で家を失った人向けに建設された仮設住宅は、市内2か所に計3棟15戸。ピーク時15世帯42人が暮らしたが、災害公営住宅への転居や自主再建が進み、今年9月25日時点で入居者は4世帯8人まで減少した。

仮設住宅が少ないのは、市内で賃貸物件を確保しやすかったことが背景にあるようだ。市内の借り上げ賃貸住宅（みなし仮設住宅）の入居者は、ピーク時49世帯135人で、9月25日時点では23世帯54人。災害公営住宅は、計画戸数11戸で今年3月までにすべて完成し、入居者の生活再建が進んでいる。将来の払い下げを想定し、すべて

一戸建てで、集団移転の事業区域内に建設された。集団移転は、市内4地区で計画。すでに造成が完了し、自主再建の住宅建設が進む。分譲宅地は、最も事業規模の大きい地区で9区画。災害公営住宅を合わせても14区画に留まる。住民自治組織は新設せず、隣接町内会へ加盟する方向で調整が図られる見通し。

同市の場合、元々住んでいた場所での住宅再建を希望する人が多い。半壊程度の被害を受けた世帯のなかには、震災後早い時期に自宅を修繕し、避難所から移った世帯が少なくない。このため市は、災害危険区域の設定を見送っている。みなし仮設住宅や自宅に暮らす被災者が多いこともあって、市や市社会福祉協

サロンを心のケアの場に

議会による支援は、元々あった地域資源をうまく生かす形になっている。たとえば、市社協が運営費を助成する住民主体の「ふれあいサロン」は、市内91か所で行われているが、その一部は、市と市社協が共催する被災者向けの「被災地区サロン」の開設基盤となった。

被災地区サロンは、津波被害があった10地区で計9か所開設されている。（1か所のみ2地区合同開催）。ふれあいサロンがお茶飲み・食事、ゲーム、スポー



市と市社会福祉協議会が共同で開く「被災地区サロン」での軽体操の様子





戸別訪問やサロン運営を担当する久慈市社会福祉協議会の生活支援相談員の皆さん

ッなどを通じた交流の場であるのに対し、被災地区サロンは、交流に加え住民が気軽にに行ける心身ケアの場とも位置づけられている。

主な内容は、お茶や菓子、食事（昼食）を取りながらのおしゃべり、軽体操、血圧測定と健康相談など。スタッフは、サロンの世話役を務める各地区の保健推進委員、市の保健師・看護師、市社協の生活支援相談員（以下、支援員）、傾聴ボランティアなど。民生・児童委員が加わることもある。

昼食の用意は、食生活改善推進員が担当し、スタッフは総勢6〜8人体制となる。参加者は10〜15人程度で、大半が60歳代以上の女性。

参加者同士では、何気ない日常の話題で盛り上がる様子が見られる。一方、スタッフと相對しての生活や健康に関する相談では、胸の内に秘めた震災のつらい記憶が語られることも多い。スタッフは全員、傾聴スキルを身につけており、被災者の語りを穏やかに引き出し、精神的な負担軽減につなげている。

将来的に被災地区

サロンは終了し、ふれあいサロンがあった地区は従来の形態に戻る。サロンがなかった地区は、保健推進委員らが新たなサロンを立ち上げるなどの対応を検討しており、参加者が行き場を失う事態は回避される見通し。

このほか、JR久慈駅前にある、市こころとからだの相談

センターが月7回程度、心身のケアを主な目的とした「サロンここから」を開いている。同センターは、2010年に発足したボランティア団体「ここからの会」が、市の委託を受けて開設・運営するもの。

同会は、退職した看護師、保健師、養護教員ら約30人で構成し、全員が市主催のメンタルヘルスサポーター養成講座を修了している。サロン運営では、市や市社協とも連携する。

支援員は「貴重な資源」

同会以外にもNPOや市民グループが、傾聴やサロン、見守り活動などに取り組んでいる。保健推進委員約180人、食生活改善推進員約130人も傾聴の基本スキルを身につけ、市の「心の見守りサポーター」認定を受けて活動中だ。

同市は、10年ほど前まで自殺件数が県内の他市町村と比べて多かった。このため県（保健所）や市、岩手医科大学が、それぞれ自殺予防に注力してきた経緯がある。全体的に心のケアに

対する意識が高く、行政、民間団体、市民などさまざまなレベルで傾聴や相談など多彩な取り組みが見られる。これが被災者支援でもフル稼働。震災後の年間自殺件数を以前の水準（10件未満）に抑えている。

被災者の戸別訪問による見守りは、市の保健師らが被災地区の全戸を対象に、市社協の支援員が家屋被害を受けた世帯と、市と隣接する野田村からの避難者を対象に、それぞれ行っている。地区の民生・児童委員や保健推進委員との連携も密接で、複数の課題を抱える世帯には協力して支援に当たっている。

市社協の支援員は5人。うち1人はボランティア活動センターの運営に携わり、4人が被災者向けサロン、被災世帯の戸別訪問、生活相談などに従事している。

支援員による戸別訪問の対象は、ピーク時約150世帯に達したが、住宅再建が進むにつれ訪問を辞退する人が増え、今年9月末時点では95世帯。野田村からの避難世帯は、当初から現在までほぼ一貫して3分の

1程度を占める。住宅再建が進む一方「復興疲れ」の症状に陥る人が出てきている。支援員の一人、古屋敷小百合さんは、「相談が住宅再建などハードなものから、精神的ストレスに変わってきま

た。当初がんばる気持ちの強かった人が、疲労感や意欲減退に悩むことが増えていきます」と指摘。心のケアを中心とした支援の必要性は、むしろ高まっている。

今後の支援員の活動について、市社協総務企画課地域福祉係長の佐々木美幸さんは、「市全域に拡げることが望ましい」と語る。復興は市全体の課題であるうえ、復興事業が完了しても、地域には人口減や高齢化といった課題がのしかかる。

「支援員が担う戸別訪問は、震災前の市社協にはありませんでした。支援員は今では、生活課題を抱える市民を支える貴重な社会資源なんです」（佐々木さん）

支援員を将来、被災者支援に限定しない地域づくり人材として位置づけ、生かしていく仕組みが求められている。



支援員のための 地域生活支援

「困った」ときのQ&A 4

仮設住宅と 周辺地域との交流活動

仮設住宅のある地区は、津波被害が少なかったため、地域住民と仮設住宅住民との間に温度差があり、交流するという雰囲気になりません。

集会所も周辺地区にあるため、仮設住宅住民は使いにくいと言います。また、自治会も仮設住宅独自のものでないため、イベントなどはボランティア便りになってしまっています。このような状況のなか、仮設住宅の住民がもう少し主体的に活動するには、どうすればよいでしょうか。

A

仮設住宅や災害公営住宅は、地域住民が求めて建設したものではありませんし、一方の被災者も、自宅で暮らせないためにやむなく生活を送っているという事情があります。同じ地域で物理的に居住していることだけで、同じ地域の

住民として生活していることにはなりません。

地域が一体感をもつためには、同じことを楽しんだり、同じ経験を共有したり、同じ課題に取り組んだりすることがポイントの一つです。イベントを企画し、ボランティアに協力してもらう際、

すべてボランティアがやってしまうと、地域住民はただの参加者になってしまう、イベントも根づきません。地域住民が共通に抱える課題、たとえば生活上の不自由さや高齢化の問題などについて、被災者も地域住民とともに、一緒に考えたり、アイデアを出せるような機会を徐々につくること、がたいせつです。町内会や民生・児童委員など、地域の状況をよく理解している人たちの協力を得ることも重要です。

仮設住宅や災害公営住宅に集会所などがあれば、場所を開放して、一緒に活動を楽しむ機会もつくり出せます。自然な活動のなかで互いを理解し合い、折り合いをつけながら地域とともに暮らせるように支援する視点が求められています。

ヒントになる
キーワード

◎ 地域は資源の宝庫と捉え、地域をよく知ろう
支援者は、地域が資源の宝庫であることから、地域とつながり、地域づくりができる

◎ 築きあげた信頼関係を資源とした活用しよう
支援者は、築きあげた信頼関係を資源として生かすことができる

◎ 相手（要援護者）が折り合いをつけられるように支援しよう
支援者は、相互の違いを理解したうえで、折り合いをつけられるよう支援することができる

介助疲れ

Q

50歳女性Yさんは、震災後に足を痛めて歩くことが難しくなった夫の介助をしています。家事などすべてのことをYさんがしているので、精神的負担も大きく、集会所で行われるイベントなどにも、夫を残して外には行けないと、参加できない状況です。Yさんのストレスを軽減させるよい方法があるでしょうか。

A

Yさんのストレスを軽減するには、①夫を外出できるようにしてYさんがひとりになれる時間をつくる、②Yさんの精神的な負担を取り除く、という二つの方法が考えられます。

①には、A…介護保険の申請を援助して、夫がデイサービスやショートステイの介護サービスを利用する。B…夫と仲のよい住民やボランティアなどが夫を訪問し、一緒に外出したり話し相手になるなどがあります。

②には、A…「介護する

家族の会」などにYさん

に参加してもらい、同じような境遇の人と悩みを吐き出す機会をもつ。B…支援員が訪問の際にYさんの話をゆっくり聞く、などがあります。また支援員は、集会所で行われるイベントに、夫婦一緒に参加できるものを提案したり、Yさんが自宅でできる小ものづくりなどを紹介するのもよいでしょう。

いずれにしても、Yさんが夫の介護を抱え込まないように、支援員はいつもYさんに寄り添い続けることがたいせつです。関係が切れずに、Yさんがなんでも相談でき、愚痴の言える関係であることが大事です。Yさんの負担が軽くなるように支援していきましょ。

ヒントになる
キーワード

◎寄り添う姿勢と広い視野をもとう

支援の基本は、寄り添う姿勢と広い視野

◎聞き上手・話し上手・説明上手になろう

支援者は聞き上手・話し上手・説明上手がモットー

◎地域は資源の宝庫ととらえ、地域をよく知ろう

支援者は、地域が資源の宝庫であるのととらえ、地域とつながり、地域づくりができる

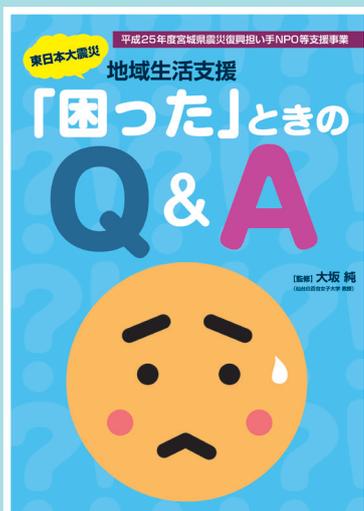
東日本大震災・地域生活支援「困った」ときのQ&A

監修：大坂 純(仙台白百合女子大学教授) 発行：全国コミュニティライフサポートセンター

長引く仮設住宅暮らしは、住民同士の支え合いを生む一方、閉じこもりや孤立、アルコール依存、精神障害などの問題も引き起こしています。自立再建や災害公営住宅への転居が増えるにつれ、仮設住宅に残る人への配慮も課題になってきます。災害公営住宅など移転先では、コミュニティ形成支援が求められます。

複雑さを増す被災者支援の一助として、実際にあったエピソードから典型的な50の事例を抽出、対処法をQ&A方式で解説する『東日本大震災・地域生活支援「困った」ときのQ&A』を作成しました(平成25年度宮城県震災復興担い手NPO等支援事業)。対処法は東日本大震災だけでなく、阪神・淡路大震災の支援関係者の協力も得て構成しました。随時、その内容を抜粋し紹介します。

全文はHPで公開中 http://www.clc-japan.com/research/2013_03.html



「生きる道」へとつながる

寄り添い型の支援を

NPO 法人自殺対策支援センターライフリンク 副代表 根岸 親

前回書いたとおり、自殺はその多くが、複数のさまざまな悩みや問題が連鎖し、追い詰められた末に自ら命を絶たざるを得ないというなかで起こっている。では、そのような状況に至るのを防いでいくにはどうしたらいいのか。個々の抱えている問題は多様で、これをすれば解決できるといふ万能策はない。しかし、一人ひとりが持つ「生きる意志」に寄り添う形で支援策、問題解決へとつないでいけば、死ではなく生きる道を選択できるように支えていくことは可能だと、これまでの実務をとおして感じている。

前回の死であり、死にたくて死んでいるのではない。生きる道が選べるような状況になれば、それは回避できる。私たちが行った自殺の実態調査では、自殺で亡くなった人のうち、7割の人が亡くなる前に何らかの相談窓口や専門家に相談に行っていたことがわかっていて、自分の抱えている問題を何とか解決したいという思い、言い換えれば生きる意志がそこにはあったにも関わらず、相談したが「やっぱりこの状況は解決できないんだ」と、糸口を見出せず、自ら命を絶ってしまった。

それぞれの相談機関が悪意を持って対応するということはほとんどないだろう。ただ、個々の機関がそれぞれのできること、個別の分野の対応のみに終始していると、複数の問題が絡まり、追い詰められた状況にある人を支えるには不十分であることが少なくない。そうした時に、抱えている複数の問題を本人と一緒に整理し、必要な支援策へとつないでいく、そして、その経過を見守っている人がいると問題解決へと着実に進んでいけるようになる。言わば伴走者のような、寄り添い型の支援が、さまざまな状況が複雑に絡んでいたり、本人の抱える問題と家族の抱える問題、その関係性が絡まった場合などには特に有効で、伴走者の存在が不可欠だったと感じ

たこともあった。

仮設住宅等を回っている支援員の方たちが、この役割を果たしていらっしやることも多々あるのだからと想像している。本人の視点に立って、必要な支援策につながるように、そして、確実に問題解決のプロセスを歩めるように継続的にフォローするには、さまざまな社会資源の理解、本人に寄り添っていく粘り強さと冷静な視点が必要で、とても大事な役割だと思う。同時にこれは個々の支援員任せにしては決して回っていかない。現場を回る支援員の方々にバックアップする体制が欠かせない。住民が抱える問題は多様で、それに対応するような幅広い社会資源とのつながりや支援策についてフォローアップをし、支援員からの相談を受けられる体制が必要であり、支援員が一人で重荷を背負いすぎないように仕組みがなによりたいせつである。

という思いがある人を支えることは容易ではない。しかし、その追い詰まった状況を一つひとつ解決へとつなげていけるような寄り添い型の支援とそれを支える仕組みは、そうした状況を打破していく可能性があると感じている。



●プロフィール

ねぎし・ちかし=福島県出身。8歳の時に父を自殺で亡くす。あしなが育英会から奨学金を借りて、関西の大学へ進学。在学中は阪神・淡路大震災や自死の遺児などを支援する活動に没頭。2010年3月に太田市役所を退職し、現職。自殺実態1000人調査では、200人以上の自死遺族からお話を伺う。現在は、自治体における自殺対策のモデル構築、「自殺対策全国民間ネットワーク」「自殺のない社会づくり市区町村会」の事務局など、プロジェクト全般に携わっている。

宮城県サポートセンター支援事務所からのお知らせ



サポートセンター行脚

宮城県サポートセンター支援事務所 所長 鈴木守幸

地域の福祉力①

災害公営住宅への転居期における支援のなかで、今後課題になるのが、仮設住宅やみなし仮設からスムーズに自立・移転できない人々へのサポートです。

仮設住宅から新天地に移っても、生活の展望が持てない状況があるからでしょう。いろいろな生活課題があっても、自分では手を付けられずにいる人に対して、支援員が個々の課題に寄り添い、支える役割がこれまで以上に求められます。自ら「声」をなかなか挙げられない人や、今の生活に疲弊している人に日々寄り添う、支援員の「支援力」に期待しています。それは「地域の福祉力」と言い換えることもできます。

高齢者虐待の相談を受ける機会の多い私が最近感じることは、被災地の虐待対応において、支援員の日々の見守り機能が有効に働いていることです。支援員による見守り・訪問によって、その家族の状況が把握され、関係機関に伝えられることで、緊急性の判断や本人の意向等を読み取ることがより可能になりました。虐待は、制度やサービスを使えば解決できるというものではありません。このような支援には、日常的な家庭内のほころびにきめ細やかに関わり、人間関係を持つことが欠かせません。それが、支援員の役割であり、支援員は「地域の福祉力」を担う人たちです。関係機関に家庭の課題を伝える「つなぎ」が、専門職を活かすことにつながるわけです（現場を大事にしない専門職はいないはずですが…本当か？）。

災害公営住宅への転居期を迎え、支援員の活動が、行政や制度・サービスといかに協働しているかがさらにポイントになるでしょう。

ひとりごと

サポーターのあなたへ



宮城県サポートセンター支援事務所
アドバイザー 浜上 章

男の居場所を考える ～「男の・親父の集い」の実践事例から②～

前回紹介した“悠遊会”のことをもう少し紹介します。悠遊会は発足してから約2年が経過します。この間、定例会を8回、イベントを2回開催しました。定例会の前には、必ず事前に世話人と定例会ごとの当番を含めた7～8人で準備会を持ち、ワンコイン【500円】でビールとおにぎりやつまみを飲み食べながら世間話や地域のこと、例会でどんなことをするかなど、いろいろと話し合います。準備会を持つ効用は、小人数で密度の濃い話ができ、会運営を数人の仲間による合意のもとで行えること。そのうち、『お酒ばかり飲んでいてもよくないな』という声も出てきて、地域の子もやお年寄りに対してなにかできないか？など、少しずつ地域への関心も生まれています。

会運営の基本的スタンスは、①男なら誰でも参加OK、②気軽に参加できること、③みんなで楽しく、④批判はしない、⑤負担を軽く、などをはじめに確認しました。メンバーには、さまざまなキャリアや特技、専門性を持った人がいます。それぞれの持ち味を生かしながら、やりたいことや地域から求められる活動を、少しずつ広げていきたいと思っています。

被災地での仮設住宅や災害公営住宅、集団移転地での男の居場所・役割づくりの支援は、サポートセンターや社協が積極的に支援していく活動であると思います。その際のポイントは、はじめに数人の有志で思いの共有と合意形成を大切に、住民の自己決定、自己責任で進めること。お酒を出すことに異論が出る場合もあるので、自治体や集会所の管理運営委員の了解を得る形で進めてはいかがでしょうか。いずれにしても、会運営は、柔軟に楽しく、気軽にできることが大切です。

平成26年度 宮城県被災者支援従事者研修

災害公営住宅への移行対策研修Ⅰ

<転居期研修>

◎講師：大坂純 仙台白百合女子大学教授、永坂美晴 兵庫県明石市望海地区在宅介護支援センター長、山本信也 宝塚市社会福祉協議会 地域福祉部 地区担当課長 ほか
【石巻会場】12月8日(月)・9日(火) 石巻市ささえあい総括センター
【仙台会場】12月15日(月)・16日(火) 宮城県建設会館

災害公営住宅への移行対策研修Ⅱ

<地域生活支援研修①> ◎講師：酒井 保 近所福祉クリエイター

【仙台会場】12月2日(火) 宮城県建設会館
【石巻会場①】12月3日(水) 石巻市ささえあい総括センター
【石巻会場②】12月4日(木) 石巻市ささえあい総括センター
<地域福祉コーディネート基礎研修> ◎講師：藤井博志 神戸学院大学教授 ほか
【石巻会場】12月18日(木)・19日(金) 石巻市ささえあい総括センター



「館腰サロン」で週末の夜に交流する皆さん



暮らしを支える支援員10

自主性を引き出し、 つながり合う



名取市サポートセンター どっと.なとり (宮城県名取市)

名取市では、「コミュニティ支援事業」として、みなし仮設住宅(借り上げ賃貸住宅)で暮らす人や自宅再建した人が集い、交流するサロンを開いている。公益社団法人青年海外協力協会(JOCA)が運営を受託した「名取市サポートセンター どっと.なとり」が主体となり、名取市及び隣接する仙台市太白区で5か所の常設サロンを開設。部屋にひきこもることなく、人とつながり、生きがいをもって生活ができるように、「ご自身の力を引き出す支援を心がけている」と総括リーダーの小畑けい子さんは話す。

常設サロンの良さは、そこに行けばいつも誰かに会えること。開設時間内であれば、いつでもふらりと出入りができ、そこに集う人や顔なじみのスタッフとお茶を楽しむことができる。おしゃべりのなかから小物づくりなどの企画が生まれ、参加者が相互に講師役となる姿も見られる。

ただ、参加者の固定化や男性の参加が少ないことは、サロン全般の課題だ。名取市植松にある「館腰サロン」では、男性の参加しやすい場をつくろうと、健康マージャン教室を月1回開催し始めたほか、地元の食生活改善員の協力を得て、8月の土曜日の夜に交流イベントを開催。幼児から年配の人

まで25人ほどが集い、お酒を交えて手づくりのおかずにお鼓を打った。常連の人たちが家族を連れ、「私がいつも来ているサロンはこんなところよ」と身内に紹介する場面もあり、新たな広報の機会ともなった。

また、仙台市太白区にある「柳生サロン」では、地元の工芸である柳生和紙を使用した小物づくり講座を企画したり、仙台市柳生市民センターや太白区社協・支えあいセンターたいはくと共同でサロンを開催。積極的に地域とつながり、地域の一員へと移ろう参加者を支える。実際に、知り合った歌の好きな人たちが歌声サークルを立ち上げ、一緒に外出をするなど、サロンの枠を超えたつながりが生まれている。

さらに、名取市・仙台市太白区・若林区の市民センターなど10か所で「移動サロン」を実施。常設サロンでカバーできないエリアを巡る。参加者の声をたいせつに拾い、自主性をサポートする姿勢を今後も貫く。小

DATA

名取市サポートセンター どっと.なとり

〒981-1224 宮城県名取市増田 2-3-8 アポロ薬局2階
TEL 022-797-2501 FAX 022-797-2502

☆次号予告 特集「農作業で交流を育む」

購読者を募集しています!

「月刊 地域支え合い情報」を年間購読しませんか?

●購読会員 年3,696円(年12回、送料込み)

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

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

※通信欄に、「地域支え合い情報紙 購読費」と記入したうえで、①お届け先の住所と②何号からの購読申込みかを、記入してください。

お知らせ

平成26年度 岩手県高齢者等サポート拠点職員等研修事業 《分野別研修Ⅲ》

◎講師: 酒井 保 近所福祉クリエーター

【宮古会場】11月25日(火) 岩手県宮古地区合同庁舎

【大船渡会場】11月26日(水) 岩手県大船渡地区合同庁舎

《災害公営住宅への移行研修・実践編》

◎講師: 広田純一 岩手大学農学部教授、佐藤寿一 宝塚市社会福祉協議会事務局長ほか

【宮古会場】12月11日(木) 岩手県宮古地区合同庁舎

【久慈会場】12月12日(金) 岩手県久慈地区合同庁舎

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。

26号を読んで…

いつも楽しく読ませていただいております。「島と震災」の特集をとっても興味深く読みました。海に囲まれた厳しい生活環境で生きる人々の災害に屈しない強さ、島ならではの助け合いの精神を知ることができました。「島はひとつの大きな家のようなもの」とおっしゃっていた民生委員の方の言葉が印象的でした。(仙台市若林区 A・W)

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

今号「まちの仕組み」に登場した久慈市は、震災前から自殺予防の先進地として知られています。傾聴者の養成と活動の場の確保、うつ病についての啓発、職域や地域でのうつ病スクリーニングなどさまざまな取り組みあり、被災者の精神面のケアでは大いに参考になりそうです。(木村)

バックナンバーがホームページで読めます!
http://www.clc-japan.com/sasaesai_j/