

2025

2

令和7年2月10日発行（毎月1回10日発行） 通巻378号

人生100年時代 共生社会の生き方情報誌

さあ、さあ



公益財団法人



公益財団法人
さわやか福祉財団

助け合いの仕組みづくりをさらに進めよう

情報紙

『さあ、やろう』 vol.26発行!

生活支援コーディネーターと協議体の取り組みを考える情報紙『さあ、やろう』。

地域支援事業に携わり、地域における助け合いの仕組みづくりを進めている方々の参考となる記事を掲載し、全国の関係者の皆さんに頒布しています。また、財団ホームページからダウンロードもできます。

【vol.26目次】

- ◆ いきがい・助け合いオンラインフェスタ2024報告
 - * オープニングフォーラム
 - * 特別トーク
 - * 学ぼう編
 - * 語ろう編
- ◆ 寄稿 地域における助け合いの拠点
「実家の茶の間・紫竹」が実現してきたこと
- ◆ 「地域助け合い基金」状況で報告
- ◆ Topics 助け合いを広めるために

財団HPトップページ→「ライブラリー」→「さあ、言おう・さあ、やろう」にお進みください

vol.25



vol.24



vol.26

【お問合せ】 メール post@sawayakazaidan.or.jp
電話 (03) 5470-7751

ともあそび

2025年2月号

CONTENTS

2 新しいふれあい社会 実現への道

介護離職防止と助け合い活動

清水 肇子

4 広げよう つなげよう 地域助け合い 活動の現場から

山間地域で幸せに暮らすために 自分たちの手でつくる助け合い

くらしくらぶ ～倉渕支え合いくらぶ～（群馬県高崎市）

10 いきいき わくわく 子どもと一緒に地域で輝こう

老若男女、みんなで集まりつながろう 自分たちでつくる青空の下の公民館

パーラー公民館（沖縄県那覇市）

20 連載 共生社会 ー認知症との新しい向き合い方 10

認知症カフェなどの地域の取り組み

社会医療法人財団石心会理事長・川崎幸クリニック院長 杉山 孝博

22 連載 人生100年 地域とつながる施設とは 10

看取りを支える①

公益財団法人Uビジョン研究所理事長 本間 郁子

新しいふれあい社会づくりに向けて

16 「地域助け合い基金」

助成先のご紹介／状況のご報告

26 ご支援ありがとうございます。

さわやかパートナー（賛助会員）・
ご寄付者の皆様のご紹介

27 活動日記（抄）

⑮「ともあそび」ツール紹介

⑯現場視察レポート

⑰みんなの広場 / 投稿募集

⑱さわやかパートナーのご案内 / 表紙絵から

助け合いを広げよう！ 新・ひとりごと・鶴山 芳子

介護離職防止と助け合い活動

さわやか福祉財団 理事長 清水 肇子

介護人材の不足が深刻な問題となっているが、もう一つ見過ごせない問題が介護離職だ。総務省が5年ごとに行っている調査によれば、親などの介護をしている人は約629万人、そのうち仕事を持っている人は約365万人。2022年の調査時点の直近1年間で、介護や看護のために離職した人は10万6000人に上るといふ。確かにここ数年、私が企業や組織の方々と意見交換をしても介護離職が大きな課題だと言われることが増えてきている。

募集しても新たな働き手が得づらくなっている今、経験豊かな中堅の人材が退職していくことはまさに一大事だ。介護保険制度はもとより、介護休暇・休職、勤務時間の短縮等の介護支援制度は整備されてきた一方で、なぜ介護離職は抜本的に改善しないのか。職場に迷惑をかけられないという本人の意識、申し出をしづらい職場環境、制度自体の硬直さ等、主な要因は相対指摘されている。介護離職防止に地道に取り組む企業は増えてきているが、職員の充実した生活保持のためにも真正面から重要な問題として臨む舵取りがまさに問われるところだろう。

そこで、地域の助け合いを推進している立場から考えてみたい。まずは職場の実態調査について。恐らく予想を超えた結果となるのではないか。介護は積極的に話す内容ではないという

意識がまだ強く、またプライベートルな問題でもあるため企業側は状況を把握しづらい。自己都合で退職し、実は介護離職だったと後になって知ったということもあるだろう。だから無記名アンケートでも構わない。現在の介護実態と5年後、10年後などの見込みを回答してもらう。併せてここがポイントだが、介護支援制度や、さらに住民・市民による助け合い活動についての知識や情報をどの程度持っているかを確認する。実は、多くの人たちには、自治体や専門職関係者が思っている以上に具体的な制度や支援策の情報が届いていない。普段忙しく仕事に追われている中で、いざ介護者になったときに慌てて対応することで、抱え込みすぎてしまう。

本年4月1日には育児・介護休業法の改正法が施行する。その中には、介護休業や両立支援制度等について、個別周知や意向確認、情報提供・研修・相談体制等の環境整備を進めることも義務付けられた。ヤングケアラーが問題化するなど介護は中高年だけの課題でもない。若い年代から、職務研修とは別に介護や認知症についての基本知識、そして地域での助け合いで何ができるかということを繰り返し伝えることである。こうした研修や勉強会の際は、助け合いや居場所の取り組みに体験参加してみる。自分の身近に助け合い活動はなかったとしても、ああ、こうしたことをお願いできるのか、頼ってもいいんだな、ということを感じて知っておくことが、いざという時に大変役に立つ。また、職員たちが自ら試行的に活動してみるのもよいだろう。本業と関係ないというのは早計で、必要な情報を集め、何ができるかを考えてプロジェクトを立ち上げて実行するのは、まさに人材育成にもつながるものだ。

地域活動を支援してくれることは大変ありがたいが、企業も介護離職という問題を抱え込みすぎずに地域とのつながりをもっと活用してはどうだろう。多くの応援が必ず届くはずだから。



山間地域で幸せに暮らすために

自分たちの手でつくる助け合い

くらしくらぶ 倉渚支え合いくらぶ (群馬県高崎市)

JR高崎駅から車で約1時間、山間部に位置する高崎市倉渚町。住民が自分たちの手で自立して活動し、地域の安心をつくり出している様子を取材しました。

(取材・文/森 祐子)

地区外への移動が課題

倉渚町(旧倉渚村)は群馬県の西部に位置し、2006年に高崎市と合併した。人口は約3000人、高齢化率は49・6%(2024年6月現在)。

高齢化率の上昇に伴い、市街地にある病院への通院や買い物移動に困る住

民が増えていた。

生活支援体制整備事業により設置された同町の第2層協議体でも、移動をはじめとする高齢者の生活支援が課題となっていた。そんな課題に対応するため、市が20年6月から高齢化率の高い地域を対象として、高齢者や障がいを持つ人の生活の足の確保を目的に、

ルート上ならどこでも乗り降り自由、利用無料、事前予約登録不要の「おとしよりぐるりんタクシー」を同町内に走らせた。しかし、町内の移動ならば市社会福祉協議会の交通空白地有償運送「倉渚買い物おでかけ便」がすでにあった。ぐるりんタクシーの情報は協議体でも共有されたが、「課題は町外



くらしくらぶの皆さん。左から伊井光也さん、戸塚政道さん、市川太一さん、大塚とり子さん、戸塚真佐子さん、原田俊幸さん、原田牧雄さん、原田富夫さん

くらしくらぶ
発足前、
移動支援
研究会の様子



に出られる移動手段がないことなんだ」と、第2層協議体メンバーの原田俊幸さん（71歳）がつぶやいた。

そんな原田さんの様子を見て、高崎市第1層SCで当財団職員の目崎智恵子氏が協議体終了後に「できるかでき

ないか分からないけれど、どうしたらできるようになるか一緒に考えてみませんか」と声をかけたことをきっかけに、20年7月、原田俊幸さん、同じく第2層協議体メンバーの戸塚政道さん（73歳）、福祉有償運送の経験者である原田牧雄さん（75歳）の3人と第1層SCで「移動支援研究会」を結成。移動支援の先行事例や仕組みの研究などにSCが伴走して6回の話し合いを重ねた。途中からは、元行政職員で定年後に市社協でおでかけ便を担当した経験もある伊井光也さん（72歳）も、原田俊幸さんが声をかけてメ

ンバーに加わった。そして「みんなが無理なくできること」を合言葉に、「この仕組みなら、自分たちでもできるかもしれない」と思えた同年11月、「くらしくらぶ」倉瀬支え合いくらぶ（以下、くらしくらぶ）が発足。現在くらしくらぶ会長を務める原田俊幸さん、同じく事務局を担う戸塚政道さん、会計を担当する原田牧雄さん、伊井さんの4人でのスタートだった。

**定例会でさらなるやる気も！
住民がすべてを担う自立した活動**

くらしくらぶのサービスを利用した

いは、年会費3000円を支払って会員登録する。登録面談日には、都合のよい担い手会員がみんなまで訪問して、新規利用会員の家の場所や生活状況を

確認しがてら、「こんなメンバーで活動していますよ」「こういう仕組みで

利用していただけますよ」と丁寧

に説明し、より身近に安心して利用して



連携会議には関係者が集まって情報を共有

話は戸塚政道さんが持つくらしくらぶの携帯電話につながる。依頼を受けたら、戸塚政道さんが担い手会員の予定を確認し、活動日に対応できる人をマッチングする。

活動当日、担い手会員は30分500円の計算で利用者から謝金を受け取る。そのうち2割をくらしくらぶの運営費として、月1回実施している定例会で



生活支援活動（雨桶の掃除）

会計の原田牧雄さんに渡す。

定例会は、「Aさんは足が上がらなくなってきたて危ないから、車に乗るときは踏み台を使ったほうがいいよ」といった利用者の状況

らせるようにした。支援を希望する人は、電話で依頼。電

原田俊幸さんは「13人以上が会員登録してくれれば自主運営できるという事前の試算がありました。最初はそんなに集まるか不安でした。でも、立ち上げたらあつという間に18人集まって、こんなに困っている人がいたのかとあらためて実感しましたね」と、当時の心境を振り返る。現在はなんと85人

にまで利用会員が増えている。支援の内容は移動支援が多いが、病

院の受付手続きの代行やスーパーでの買い物支援、草刈りや電球交換、自家菜園の野菜のネット張りや片付けなど、依頼があればさまざまな生活支援を引き受けている。

ネットワークを組んで安心感 包括・社協との連携会議

くらしくらぶでは月1回の定例会とは別に、3〜4か月に1回のペースで連携会議を開催している。この場には、くらしくらぶのメンバー以外に高齢者あんしんセンター（地域包括支援センター）。以下、あんしんセンター）、市社協、SCも参加するため、くらしくらぶと関係各所との連携がスムーズに進み、メンバーも安心して活動できているそうだ。

くらしくらぶの利用会員には介護保険が、あんしんセンターとくらしくらぶで状況を共有している。そうすること



高齢者あんしんセンター
の多賀名さん

で、担い手会員が訪問した際に何か困ったことがあっても、すぐあんしんセンターに連絡して相談できるようになっていいる。

「もし利用会員さんの体調が悪くなったりしたとき自分だけでは不安ですが、あんしんセンターがあるから私たちも安心して活動できます。以前、お迎えに行ったのに利用会員さんがいなくて戸惑ったことがあります。そこであんしんセンターに連絡してご家族に確認してもらったら、前日に入院したことが分かった、ということもありました」と原田俊幸さん。

一方で、あんしんセンターのケアマネジャーのケアマ
ネジャー多
賀名光代さ
んも、くら
しくらぶに
助けられて
いると語る。



第1層S Cの目崎氏（左）と小川さん（右）

「地域の高齢者の実態把握も私たちの業務ですが、高齢者の人数が多くてとても回りきれないのが実状です。そんな中、くらしくらぶさんから『Bさんは少し心配だから、一度見に行

ってみて』と貴重な情報をいただけて、非常に助かっています」
第1層S C目崎氏と小川広平さんはくらしくらぶ立ち上げ時期に、研究会での情報提供や書類作成、あんしんセンターとのパイプ役など全力応援で支えたが、現在はメンバーだけで運営できていることに敬意をもって見守っている。「くらしくらぶの運営はすべて住民さんがやっています。既存のおで

かけ便やぐるりんタクシーを大切にしながら問題意識を持って自主的に取り組み、自立されていることは本当にすごいことです」と目崎氏。小川さんも、「担い手会員の皆さんが、誰かにやらされているのではなく地域のために本気で取り組んでいて、それが利用会員さんにも伝わり安心感を生み出しています」と話す。

新たな担い手を地道に探し養成

移動支援を行うには、使用できる自家用車を所有し、移動サービスの運転に必要な知識や心構えなどの講習を受講し、運転実技の実習を受ける必要がある。安全のためとはいえ、こうした課題をクリアして担い手に加わってもらうことはハードルが高く、依頼の増加に対して担い手が足りないことが課題だ。

そこでくらしくらぶでは、新たな担い手が参加しやすくなるように自主財

源でNPO法人全国移動サービスネットワークの講師を公民館に招き、同法人のテキストを使用して自前の「運動ボランティア養成講座」を開催している。

講座の日程が決まったら、募集チラシを作成して全戸配布したり地域の商店に貼ってもらうなどして、地道に協力者を募る。講座は、新規の担い手希望者だけでなく現役の担い手会員全員も毎回一緒に受講するようにしている。

あらためて受講すると、記憶が薄れていたことを確認できたり、新たな発見があるのだそう。この養成講座は新規の担い手養成だけでなく、現役担い手のスキル維持・向上にも一役買っているのだ。

「担い手一本釣り」の名手に、大塚とり子さん（76歳）がいる。みんなから「とり子さん」と呼ばれて親しまれ、「この人は担い手に向いている」と感じた人にはどんだん声をかける。実際、

とり子さんからの声かけがきっかけで参加を決意した人は何人もいるそうだ。「担い手不足はいつも課題ですから、『断られるのが当たり前』くらいの気持ちで声かけています」と、とりさんは笑い飛ばす。女性利用会員からいろいろな相談を受けることもあり、運転を伴う活動で男性メンバーが多い中、とりさんの存在は大変貴重だ。

担い手も利用者も元気に

取材日は、隣町にある病院への移動支援があったので同行させてもらった。運転を担当するのは戸塚保さん（74歳）。24年10月に担い手会員に加わったばかりだ。もともとタクシーの運転手をしていたが4年前に引退。「何か地域の役に立ちたい」と漠然と考えていたところ、とりさんに「運転のプロだったんだから、手伝ってくれない？」と声をかけられ、参加を決意。「くらし

くらぶで活動を始めてから、気持ちがい



取材当日の支援の様子。
左が相模さん、右が戸塚保さん

しゃっきりするといいますか。食べ物とか運動とか、健康に気を遣うようになりました。体調不良で利用会員さんに迷惑をかけるわけにいきませんからね」といきいきとした表情で話す。

この日の利用者は相模清さん（86歳）。81歳で仕事を退職したのを機に運転免許を返納。それ以来、移動に困難を感じており、現在は月1回の通院でくらしくらぶを利用している。「ここは山

間地で不便です。若い世代は仕事で忙しいから、平日の昼間に運転をお願いするのは気が引けるじゃないですか。くらしくらぶでは、病院の帰りにちょっとした買い物をするのにスーパーにも寄ってもらえて本当に助かってます」と話す。

「くらしくらぶがあつて幸せ」

くらしくらぶは事前に予約を受け付けて対応する仕組みだが、場合によっては緊急対応することもある。「あのときは、くらしくらぶのおかげで本当に助かりました」と振り返るのは、宮下美子さん（90歳）だ。

22年9月、息子さんが倒れて病院に搬送された際、急でどうしたらいい



利用会員の宮下さん（左）と、くらしくらぶのとおり子さん（右）

いか分ならず、途方に暮れながらくらしくらぶに電話をしたところ、事務局の戸塚政道さんがすぐに迎えに来て、病院に連れて行ってくれた。残念ながら息子さんは亡くなってしまったが、その後の斎場との打ち合わせもくらしくらぶが付き添ってくれた。

宮下さんは、「地元の人が本気でこういう活動を立ち上げてくれる地域ですから、倉淵に住んでいてよかったと思つています。病院に行くたびにどうやって行こうか心配するのはつらいです。お友だちに送迎をお願いするのも、お礼は何をしただろうかと気を遣うしね。何とか自分だけでやろうと下根性で生きてきたけれど、くらしくらぶができて幸せです」と、

* * *

くらしくらぶ ～倉淵支え合いくらぶ～

2020年、移動支援を含む会員同士のお互いさまの助け合い活動団体として発足。登録会員85名、うち担い手12名。年会費3,000円。電話で事前に依頼し、マッチングした担い手が30分500円で対応する。移動支援や通院・買い物の付き添いが中心だが、草刈り、家の周辺の片付け、家事、電球交換など、さまざまな困り事に対応。

●連絡先 電話受付時間：月・水・金 9:00～12:00
070-1364-8040（担当：戸塚）

住民のニーズに合ったサービスや活動がないなら、と地域住民が立ち上がり、「倉淵に住んでいてよかった」と住民が幸せを実感する支え合い活動を実現したくらしくらぶ。自分たちの手で、住み慣れた地域での安心な生活を支えている。

いいきき わくわく //

子どもと一緒に 地域で輝こう



老若男女、みんなで集まりつなごう 自分たちでつくる青空の下の公民館

パーラー公民館（沖縄県那覇市）

小学校近くの公園で土曜日の午後、白いパラソルが開きます。子どもも大人もそこに集い、遊んだりおしゃべりをしたりおやつを食べたり。もちろんそこにいるだけでもいい。それは、形を変えた地域の「公民館」でした。

（取材・文／神保 康子）

● 大きなパラソルが目印！

沖縄県那覇市曙地区にある、あけぼの公園。ここには月一回、原則として第3土曜日の午後に見んなが集まってくる。目印の白い大きなパラソルなど設営や片付けは、子どもも大人も一緒にやる。やがて、子どもたちはどの学年も関係なくワイワイと追いかけてこをしたり遊具やおもちやで遊び始め、大人はそれを見守り、自分たちも井戸端会議。ただの世間話のこともあれば、年上の人にちよっとした相談をすることも。

一見、何ということのない日常風景のようだが、住宅街の公園に自然と老若男女が集まって共に過ごす光景を近年あまり見かけない。加えてここでは、紙芝居を楽しんだり、コマ回しやけん玉遊び、お絵描き、子ども食堂が提供するおやつも食べられる。ときどきワークショップも開催されるが、「ただそこにいるだけ」というのももちろんアリ。それが、曙小学校区まちづくり協議会（以下、まちづくり協議会）が開催している



屋台型公民館
「パーラー公民館」



パラソルと黒板テーブル。
子どもたちが自由に落書き



子どもも一緒に設営・片付け

ブルを囲み、ひとしきり好きなものを描いたり消したりしながらおしゃべりをする。飽

移動式屋台型公民館「パーラー公民館」だ。パーラーとは、もともとフランス語で「話す」という意味で、派生して談話室や喫茶室などの意味にも使われる。沖縄でパーラーといえれば簡易店舗（屋台）のことなのだそう。取材に訪れた日はクリスマス会ということもあり、いつもより華やかな雰囲気。パラソルにはクリスマスの飾りがつけられ、音量を上げたスマホからはクリスマスソングが流れていた。パラソルの下のテーブルは黒板になっていて、チョークで自由に描くことができる。子どもたちはここに来ると、まず黒板テ

きてくると、コマやけん玉のコーナーに流れていき、たちまちコマ回し大会の様相に。

この日は、記名用紙に名前を書いただけでも20名以上が参加。実際にはもっとたくさんの方が訪れた印象だった。

●友だち100人できたよ！

午後1時頃にパラソルが立つと「開館」し、夕方になるとパラソルが畳まれて「閉館」というゆるやかなパーラー公民館。参加費は不要だ。この日の企画として、ボランティアで民生委員の「ジヨーさん」こと金城文雄さん（70歳）による紙芝居、さらにクリスマススプレゼントとしてお菓子の配布とくじ引きも用意されていた。

8人の子どもの持つ赤嶺佳奈子さん（33歳）は、3か月の末っ子を抱っこして、ほか4人の子たちと一緒に来ていた。「このあたりは子どもが遊べるところがあまりなくて、児童館もないので、こーやって安心して遊べるところは貴重だと思えます。ただ公園があるだけじゃダメで、子どもの成長には地域の方々の交流がとても大事」と話す。



若狭公民館職員で曙地区担当の崎枝博至さん（中央）。パーラー公民館やまちづくり協議会に関わり、この日はコマ回しをしたことがない子どもたちにやり方を伝授



ジョーさんの紙芝居

た本人、そのいとこの3人組もいれば、小学校の掲示板上でパーラー公民館のポスターを見て友だちとここで待ち合わせをしたという子、小学校のクラブの上級生が来ているので立ち寄った低学年の子——。壁のない公民館では知らない人同士でも自然に交わっていく。

● 必要なのはハコモノではなく

黒板テーブルに絵を描いていた小学1年生の知念まいかさんは、「ここでお友だち100人できたよ!」と教えてくれた。まいかさんのお母さんは「この子がよくここに来ていいるから一緒に来てみました」とのこと。ほかにも同じように話す何人かの親に会った。子どもがまず遊びに来て、徐々に親も参加するようになり交流が生まれる。純菜さん（21歳）は、子どもを遊ばせに来た際、中学1年生の睦月妃^{むつき}さんと出会い、同じ小学校出身と分かり話をするようになった。今では、2人はすっかり友だちだそうだ。

「妹から聞いて来ました」というお姉さんと誘っ

パーラー公民館は、曙地区の人たちの「自分たちの地域にも公民館が欲しい」という声から生まれた。実際、最寄りの那覇市若狭公民館からは3キロほど離れており、歩いて気軽に通えなかった。こうした声が上がったときに通常思いつくのは、空き家や空き店舗を利用したサロンなどが、欲しいもの、足りないものは一体何なのだろうと、相談を受けた若狭公民館と地域の人たちがまず話し合いを重ね、公園を利用した公民館を開いてみることにしたそうだ。みんなが立ち寄りたくなる場にするべく、しつらえには、パーラー公民館立ち上げに携わった若狭公民館館長の宮城潤さんと

つながりのあるアーティストの力も借りた。

「パーラー公民館は、若狭公民館の出張型と思われがちですが、そうではないんです。大切にしてきたのは、あくまで曙地区の人たちが主体となって集まる場です」（宮城さん）

地域によって環境も住民の特性も、課題も違う。だから、そこに住む人たちが自分たちでつくっていくことが重要だった。曙地区は子だくさんの家庭が多いが、前出の赤嶺さんが言っていた通り遊び場や近隣の交流が少なく、自治会加入率が低いといった課題もあった。

現在、パーラー公民館の運営を担っている、まちづくり協議会会長の吉田修さん（67歳）は、「子どもたちのいきいきとした顔が見られるのが何よりです。今の子は外で遊ぶことも少ないから。こういう場で子ども同士のコミュニケーションも生まれています。大きい子が小さい子の面倒を見たりしているでしょう。大人の社交場にもなっていて、特に小さい子がいる親はここに来て自分も楽しみながら子どもを遊ばせています」と話す。

● 地域の人たちの力で

吉田さんが曙小学校のPTA副会長をしていた約10年前に、地域の有志が開催していた居場所の取り組みが諸事情で存続の危機となり協力を要請され、急ぎよ地域活動の拠点となる団体が必要となった。そこで、他の地域活動をする団体、NPOの有志、まちづくり協議会初代会長で現名誉会長の上原美智子さんと協力してまちづくり協議会を設立。そうこうするうち「曙地区にも公民館が欲しい」という前述の声が上がリ、2007年に若狭公民館からのスタッフ派遣の形でパーラー公民館が走り始めることとなった。若狭公民館による3年間の伴走期間を経て、20年からはまちづくり協議会が運営を引き継いでいる。

月2回、地元の自治会事務所子ども食堂「ほのぼのカフェ」を開催している玉寄文代さん（70歳）は、まちづくり協議会のメンバーで民生委員でもある。那覇市の非常勤職員を退職後も「地域への恩返し」と、さまざまな地域活動に携わって



曙小学校区まちづくり協議会会長の吉田さん



ほのぼのカフェの玉寄さんと、玉寄さんが持参した沖縄で冬至に食べる郷土料理「冬至雑炊（トウンジージュシー）」のおにぎりに引き寄せられる子どもたち

多くの人が関わるパーラー公民館だが、運営側は極力「何もしない人」でいることを大事にしている。運営にまつわるいろいろな作業はするが、基本的に集まってきた人たちの様子を眺めたり、必要に応じて話し相手になったりと、まったくの平たい関係だ。集まった人が自然に自分の力を発揮するには、「指導」したり何かを「してあげる」のは禁物なのだ。シニア世代が中心となって運営しつつ、子どもがのびのびと過ごし、若い親世代

おり、パーラー公民館の開館日には必ず「出張カフェ」として手作りの軽食やおやつを携えてくる。

「遊んでいると『お腹すいた』とか『何かない?』という子が必ずいるんですよ。子ども食堂は月2回だから、ここでも月1回出張カフェをやっています」

公民館の本質を探るチャレンジ 一緒に立ち上げ、運営のバトンを渡すまで

若狭公民館館長 宮城 潤さん



曙地区の皆さんから「公民館が欲しい」という声が上がったとき、「集まって何かする場」でなく、あえて「公民館」と言っているところが興味深いなと思いました。ご本人たちも気づいていないニーズがそこにあるかもしれないと考えたんです。

若狭公民館でも、公民館としての活動の幅を広げてみたいという思いが以前からあったので、「『つどう・まなぶ・むすぶ』が役割とされる公民館の本質って何だろう?」と、曙地区の人たちのニーズに応える中で探っていくチャレンジが始まりました。単に公民館の既存の機能を持っていくのではなく、地域の人たちと一緒に、実情に応じて必要とされる活動を一緒に生み出していく最小限の環境として考え出されたのが、パーラー公民館です。

最初から、私たちが運営するのは3年間限定と宣言して、その間に少しずつ運営を地域に移行していきました。3年間での盛り上がりや、子どもたちの成長、いろいろな人がつながって続いてきたという確信があったので、その後も地域の人たちの手で「続けたい」ということになりました。今もあのパラソルがアイコンになっているのはうれしいですね。

も惹きつけられるパーラー公民館の居心地の良さの秘密がそこにあるような気がした。

地域の力で子どもたちの共感力を育てる、
そしてシニアも元気になる

「ともあそび」を始めませんか？

子どもたちが、幼い頃から地域のいろいろな人と「あそび」を通じて
関わり合う中で、「共感力」を育てていける地域づくりを進めましょう！
子どもと遊ぶことで、シニアも地域もエネルギーをもらい元気になれます。みんなで子どもたちを育てる地域づくりに、当財団の「ともあそび」冊子をぜひご活用ください。



「どう遊ぶ？」QA

ともあそびの準備、遊び方、
関わり方、言葉かけのポイントから、
注意点や保護者との関わりなどを
Q&A方式で分かりやすく解説しています。

地域シニアが 子どもたちと共に遊ぶ ともあそびへの おさそい

ともあそびの種類や始め
方などを紹介しています。



シニアの出番！
子どもが育つ、
みんなも楽しむ
「ともあそび」
プロジェクト
あなたもやってみませんか
ともあそびプロジェクトの
提言書です。今、地域で
ともあそびを広げる意義、子
どもたちの成長などについ
て解説しています。

※当財団HPトップページ→「ライブラリー」→「各種広報ツール」からダウンロードできます。

◎ お問い合わせは当財団まで ◎

電話 (03) 5470-7751 メール mail@sawayakazaidan.or.jp

校や地域の行事にも積極的に参加できるようにサポートしています。また、日本語ができないために仕事に就くことが困難な保護者に、日本語能力試験の合格を目指す学習支援も行っています。

漢字圏でない子どもたちに日本語を定着させるのは非常に難しいとのこと。そこで今回の助成金でテキストや問題集を購入、子どもたちに配布されました。プリントやコピーだと紛失したり順番が分からなくなったりして学習に支障が出ていた子どもたちも、「自分のテキスト」という意識から積極的に学習に取り組めるようになったそうです。

「外国人児童生徒が学校で取り残されることなく、日本人児童生徒と関わりいきいきと過ごすことができれば、多様性社会実現にもつながり、双方にとって良い効果が生まれる」と信じて活動する府中JSL日本語支援協会。「ことばで困っている子どもたちや保護者に、やさしい日本語で接してもらえればうれしいです」と、報告とメッセージを寄せてくださいました。



相談所は地域の憩いの場でもある

「なんでも相談所」で困り事受け付け 優しくあたたかな生活支援の活動

長野県駒ヶ根市

ちょこつとお助け東伊那

助成金額 14万2000円

「ちょこつとお助け東伊那」は高齢化率37%、高齢者の約1割が一人暮らしという高齢化が急速に進む地域にあり、住民同士、ささやかでもできることで助け合える優しくあたたかな地域づくりをしたいという熱い思いから約半年間

の検討を重ね2023年に発足しました。

地域の中心地に設置した「なんでも相談所」を拠点に、地域のサロンや民生児童委員にも受付窓口として協力してもらい、高齢者や障がい者などの困り事である、通院や買い物等の外出支援、掃除やごみ出し等の家庭内支援、草刈りや庭木の手入れ等の環境整備支援、家電修理や携帯パソコンの取り扱いなどの電気通信関係支援等を行います。支援ボランティアには16名からの応



活動の様子

周知のためのチラシ作成、ボランティア活動保険にも加入することができたそうです。

発足して1年、地域住民の認知も少しずつ進み、支援ボランティアは21名、お助けの依頼は32件となりました。依頼者からは大変喜ばれ、活動の必要性を感じています。今後ますます高齢化が進み、一人暮らしの高齢者も増えるでしょう。誰もが住み慣れた地域で安心して暮らし続けるために、「少しずつ広まってきたこの支え合いの輪を一層広げ充実させていきたいと思えます」と報告をいただきました。

募がありました。

今回の助成金で、「なんでも相談所」開設のためのテーブルや座布団等備品を購入、地域住民へボランティア活動保険にも加入



うーちゃんの部屋に集うご近所の皆さん(上)と、代表者の愛犬「うーちゃん」(右)



地域で長く暮らしている間に、自分自身も、親しく近所付き合いをしていた人たちも施設へ入居したり、加齢とともに外出困難となるなど、地域が静かで寂しい状況になっていることに気づいたという「うーちゃん」の部屋」の代表者。何かできないかと、あいさつやごみ出しなどできることから手伝いながら模索していましたが、第2層SCから紹介を受け、地域の集会所やコミュニティセンターで行われている居場所の様子を見学し、皆が楽しく有意義な時間を共有している様子に感銘を受けました。そして、自分にも住み慣れた場所ではないかと、自宅のリビングを開放し「うー

京都府宇治市

愛犬うーちゃんがお出迎え 自宅のリビングをみんなの居場所に

うーちゃんの部屋

助成金額 15万円

「地域助け合い基金」 状況のご報告

申し上げます。

地域助け合い基金は、能登半島地震の被災地・被災者にも支援を実施してまいります。
引き続き皆様のご支援・ご寄付をよろしくお願い申し上げます。

(1月15日) 当財団ホームページ開示時点
◎寄付受付額
このうち当財団より1億6162万1000円を供出
◎助成実行額
1232件 1億8895万9196円

当財団ホームページでは毎日、寄付と助成金額を開示しており、助成可能な金額もご覧いただけます。寄付や助成をお考えの方は参考にしてください。



クレジットカード
決済ページ



財団ホームページ内
基金関連ページ

●基金に関する情報、およびクレジットカード決済は、上のコードもご利用ください

基金に関するご意見・お問合せ

地域助け合い基金
担当

電話：(03) 5470-7751

FAX：(03) 5470-7755

メール：tasukeai-kikin@sawayakazaidan.or.jp

「一ちゃんの部屋」を開設しました。
今回の助成金は開設準備として、玄関とトイレの手すりの設置、調理機器、セキュリティボックス、ホットカーペット等の備品購入に活用されました。
月1回4～5名の参加で、代表者の趣味を生かしてみんな一緒にお菓子作りをし、出来たてのお菓子を食べながら

地域の話はもちろんのこと、防災や介護など話題は尽きないそうです。これまではあいさつ程度だった顔見知りの人たちが、親しい友人に変化しています。「小さな変化ですが、地道に続けていくことを大切にして、今後も少しずつですが地域の方たちとつながっていきたいと思います」と報告をいただきました。

— 認知症との
新しい向き合い方

社会医療法人財団石心会理事長
川崎幸クリニックス院長

杉山 孝博



(すぎやま たかひろ)

1973年東京大学医学部卒。1998年9月川崎幸クリニックス院長に、2023年7月社会医療法人財団石心会理事長に就任。1981年から公益社団法人認知症の人と家族の会の活動に参加。全国本部の副代表理事(副代表)。公益社団法人日本認知症グループホーム協会顧問、公益財団法人さわやか福祉財団評議員。著書は、杉山孝博著「マンガでわかる 認知症の9大法則と1原則」(法研)、杉山孝博監修「認知症の人の不可解な行動がわかる本」(講談社)など多数。

認知症カフェなどの地域の取り組み

認知症カフェあるいはオレンジカフェとは、身近な場所で、認知症の人やその家族、地域の人たち、専門職など誰でも、気軽に集まり交流できる場です。認知症の人と家族や地域の人たちが相互の理解を深め、認知症の人の思いや悩みを共有し、認知症に関する理解や支援の輪を広げることで、「認知症になっても安心して生活できる地域づくり」に欠かせない活動です。

私は人を理解するための最も良い方法は、気持ちの上でも姿勢の上でも同じ目線の高さでその人と直

接接することだと思っています。個人的なことですが、縮ですが、医学部学生時代に、サリドマイド被害児キノホルム被害者や数多くの障害者と一緒になってサッカーやキャンプ、裁判支援運動などに取り組んだ体験が、私が今日まで地域医療に関わり続けている原点になっています。

厚生労働省の発表によれば、2025年には認知症の人が471万6000人となり、医療・福祉の専門職、民生委員や行政職などで認知症の人や家族に接する人の数は膨大な数に上っています。また、



認知症に関心を持ち、自分でできることをしようとして養成された認知症サポーターは1500万人（2024年3月）になっています。

認知症の人と家族の会のつどいの場で、「ケアマネや看護師さんたちは、私の話をよく聞いてくれて、使いやすい介護サービスを丁寧に教えてくださいますが、私の本当の思いを受け止めてくれていたとは思えません。でも、つどいでは、介護者も専門職も同じ思いや同じ立場で参加していますので、気兼ねなく話ができます」という介護者からの感想がよく聞かれます。私も同感で、認知症の人や家族の本音を聞くためには、専門職は職場から離れて、つどいや認知症カフェなどにボランティアや市民として参加することが必要だと思います。

認知症カフェは、身近な地域の中で、気軽に訪れ自由に交流できる場で、地域包括支援センター・市区町村・グループホーム・認知症関連団体・ボランティア団体などが運営に関わっています。

2012年にオレンジプランで取り上げられたこ

とで、認知症カフェは広く全国に普及しました。2021年度の実績調査では、47都道府県1543市町村で7904のカフェが運営されていると報告されています。

認知症カフェの特徴と意義については、「認知症の人とその家族が安心して相談でき、思いや悩みを話すことができる」「認知症の人や家族が主体的に参加することができる」「地域住民や専門職などが認知症の人と家族に出会うことができる」「地域住民が認知症や認知症ケアについて知ることができる」などを挙げることができます。

認知症の人と家族の会神奈川県支部では、「琥珀カフェ」（2014年から）、「オレンジカフェアマリス」（2017年から）の2つの認知症カフェを毎月開催しています。検索すれば、身近な地域の認知症カフェを知ることができます。地域の皆さんも、専門職の皆さんも参加してみませんか？ 認知症の人を知るための第一歩になると思います。

（次号に続く）

看取りを支える①

公益財団法人Uビジョン 研究所理事長 本間 郁子



(ほんま いくこ)

図書館情報大学卒業（現筑波大学）。さわやか福祉財団評議員、学校法人光塩学園評議員。利用者の人権を守るための高齢者生活施設の認証・評価事業を創設。全国の介護施設や市民向けセミナー講師を務める。ハ表彰V 2005年国際ソロプチミスト東京受賞、2010年エイボン女性大賞受賞。ハ著書V多数。近著『この一冊でわかる特別養護老人ホームを選ぶチェックポイント』（30ページ）。お申し込みは、AmazonかUビジョン研究所（電話03・6904・4611）へ。

厚生労働省が公表した「令和5年人口動態統計月報年計の概況」をみると、日本の三大死因は①がん、②心疾患、③老衰でした。老衰で亡くなる人が20年で8倍になり、90歳以上だと死因の第1位（2022年人口動態統計）です。高齢社会とは多死時代でもあります。

特養ホームは平均年齢87歳、平均滞在期間3年2カ月で年々短くなっています。定員1000人の特養ホームでは、年間約30名が退居しており、多く

の人は特養ホームで看取られています。

看取り期と判断するのは、特養ホームの配置医師です。家族に伝え、どこでどのように看取るかを相談します。

延命を望まない場合「食べられなくなる」「飲めなくなる」という自然の摂理にそって支援していくなかで、栄養士は「なにだったら食べるのか」「どうしたら食べられるのか」を一生懸命考えます。

食べるのが好きで、自分で食べたい意思はある



利用者の要望に応じて「ぬか漬け」を毎日提供する栄養士。最後に「このぬか漬け食べたい」と家族に伝えた。

が、脳梗塞の後遺症もあり飲み込み込みが難しくなってきた人に、食べたいという思いを叶えるお手伝いがしたいと思った栄養士は、ご家族から大好きな「あんこ」を食べさせたいという希望を聞きました。小豆を煮てあんこを作り、ミキサーにかけてこしあんにしました。プラスチックスプーンに3分の1ずつ舌の奥にのせ、嚥下を促してみても飲み込めません。スポンジブラシに水を含ませてこしあんのせると、何とむせずに飲み込めました。それがその人が口から食べた最後のものでした。亡くなる前の

日、「さっき、あんこ食べたのを覚えていますか」と職員が聞くと、「うまかった」と小さな声で答えたといえます。また、ある人はリウマチ性多発筋

痛症、多系統萎縮症、頸椎・腰椎狭窄症などの疾病を持ちながらも、ふだんは時間をかけて自分で食べていました。ところが、ある日、「食べものが呑み込めなくなってきたの。上手く口に運べないのよ」と話しづらそうにしながらも職員に懸命に伝えました。それを聞いた栄養士は、「もうすぐお誕生日です。何が食べたいですか」と聞くと「パスタが食べたいけれど、みんなに迷惑かかるから…」という。感染対応中ではあったけれど、施設内の喫茶室の一角をパーテーションで仕切って目の前で調理しました。パスタはご本人の希望で納豆パスタと明太子パスタ。どちらもお子さんによく作っていた思い出の料理だという。終始笑顔で全部召し上がりました。特養ホームは生活の場です。一人一人の「食べた」を叶えることが幸せを感じさせてくれます。ただ、中には何が食べたいか言えない人もいます。そんな時には地域のなじみの食材や味はなにかを地元の人から聞き作ってみるといいます。地域の食文化を知ることは人生最期の心の安らぎをもたらします。

鈴鹿市の皆さんが 藤枝市を視察訪問

昨年12月2日、三重県鈴鹿市稲生地区の「稲生助け愛ネット」を中心とする視察団28名の皆さんが、静岡県藤枝市を訪問しました。

鈴鹿市は『さあ、やろう』vol.22（2023年7月発行）、藤枝市は『さあ、言おう』2023年3月号で当財団が好事例として紹介させていただきましたが、昨年、稲生助け愛ネット様より当財団に視察先紹介の依頼があり、藤枝市をご紹介して実現したものです。

当日は、鈴鹿市の皆さんがバスで藤枝市を訪問。生涯学習センターで、藤枝市の生活支援団体「はちすけ」や行政担当者、市社会福祉協議会の皆さんら17名が出迎え、その後お互いの活動を報告し合い、質疑応答を行いました。

また、藤枝市内の居場所「かいらハウス」にも鈴鹿市の10名ほどが訪問し、コーヒーとお菓子のおもてなしを受けました。主宰者の今野智子さんが居場所に対する熱い思いを語られ、視察した皆さんはその居心地の良さや常設型居場所の重要性をじかに感じ、心を動かされたようでした。

事後アンケートでも、お互いの活動内容の違いから学んだ点、常設型居場所の必要性、住民主体の活動に対する行政の支援等についてさまざまな意見が寄せられました。

藤枝市、鈴鹿市の活動が今後ますます広がるよう応援しています！

(編集部)



新しい ふれあい社会づくりに 向けて

ふれあい

いきがい

助け合い

さわやか福祉財団は、子どもから高齢者まですべての人が、
それぞれの尊厳を尊重しながら、いきがいをもって、
ふれあい、助け合い、共生する地域社会づくりを一貫して進めています。

さらに、全国自治体が地域支援事業で取り組んでいる
住民主体の助け合いの地域づくりも強力に支援しています。

どうぞ、皆様の地域の情報もお寄せください。

- **ご支援ありがとうございます。**

さわやかパートナー（賛助会員）・
ご寄付者の皆様のご紹介

- **さわやか活動日記**（抄）



ご支援ありがとうございます。

さわやかパートナーは、本財団の趣旨にご賛同いただき、財政的・精神的にご支援くださる賛助会員の皆様です。会費は寄付金の一種として大切に活用させていただきます。新規ご入会の会員の方、会員をご継続いただきました皆様も毎号ご紹介いたします。また、個別のご寄付をいただきました皆様もご紹介させていただきます。

(敬称略) (2024年12月1日～12月31日財団受付分) ※なお、自動振替の場合等、処理日と財団受付日にずれが出て掲載時期がずれる場合があります。ご了承ください。

さわやかパートナー個人 (38件)

(都道府県別50音順)

北海道	北田 仁則	神奈川県	植木 茂
鍵政 弘子	清水 勇男	古賀 啓子	大坂府
八木橋 道子	丹澤 明子	妹尾 信二	二井矢 道生
群馬県	丹澤 泰夫	高橋 秀和	西井 久
高橋 恵理	横地 泰公	中島 晰	前東 ふみ子
埼玉県	東京都	福江 孝夫	広島県
菅谷 雄一	姉崎 猛	松岡 紀雄	堤 孝雄 (4万円)
田中 茂利	遠藤 英嗣	茂木 克美	ほっこり倶楽部 (2万3250円)
平澤 やす子	大石 芳野	山梨県	ボランティア・ペンダー協会 (51万5697円)
平野 方紹	鈴木 裕子	石田 義愛	匿名希望 (6千円)
細井 親子	田所 裕二	長野県	匿名希望 (30万円)
千葉県	辻村 哲夫	長野県生活協同組合連合会	
青木 敏郎	山崎 威司	日本フレイバー工業株式会社	
菊地 多鶴恵	吉原 初江		

さわやかパートナー法人 (5件)

(50音順)

医療法人社団ケイセイ会
パークサイドクリニック
株式会社島津製作所
関彰商事株式会社
長野県生活協同組合連合会
日本フレイバー工業株式会社

一般ご寄付 (8件)

(50音順)

古賀 啓子 (3千円)
清水 敦子 (5万円)
高嶋 宏臣 (1万円)
堤 孝雄 (4万円)
ほっこり倶楽部 (2万3250円)
ボランティア・ペンダー協会 (51万5697円)
匿名希望 (6千円)
匿名希望 (30万円)



さわやか活動日記(抄)

各地・各事業の取り組みをご紹介します

ふれあい推進事業

地域のふれあい・助け合いを広げよう 住民活動発表会

■葛城市(奈良県)

【12月15日】地域の支え合いの重要性や生活支援体制整備事業の周知等を目的とした葛城市の住民活動発表会「みんなでつくりよう!助け合いのまち」が開催され、市民や奈良県内市町村社会福祉協議会職員など125名が参加。当財団は基調講演の講師およびアドバイザーとして協力した。



開会にあたり、阿古和彦市長が「葛城市の取り組みは全国でも参考とされており、社協職員が全国に向いて本市の取り組みについて話すことが増えてきた」と関係者の取り組みを評価。今後ますます住民主体の助け合い・支え合いが重要になってくる、とあいさつした。

地域支援事業の活動報告は、このほかに当財団ホームページにもアップしています。ぜひご覧ください。

SCC生活支援コーディネーター

続いて、財団から「みんなでつくりよう!助け合いのまち」と題して基調講演。

高齢者を支える日本の現状、地域包括ケアシステム、社会参加・介護予防・生活支援、事例について、特に、生活支援は自分事にしてほしいことを話し、地域で支え合っていく大切さを伝えた。また、住民主体の助け合い活動を紹介し、「みんなで助け合う葛城市を目指そう」とメッセージを送った。

活動報告とパネルディスカッションは葛城市の第1層SC田口研一郎氏がコー

ディネート。「地域交流会KOKOUS」の大学生によるモルックを通じた活動、「西室サロン アルカスの会」のサロンにおける多様な取り組み、「大畑まあるい会 芽ぶき」の有償ボランティアや住民のための勉強会等が報告され、財団からは各団体代表者3名に活動をやってみての心の変化や状況を聞いた。

KOKOUSの中村陽紀氏は「新たな出会いがあり、『ありがとう』と言っても良かった。福祉の入り口を広げることができたと思う」、アルカスの会の下田美芳子



葛城市の住民活動発表会の様子

氏は「最初は気持ちが悪く定まらなかつたが、やると決めたら楽になつた。思いを行動にでき、以前よりみんな健康になつた」、大畑まあい氏の多根成弘氏は「社の協会の研修を受けて『やって

やるか』の気持ちから『させていただく』に変わった。よその地区が苦しんでいたから助けに行きたい」と述べた。

財団からは「まずは一人ひとりの小さな一歩が大切で、『助けて』と言える葛城市になつてほしい。世代を超えた助け合いを実現し、お互いさまで助け合う葛城

第2層SCCの技能向上とネットワーク形成を目的に 生活支援体制整備事業SCC研修会

■豊島区(東京都)

〔12月16日〕豊島区令和6年度生活支援体制整備事業SCC研修会が開催され、当財団が講師を務めた。参加者は第1層・第2層SCCの計8名。この研修会は、第2層SCCの技能向上とネッ

市を目指して頑張っていただきたい」と伝え、田口氏は「他地区や他の人だからできるのではなく、自分の地域で何ができるかを考えてほしい。皆でおしゃべりして伝えれば可能性が広がる。今日のヒントが一歩になれば」と呼びかけた。

(目崎 智恵子)

トワーク形成のために毎年実施されている。

今回はより実践的な研修となるよう、参加者に「事前アンケート」を実施して現状の課題を挙げてもらい、課題へのヒントとして講義

を行った。その後、グループワークで現状の取り組み共有と課題解決に向けた意見交換等を行った。

グループワークは少人数で行ったことや、事前アンケートから現状の取り組みと課題をまとめたこと、もあって各グループとも活発な情報交換となり、参加者は大きなヒントを得たようだ。また、グループごとの情報に偏りがなく、最後に全体発表で共有した。

発表では、第2層SCCの役割の捉え方や、ラジオ体操など高齢者が比較的参加しやすい活動を盛り込んだ集いの場の取り組みが共有され、そうした場での自然な見守りや支援が必要なる人の早期発見につながった事例が紹介された。また、リ

「ダー」となる人がいない、会場となる場所がない、関係機関との連携が難しいといった課題に対して、参加者が「お客様」にならないように働きかける、会場設定や場所に行くための負担の少ない小規模サロンを増やしていく、大学生など若い世代には活動内容も自分たちで考えてもらうことが成功体験となり活動継続につながった、といった課題解決のヒントとなる事例の共有もあった。

施設、学校、企業等の活動場所や人材が豊富という都市部ならではのメリットを生かし、今回得た情報も活用しながら、さらなる地域づくりの充実・発展が進むことを期待したい。

(岡野 貴代)

市町職員と SCCを対象に 情報交換会実施

■長崎県

〔12月18日〕長崎県内の市町職員とSCCを対象とした情報交換会が行われた。昨年8月に1回目を行っており、今回は2回目。1回目の参加者アンケートで「情報交換の時間をもっと取ってほしい」との要望があり、今回はグループワークを長めにしたプログラムとなった。今回の事前アンケートでは「地域全体での活動、自身が最近取り組んでいること」「地域や自身の抱える課題」「今回の研修で学びたいこと、他の参加者と情報交換したいこと」について参加者から聞いた内容

を資料としてまとめ、当日配布、グループワークの材料としても活用された。

県からのあいさつとアドバイザー派遣の状況報告等につき、財団から「これからの地域づくりを地域の中から考える」として講演した。制度や地域が変化する中で、今まで取り組んできたことを変えるのではなく、やってきたことや地域の強みを生かしながら、新しい事業も活用していくこと。サービスマン作りも重要だが、地域での人と人との関係性を広げることがますます重要になること。そのために住民の力を生かすことが大切で、その方法はさまざまだがどの地域でも重要であることを伝えた。その上で、事前アンケートで課題

として挙がった、SCCの体制、協議体（立ち上げ、機能）、ニーズの掘り起こし（方法等）、住民主体（我が事化、助け合いの必要性の理解、働きかけ方等）、担い手の掘り起こし、居場所（男性の参加）、仲間づくり、活動の継続、ネットワーク等について、ポイント、事例、手法を伝えた。その後、グループワークを2回、メンバーを入れ替えて行った。1回目は行政第1層、第2層に分かれたことで、同じ立場での共通課題を話し合うことができ、良い情報交換になったようだった。2回目終了後に全体発表で共有し、最後に財団より、①情報交換で得られたノウハウやヒントは、持ち帰ったら実行してみよ



長崎県の情報交換会におけるグループワークの様子

う、②住民主体の活動は管理するものではない。信じて任せてみるのが大事、と伝えた。

終了後アンケートには、

「住民の意識改革が重要ということに共感。一歩ずつ住民と共に進めていきたい」「『住民を信じる。気持ちのある住民はどの地域にもいる』という言葉で初心に戻ることができた」「人を集めようとするのではなく、行きたい居場所をつくる」等の意見が寄せられた。グループワークも好評で、「得意なことをしてもらおう」「男性の参加」「地域座談会」「さまざまな課題解決が参考になった」「自分の市町の強みも確認できた」等の意見があった。

2月には、助け合い（有償ボランティア、居場所、移動支援、企業との連携等）の実践報告を基にしたテーマ研修会を予定している。

（鶴山 芳子）

第2層協議体づくりのために 第1回勉強会開催

■天童市（山形県）

〔12月24日〕第1層SC1名、第2層SC1名で生活支援体制整備事業を推進してきた天童市より、第2層協議体づくりに着手したいと当財団に相談があり、第1層SCと準備を重ね、この日、第1回勉強会を実施した。

第2層協議体のエリアは中学校区4圏域とする計画で、今年度は第三中学校区に対して3回の勉強会を開催し、民意に沿って協議体を立ち上げていく予定。この勉強会の開催は、これまでの地区社協、民生・児童委員、福祉推進員、自治会、老人クラブ、いきいきサロンなどに加え、地域

づくり委員会（公民館）、食生活改善推進員、婦人会、地域カフェ等にも声をかけて周知。「地域の支え合いに興味のある方、地域を良くしたいという思いのある方」と打ち出した。

勉強会は「なぜ、今、助け合い活動が必要なのかを学ぼう」をテーマとし、行政のあいさつに続き、第1層SC小松さやか氏より勉強会の趣旨説明が行われた。講演は、同市のNPO法人ふれあい天童理事長でさわやかインストラクターの加藤由紀子氏による「身近な実践報告／ふれあい天童の活動について」と、財



天童市の勉強会の様子

団による「今、なぜ 地域の中で助け合う関係が必要なのか」。加藤氏から助け合いの必要性と具体的な活動が発表され、心が動いた参加者も多いようだった。財団からは「なぜ、助け合いか」として少子高齢化・

人口減少に伴う担い手不足と財源不足の背景、それによる地域のさまざまな課題、助け合いの地域づくりを推進する制度について伝え、S Cと協議体（特に協議体）は事例を交えて具体的にイメージしてもらえようように説明した。

ワークショップは「今日の気づき、感想を話してみよう」をテーマに実施。第1層・第2層S C、地域包括支援センター職員、行政職員も各グループに入って進行し、参加者の声を聞いた。全体発表後、加藤氏と鶴山がコメントしてまとめとした。

事後アンケートでは「住民の皆さんの地域に対する思いを感じることができて大変勉強になった」「地域

助け合いの重要性を認識した」「お互いさまの精神で自分のできることをやってみたい」などの感想が見られ、機運が高まったようだった。1月・2月の勉強会へつなぐ予定。（鶴山 芳子）



情報・調査事業

かながわ高齢者保健福祉計画評価・推進委員会出席

〔12月9日〕「かながわ高齢者保健福祉計画評価・推進委員会 令和6年第1回計画評価部会」が開催され、委員として出席した。主要議題は、第8期かながわ高齢者保健福祉計画（令和3～5年度）介護保険事業の実績について、同計画の主要施策の評価（案）について、第9期同計画（令和6～8年度）の評価方法の方向性について。新部会長の黒木淳氏（横浜市立大学国際商学部国際商学科データサイエンス研究科教授）の下、新副部会長の関ふ佐子氏（神奈川大学法学部教授）、郷原達也氏（横浜市保健福祉局計画調整係長）、鳥居貴子氏（同県南足柄市高齢介護課長）と共に、当財団も地域団体の立場で議論に参加した。神奈川県全体では人口減少はほとんどないが、人口減少が進む市町村も多い。県の事業計画の評価ではあるが県内にさまざま

な地域がある中で、市町村の取り組みとの連携も評価に加える必要性などが指摘された。県の計画では第9期からはロジックツリー

に基づいて評価を進めていく。社会の流れは定量的評価やアウトカム評価となっている中で、定性的な評価や説明をしっかりと反映していくことの必要性や、そのための評価基準をどうする

厚生労働省 地域づくり加速化事業 第2回運営委員会に出席

〔12月20日〕地域包括ケアシステムの深化・推進に向けた広報・伴走支援を行う「地域づくり加速化事業」の第2回運営委員会が開催され、委員として出席した。委員長は大坂純氏（東北こども福祉専門学院副学院長、副委員長は田中明美氏（奈良県生駒市特命監）。議題は、伴走的支援の中間報告について、ブロック別研修会等の報告、支援ハンドブ

かなどについても議論された。事業内容によっては定量的な評価がしづらいものもあるのではないかとの意見もあり、次回の委員会ですらに議論する予定。

（鶴山 芳子）



ックについて、プラットフォームについて。

今年度は、全国24か所において各厚生局が核となり、都道府県やアドバイザー、必要な地域には厚労省職員も支援チームのメンバーとなり、オンラインでのミーティングを挟みながら現地です3回の伴走的支援を実施中。市町村の主体的な取り組みが推進されている。さまざまな地域のさまざまな

課題に対して試行錯誤しながら支援が行われている様子を事務局やアドバイザーでもある委員から報告。現状や成果と課題を共有し、支援のポイント等について議論した。

今後、さらに全国各市町村での地域づくりを推進するために、国の生活支援体制整備事業のプラットフォームと各都道府県のプラットフォームが立ち上がっていく。先行して進められている国のプラットフォーム

について構想案が示され、3月開催予定のシンポジウム案も説明された。

財団も全国を対象とした地域づくりを推進する団体として、さまざまな住民主体の地域づくりの好事例、また、課題とそれを乗り越えるノウハウ等を情報提供しながら、共に推進していきたい。

（鶴山 芳子）



所務事 だより

●財団事務所に設置されている株式会社八洋様の自販機は、飲み物を買うだけで寄付ができる。そしてもう一つ、世界の子どもたちのワクチン接種に役立つよう、財団職員みんなで飲み終わったペットボトルのキャップをしっかりと分別。八洋様、回収をいつもありがとうございます！

石川県のさわやかインストラクター中村悦子さんら来訪 能登半島地震について報告

1月23日（木）、石川県のさわやかインストラクター中村悦子さんと、神奈川県のさわやかインストラクターで「全国訪問ボランティアナースの会 キャンナス」代表の菅原由美さんが当財団に来訪されました。お二人は、長年キャンナスで共に活動されています。

当日は、昨年1月1日の能登半島地震発災から現在までの状況を、中村さんが会議室で財団職員に報告してくださいました。

中村さんは自らもご家族と共に被災する中、ご自身が勤務する社会福祉法人の事業所が福祉避難所となったことから、そこで地震発生直後に住民の支援を開始。支援に入ったキャンナスの仲間、専門職や団体、ボランティア等の応援を受けながら、公的避難所での生活が難しい人たちなどを多いときで65人ほど受け入れ、その後訪問看護ステーションを立ち上げて活動しています。

避難所では、当初ほとんど自室で過ごしていたような人たちも、共有スペースにテーブルを置いてみたところ、顔なじみだけでなく初対面の人同士も会話するようになり、徐々にコミュニティが形成されていったということです。

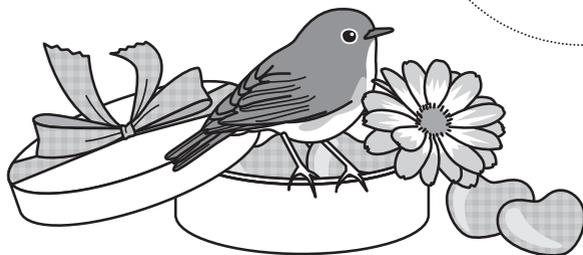
さらに、昨年9月に発生した豪雨により仮設住宅が水に浸かり、やっと支給された電化製品や大切な品々を住民が失った状況から、中村さんは「『住み慣れた地域でその人らしく』ということは大事だが、被災地では『どこにいても生き抜く力』の必要性を痛感している」と話されました。

今後の主な課題は、マンパワー不足による入所施設や病院のベッド数減少により在宅医療が一層重要になっていること、必要な物資を把握しコーディネートする人材の確保です。中村さんは「役割を求めている住民さんたちを巻き込み、地域コミュニティ形成のために活動していきたい」と語りました。

地域コミュニティに関しては、「公益財団法人風に立つライオン基金」の支援により石川県輪島市で昨年11～12月に実施された居場所で住民の交流が進んだ様子も報告されました。そのような流れを受け、地元住民から提供された一軒家で2月に始まる予定の居場所の今後について、中村さんは「住民主体で進めたい」と話しました。財団も応援していきます。 （編集部）

◆裏表紙にも関連記事があります。

みんなの広場



ボランティア参加
もつと気軽に

どんさん

茨城県

我が街のとある子ども食堂は、地域独自のコインアプリのポイントブレセントでボランティア参加を呼びかけています。私もポイントにつられてボランティア参加した一人です。月2回の食堂で大量のご飯を作るのは楽しいです。食堂にはいろいろな方が来て、ちょっとお手伝いをしたり、子どもが遊んでいるのを見たり、うれしそうにしている高齢の方もいらっしゃると思います。地元のミュージシャンお二人がサククスとキーボードで演奏を披露し、子どもたちが演奏に触れられるのも貴重な体験ではないかと思いました。

子ども食堂、ボランティア参加・

利用がもつと気軽にできるといいですね。

サククスを地域で身近に聴けるのはめずらしいですね。気軽なボランティア参加に向けて、いろいろな仕組みや多世代の楽しいコラボをどんどん進めていきましょう（ちなみに昔アルトサククスをやっていました）。

皆様のご意見や情報をお待ちしています

掲載記事へのご感想、地域の助け合いや居場所の情報、社会参加の取り組みや、日頃気になっているテーマなど、ぜひお寄せください。

送付先

さわやか福祉財団『さあ、言おう』編集部宛。郵送の場合は、付属のハガキや投稿用紙をどうぞご利用ください。
E-mail : pr@sawayakazaidan.or.jp

投稿募集

みんなで
新しいふれあい社会を
つくりませんか



『さあ、言おう』はみんなで新しい社会のあり方を考える問題提起型の情報誌です

■さわやか福祉財団の活動をさわやかパートナーとしてご支援ください。

『さあ、言おう』を毎月お手元にお届けいたします。

さわやかパートナーは、さわやか福祉財団の理念と活動に共感して会員としてご支援いただく賛助協力者の皆さんです。

個人
年会費

Aコース 10,000円

Bコース 3,000円

法人
年会費
(1口)

Aコース 100,000円

Bコース 20,000円

公益財団法人さわやか福祉財団の会費は、特別な特典を付与するものではない賛助会費であり、寄付金の一つの形です。

■寄付金は税金の優遇措置が受けられます。

さわやか福祉財団へのご寄付は、所得税、法人税等の優遇措置が受けられます(さわやか福祉財団は所得税の税額控除対象の公益法人です)。

一般ご寄付を
いただく場合の
お振込口座

口座名義：公益財団法人さわやか福祉財団

郵便払込 00120-9-668856※

三井住友銀行 浜松町支店 普通預金 口座番号2754574

みずほ銀行 浜松町支店 普通預金 口座番号3383326

三菱UFJ銀行 浜松町支店 普通預金 口座番号3731714

りそな銀行 芝支店 普通預金 口座番号1174297

※払込手数料不要の郵便払込取扱票をご用意していますので、お申し出いただければ郵送いたします。ただし、窓口にて現金(硬貨)でお振り込みいただく場合は、ゆうちょ銀行所定の取扱料金がかかる場合がございます。

*お問い合わせは、編集部あるいは社会支援促進チームまでお気軽にご連絡ください。
電話 (03) 5470-7751 メール mail@sawayakazaidan.or.jp

表紙絵に はり絵・池田げんえい



「立春」

編集後記 ●「活動の現場」からは、群馬県高崎市の山間地の助け合い活動。自立した運営で多くの住民のニーズにえています(P4~)。●「子どもと一緒に地域で輝こう」は、沖縄県那覇市の公園でのびのびと開催されているパラソルの下の“公民館”。ユニークな発想に着目しました(P10~)。●当財団の紹介で現場視察が行われました(P24「現場視察レポート」)。●石川県のさわやかインストラクター中村悦子さんが当財団に来訪し、能登半島地震被災地の状況と取り組みを報告していただきました(P33、裏表紙)。

助け合いを
広げよう!



鶴山 芳子

当事者の言葉は心に響く

体験から実感した想いや考えは心を動かす

心を揺さぶられた人たちは

目をキラキラさせて前を向く

仲間をつくり動き出した活動は「うれしい」

だから継続する

地域づくりの当事者は住民

住民の想いや力を活かすことが

幸せを実感できる地域をつくっていく



- 公益財団法人さわやか福祉財団常務理事・
共生社会推進リーダー
地域を愛し、地域づくりに前向きなみなさんとお会い
することが楽しみであり、自分のエネルギーになって
います。

さわやか 2月号

通巻378号 2025年2月10日発行
(毎月1回10日発行)

表紙絵 池田げんえい
取材協力 七七舎
イラスト すずきひさこ
福島康子

レイアウト 菊池ゆかり

印刷所 日本印刷株式会社

発行人 清水肇子
発行元 公益財団法人さわやか福祉財団
〒105-0011
東京都港区芝公園2-6-8 日本女子会館7階
Tel (03)5470-7751 Fax (03)5470-7755
E-mail pr@sawayakazaidan.or.jp
<https://www.sawayakazaidan.or.jp>
Printed in Japan

令和6年能登半島地震

石川県輪島市の様子と、
さわやかインストラクター中村悦子さんらによる
取り組みの一部を紹介します

(写真提供：中村悦子氏)



福祉避難所の様子 (昨年1月中旬当時)



キャンパスによる
ボランティア活動



専門職ミーティング



「風に立つライオン基金」から提供されたトレーラーハウスで開催された居場所「みんなのライオンカフェ」での交流の様子 (昨年11~12月)



福祉避難所の広間では、お茶を飲みながら避難住民が交流 (右から2人目は中村悦子さん)

◆ 本文33ページのコラムも
ご覧ください。