

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。



あすと長町市営住宅で月1回開かれている食事会（宮城県仙台市太白区／詳しくは5頁へ）

## 特集

# 災害公営住宅を中心とした 気にかかけ合い

災害公営住宅の入居者の現況や  
地区サロンの開催状況を共有 2  
見守り連絡会（宮城県七ヶ浜町）

戸別訪問と食事会で健康な暮らしを見守る 5  
見守り隊（宮城県仙台市太白区）

専門家に聞く地域づくりのヒント 7  
岩手大学三陸復興・地域創生推進機構 特任助教 船戸義和さん

東北の元気 78 8  
水曜サロンぶらっと（宮城県仙台市宮城野区）  
団らん（宮城県名取市）  
奥州♥絆の会（岩手県奥州市）

どこでもサロン 25 11  
海を眺める二次会サロン（鹿児島県肝付町）

被災経験地からのレポート 12  
「お茶飲み」が命を守る 大水害でも犠牲者ゼロ（福島県金山町）

読み切り連載リレー◎復興期のコミュニティづくりのヒント 3 14  
東北工業大学工学部建築学科 准教授 新井 信幸さん

支援員インタビュー 4 15  
尾形京子さん（宮城県東松島市）

宮城県サポートセンター支援事務所の活動日記 4 16

# 災害公営住宅を中心とした気にかげ合い

「高齢者世帯が多い」、「被災前は複数の違う地域に住んでいた人が、同じ住宅に集まっている。個人情報や壁もあり、近隣の関係が希薄になりがち」。災害公営住宅の各所でそんな声をよく耳にします。

そんななか、安心・安全な暮らしを維持するために、見守り活動が行われています。安否確認をし、健康や生活の困りごとを聞いて、必要なら関係機関につなぎます。今回は、入居者が結成した自分たちのための見守り組織「見守り隊」と、民生委員・児童委員や専門職などの見守りの取り組みを地区で共有する「見守り連絡会」を紹介し、食事も主催し、「見守り隊」は食事も主催し、「見守り連絡会」はサロン活動とも連携しています。日頃からの住民同士の気にかげ合いが生まれれば、見守りにもつながります。



松ヶ浜地区の見守り連絡会。直近のサロンについて「よかった。勉強になった」「教わったことを家でもやっている」と感想を述べ合う

## 災害公営住宅の入居者の現況や地区サロンの開催状況を共有

見守り連絡会（宮城県七ヶ浜町）

災害公営住宅の入居者に対する見守りの取り組みを地区で共有する「見守り連絡会（以下連絡会）」が、七ヶ浜町で行われている。入居者と入居地区の住民の代表者、七ヶ浜町社会福祉協議会（以下社協）の担当者が集まって、訪問対象者の現況や地区サロンの開催状況を報告している。



連絡会は、町からの事業委託を受けた社協が地区住民と一緒に育ててきた。災害公営住宅のある5つの行政区で開催し、頻度や構成員はそれぞれ異なる。

今回紹介する松ヶ浜地区の連絡会は、2か月に1回の開催。出席者は、災害公営住宅の入居者代表1人、地区の民生委員・児童委員（以下民生委員）2人、行政区長（以下区長）3人（1人は民生委員兼務）、社協職員2人からなる。

出席者は、連絡会の意義についてこう語る。

「高齢で病気をしている人はサロンにも出てくれない。孤独死を防ぐために、見守っていかねければいけない」（区長兼民生委員の小幡哲男さん）

「私たちのことを心配してくれる安心感がある。何かあった時に区に伝えられる窓口が身近にあっ

て、ありがたい。被災して来た人も参加できる場を用意してくれて、同じ地区住民として受け入れてもらえたのが、うれしい」（入居者代表の館山久美子さん）

### 訪問結果の擦り合わせと補完

町と社協は、町内に5か所ある災害公営住宅で、年齢や健康面などで生活が心配な人を選定。そのうちアンケートで希望した世帯を対象に、社協の生活支援相談員が月1〜2回程度見守りを行っている。生活支援相談員の安住恵美子さんは、「訪問すると、『いつも来てもらって、ありがたい』といういろいろな話をしてくれる。体調を崩して外に出られない人は特によろこんでくれる」と話す。

松ヶ浜地区全体では、そのほかに、民生委員が月1回、区長が年2回（民生委



員と合同）、見守りを行っている。同地区の連絡会では、社協の訪問対象者について、3者の訪問結果を擦り合わせている。社協の配布資料には、対象者のイニシャルや年齢、部屋番号、入居人数、訪問頻度、訪問日、サロン参加の有無、「足腰が弱っている」といった現況を記載し、話し合いの土台にしている。

連絡会の結果は、各々の活動に還元する。民生委員の星八重子さんによると、「民生委員で対応が難しいことは社協につなぐ。社協の情報を受けて私たちが見守りに行くこともある。民生委員の活動を区長に伝えられる貴重な場もある」。区長との合同見守りも連絡会をきっかけに実現した。行政にも、社協を通じて連絡会の内容を報告。保健師などにつなぐ場合もある。直近の連絡会では、館山さんが入居者の異変を知らせ、「そんな様子は感



松ヶ浜地区の合同サロンでゲートボールに熱中する参加者。中央が世話人の館山久美子さん

じなかった」とほかの出席者が驚く場面もあった。「日常的に顔を合わせているから気づけることも多い部分で、連絡会で意見交換をして補っている」（出席者で社協職員の菊地顕媛さん）。

### サロン活動との連携

町内5か所の災害公営住宅で、住民の孤立感を解消し、コミュニティ形成に寄与する目的で、住民と社協はサロンを開催している。参加者同士で

気かけ合い、見守りにつながることも期待する。

松ヶ浜地区には、災害公営住宅の入居者が中心となって週1回開く「きずな喫茶」（本紙50号参照）というサロンがあり、これに月1回、最終週は、社協が共催として加わる。社協の協力を得て、コンサートや講話、料理教室など多彩なイベントを開催、親睦を図ってきた。区長や民生委員も参加、協力する。

連絡会では、直近のサロンの感想を出席者で述べ合い、次回の内容の意見交換も行う。そうすることで、「住民の意見や地区の状況を、運営に役立っている」（菊地さん）。

館山さんは、きずな喫茶の世話人を務めていることで連絡会の入居者代表にも選ばれた。館山さんは、サロン内で参加者に呼びかけて困りごとや要望を集め、連絡会で地区や行政に検討を依頼し、



次回サロンの説明を行う社協の菊地顕媛さん（左奥から2人目）

相談先の助言をもらっている。連絡会で出た、「パトカーが出る騒動があった」など全体にかかわる話題は、サロンに持ち帰って参加者と共有する。

### 見守り連絡会の展望

2015年に始まった連絡会は、5年目を迎えた。社協地域福祉部門主任主査の小野哲さんは、社協のかかわりをこう振り返る。「1年目は、役員会や会議体の開かれ方な

ど、地区特性を知るようにはしました。情報を落とし込んで共有できる場をつくって、住民に共感を覚えていただくことからのスタートでした」。

現在は、個別対応が必要な人の見守りを連絡会の出席者で検討する地区や住民主体で連絡会を開く地区も生まれている。

連絡会は、入居者が同じ地区住民としてつながる入口にもなった。館山さんは、連絡会をきっかけに松ヶ浜地区の夏祭りの誘いを受け、一昨年からきずな喫茶のメンバーで出店している。そうした行事やサロン活動などを積み重ねて、年々親交を深めており、迎え入れた星さんたちも「他地区から来た人たちは、前からのつながりがなかったので当初は心配したが、『地区の住民になって楽しく過ごしている』という声が聞こえてくる。よかったです」とよるこぶ。

そうした連絡会の成果

の一方で、こんな指摘もある。「松ヶ浜地区の場合）住民に連絡会がまだ浸透していない。行政にどう伝わって、行政がどう考えているかも知りたい。行政職員にも来て、現状を見てもらえたら」（区長の鈴木七雄さん）。

ゆくゆくは、連絡会の対象を、高齢化の顕著な地区全体に拡大したい案もある。「現在の連絡会を、地区全体に広げるための準備運動のように捉えている。今後に活かしたい」（代表区長の加藤信勝さん）。

地区住民が一丸となって、見守りネットワークの基盤づくりに励んでいる。



区長と民生委員の合同見守り時に作成・配布したヒートショックの注意喚起のチラシ

## ポイント

- 見守り連絡会で、災害公営住宅の訪問対象者の情報共有とサロンの意見交換を行う。
- 見守り連絡会は、入居者の困りごとや要望を地区や行政に伝える窓口であり、同じ地区住民としてつながる入口になる。

### DATA 松ヶ浜地区

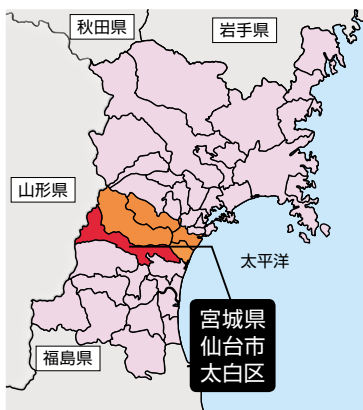
七ヶ浜半島の南西部に位置する。19年4月時点の世帯数は515戸。そのうち戸建ての災害公営住宅が15棟32戸ある。同住宅は15年4月入居開始。遠山や菖蒲田など複数の地区から入居しており、地縁的なつながりのない住民も多かった。



住宅の集会所での和やかなひととき。月1回の食事会

## 戸別訪問と食事会で健康な暮らしを見守る

### 見守り隊（宮城県仙台市太白区）



「日々暮らしていくなかで健康であってほしい」

そんな思いから、災害公営住宅のあすと長町市営住宅（仙台市）の入居者有志が、住宅内で見守りを行っている。ひとり暮らし世帯を戸別訪問する「見守り隊」の活動だ。

メンバー10人が2人1組で、全13階を2〜3フロアずつ分担。月2回の頻度で、各担当ペアの都合のつく日時に訪問を行う。対象は全世代の単身世帯で、40歳代もいる。

#### ほどよい距離感で見守る

訪問は、玄関先での「調子どうですか？」といった声がけから始まる。世間話をするなかで、「体調を崩さないように気を

つけてね」と言葉をかけ、気分が優れない様子がないか気にかけている。室内までは行かず、「プライバシーに入り込まないように。気持ちのなかまでは入れない」（見守り隊の大友さき子さん）と、相手を慮った距離感で接している。

応答がなければ、玄関のドアに見守り隊が来たことを伝えるマグネットを貼っておく。マグネットが外されていれば入居者が元気だというサインになり、安否確認になる。訪問以外でも、外で会えば「こんにちは」と声をかけて話をする。それは、ひとり暮らしの住民に限らない。

#### 見守りで感じたことをつなぐ

見守りの結果、入居者の体調に異変があれば、地区の民生委員・児童委員（以下民生委員）につないで訪問してもらっている。民生委員の横山洋子さんは、見守り隊につ

いて「すごく熱心に活動されているので安心していきます」と語る。

太白区家庭健康課や仙台市社会福祉協議会太白区事務所、地域包括支援センターとも連携をとっている。自治会主催の健康体操には専門職も協力して、見守り隊のメンバーが活動を相談できる場にもなっている。見守り隊と専門職とで会合をもち、対応を話し合うこともある。そうしたサポートに、見守り隊代表の大山葉子さんは、「まわりが支えてくださるから心強い」と話す。

見守り隊のメンバー間では、月1回、「お話し会」という集まりをもち、見守りで感じたことを話している。訪問して異変があった場合にノートに残した、「体調を崩してこういう状態だ」「こんな相談を受けた」といった記録をお話し会で共有している。ただし、「入居者が出してほしくない話題もある。それは担当だけが知っておけばいい。相



ひとり暮らしの入居者と玄関先で会話を交わす見守り隊のメンバー

### 月1回の食事会も開催

あすと長町市営住宅は、163戸からなる13階建ての集合住宅型の災害公営住宅だ。2016年の自治会設立時に、各戸の世帯数や要介護・要支援者などを任意で聞き取り調査したところ、高齢者世帯の割合が高いことが判明。「阪神・淡路

大震災で問題になった災害公営住宅内の孤独死を極力少なくしたい」と、自治会副会長（当時）の安藤譲さんの発案で、同年に見守り隊が発足した。現メンバー10人中7人が自治会役員も兼務し、代表の大山葉子さんは自治会副会長でもあるが、自治会とは独立した活動となっている。

18年からは、見守り隊の活動の一環として、メンバーと見守られている人とで食事会を始めた。「集まって、顔を見合わせる機会になればというのがきっかけでした」（大友さん）。

月1回、住宅の集会所で、地区の民生委員もまじえ、皆が同じ食卓で談笑しながらおいしく弁当を味わう。会が終わったあとも、一部の参加者とその場に残って、カラオケをして盛りあがることもある。

いつも参加していると、入居者の日野チエさんは、「食事がおいしい。ここに来るとふだん会え

ない人とも会えて、いろいろな人と顔見知りになれる」と感想を述べる。同じく参加者の行方英秋さんも、こう話す。「ありがたい。われわれはひとり暮らしだから、ふだん人と接することが少ない。食事会で声をかけてもらって、話ができる。ここで顔見知りになると、外でも会話ができる」。顔見知りを増やすことで、入居者同士気にかけて合うことにもつながる。

参加費は無料。食費には県の復興支援助成と自治会費を充てる。メンバーが、近隣の弁当屋やスーパーで、参加者の健康も考えて弁当を選ぶ。



あすと長町市営住宅（中央）

毎月の食事会近くには、見守り隊が月2回の見守りとは別に戸別訪問して、開催日を伝える。当日急に来られなくなった人には、部屋まで弁当を届けてもいる。

### 入居者だからできる見守り

年齢や不調のために細かい思いでいる人が、見守りや食事会で受ける安心感は大きいだろう。「やっぱり人って、気にかけていてくれると思えると安心するじゃないですか」という大山さんの言葉は温かい。

同じ目線で言葉をかけ、健康を見るほかにふみ込みすぎない。日常的にかかわれることで、生活の実態がわかる。入居者だからできる見守り活動がある。自分たちだけでは難しい部分も周囲のサポートも得ながら、この先もさらに息の長い活動となることを願っている。

田

### ポイント

- 入居者が住宅内のひとり暮らし世帯を見守る。その結果は月1回のメンバーの集まりで共有。
- 訪問して応答がなければ、安否確認のためにマグネットを貼っておく。
- 月1回、ひとり暮らしの入居者と見守り隊のメンバーで食事会を開く。

## 専門家に聞く地域づくりのヒント

岩手大学三陸復興・地域創生推進機構  
特任助教

### 船戸 義和

(ふなと・よしかず)さん



## 多様な見守りで持続可能に

SIT Graduate Institute (米国)にて修士号取得。東日本大震災後の4月からNGO職員として、岩手県大船渡市でコミュニティ形成を中心とした復興支援に従事。2013年より岩手大学。災害公営住宅等で住民総参加型のコミュニティ形成や自治会設立等を支援。2016年度からの3年間で26か所、150回の住民集会を開催、延べ参加者は2,872人。「自分ごと」から「自分たちごと」としてかかわる、人づくりを各地で実践。

災害公営住宅での見守り活動は、大きく二つに分けることができます。対象者への訪問を中心とした「直接的見守り」と、対象者自身がサロンなどの定期的な集まりに参加して顔を合わせる「間接的見守り」です。前者は「高齢で病気をしている」など、外に出ることが難しい人に有効で、安否確認の意味合いが強くなります。後者は無意識のうちにお互いを見守る「気かけ合い」の関係づくりに役立ちます。状況によって有効な方法は異なりますが、たいせつなのは多様性のある見守りを行うことです。多様な入居者を、一つの方法で見守ることは難しいからです。

松ヶ浜地区の見守り連絡会は、入居者、民生委員・児童委員、行政区長、社協という立場の異なる人びとが、それぞれに見守りを行い、共有する仕組みが継続されていることに大きな意義があります。あすと長町市営住宅の見守り隊は、マグネットでの意思疎通など、10人が同じ入居者だから可能となる細かなアプローチで多様性を担保し、成果をあげています。双方とも、サロンや食事会との連携で、間接的見守りの基礎もつくられています。

一般的に災害公営住宅では、見守りが不足しています。また、一部の人が何年も見守りを続け、疲弊も顕著です。そこで必要なのは、間接的見守りの強化です。つまり、サロンなどで入居者同士の「気かけ合い」をつくり、小さな変化に気づくことが、結果として見守りとなる仕組みです。ただし、一度に多くの人を集めるのは難しいので、小さな機会をたくさんつくる必要があります。よい例はラジオ体操で、10分でも毎日顔を合わせる機会となります。

見守りをするのは「孤独死を防ぐため」とよく耳にします。単身世帯が増加するなか、看取られなくても、気かけ合いによってほどなく発見されれば、見守りが機能したと言えるでしょう。しかし、着目すべきは、「死」ではなく「生」です。日常の「生」へかかわる人の多様性が重要です。この2団体が進めているように、多くの地域でも、見守りを担う人の輪が、ゆるやかに見守られる側にも発展し、多様性を生み出すことが、見守りを持続可能にするヒントです。

78回目

市民リレー

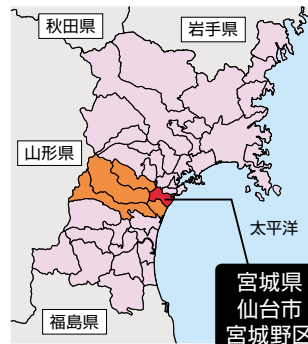
# 東北の元気

今回は...

東北の力をつくりだす人・団体を紹介します。

## マージャンや手芸から広がる 団地内の顔の見える交流

◎水曜サロンぷらっと(宮城県仙台市宮城野区) ライター: 熊谷智美



プレイしながらおしゃべりにも花が咲く



ぷらっとカフェの風景



実用的な手芸の作品。  
今後、美術展に出品の予定も

「誰でも気軽にぷらっと訪れることができるように」という「水曜サロンぷらっと」は、3棟420戸ほどの宮城野団地の集会所で毎週水曜日の午後1時に開催されている。自治会長の山内啓子さんは、「以前から顔の見える関係づくりがたいせつだと感じていましたが、東日本大震災でその想いをより強くしました」と言う。

こうして2011年秋、住民の集いの場づくりが始まった。告知は団地内の掲示板のみ。当初は「指編みでマフラーをつくらう」「新聞紙のエコバッグづくり」など、毎回テーマを決めて行っていた。実施して気づいたのは、人は集まるが、そのテーマに興味のある人しか参加しない。しかもテーマを決めるのも講師を探すのも、なかなかの労力を要するということだった。

そこで、将棋、囲碁、マージャン、手芸という核となる活動をおくことにした。現在はマージャンと手芸が主で、毎回15〜20人ほどが集会所に足を運ぶ。

水曜日の午後1時頃になると参加者が一人二人とやってくる。出席を取るこ

とはなく、それぞれ手芸のテーブルか、マージャンの卓におさまる。ここ数年でマージャンを覚えた人も少なくない。始めて1年ほどという80歳代の女性も卓を囲み、仲間たちと会話しながら楽しんでいった。

決まった曜日と時間に集会所に人がいるということ、広い意味で住民同士の交流につながる。マージャンや手芸をしなくても、「ちよっと聞きたいことがあるの」とか「挨拶をしに」と訪ねて来る人もいるからだ。

今年4月からは毎月第3水曜日に「ぷらっとカフェ」を始めた。こちらは団地に住む人がつくったおいしいケーキと丁寧に煎れたコーヒー、おしゃべりを楽しむ場だ。子育て中のママや、家族と日本で暮らすことを目標にがんばっている外国人など、水曜サロンとは違った顔ぶれが集う。始めて間もないサロンだが参加者は15人ほど。毎回違う人が新たに訪れているようだ。

団地のなかの顔の見える関係づくりは、さまざまな工夫と仕かけによってゆるやかに定着しつつある。





手裏剣を投げる動きに合わせて数字を伝え、瞬時に反応。反射神経を鍛える。真剣に、かつ笑いもまじえて

今回は...

## 体操とお茶飲みで 集合住宅に笑顔の輪

◎団らん(宮城県名取市)



2人一組になり、トゲトゲのついたゴムボールで肩叩き



活動内で「のっぺらぼう」の紙芝居を読み聞かせる参加者



体操後のお茶飲みも楽しみであり、情報交換になる

5棟に計170戸の集合住宅が入る名取市の県営名取田高<sup>たか</sup>住宅で、住民が月2回、体操とお茶飲みを行っている。輪になって座り、約1時間かけ、多彩な体操に取り組み、一人が両手の掌を交差し、指名したい相手に向けて手裏剣を飛ばす仕草をしながら、「1」と数字を伝える。指された人は、同じように誰かに向け、今度は「2」と言う。一つずつ数字を増やしていく、「30」になるまで続ける。皆で右手をグー、左手をパーの形に。両隣の人と、パーの掌の上にグーが乗るように手を重ねる。童謡「うさぎとかめ」のリズムで右手をパー、左手をグーに変え、また戻しては繰り返す。

「歌いながらリズムに乗ると脳トレになります」「楽しいと思うと『幸せホルモン』が出る。そうすると免疫も強くなる」。体操中、元気に声をかけるのは、代表の阿部美代子さんだ。笑い合える活動を大事にしたい、という思いから、冗談もまじえて場を盛り上げる。「自分ではできないんだ、と参加者に思われたくないので、できた人のことを笑いに変える。できなくて何か言われるとショックで

しよ」という配慮もある。阿部さんはずっと、デイサービスで働いていた。市の第1回介護予防サポーター養成講座を受講後、「ほかの入居者と何かやれたら」と個人で動き、周囲の希望も聞いて、2013年11月に活動を始めた。高齢化が進み、かつての行事や集まりもなくなった住宅で、顔の見える関係づくりや介護予防につなげたい願いがあった。活動名は、「団地」の「団」から「団らん」とした。市の「高齢者いきがいくづくり支援事業」の助成を活用し、参加費は無料だ。阿部さんは介護予防サポータースキルアップ講座を受講して、新しい体操を取り入れ、活動のマンネリ化を防いでいる。

参加者は10人前後。「皆で体操すると楽しい」「いろいろな情報も聞ける」「集まれる機会はなかなかないので助かる」「知り合いが増えた」と好評だ。参加者が得意を活かして、料理や手芸を教え、紙芝居を披露する機会もある。

阿部さんも、「声を出して笑えた」と聞くと、うれしい。自分も助けてもらっている。人の役に立つことが原動力」と、楽しんで活動続ける。田

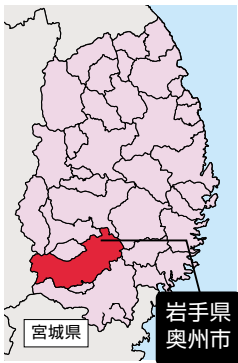
東北の力をつくりだす人・団体を紹介します。

今回は...

## 地域の元気を育む 人と人とのつながり

◎奥州♥絆の会 (岩手県奥州市)

ライター：元持幸子



岩手県  
奥州市

### DATA

#### 奥州♥絆の会

〒023-0402

奥州市胆沢区小山字齊藤157-3

URL

<https://www.oshu-kizuna.jp/>



交流会の打ち合わせに集まった企画メンバー



18年広田町文化祭に餅つきで参加し会場を盛りあげる

活動記録を開き、これまでの活動への思いを語る

岩手県奥州市の市民ボランティア団体「奥州♥絆の会」は、東日本大震災直後より陸前高田市広田町を中心に、物資と食材の提供や炊き出し、さまざまな支援活動のコーディネートを行ってきた。活動のきっかけは、広田町で喫茶店を営んでいた、奥州市水沢地区出身の住民から被害状況を聞いて、現地に支援に赴いたことだ。会のメンバーは約11人で、平均年齢は70歳代。会長の渡辺明美さん（71歳）は、震災当時の活動を振り返り、「被災直後のたいへんな思いや悲しみの話を聞き一緒に涙したこと、被害の甚大さに圧倒された経験は、会のメンバーの記憶に深く刻まれている」と話す。

その後同会では、仮設住宅集会所での交流企画や地域行事運営のサポート、小学生対象の冬休みスケート交流企画など、さまざまな活動を継続して行ってきた。参加者の表情を見て会話をするなかで暮らしたの話題に耳を傾けてきた渡辺さんは、「顔の見える関係づくりと心を込めて寄り添うことをたいせつにしていた」と活動に対する思いを語る。さらに、企画段階より広田町のコミュニティーセンター職員や広田小学校の関係者と常に連絡を取り合い、地域のニーズに合わせた計画を心がけてきたという。

自宅再建や災害公営住宅への移転が進み、新たな地区コミュニティセンターが完成した2017年頃、広田町民から「文化祭と一緒に盛りあげましょう」「お祭りをぜひ見に行ってください」という誘いを受けるようになった。奥州♥絆の会のメンバーは、広田町に親戚ができたようになうれしい気持ちになったと言いつつ、誘いを受けて祭りに参加している。渡辺さんは、「私たちも元気で動けるうちは、広田の皆さんとご縁をたいせつに、活動を続けていきたいですね」と、活動の計画を企画メンバーと話し合っている。今年10月にも、広田町文化祭に参加し、作品展示や餅つきを行う予定だ。

渡辺さんらは、これまでの活動で得た学びをもとに、自分たちの住んでいる奥州市でも防災について話をしていく。地域支え合いの関係づくりの一步として、身近な地域活動と一緒に進めるような、顔の見えるつながりを広げていこうと動き出している。

# どごごでもサロン

第25回

自然なつながりと支え合いを生み出す



## 海を眺める二次会サロン

鹿児島県肝付町西飯屋地区

体操サロンは、健康だけでなく、つながりをつくる場でもある。気の合う人を見つけた、気心の知れた仲間と会う、交流も元気の秘けつ——常連たちはそう話す。サロンのあと、仲のいい人たちが飲食店や自宅で「二次会」をすることも。

鹿児島県肝付町で、素敵な二次会を見つけた。肝付町は人口1万5237人で高齢化率は40.9%（2019年8月末時点）。同町有明地区にある海沿いの集落のひとつ、西飯屋<sup>かひや</sup>では、毎週月曜、消防団詰め所で介護予防の体操サロンが開かれる。サロンの名前は「ひなたぼっこ」。60〜90歳の男女10人あまりが午前10時から約1時間体操に汗を流し、30分ほどお茶飲みをする。月1回は昼食会を催し、年に1度は小旅行に出かけ、春には花見も。

サロンを消防団詰め所で開くのは、集落住民が徒歩で来られる場所だから。

常連参加者の和田タキ子さん（82歳）は、会場から歩いて2分ほどの自宅までひとり暮らし。サロンが終わると仲間

を「うちにおいて、お茶でも飲もう」と誘う。家の窓からは志布志湾の海を一望できる。仲間たちは眺めのいい部屋でひとときを過ごす。サロンのない日もしばしば集まる。

和田さんを含め、仲間たちは皆、自家用の菜園を持ち、天気の良い日は畑仕事に精を出す。収穫物や漬け物、手料理のおすそ分けはしよつちゅう。そうしたつながりのなかでお互いを見守る。困りごとがあれば必ず誰かが手を差し伸べる。

実は和田さんは、町の「在宅福祉アドバイザー」の認定を受け、集落内の高齢世帯の見守りやゴミ出しの手伝いなどを続けてきた。今年でなんと22年目。高齢でも独居でも安心して暮らす地域生活の達人だ。「仲間がいっぱいいると寂しくないし、支え合いもいっぱいありますよ。近所付き合いはとてども大事」

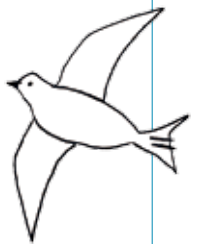
電気が点いた・消えた、洗濯物が干された・取り込まれたなどをさりげなく見ている。気になる人がいれば、おすそ分けついでに様子を見たり、民生・児童委員に連絡したり。



「体操やお茶飲みの時『あの人どうした』って情報交換することもあります」

体操、二次会、お茶飲み、おすそ分け……さまざまな人の輪が重なって、暮らしやすい地域ができていく。**木**

# 「お茶飲み」が命を守る 大水害でも犠牲者ゼロ



〔平成23年新潟・福島豪雨災害と金山町〕平成23（2011）年7月26～30日に新潟県中下越地方と福島県会津地方を襲った豪雨災害。福島県金山町では29日午後、町を流れる只見川が氾らん。住宅104棟が被災（全壊23、大規模半壊33、半壊29、床下浸水19）、道路橋4橋、鉄道橋3橋が流出した。当時の人口（約2500人）の半数近い1084人が避難。死傷・行方不明など人的被害はなかった。町社会福祉協議会は8月1日、災害ボランティアセンターを開設。延べ2608人が約1か月にわたり支援物資の配布、被災家屋の片付け、泥の撤去などに当たった。現在の人口は2018人（1055世帯）、高齢化率約59%（2019年9月1日時点）。

東日本大震災から4か月あまり経った2011年7月29日、福島県会津地方の中山間地に位置する金山町が、かつてない規模の水害に見舞われた（冒頭解説参照）。当時、町の高齢化率はすでに5割を超え、高齢夫婦・独居世帯も全体の半数近くに達していた。水害の発生は平日の日中で、若い世代と同居し、残っていることが多かった。

にもかかわらず、死傷者、行方不明者はゼロ。各地区には消防団があるほ

か、民生委員・児童委員らが2007年頃から「災害時一人も見逃さない運動」を展開。それでも、自主防災の取り組み（要援護者リストの作成やその活用訓練など）は、特に進んでいたわけではない。当時の避難状況などから、犠牲者ゼロを可能にした別の要因が浮かび上がる。「お茶飲み」に象徴される親密な近所付き合いだ。

## 「自分たちで何とかする」

「近くの友だちと毎日のよ

うにお互いの家を行き来し、お茶飲みしたり、おすそ分けし合ったりして、自分の家なのか友だちの家なのか、わからなくなるくらいだ。こう話すのは、当時から西部地区の自宅をひとり暮らしを送る新国イワ子さん（86歳）。同地区では只見川対岸の国道に接続する「西部橋」が流出するなどし、新国さん宅も床上1メートルほどの浸水があった。

29日午後3時頃、新国さんは「家より低い畑に水が上がってきた」のを知り、近隣住民

に相談。避難指示はまだ出ていなかったが、同世代のお茶飲み仲間の女性2人と、うち1人の息子・孫の計5人で対岸の高根沢地区に住む別のお茶飲み仲間（80歳代ひとり暮らし女性）の家に身を寄せた。友人宅では「皆でお茶飲みをしていた」。いずれ下がると思っていた水位は逆に上昇。日が暮れる頃になると、役場職員が来て「別の場所に避難を」と告げた。高根沢を通る国道252号はすでにところどころで冠水、地区は孤立状態に。居合わせた住民と新国さんら20人あまりは話し合いの末、高台を通るJR只見線のトンネルへ避難することにした（当時列車は運休）。

トンネル内では、足の不自由な人や体調の悪い人のために段ボールや防水シートを線路に敷いて楽な姿勢を取らせ、発電機で照明も確保。これら資機材は各自が持ち寄った。

翌日家に戻ると「なかは泥だらけ。もう住めないと思った」。新国さんは町社協の事務所がある老人福祉センターと親類宅で計2か月ほど避難生活を送り、帰省した息子やボランティアらと家の片付けを行った。「だからいま、ここに住んでいられる。近くにお茶飲み仲間も、車に乗せてくれる人もいるから安心だ」



大きな被害を受けた越川・高根沢・西部地区の位置関係。高根沢と西部を結ぶ「西部橋」は流出（点線部分）、上流部に新しい橋が架けられた

新國さんが避難した高根沢に隣接する越川地区も、宅地や道路、橋が冠水し孤立状態に。住民の一部は高台の神社で夜を明かし、難を逃れている。

越川地区は上越川、中屋敷、大川の3集落からなる。このうち上越川集落の浸水被害が特に大きかった。同集落に住む横田早苗さん(64歳)は当時、同年代の夫と20歳代の息子、80歳代の義母との4人暮らし。水害当日はたまたま隣町から実家の母(80歳代)も泊まりに来ていた。午後3時頃、何気なく窓の外に目をやると、自宅より川に近い畑に水が。「すぐお父さん(夫)と息子に知らせに行きました」

家は建築業を営む。作業場が数百メートル離れた隣の集落にあり、夫と息子はそこにいた。「水が来たから皆に知らせてと、二人に頼みました」

夫は当時、同地区の区長を務め、息子は消防団員。公式の避難指示はなかったが、川の水が目の前であふれつつある。手分けして住民に警告してまわった。

そのあと横田さんは大急ぎで家に戻る。足の不自由

な義母を車椅子に乗せ、自宅より少し高い場所に住む人に頼んで預かってもらった。自分の母はその隣の家へ行かせた。別々の家にしたのは「受け入れてくれる人の負担が大きくなりすぎないように」

水位はますます上がり、集落を抜ける道路や橋が冠水。「もう私たちだけで何とかするしかなかった」

### お茶飲みは「地域のお宝」

上越川集落は当時10世帯。

うち8世帯が高齢者だけ、あるいは日中独居状態の高齢者がいる世帯だった。なかには義母と同じく足の不自由な人や、持病を抱える人、視力の低下した人も。そうした近隣の家族構成や健康状態を横田さんは把握していた。「昔からの付き合いだし、近所のばあちゃんたちは皆、うちのばあちゃん(義母)のお茶飲み仲間。毎日のように家に来ていました。それこそ何十年も」

足の悪い義母のところ附近の友人たちが気軽ににお茶飲みに来られるよう、部屋をり

フォームして専用の玄関、トイレやキッチンを設けた。これが功を奏し、義母の部屋は地区のサロンのようになっていた。嫁の横田さんが顔を出すと「遠慮して皆が遊びに来る回数が減る」ため、できるだけ介入を控え、ただ出入りする人たちの様子をそっと見守った。民生委員・児童委員を務めたこともあるが、それ以前から隣近所の暮らしぶりにはわかっていたという。

午後6時頃、横田さんは夫や息子と相談し、高台にある神社へ避難する方針を固め、集落の全員に提案。「私とお父さんと息子以外は高齢者が、

障害があるか、体調を崩している人でした。若い人は皆、集落の外に働きに出ていました。明るいうちに水が来ない場所まで移動しないとたいへんなことになると思いました」

話し合いの結果、10世帯のうち2世帯3人は高台にある親類宅へ避難。横田さんの家族を含む残りの6世帯15人が神社に向かった。未舗装の細い坂道を登り、JR只見線の線路を越える。足の不自由な人は息子が背負った。8畳ほどの板張りの社殿で肩を寄せ合い、朝まで過ごすことになった。

横田さんは、ご飯が炊き上がっていた炊飯器としゃもじ、食品ラップ

一本を社殿に持ち込んでいた。「ほんの少しの食事でも、きつと皆の命を支えてくれると思って」。夕食を取れなかった1人のために握り飯をつくった。翌朝は全員に「ちっちゃいおにぎり」をふるまった。明るくなってきたから神社を出て、家の様子を見に行った。自

宅は1階天井まで水が押し寄せ、家財道具はあらかた流出。2階に生活の拠点を移し、1年ほどかかって自宅を修理した。建築業の夫と息子は、ほかの被災家屋の再建を優先させていた。「あのときは無我夢中でしたよ。皆無事で本当によかった」

町社協の事務局長、加藤ゆきさんは「お茶飲みなどで培われた良好な住民関係が、適切な避難行動や安否確認に役立つ」と指摘する一方、「若い世代にお茶飲み文化が受け継がれるか心配」と話す。「若い人も集落行事や自治会活動に積極的に参加するなどして、つながりづくりをしてほしい。いまの高齢者の暮らしぶりもよく見ておくべきです」

町社協は、お茶飲みやおすそ分けといった近所付き合いの生活文化を介護予防や孤立防止、防災にも有効な「地域のお宝」と位置付け、役場とも連携して住民への周知に取り組んでいる。

日常に埋もれた「お宝」に気づくことが、高齢でも安心して暮らせる地域づくりの重要なステップだ。木



水害の際に避難した大山祇(おおやまつみ)神社を案内する横田早苗さん。背中の孫は水害当時はまだ生まれていない

# 多様なつながりを生み出す地域運営へ

あらい・のぶゆき

東北工業大学工学部建築学科准教授 (Ph.D)。NPO 法人つながりデザインセンター・あすと長町 副代表理事。1972 年生 (川崎市出身)、千葉大学博士課程修了後、民間財団研究員を経て 2009 年 4 月より現職。専門：建築計画、住まいまちづくり (空家活用、コミュニティデザイン、居住支援等) 賞歴：復興創生顕彰-復興庁-(2019)、グッドデザイン賞(2018)、都市住宅学会業績賞(2017)、日本都市計画家協会賞(2015)

微力ながら、私は東日本大震災の復興過程において、仙台、塩釜などで孤立を防ぐコミュニティづくりの支援を実践してきました。2016 年には「NPO 法人つながりデザインセンター・あすと長町」を立ちあげ、いまも各地で取り組みを続けています。そんな復興期のコミュニティづくりには、個人と個人のつながりをつくる側面と、地域を運営する主体をつくる側面があります。ここでは私を取り組んできた事例をおおして、それぞれのポイントをあげてみたいと思います。

## つながりの多様性

あすと長町仮設住宅 (仙台市) では、ほぼ毎日、さまざまな外部団体によって集会所でお茶会やイベントが開催されています。その頃、各団体に話を聞きに行ったところ、参加者が固定客化してつな

がりは広がらないという声が続きました。一方で、参加者を見ると、それぞれの活動で少しずつ顔ぶれに違いがみられました。ある参加者は「この人がいるお茶会には参加したいけど、あの人がいるのには」とつぶやいていました。要するに、人には相性があるため、活動 (団体) を選んで参加しているということなのでしょう。ただ、あすと長町の場合は、個別の活動は固定客化していても、多様な主体が活動していたため多様な相性が存在し、結果的に多様なつながりが生まれていたのです。そうだと



清水沢東住宅夏まつり (パン食い競争) の様子 (2019.7.28)

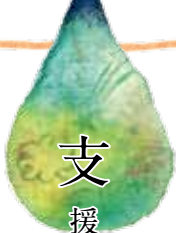
すると、集会所の利用は、できるだけ外部に開いて、「つながりの多様性」を生み出しにくい工夫をすることが肝要になるでしょう。

## ミニマムな運営

清水沢東災害公営住宅 (塩釜市) では、入居後 1 年経っても自治会が立ちあがらずにいました。そこで全戸アンケート調査を実施したところ、「自治会が結成されても入会したくない」という回答が 4 割に上りました (「入会したい」も同数)。それでも、自治会に否定的な人たちのなかには、見守り活動などには参加したいと答える人が多くいました。この結果を私なりに解釈すると、「地域貢献は厭われないが、自治会といった共同体とは距離をおきたい」と考える人が多いのだ、ということになります。実際、調査の時点で、住民有志による見守り活動が行われていて、お茶会開催、除草や花壇の整備、ゴミ集積所の掃除等を担う人たちがいました。そんな状況をふまえて、共用部の維持管理に特化した体制を目指して、組織 (いわば管理組合) 結成を図っていききました。するとスムーズに全員参加で組織化することができました。その後、清水沢東では 30、40 歳のママさんたちが中心となって安定した地域運営が展開され、今年度からは集会所の運営も担い始め、平日は毎日のようにイベントが開催されています。

## 自治から運営へ

復興期および今後のコミュニティづくりでは、外部の団体やサークルなどの任意の取り組みを活用することに注力し、集会所をうまく運営していくことが肝要となります。その際、「自治」ではなく「運営」といったスタンスが担い手に求められていくことでしょう。



# 支援員インタビュー

4

— 支援員になったきっかけは？

尾形 震災当時の仕事は、ヘルパーでした。事業所が被災して、私の担当業務が休止となり、しばらく、被災した友人宅の片づけを手伝うなどしながら過ごしていました。職場の上司から、サポートセンターの相談員の求人募集を紹介され、自分でも地域の人のためにできることがあ

るのではないかと、入職しました。

## 尾形京子さん

東松島市被災者サポートセンターLSA

宮城県東松島市では、市被災者サポートセンターの運営を東松島市社会福祉協議会が受託し、LSA（ライフサポーターアドバイザー）を5人（常勤4人・非常勤1人）配置。2019年3月に仮設住宅入居者の転居が完了し、災害公営住宅入居者全1101世帯の支援に完全移行した。戸別訪問などを通じて、住民の本質的な課題を把握し、必要な支援を検討するアセスメントの技術向上を組織目標の1つに掲げている。（聞き手・清野哲史）

— なかなか会えない住民への訪問の工夫は？

尾形 毎月1回、休日の訪問日を設定しています。平日はお仕事に出かけている人などとも、顔を合わせて話すことができます。

— 課題把握の手法を見直し中と聞きました

尾形 たとえばアルコールの課題など、相手に少しふみ込んで話を聞いてみないとわからないことがたくさんあり、こちらの意識や話の進め方次第で、得られる情報が変わります。体調の良し悪しばかりでなく、本当に困っている課題やその原因を把握できるように、市とも打ち合わせながら、より効果的な質問の仕方などを皆で模索しています。

— 近頃の住民から感じる変化は？

尾形 年齢を重ね、だんだん体力が落ちてきている住民が増えていきます。LSAと顔なじみになり、地域住民の情報などを教えてくれる人も増えてきました。LSAが気になっ

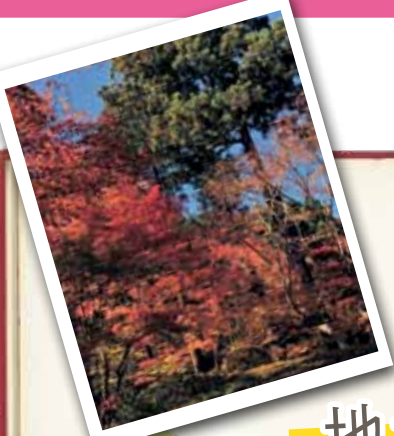
— 今後の抱負や目標は？

尾形 まだ距離感のある人とも関係を深めて、より多くの人たちから、気楽に話してもらえるようにしたいですね。そして、住民の皆さんの変化は小さなことでも気づけるように、より深く気をつけて取り組んでいきたいです。

役割は？  
尾形 5人のLSAが、東西2地区に分かれ、戸別訪問を中心に活動しています。私は、東エリアの災害公営住宅11団地の650世帯の訪問担当です。各世帯に対して、月2回のペースを基準として、健康面の変化や福祉的な課題がないか、お話を伺います。小まめに様子を確認する必要があるれば、それ以上に訪れることもあり、LSAから他機関につながることもほぼ毎日です。



岩手県の陸前高田市社会福祉協議会を訪ね、アセスメントの手法について意見交換



## 地域づくりの仕組みを考える

9月11日に、今年度第1回地域福祉マネジメント研究会が開催されました。

地域福祉マネジメント研究会とは、宮城の地域福祉推進に向けた基盤整備を目的とし、住民主体の地域支え合いの体制について、特に、被災地のサポートセンターなどで、住民としての当事者性をもって、伴走型・寄り添い型の見守り支援を担ってくれた従事者の方々が平時の地域福祉においてどのように活躍してもらえるかを検討する場で、2014年から開催しています。

今回の研究会は「地域共生社会に向けた包括的支援に震災復興の多様な参加・協働をどう生かすか」というテーマで、5時間にわたって検討を行いました。今年度の研究会は全3回の予定で、第2回研究会は11月1日（金）、第3回は3月下旬を予定しています。

研究会の前、当事務所の所長から、厚生労働省が19年7月19日に出している「地域共生社会に向けた包括的支援と多様な参加・協働の推進に関する検討会」（地域共生社会検討会）の中間とりまとめを讀

でおくように言われました。

この事務所に入って3年目、それ以前は福祉の専門職として主に個別支援の現場で活動していた私には、この中間とりまとめの内容がまだ咀嚼しきれません。でも、このなかの『支える』『支えられる』という一方の関係性ではなく、支援者と本人が人として出会い、そして支援のなかで互いに成長することができる』という一文に目が留まりました。

自分自身の経験から、つい支援する側は与える役割だと考えがちですが、これまで活動してこられたのは、専門職としての私にかかわってくれた方々が私にさまざまな経験を与えてくれたからなのだと思います。専門職は「ありがとう」と言ってもらえる機会がありますが、私は私を育ててくれた方々にありがとうと伝えられてきたのだろうか・・・。

これからの地域づくりについて、制度越しではなく、まず「人として出会い」、対話ができるということが出発点なのかもしれません。（松本桂子）

### 宮城県内の研修のお知らせ

#### 令和元年度 宮城県被災者支援従事者研修事業

<「地域福祉コーディネート基礎・実践研修」受講のための事前研修>  
【柴田会場】 10月30日（水）～31日（木） 柴田町地域福祉センター

<地域支え合いの発見の仕方～かかれた資源を見つけ出せ～>  
【大河原会場】 11月22日（金） 総合会館ララ・さくら

<地域支え合いの伝え方～見つけた資源を伝えよう～>  
【大河原会場】 12月17日（火） 大河原合同庁舎

#### 令和元年度 宮城県地域福祉コーディネート研修事業

<地域支え合い活動実践研修 鹿児島県肝付町編>  
【仙台会場】 11月8日（金） エスポールみやぎ

<地域支え合いの共有の仕方～見つけた資源を知らせよう！  
お宝発表会の持ち方～>  
【石巻会場】 11月20日（水） 河北総合センター ビッグバン

▼研修の詳細は下記URLをご参照下さい。

[http://www.clc-japan.com/miyagi\\_c/2019\\_youko.pdf](http://www.clc-japan.com/miyagi_c/2019_youko.pdf)

#### 令和元年度 宮城県生活支援コーディネーター養成研修事業

<協議体運営の方法>

【仙台会場】 11月15日（金） エスポールみやぎ

<生活支援コーディネート基礎・実践研修>

【石巻会場】 12月2日（月）～3日（火） 石巻商工会議所

#### 【おわびと訂正】

本紙82号に以下の誤りがありました。訂正しておわびします。  
2頁の記事で、「沼田恵子美子さん」とあるのは「沼田恵美子さん」の誤りでした。  
同じく「小出学区」とあるのは、「生出学区」の誤りでした。  
13頁の記事で、左枠外に写真と脚注が一部映り込んでいますが、掲載の誤りです。  
記事の内容とは関係ございません。

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](mailto:joho@clc-japan.com)

#### ☆次号予告 特集「在宅被災者」