


住民には住民の流儀がある。支え合いマップで見つけた  
住民流の活動をあなたの地元でやり易いようにリメイク



# 住民流福祉の町づくり 95のテーマ

住民流福祉総合研究所

木原 孝久

# 本書の読み方・生かし方

(1)本書は、地域福祉活動に関わる関係者や住民のために作成しました。

(2)どんな活動をしたらいいかかわからない人に、「こんなテーマはいかが？」と、95の活動を提案しています。私が全国各地で支え合いマップ作りを行ってきた中で見つけたものの一部です。

(3)本書で提示しているのは、それらのマップで出てきたテーマであり、活動です。テーマや活動は同じでも、その担い手ややり方は、地域ごとに異なります。

(4)本書を読んで「このテーマにしよう」と決めたら、地元で①それに該当する対象者と、②すでに関わっているたち、そして③どんな取り組み方をしているかを調べて下さい。調査結果をもとに、地元らしい活動を作り出すのです。

(5)これは、手のかかるやり方だと思われるかもしれませんが。今の一般的な活動の仕方は、定番の活動パターンをどの地域にも適用しようとするものです。しかしそれでは、それぞれの地域の実情や住民の意思を無視したやり方になり、いずれどこかで破綻が生じる心配がありますし、何よりも住民がそのやり方についていけるのか疑問です。

(6)福祉活動の主役は、あくまで住民です。だから、彼らのやり方を尊重し、邪魔をしない程度に方向づけをしていけばいいのです。普遍的な取り組みのノウハウを学ぶよりも、その地域の住民のやり方をよく調べるのが先決なのです。

(7)その場合も、ほとんどの場合は、マップ作りの必要はありません。マップを作るとしても、ごく簡単なものです。

(8)本書で取り組み課題を決定し、地元で該当する対象者を探し出し、住民がすでに実践しているやり方をもとに活動を組み立てることから作業は始まるのですが、この作業自体、すでに立派な福祉活動に踏み込んでいると言えます。じつはここまでの作業がいちばん大事だし、大変なのですから。

(9)例えば、＜作業N○40＞「共に要介護の夫婦を引き離すな」は、以下のように、2つの事例が提示してあるだけです。

＜作業N○40＞共に要介護の夫婦を引き離すな

共に要介護となると、関係者は「どちらかを施設に」と言うが、それをさせない。

	夫婦	危ないバランスの状況	支援のあり方
1	Aさん夫婦	夫は癌。妻は要介護。彼女は自宅開放でサロンを開催。	ボランティア・グループがサロンを支える。
2	Cさん夫婦	夫は末期のガンで認知症。妻も認知症。	ボランティアと近隣住民が生活の面倒を見ている。娘が同居。

大抵の場合は、このままでは2人で共倒れになると言って、一方を施設に入所させるようケアマネジャーが提案します。しかし夫婦は「一緒にいたい」と言っている。それに従って、例えば1番目の事例では、2人とも在宅で、さらに奥さんに自宅開放でサロンを開いてもらったのです。これで家に人がやって来る、そこで様々なふれあいができる。おかげで彼女の要介護度が下がってしまったというのです。一方でボランティアグループやご近所さんが、2人の生活を支えています。

本書の解説はここまでです。あとはあなたが、地元の事例に従って、夫婦の願いに沿った支援の仕方を考えるのです。

(10)本書はあなたにとって、ずいぶんと不親切な解説本だと言えます。テーマだけは提示するから、あとは地元で同じような事例を探し、その事例に従った関わり方を工夫せよというのですから。

繰り返しになりますが、そのテーマの取り組み方は、私が提示するのではなく、あなたの地元で見つけたケースの当事者に聞くべきなのです。

# 目次

---

## ＜第1章＞ご近所づくり／6

- 1.超高齢社会のご近所づくり／7
- 2.ご近所ボランティア探し／12
- 3.ご近所サポーター探し／18
- 4.あの役を世話焼きさんにやってほしい／22
- 5.世話焼きさんに要援護者ばかりの地区に「出向」してもらおう／24
- 6.未来の世話焼きさん探し／27
- 7.活動家はご近所へ戻ろう／28
- 8.都市部での「ご近所」づくり／31
- 9.ご近所の問題解決にご近所の資源を使う／34

## ＜第2章＞ふれあいの輪に／37

- 1.住民同士の交流／38
- 2.迷惑かけ屋さんを受け入れよう／44
- 3.要援護者も仲間に／46
- 4.引きこもりの人にどう対処？／56
- 5.卒業させない／59
- 6.夫の「地域デビュー」を応援／66

## ＜第3章＞助けられ上手さん／71

- 1.本当に頼りになる身内は？／72
- 2.介護者が助けられ上手なら／79
- 3.助けられ上手な要援護者に／89
- 4.自助&互助型の避難支援と避難所確保／97

## ＜第4章＞地域の問題を解決／104

- 1.一人暮らしの人を誰が見守る？／105
- 2.認知症の人の散歩ルートを把握／113

- 3.ご近所内の食事ニーズと資源を結ぶ／115
- 4.「子ども食堂」らしき所さがし／118
- 5.子どもにやさしいまちとは？／121
- 6.車のない人はどうしている？／129
- 7.「ゴミ出し」の協力者さがし／132
- 8.ゴミ屋敷をどう解決する？／134
- 9.ご近所で有償でお願いする法／136
10. 地域で施設入所者の里帰りの受け皿づくり／138
11. 要介護だからこそ人に尽くしたい／142
12. シャッター通りの再生策／146

## ＜第5章＞住民とプロの協働／151

- 1.集落老人ホーム／152
- 2.地域の福祉施設は何をすべきなのか？／155
- 3.サービスの枠外ニーズにどう対応すべきか／161
- 4.ご近所ヘルパーがご近所さんに「手伝って！」／163
- 5.ご近所ケアマネがご近所さんとケア会議／165
- 6.ご近所とプロはこう協働しよう／169

# <第1章> ご近所づくり

- <作業 No. 1> ご近所ごとに集会所を作ろう
- <作業 No. 2> サロンの二次会を探そう
- <作業 No. 3> 町内の趣味グループの分布図
- <作業 No. 4> ご近所内の老人会メンバーの分布図
- <作業 No. 5> 要援護でも豊かに生きられるご近所か？
- <作業 No. 6> あるご近所の世話焼きさんの実態を把握
- <作業 No. 7> 発掘した世話焼きたちのご近所福祉活動を支援
- <作業 No. 8> ご近所の支援役・超大型世話焼きさんを探せ
- <作業 No. 9> 支援者によるご近所福祉支援
- <作業 No. 10> 世話焼きさん登用の実態
- <作業 No. 11> あの役をあの人にお願いしたい
- <作業 No. 12> 世話焼きさんの出向計画
- <作業 No. 13> 世話焼きさんが集中する優良物件さがし
- <作業 No. 14> 未来の世話焼きさん探し
- <作業 No. 15> ご近所でも活動している活動家リスト
- <作業 No. 16> ご近所ボランティア応援隊の役割
- <作業 No. 17> 世話焼きさんのサロンを生かしたご近所作り
- <作業 No. 18> ご近所福祉でご近所の資源を活用

# 1.超高齢社会のご近所づくり

## ◇超高齢社会になると、何がどうなるのか

超高齢社会になることは、既定の事実である。超高齢社会になると、何がどうなるのか。90代の人がざらにいるし、当然、要介護者も増える。認知症の人も相対的に増加する。そういう人口構成が普通になるような地域をどのようにすればいいのか。

これは誰もが考えておかねばならないし、その準備を始めなければならない。地域づくりの、これが出発点になる。

## ◇50世帯が彼らの生活圏

超高齢社会である。90代の人が普通にいる集落。当然、要介護者も多い。こういう集落に行ってみると、彼らの行動半径が極めて小さいことが分かる。50世帯程度が動き回れる限界で、しかもその中の東端に集会所があると、西端の人は来ていない。この50世帯が彼らの生活圏なのだ。それを頭に入れるならば、当然、50世帯程度という小さい世界をつくるのが私たちの大事な役割になるのだ。コンパクトな集落をつくるために、どういうことをしたらいいのか。

## (1)500メートル離れた集会所に病弱の人は行っていない

このご近所は37世帯。そこに病弱（要介護）の人がこんなにもいた。ところが集会所はここから500メートルほど離れた所にあった。調べたら、この集会所に行っている人は、健康な人だけだった。病弱な人が通えない所にしか集会所がないのは、福祉に叶っていない。



## ＜作業 No. 1＞ご近所ごとに集会所をつくろう

ご近所毎に集会所を作るというのは、これまでの常識からは外れている。集会所に近い所で、あり合わせの場所を探せばいい。空き家や消防団の屯所など。

	ご近所の名前・位置	そのご近所の集会所の候補	集会所の実現策
1	□□丁目、○班と○班	〇〇さん宅を使わせてもらう	〇〇さんは了承。 あとは具体策
2	□□丁目、○班と○班	空き家があるので借りて整備	まず持ち主に交渉
3			

## (2)ご近所ごとに、サロンも開こう

集会所だけでなく、今まで自治区でやっていたことを、ご近所毎にやる必要がある。そうすれば、超高齢になっても、要介護になっても参加できる。どの活動のご近所版を作るか、考えてみよう。

### ◇二次会がサロンのご近所開催の場になる

ご近所毎に二次会が開かれている可能性がある。この二次会を利用すれば、ご近所毎に開いたことになる。その上で、二次会が行われている場所の近くの人に参加するように働きかければいい。自宅の近くなら要援護者も参加できる。

## ＜作業 No. 2＞サロンの二次会を探そう

サロンの場で聞いてみればすぐわかる。これからの予定も含めて聴取。

	二次会の所在	二次会の現在の参加者	参加できそうな要援護者
1	〇〇さん宅	〇〇さん、〇〇さん、〇〇さん	認知症の△△さんが来れそう
2	〇〇中華料理店	〇〇さん、〇〇さん、〇〇さん	足の悪い〇〇さんが来れそう



3			
---	--	--	--

### (3)趣味グループもご近所毎に開こう

趣味グループが自治区単位にあるとは限らない。もっと広い範囲に1つしかない場合もある。しかも趣味グループはいろいろな種類がある。そうすると、

①市内に趣味グループはどう分布しているかを調べるのが先決になるかもしれない。公民館などに集中している場合が多い。とりあえず町内の趣味グループの分布図を作れないか。

②分布図にのっている趣味グループで、超高齢者や要援護者を仲間に入れているグループがあるか。その人たちはどれぐらいの距離の所から参加しているか。

③私的な趣味の集まりができていないか。これからできそうな所はないか。これも分布図に記入する。そこに要援護者も加える気はあるかも聞く。

④上記の情報をマップにのせて、趣味会場を市内のご近所ごとに増やしていく。

### <作業 No. 3> 町内の趣味グループの分布図

まず趣味グループが町内のどこで活動しているかを調べることから始めよう。

	趣味グループとその所在	二次会は？要援護者受入れは	その他
1	□□の会<〇〇さん宅>	90歳が1人。受け入れ可	90歳の人の家でも開けそう
2	□□の会<公民館>	〇〇さん宅で二次会可。 要援護者も受け入れ可	他に数名、二次会も可
3	個人で〇〇の趣味活動中	わが家に来てくれれば受け入れ可	
4			

## (4)老人会をご近所ごとに作るとすれば…

小さなまちでは、既にご近所規模、つまり50世帯ごとに老人会ができている。問題は大きな市町村の場合である。

- ❶ 50世帯程度の集落に限定して、老人会の参加者のマップをつくる。
- ❷ 助け合いをしている人どうしを線で結ぶ。
- ❸ この中で要援護の人は誰か。
- ❹ その人に誰が関わっているか。
- ❺ まだ老人会に入っていない要援護者はどこどこにいるか。
- ❻ その人に老人会の誰が関わっているか。
- ❼ だれも関わっていない人は誰か、などを調べる。

### ＜作業 No. 4＞ ご近所内の老人会メンバーの分布図

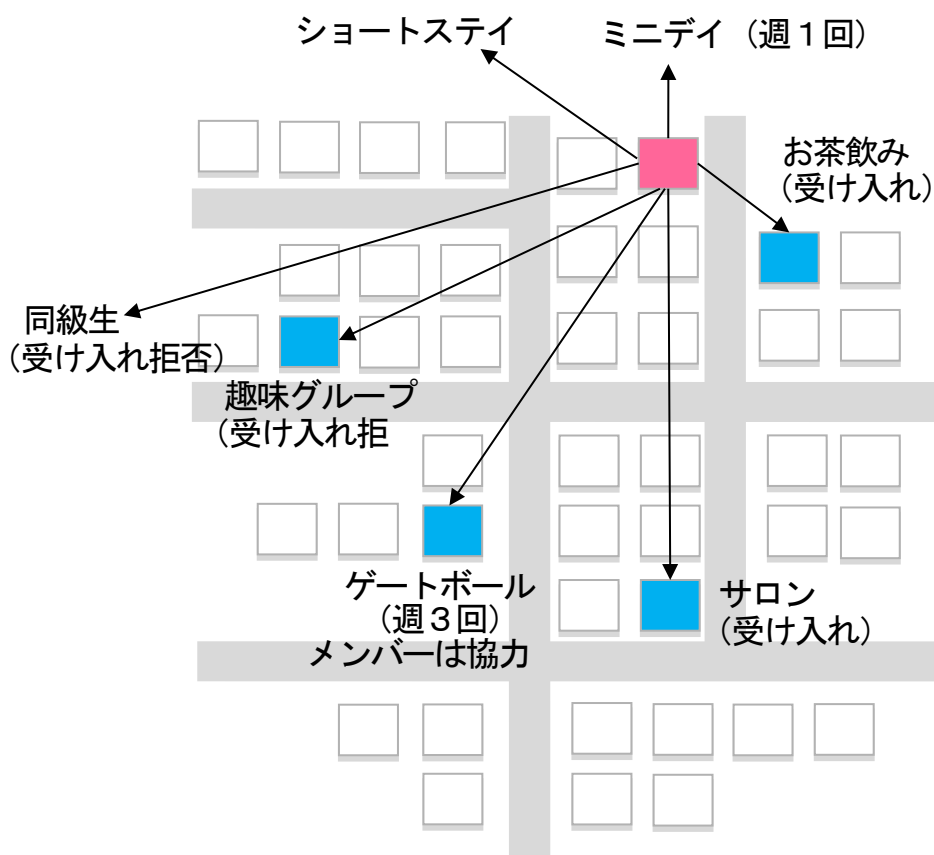
マップを使わないとできないかもしれない。助け合いが行われているかが大切。

	調べること	
1	メンバーは誰と誰か	
2	誰と誰が助け合っているか	
3	どの人が要援護で、誰が関与しているか	
4	未加入の要援護の高齢者は？その人に関わっている人は？	

## (5)要援護でも豊かに生きられるご近所づくり

このマップの■印は認知症の女性で、毎日、自宅の周囲を歩き回りながら、今日は友達の家に行こう、今日は趣味グループに入れてもらおう、今日はゲートボールに加えてもらおう、今日はサロンに入れてもらおう、今日は井戸端会議に入れてもらおうとやっていた。この中で、友達と趣味グループは受け入れを拒否しているが、あとは受け入れていた。

自宅からいちばん遠いサロン会場でも、彼女の自宅からせいぜい7～8軒程度。この範囲内に、彼女が豊かに生きるための環境ができていた。あとは、みんなが仲間に入れてくれればいい。これから超高齢社会になる。その時、こういうスモールコミュニティができていればいいのだ。



### <作業 No. 5> 要援護でも豊かに生きられるご近所か？

あるご近所を例に、要援護者にとって、豊かに生きられる集落かを調べてみよう。

	調べること	マップでわかったこと	評価
1	マップで要援護者に印をつける	〇〇さん（認知症）、〇〇さん（90歳）	

2	彼らが豊かに生きるために出かけている場所と活動	例えば、サロン、井戸端会議、ゲートボール、グランドゴルフ、趣味、親友宅	
3	それがご近所の外にある場合は、ご近所の中にもつくれるか？	サロンなら、二次会が開かれている	
4	不足しているお楽しみは？ 当ご近所独特のお楽しみは？	神楽をやっている人がいるので、その活動に要援護者も参加したらどうか	

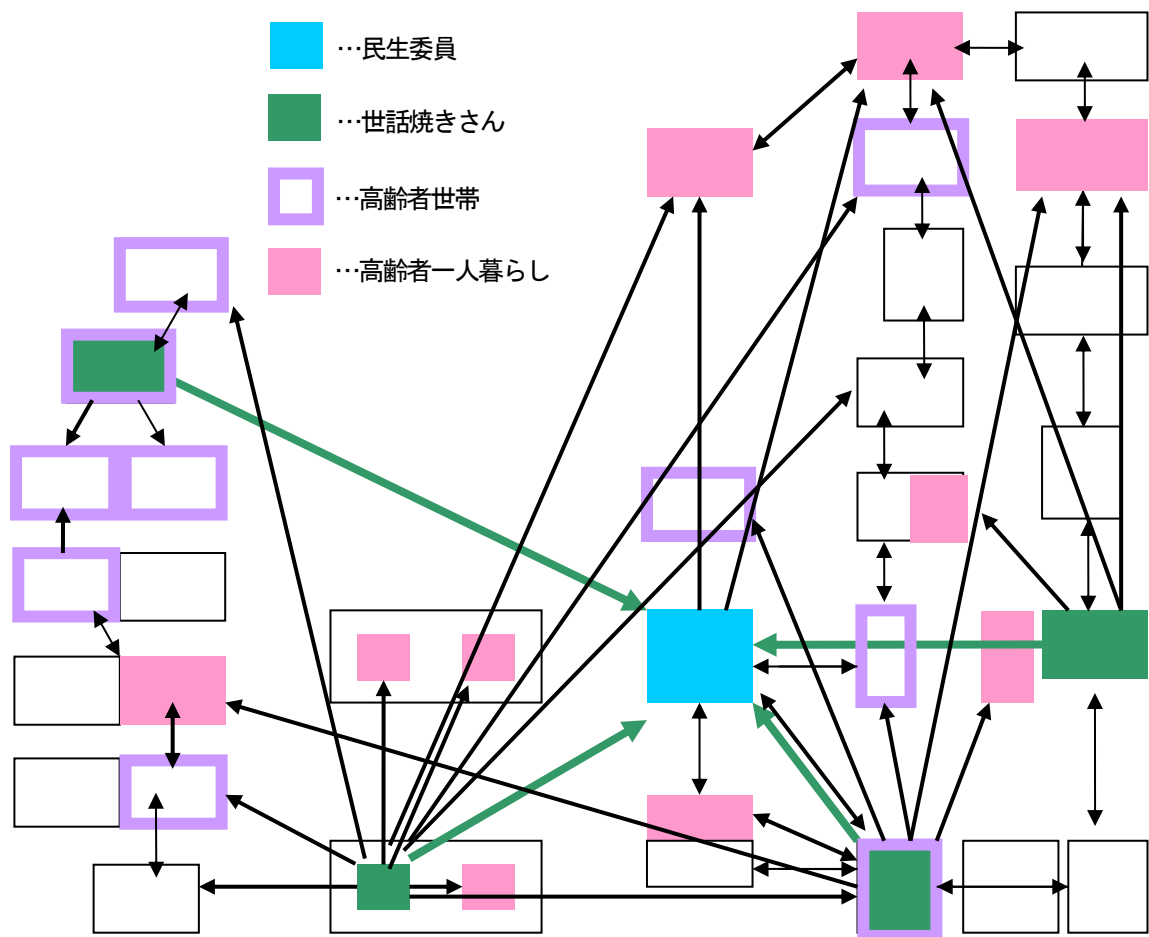
## 2. 「ご近所ボランティア」探し

### ◇大中小の世話焼きさんで近所を支えていた

北海道の民生委員が足元でマップづくりをしたら、驚いた。自分が想像している以上の助け合いが行われていたのだ。彼の家は中央部にあり、その周りに世話焼きさんが分布している。

### (1) 近所の世話焼きさんの実態を調べる

一番下の緑色の2人は、10人くらいのお世話をしているから大型の世話焼きさん。それより上の、5人程度に関わっている2人が中型の世話焼きさん。2～3人に関わっているのが小型の世話焼きさんだ。よく見ると、高齢者世帯と一人暮らし高齢者世帯のすべてに、それぞれ数本の線が入っている。線が入っていない高齢者は1人もいない。これには民生委員も感動してしまった。



ご近所の福祉は大中小の世話焼きさんたちで支えられていることがよくわかる。ならば、これからの地域福祉づくりはご近所づくりから始めるとし、まずは世話焼きさんを探さねばならない。この人が見つければ、あとは楽になる。

## ＜作業 No. 6＞あるご近所の世話焼きさんの実態を把握

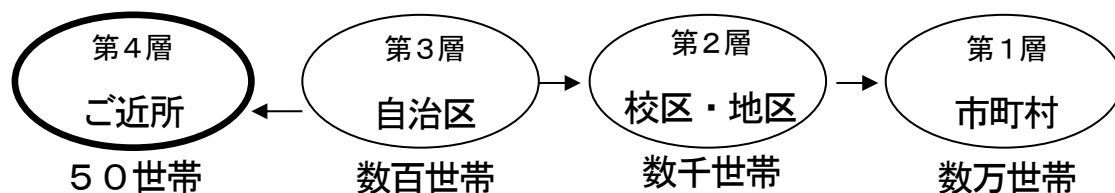
この人たちが主体的にご近所福祉活動ができるのかが大事なポイントになる。

	世話焼きさん	活動の規模（大中小）	すでにやっていること
1	〇〇さん	足元の10名ほどのお世話をしている大型の世話焼きさん	1人ひとりの安否を確認したり、おすそ分けをしたり、たまに送迎もしている。
2	△△さん	足元の3名ほどに関わっている	おすそ分けついでに安否の確認。〇〇さんと連絡し合っている。

3			
	<p>＜全体評価＞</p> <p>50世帯の町内なのでまとまっている。</p> <p>助け合いもしている。</p> <p>民生委員も1人いる</p>	<p>＜構成＞</p> <p>大型の世話焼き1人と 中小の世話焼きさん数名で、グループが作れそう。民生委員が後方支援役に</p>	<p>＜ご近所ボランティア活動の可能性＞</p> <p>思い切ってご近所ボランティア・グループとして立ち上げてみたらどうか。まず組織的な活動をするためのテーマを1つ設定しよう。</p>

## ◇「ご近所ボランティア」という新しい活動と人材

長年、全国で支え合いマップを作ってきて、人々は、下の図で言えば、第4層の「ご近所」で助け合っていることがわかった。



## ◇「ご近所」はどういう所か

- ❶顔が見える範囲。だから助け合いがしやすい。
- ❷要援護者がいる。要援護のため、ここから出られない（ここが生活圏）。
- ❸世話焼きさんがいる。町内は広すぎて活動しにくいので、ご近所で活動している。ご近所は人材の宝庫。
- ❹人々はご近所流で助け合っている。

## ◇ここの福祉を誰が「推進」するのか

ご近所では、住民は既にある程度の助け合いをしている。その活動を、さらに一歩進めるだけでいい。だから、担い手はご近所さん（ご近所の住民）ということになる。担い手であると共に「推

進者」もご近所さんだ。

今までご近所という存在が意識されていなかったから、町内会長はご近所も自分の推進圏域と見ているが、実際のところ町内会で、ご近所毎にきめの細かい活動はできていない。これはご近所さんに委ねる以外にない。

### ◇従来のボランティアとの違い

というわけで、自分のご近所の福祉を自分たちで推進していく有志を、ご近所ボランティアと言ったらどうか。同じ「ボランティア」でも、従来のボランティアとは根本的に異なる。同じなのは自発的な意思で活動し、そして無償の奉仕である点だ。自分が在住しているご近所に限って、その福祉を推進するための人材である。

彼らの活動をバックアップする役は、地域によって異なる。そして彼らの基本的な活動内容は、支え合いマップをつくって課題を抽出し、ご近所さんたちで取り組むということ。それを関係機関などがバックアップする。

## (2)発掘した世話焼きさんたちとご近所福祉を開始

1つのご近所での大小世話焼きたちと彼らのネットの作り方が把握できたら、ご近所福祉推進体制がわかったのだから、そのままご近所福祉の推進へ移行していく必要がある。

いま各自が取り組んでいることを出し合い、それらを今後どうするのかを協議するのだ。ご近所福祉の推進体制ができたらしうするということではなく、人材が見つかったのだから、即活動に入ることが重要だ。

## <作業 No. 7> 発掘した世話焼きさんのご近所福祉活動を支援

このグループは既に多様な活動を実践している。これをどう支援するかである。

	活動企画	活動の内容	その他
1	自宅復帰したい人を応援		
2	入所希望者の支援	空き家の掃除。地域の集まりへの参加を応援。	

3	知的障害者のサロン参加を支援		
4	引きこもりの一人暮らし高齢者	娘と話し合い	
5	認知症の人	サロンへ受け入れ	
6	施設から自宅復帰後の支援	食事の介助。ケアマネと連絡	
7	身体障害者	草刈りに協力	





# 3.「ご近所サポーター」さがし

## (1)ご近所の支援役・超大型世話焼きさんを探せ

同じ世話焼きさんでも、10名程度の世話を焼いている人を大型、5名程度を中型、1～2名を小型の世話焼きさんと呼んでいる。いずれもご近所圏域でのみ活動している。それ以上大きな圏域では動くのが難しいからだ。

### ◇数百世帯の圏域で活躍、人を生かせる稀有な人材

ところが、ごくたまに超大型の世話焼きさんが見つかる。この人は数百世帯の規模でも動ける。自分で直接、要援護者に関わるだけでなく、他の人を上手に活用することができるからだ。

たとえば福井県で見つけたこの女性。市の社会福祉協議会から福祉推進委員になってほしいと頼まれたというだけで、活動の仕方をだれに教わったわけでもない。

彼女の動き方を3枚のマップに分けてみた。まず1枚目。彼女は日々、地区内を巡回して、気になる人を探している。その人を見つけると、その周囲の人たちに、見守ったり必要な支援をしてくれるようにお願いする。下のマップの、太い線で四角に囲ってある家が「気になる人」。点線で囲ってある範囲の人に見守りなどをお願いしている。



2番目のマップでは、あちこちで世話焼きさん（●印）を見つけて、周りの人のお世話をしてく

れるようお願いしている。



最後のマップでは、彼女の自宅が地域の男性たちの居場所になっていた。彼女がいなくても勝手に上がり込んで、酒を飲んだりしていく。男性が居つく場というのは、現代では希少価値がある。



## ◇ご近所福祉のバックアップや上層とのつなげ役

ご近所の世話焼きさんたちだけでは、まとまった活動はやりにくい。どうしても応援役が必要である。ところがこれにはそれなりの資質が求められる。複数のご近所を後方支援できる人である。この超大型世話焼きさんが見つければ、ご近所福祉はうまくいくはず。この人を探そう。

### <作業 No. 8> ご近所の支援役・超大型世話焼きさんを探せ

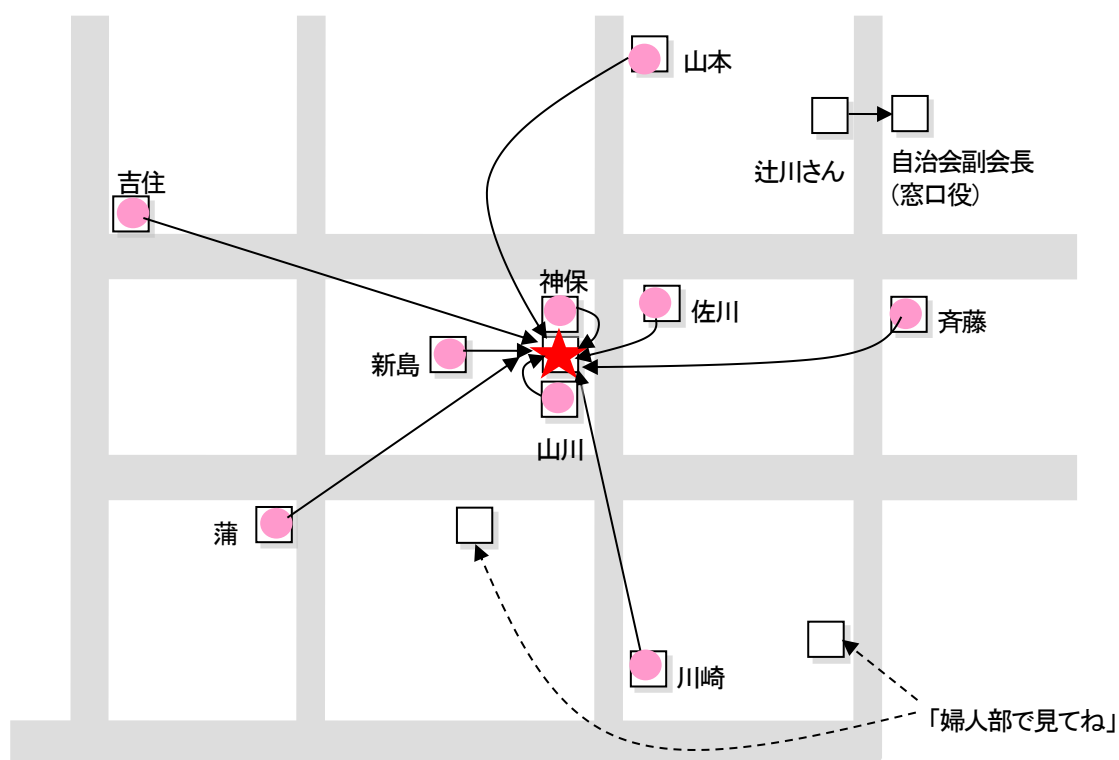
	候補者	すでにやっていること
1	〇〇さん（福祉推進員）	数百世帯の町内圏域で活動している。サロンを主宰したり、食事サービスのリーダーも。足元の要援護者の面倒もみている。
2	△△さん	生協のリーダー格。生協の組織活動を束ねている。班活動の始動もしている。このルートから小地域福祉に入れないか。
3		
	<評価>	<期待すること>

## ◇ご近所の支援役が見つかったら、活動開始

ご近所活動の本当の支援役が見つかったということは、そこでご近所福祉の推進ができるということでもある。そういう資質の支援役なら、既に活動をやっているはずだ。それを更に発展していけばいいのだ。

奈良県田原本町が主宰する地域支援員の養成講座に参加した2人の受講生が、講座の終了後に地元で活動を開始した。柱になるのは、ケア会議。ご近所さんを集めて、それぞれの日頃の活動を発表し合う。その中から難しいケースが出てきた。超高齢夫婦と息子の3人暮らし。奥さんが入院してしまい、夫は働いている。この夫の昼間の見守りとお世話をご近所のメンバーで引き受けることになった。ケアマネのケアプランと住民によるお世話のプランを合体させた予定表を作成して、活動開始。ご近所さんのやることは、給食の受け取りと配膳、服薬管理、クーラーの調整、デイの見送りと出迎えなど。この全体の調整を、地域支援員の2人が担った。マップの中の辻川さんと蒲さ

んの2人。



## ＜作業 No. 9＞支援者によるご近所福祉支援

上記の支援者及びグループの場合、以下のような活動になる。

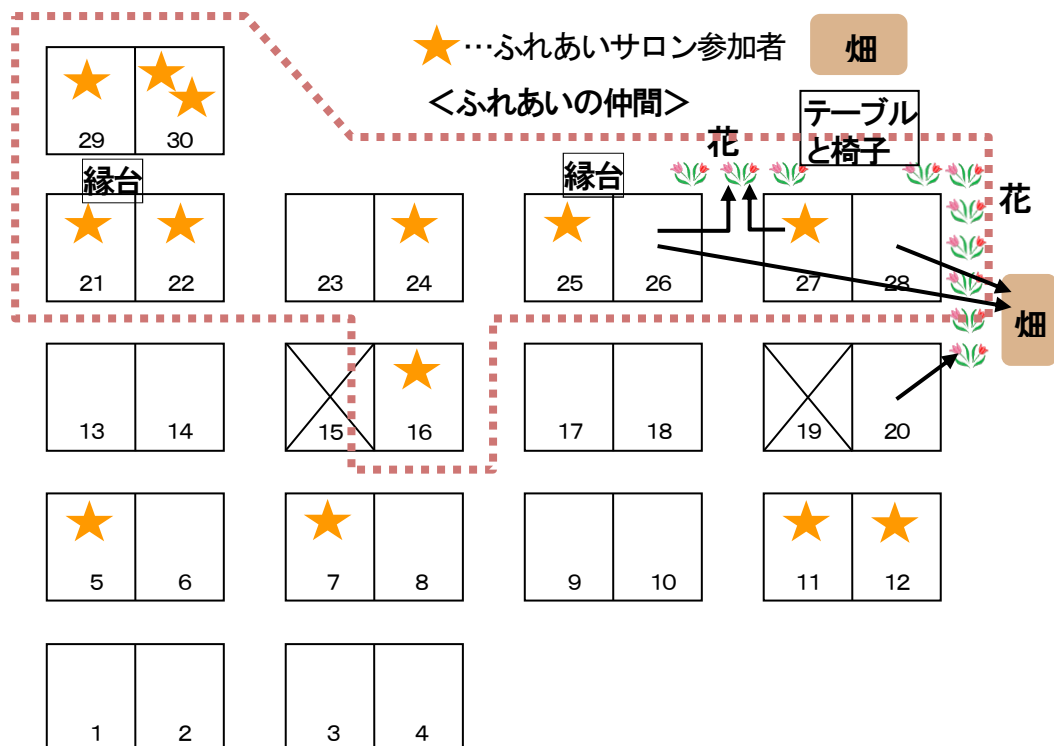
	ご近所福祉活動	活動の中身	その他
1	ケア会議の開催	ご近所さんが活動報告	
2	重篤なケースはケアマネと連携	サービスの入らない日をご近所で分担	
3	地区全体の見守りの役割分担	老人クラブの婦人部と調整	
4	自治会長との連絡	地域支援員の辻川さんが担当	

## 4.あの役を世話焼きさんにやってほしい

下のマップ。東北地方の仮設住宅。この30軒を2人の生活支援相談員が担当していた。Aさんが1～15、Bさんが16～30を担当。なぜかBさんが担当する家々は、盛んに交流をしている。

## ◇世話焼きの支援員がふれあいを仕掛けていた

会ってみてすぐにわかったが、Bさんは典型的な世話焼きさんで、サロンを開いたり、花壇でふれあいを仕掛けるなどしていたのだ。相談員が世話焼きさんというだけで、これほどの違いが出ていた。



地域のさまざまな活動でも、そこに世話焼きさんを配置すれば、見違えるほど変わるのではないかと期待される場合が少なくない。その候補をリストアップしてみよう。そしていつかチェンジのチャンスが来たら…

## ＜作業 No. 10＞世話焼きさん登用の実態

まず世話焼きさんの登用の実態を調べよう。

役職	すでに世話焼きさんが 登用されているか？	今後、登用したい世話焼きさんは？
推進員	あまり目立った活動がない。世話焼きさんは少なそう	推進員が世話焼きさんを見つけて生かすのも1つの方法だ
民生委員	個人差が大きい。中には大型世話焼きさんもある	町内会長が推薦するときに、世話焼きさんを把握していれば状況は変わる
班長		

## ＜作業 No. 11＞あの役をあの人にやってほしい

ここでは具体的に、例えば〇〇さんに民生委員をしてもらったらどうかといったことを記入。

役職	抜擢したい人材	どう変わるか
福祉推進員	〇〇さん、××さん	積極的に活動してくれるはずだ
民生委員	□□さん	ご近所福祉の推進が始まるのではないか
町内会長	△△さん	災害の際の避難支援に力を発揮してくれる

# 5.世話焼きさんに「出向」してもらおうという方法も

## (1)世話焼きさんのご近所は「優良物件」

マップを見ていただきたい。興味深いのは、GさんとHさん、Iさんの3人のケースである。3人とも、助けられ上手さんとは言えない人ばかりであるが、たまたま世話焼きさんの近くに住んでいるために、安全が図られている。それだけでなく、要介護のHさんの場合は、世話焼きさん①が美容院の予約を取ってくれるなど、日常のこまごまとしたことの世話も焼いてもらっていた。

つまり、世話焼きさんの近くに住むというのも、助けられ上手、見守られ上手の1つになるということだ。世話焼きさんが2人も住んでいるこの界限は、「優良物件」と位置づけられるべきである。

Iさんはじつはこの地区の高名な大学教授であるが、「世話焼きさん②がいるから安心。いろいろな面倒見てくれる」と言っていた。Kさんは見守られ下手・助けられ下手さんで、他の人との接触を嫌って、だれが来ても戸を開けない。しかし世話焼きさん②だけは、受け入れていた。こういう面からみても、世話焼きさんの役割の大きさがわかる。

### ◇1つの住宅に要援護者をまとめて入居させる愚

要援護者ばかりが集中して住んでいる集合住宅がある。公的機関が、対応の難しい人を特定の集合住宅に住まわせる。いろいろな担当部署が同じことをするから、要援護者ばかりになってしまうのだ。

福祉関係者の1つの欠点と言えるが、特定の住宅に一人暮らし高齢者などの要援護者をまとめて住まわせるのは、理屈にも合っていない。では誰がその人の面倒をみるのか。普通の集合住宅では、元気な人や世話焼きさんが最低限の数、住んでいるから、その人が関わればなんとかなる。ところが、皆要援護者ばかりとなると、担い手が見つかりようがない。今の福祉施設がそうだ。

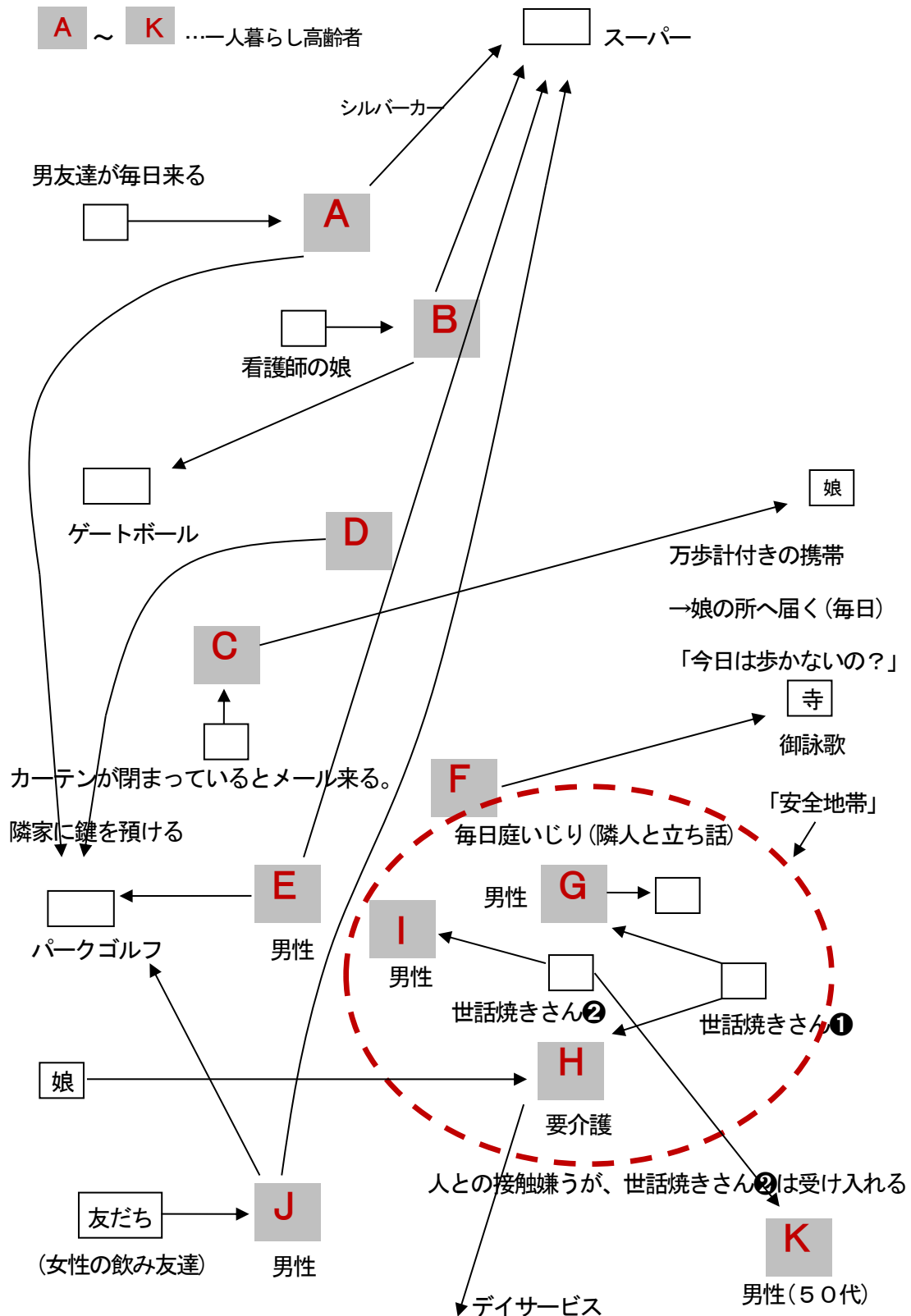
## (2)要援護者が集中する集合住宅に世話焼きさんが出向

その打開策として、そういう要援護者が集中して住んでいる住宅に空き部屋ができた時、そこに世話焼きさんに住んでもらうという手がある。例えば3年限りの出向で、一定の手当を支給すると



か。

ある市ではそういう要援護者がまとまって住んでいる集合住宅の一室を使って、ふれあいデイのようなものを頻繁に開いている。これも1つの策と言える。



## ＜作業 No. 12＞世話焼きさんの出向計画

どの集合住宅か、どの地区か、出向の場所と世話焼きさんの住む家との距離が問題だ。

	要援護者ばかりの 集合住宅	出向の候補者	やってほしい業務
1	〇〇住宅	近くに住む世話焼きさん の△△さん	住宅でサロンを開いて、要援護者のニーズを 発掘し対処してもらう。
2	〇〇丁目（要援護者 が集中して住む）	同じ〇〇丁目に住む世 話焼きさん	要援護者たちで助け合えるような〇〇丁目 にしてもらう
3			

## ＜作業 No. 13＞世話焼きさんが集中する優良物件さがし

こちらは、現実の優良物件探し。世話焼きさんが集中する一画を探す。

	世話焼きさんがまと まって住む界限	活動対象	具体的な活動内容
1	〇〇丁目〇班（世話焼 きさんが4名住む）	避難支援モデル地区 になってもらう	避難所も班内に設置し、その運営も委託
2	〇〇丁目（大小世話焼 きさん何人かが住む）	ご近所福祉を自主的 に推進してもらう	
3	〇〇丁目（超大型世話 焼きさんが1人）	要援護者が集中する 公営住宅への関わり	住宅内の世話焼きさんを探して、連携して進 めてもらう
4			

# 6.未来の世話焼きさん探し

地域では世話焼きさんが活躍していると聞くと、福祉関係者は「では世話焼きさん養成講座を開こう」と言う。しかし世話焼きさんは養成には馴染まない。生まれ持った天性の資質なのだ。住民はそのことをよく知っている。

## ◇世話焼きさんは天性の資質

下のマップでは、1人の大型世話焼きさん（★印）とその協力者が、ご近所内の一人暮らし高齢者等の面倒を見ている。しかし世話焼きさん自身もかなり高齢で、「失礼ながら、あなたがいなくなった後はこの活動はどうなるのでしょうか」と聞いてみたら、「大丈夫、親から世話焼きの資質を受け継いだ子を4人（●印）見つけたので、いま英才教育をしている」と言う。「あなたには3人の子どもがいるのに、英才教育をするのは1人だけですか？」と聞いたら、「私の（世話焼きの）資質を受け継いだのは、いちばん下の男の子だけ」と答えた。



## <作業No.14>未来の世話焼きさがし

この地域で将来活躍してくれそうな、世話焼きさんの素質のある子を探してみよう。

未来の世話焼きさん 候補	その理由は？	どう育てる？
-----------------	--------	--------

〇〇ちゃん (〇〇家の二女)	お母さんが世話焼きさんで、よく一緒に活動しているのが〇〇ちゃん	このままお母さんが教育してくれればいい
△△君 (△△家の長男)	お父さんが大型の世話焼きさんで、△△君も隣の高齢者のゴミ捨てなどをしている	今から大人の活動グループで一緒に活動してもらったらどうか

## 7.活動家はご近所に戻ろう

せっかくご近所に活動家などの人材が住んでいても、市域だけで活躍しているといった人が多くいる。この人たちがご近所での助け合いにも参加してくれないと、強力なご近所福祉はできない。

### (1)有償サービスグループがご近所でも助け合っていた

次のマップは団地の一角。この地域に有償の福祉サービスグループがあり、メンバーたちはご近所に帰ってから助け合っていた。

#### ◇メンバー以外の人にも「おすそわけ」していた

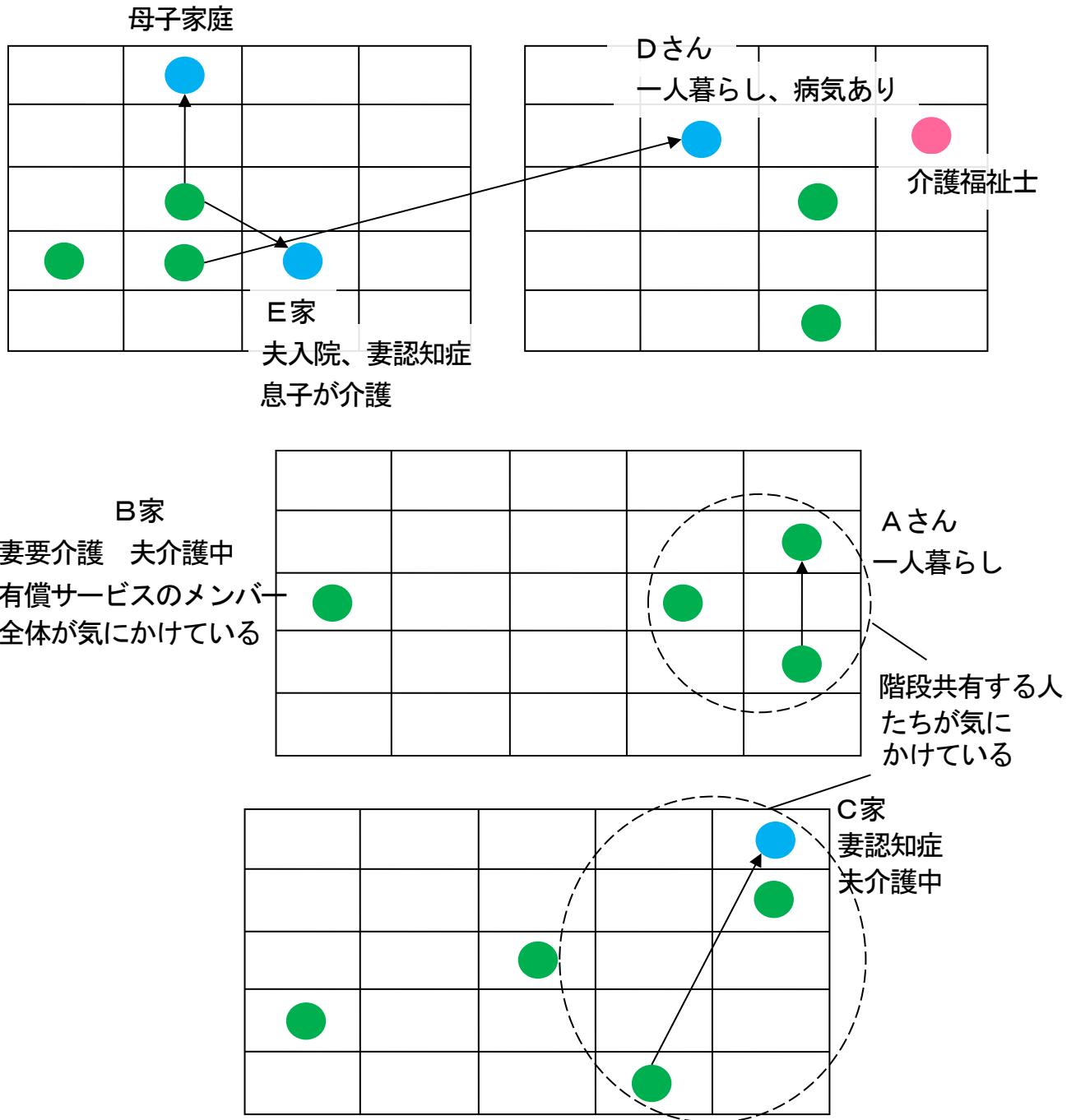
例えば一人暮らしのメンバー（Aさん）を、同じ棟の仲間が見守っている。また、同じくメンバーであるBさんは要介護の妻を介護中だが、団地内の仲間全体で気にかけている。

また、彼らはメンバー以外の人にも関わっている。夫が入院、妻が認知症、それを息子が介護中という家庭（E家）を棟内のメンバーが支えていた。これらはすべて無償の活動だ。

それだけではない。C家には家族の会も来ている。他棟の介護福祉士も。さらに趣味グループの仲間も来ていた。Dさんの家には、サロンのメンバーが来ていた。

それぞれの活動グループがご近所に戻って助け合いをすればいい。複数のグループがご近所毎に連携すれば、もっと大きな力になるはずだ。

- …有償サービスグループのメンバー
- …有償サービスグループに所属していない要援護家庭



## ＜作業 No. 15＞ ご近所でも活動している活動家リスト

実際に今、既にご近所でも活動している人をリストアップしてみよう。

氏名	所属しているグループ	ご近所での活動
----	------------	---------

1	〇〇さん	ふれあいサロンを主宰	ご近所に戻ってからも、小さなサロンを開いている
2	□□さん	食事サービスグループのリーダー	自宅で子ども食堂をひらいている。そこに一人暮らし高齢者も来ている。
3			

## (2)ご近所に戻ったグループがご近所応援隊に

ご近所で助け合おうとしても、人材がいけないという場合が少なくない。人材は町内圏域、または市町村圏域で活動をしている。しかし彼らも、どこかのご近所に所属している。そして活動が終われば、毎日ご近所に戻っている。それなら、戻ったご近所で仲間同士で助け合いを始めれば、ご近所さんも助かるし、それに参加することもできるのではないかな。

様々なグループで活躍している人たちが、先程のマップのように、それぞれのご近所でも団結して助け合いをしてくれれば、大きな力になる。マップでは有償グループの他に、ふれあいサロン、家族の会、趣味グループのメンバーもいた。彼らが大同団結すれば、素晴らしい力になる。

もう1つ、ご近所に戻ったボランティアが団結して、ご近所福祉活動を応援する、つまり応援隊になるという手もある。自分たちは、ご近所にいる時間は少ない。ならば少ない時間を、ご近所さんが活動するのを応援することに使えばいいということになるのだ。

### ＜作業 No. 16＞ご近所ボランティア応援隊の役割

ご近所に戻った活動家のご近所活動をどう支援しているか。彼等らしい役割は？

	どんな活動を？	留意点
1	ご近所ボランティア・グループの結成支援	厳密な組織作りにこだわらない。柔軟な発想で。組織のメンバーも決めない
2	活動の支援	すでに住民がやっていることを少し発展させるだけでいい

3	組織づくり・活動づくりの条件整備	活動拠点の確保、活動に直接関与

## 8.都市部での「ご近所」づくり

### (1)都市部でご近所福祉活動ができるものなのか

私は支え合いマップ作りを30年ほどやってきて、人々が親密に助け合える範囲というのは、およそ50世帯だということが分かった。昔、大宝律令で規定された地方行政制度にも、国郡里の「里」は50戸と規定されている。面白いことだが、今のマンションの一棟当たりの平均部屋数は50部屋だという。私達はそうと意識しなくても、助け合いに最適な範囲は50世帯であることを知っていて、それを基本にしながら助け合いの地域をつくっていったのだ。

### (2)どこがご近所か線引きもできない

その場合、地方はやり易い。町内が既に50世帯という所もある。初めからまとまっているのだ。ところが都市部はそうはいかない。向こう三軒もあるような、ないような。ご近所もどこからどこまでなのか、わからない。班はあるが15世帯で、少し小さい。その上の町内は範囲はわかるが、500世帯では助け合いようがない。やはり50世帯の単位ごとに助け合いをしなければ駄目だ。幅を見て、30から70世帯程度。

### (3)各世話焼きさんの領域（シマ）に沿ってご近所作り

現実的な方法はないかと探していたが、ご近所には世話焼きさんという人が存在する。この人の周辺では、確実に助け合いをやっている。ならば世話焼きさんが助け合いをしている範囲を基準にして、ご近所づくりをしていったらどうか。

川崎市で、ある地域グループがこれに挑戦していた。ご近所サロンを1つ2つと地域内に作っていき、その周辺に、例えば新しい問題が見つかったら、それを解決するために、それぞれのサロンが触手を伸ばし、そこに新たなサロンを作るというふうにして。

## ◇ミニサロンをアメーバのように広げながら

マップを見ていただきたい。主役は田中さん。まず彼女が自宅を開放してサロンを立ち上げた。集まってきているのは、向こう三軒の10名。この中で要援護者は8名。

Aさんは一人暮らしで要介護状態になったので、田中さんが地域包括支援センターを紹介。移送サービスも受けられるようになった。以降、田中さん宅に頻繁に電話がかかってくる。お隣のB、C、Dさんも、日々Aさんの様子を見るようになった。

Eさんも一人暮らしなので、隣の田中さんが毎日のように様子を見ている。Eさんも田中さんに携帯電話の番号を教えるようになった。C、D、FさんもEさんの見守りに参加している。Gさんは要介護2だが、「なにかあったらよろしくね」とメンバーに言うようになった。Hさんもやや要援護状態にあるが、何か困ったときも田中さんに電話をしにくる。

Iさんはサロンには参加していないが、脳梗塞を患ってから田中さんの紹介で、田中さんも主催者の1人であるリハビリ教室に参加してもらうようになった。

田中さんのサロンに参加しない人で、左方向にK、L、M、N、O、Pさんといった要援護者がいるのが田中さんは気になった。そこで田中さんはその近辺の世話焼きである三村さん宅でもサロンを開いてもらうことにした。そこに田中さんも顔を出して、そこでニーズ発掘を始める。

Jさん(80歳で一人暮らし)が最近、足首を捻挫して家事ができにくくなったとき、田中さんの働きかけで、ヘルパー派遣が実現した。Kさんが要介護になったとき、同じ三村サロンのLさんがたまたまデイサービスに通っていたので、「では私も」と同じデイサービスを利用するようになった。

三村サロンには所属していないが、夫婦で要介護のMさんのことを田中さんが知り、包括支援センターを紹介して介護度がつき、田中さんの紹介でデイサービスを利用するようになった。

Nさんもサロンには所属していないが、サロンを通してこの人のことを田中さんが知り、Nさんが田中さんの所属組織とつながるようになった。三村さんのクラブではほかに、Oさん(最近物忘れが始まった)とPさん(老々夫婦)とQさん(老々夫婦)が気になる人だ。田中さんは、三村サロンに参加することで2人のことを知り、これからはこの2人にも気を配ろうと考えている。



田中さんの上方にまだ「気になる人」がいる。特にR（デイサービス利用者）さん、Sさん（同）、Tさん（一人暮らし）、Uさんなどだが、さすがにここまでは田中さんも手が出ない。そこで三沢さん（仮称）に働きかけて、新しいサロンを立ち上げてもらうことにした。

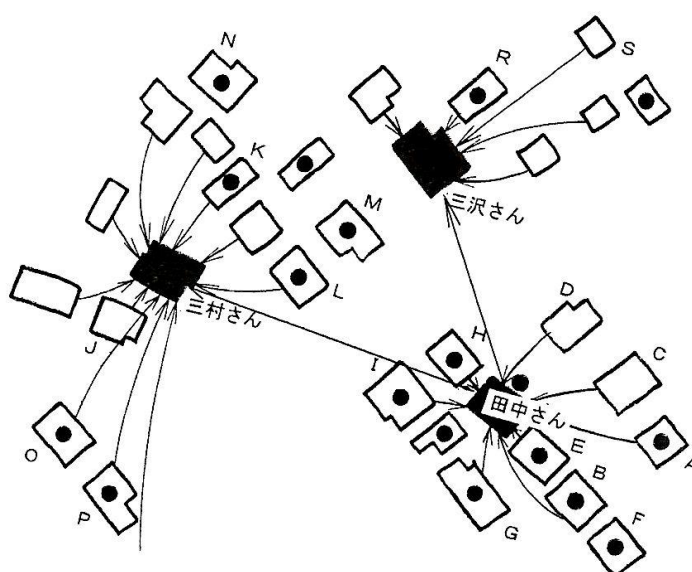
このようにして田中さんは、ご近所サロンをアメーバのように広げながら、またその新サロンに必ず顔を出すことで、地区内の福祉ニーズを残らず探し出し、関わろうとしているのだ。

## ◇間接ルートでご近所のニーズは一網打尽？

右下の■印が田中さんの家で、彼女はこうして自宅でサロンを開き、また近くの世話焼きさんにも声をかけてサロンを開いてもらい、出てきた福祉ニーズに対応している。では、田中さんや他の世話焼きさんのサロンのメンバーではない人のニーズをどうやって把握するのか。

サロンメンバー以外でも、彼女が直接接触している人たちのニーズについては、直接彼女が把握できる。では、彼女の知り合いでない人はどうするのか。重要なのは、全員が田中さんと直接つながっている必要はなく、彼女のサロンのメンバーを通して彼女とのパイプが生まれ、福祉問題が把握され、解決されていくということなのだ。

つまり、ご近所の福祉問題が田中さんルートで解決されるために、必ずしも田中さんから放射線状に人々がつながっている必要はない。彼女の知り合いが各自、悩みを打ち明けられる相手を2、3人作れば、その人たちの福祉ニーズも「間接的に」田中さんにつながっていくのである。



● ...要援護者

川崎市「すずの会」の問題解決型サロン。  
それぞれのサロンが要援護者を受け入れている

## ＜作業 No. 17＞世話焼きさんのサロンを生かしたご近所作り

世話焼きさんの領域をその人の活動範囲としても、拠点はどこにするのか。世話焼きさんはそれぞれサロンを作りながら、そこで問題を発見し、解決行動をとっていた。したがって、それらのサロンやネットを基に、ご近所福祉をつくっていくことになるのだ。

	世話焼きさん	彼女のサロン又はネット	ご近所づくりの展開法
1	〇〇さん	井戸端会議を主宰	そこから問題解決をめざしながら、彼女の領域を広げていく
2	□□さん	食事会を開いている	参加者の問題解決を図りながら、領域を広げていく
3	××さん	彼女は大型。小型世話焼き数名と連携している。	小型数名と連携して活動を広げる

## 9.ご近所の問題解決にご近所の資源を使う

ご近所の問題を解決するために、ご近所の資源を活用する—という発想は意外に使われていない。そんな資源が、足元のご近所で調達できるわけがないという思い込みがあるからではないか。

以下に紹介するのは、わずか44世帯の小さな町内会であるが、ここでは民生委員と町内会長（女性）が意気投合して、次々と懸案を解決している。そのやり方が下に説明してあるが、ご覧の通り、問題を解決するための資源のほとんどを町内から調達していたのである。

### (1)町内の助け合いに参画するということ

町内から調達している資源（人材）の中には、警察官や土地家屋調査士、大工などがある。こういう人材も、探せばいるものなのだ。しかし、その他の資源は、ただ「住民」であるだけでいい。

それぞれの住民が、何らかの特技を持っていたり、家や土地があったりする。それを開放してくれればいいのだ。

こうして、町内の問題に町内の資源を使うということは、町民それぞれが、自分の持っている資源で貢献することであり、つまり町内の助け合いに参加しているわけだ。

## ①カーブミラーの設置

- ・町内会の話し合いで、事故の多い交差点を確認。
- ・通り沿いに子どもが複数人住んでおり、子どもの安全を守るため、カーブミラーを購入することを決定。
- ・民生委員が町内の警察勤務の方に協力を依頼。設置許可の手続きと、実際の設置の協力を得る。

## ②防災倉庫の設置

- ・防災活動を進めるうえで、防災倉庫の必要性を確認。
- ・町内会が使える土地がないため、民生委員が近隣住民の敷地を使用させてもらえるように依頼。
- ・市への届け出書類の作成を町内会員である土地家屋調査士をしていた方に依頼。
- ・町内会員の元大工に、防災倉庫の設置作業を依頼。

## ③いきいき百歳体操の町内での実施

- ・町内にいきいき百歳体操の会場がなく、地区外の体操会場まで行ける人のみが体操に参加していた。
- ・町内会員で一人暮らし高齢者の方に、自宅で体操をさせてと依頼、承諾を得る。
- ・民生委員が地域包括ランチの職員に、体操会場に設置する椅子の手配を依頼。
- ・民生委員が体操のお世話役となり、週に2回町内の個人宅で体操を実施する。

## ④どぶ掃除

- ・高齢者が多く、側溝のふたを上げてのどぶ掃除の負担が大きいとの課題を町内会の話し合いで確認。
- ・町内会長がスポーツ競技団体の役員をしていることから、会員の高校生、大学

- ・ボランティア協力の学生へのお礼と、防災活動を兼ねて、炊き出し。
- ・炊き出しの会場として、町内会員宅の駐車場を借りるよう町内会長から依頼。
- ・掃除に必要な道具や水は、町内会員各戸から提供する。

[illegible]

ご近所福祉を進めていく場合になるべくご近所の資源を活用しよう。

	ご近所の問題	解決の方法	ご近所資源の調達法
1	子ども同士のふれあいが少ない	ご近所でふれあいイベントをしよう	会場に〇〇さんの庭を使わせてもらおう
2	〇〇さんの樹が道路にはみ出している	大型の伐採機や運搬用の軽トラが必要	××さんが庭師をしているので、借用できないか
3			

# <第2章>

## ふれあいの輪に

- <作業 No. 19>新興住宅地で生まれた生活文化
- <作業 No. 20>新旧住民の交流会を企画しよう
- <作業 No. 21>外国人との交流会を企画しよう
- <作業 No. 22>障害者との交流を企画しよう
- <作業 No. 23>「ちょっと迷惑な人」をふれあいの輪に
- <作業 No. 24>デイ利用者をサロンの仲間にするために
- <作業 No. 25>要介護者をサロンの仲間にするために
- <作業 No. 26>入れさせ屋さんの発掘
- <作業 No. 27>押しかけサロンの候補者探し
- <作業 No. 28>老人クラブに受け入れるべき要援護メンバー
- <作業 No. 29>老人クラブに受け入れるべき介護人材
- <作業 No. 30>障害児をふれあいの輪に
- <作業 No. 31>引きこもりの人が見込んでいる人を探そう
- <作業 No. 32>「卒業」させない策
- <作業 No. 33>お楽しみ事に乗る
- <作業 No. 34>その能力を生かせないか
- <作業 No. 35>要援護者も敬老会に参加を
- <作業 No. 36>夫婦参加か否か
- <作業 No. 37>方法が要介護でもサロンや老人クラブへ参加
- <作業 No. 38>妻を介護中の夫が家をオープンにしているか
- <作業 No. 39>こじあけ屋さんを探そう
- <作業 No. 40>共に要介護の夫婦を引き離すな

# 1.住民同士の交流

## (1)新興住宅地の住民はどんな交流を？

### ◇「ワンワン・コミュニティ」はこうして生まれた

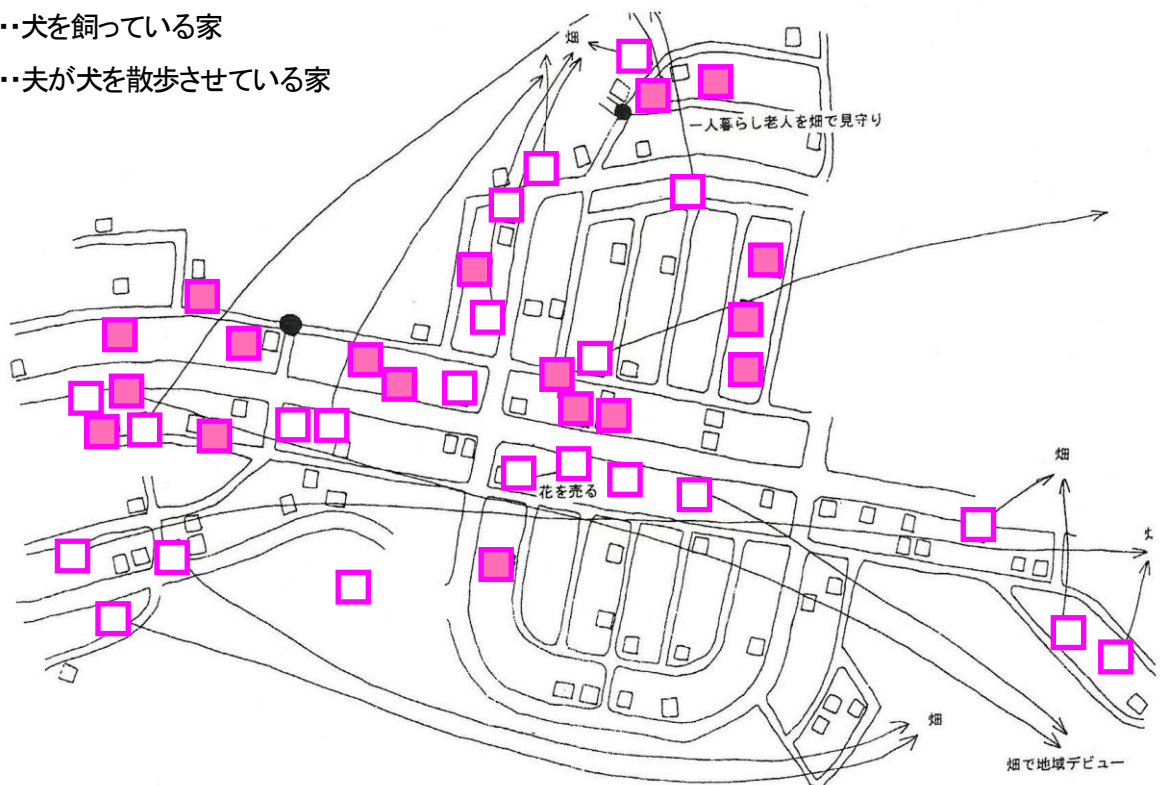
千葉県の新興住宅地でマップを作った時、お互いが干渉せず、人に無関心な現状はなんとかしなくてはという声は出たものの、ではどうすればとなると、名案が出ない。たまたまマップ作りの参加者4人が皆、犬を飼っているので、しぜん犬の話になった。そのとき意外なことが起きた。500世帯のどの家に犬がいるのかと、印をつけていったら、こんなにもあった。

### ◇飼い主の名前は知らないが、ワンちゃんの名前はわかる

しかも四人はそのすべての名前を知っていた。飼い主の名前は知らないが、ワンちゃんの名前は知っている。この中で、夫の地域デビュー組はと聞くと、これも全部わかっていた。

また犬の散歩をしながら、通りの一人暮らし高齢者の見守りをしている人もいた。よしこれで行こうと、有志が集まってワンちゃんコミュニティ活動の会が発足した。まずはおそろいのデザインのうんちバッグの配布から始まった。

- …犬を飼っている家
- …夫が犬を散歩させている家



## ◇新興住宅地で生まれた生活文化とは？

このワンワン・コミュニティは、その土地に根づき始めた生活文化と地域の福祉を結び付けようというものであった。このように、その延長でその土地らしい福祉ができないものか。

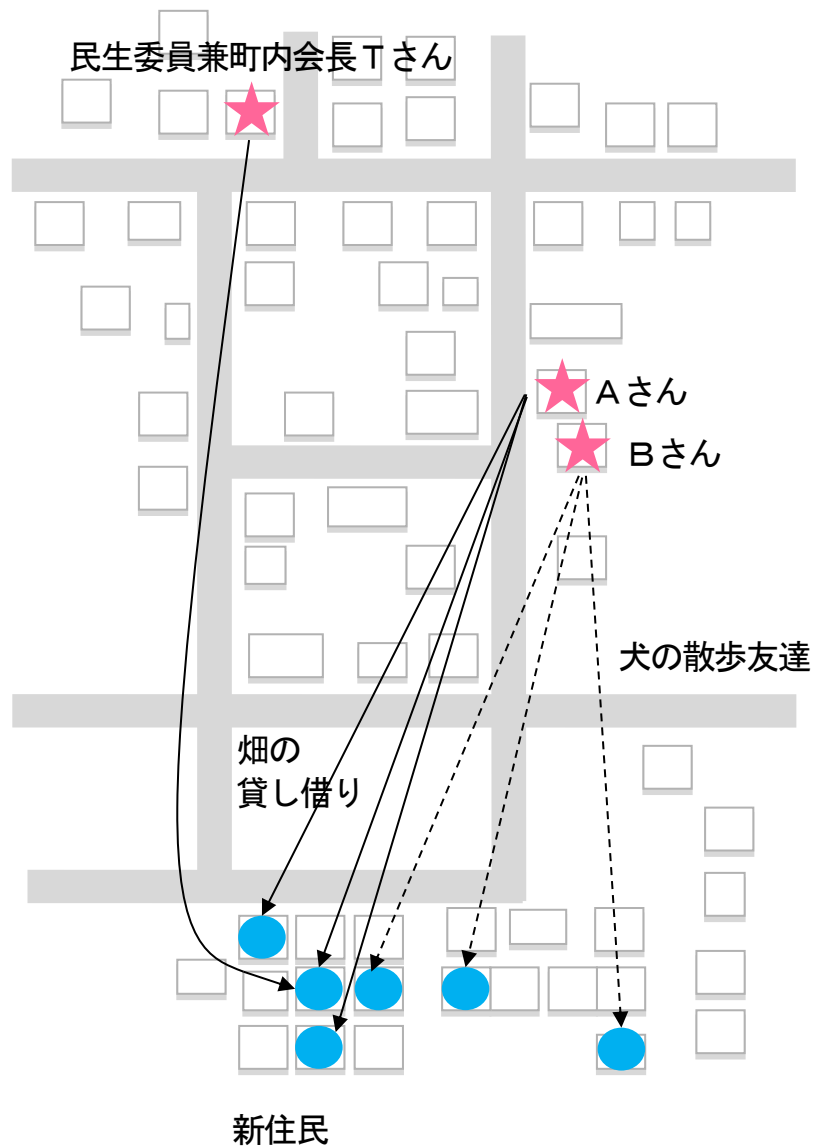
## <作業 No. 19> 新興住宅地で生まれた生活文化

新興住宅地には生活文化と言えるものはないように見えるが、そうでもない。

	生活文化	福祉と繋げられないか	具体策
1	朝のジョギング	ジョギング中に高齢者の見守り	
2	ドッグラン	飼い主が病気や出張の際に預かり	災害避難の場合に、犬の預かりはできないか。避難所に行く人の犬を預かり。
3	門前を花で飾ろう	一人暮らし高齢者の庭の手入れ	
4	家庭菜園	一人暮らし高齢者に「一坪菜園」を提案	

## (2) 新旧住民はどんな交流をしているか

新旧住民が距離を置いて暮らす地区。旧住民の町内会長のTさんは嘆いていた。新住民（マップ下部のアパート群）が我々と交流しないし、町内会にも入らないので、困ったものだ。



## ◇畑の貸し借りと犬の散歩友達

では個人的に交流している例はないのかと確認したら、Aさん（農家）は、（アパート群の）3軒に畑を貸していると。Bさんは3軒と犬の散歩友達だと。ならば畑の貸し借り、犬の散歩友達など、既にある小さな交流を生かしたイベントをやったらどうか。

## ◇なぜかガレージセールが盛ん

埼玉県内のご近所で同じ問題があった時、キーワードとして見つかったのはガレージセールである。場所は主宰者のガレージで、品物を出すのは旧住民の農家だ。売れなかった野菜を出品する。では買いに来るのは誰かというと、新住民の若い主婦だ。安いから助かるし、農家の側は、売れるから助かる。これで手を握った。



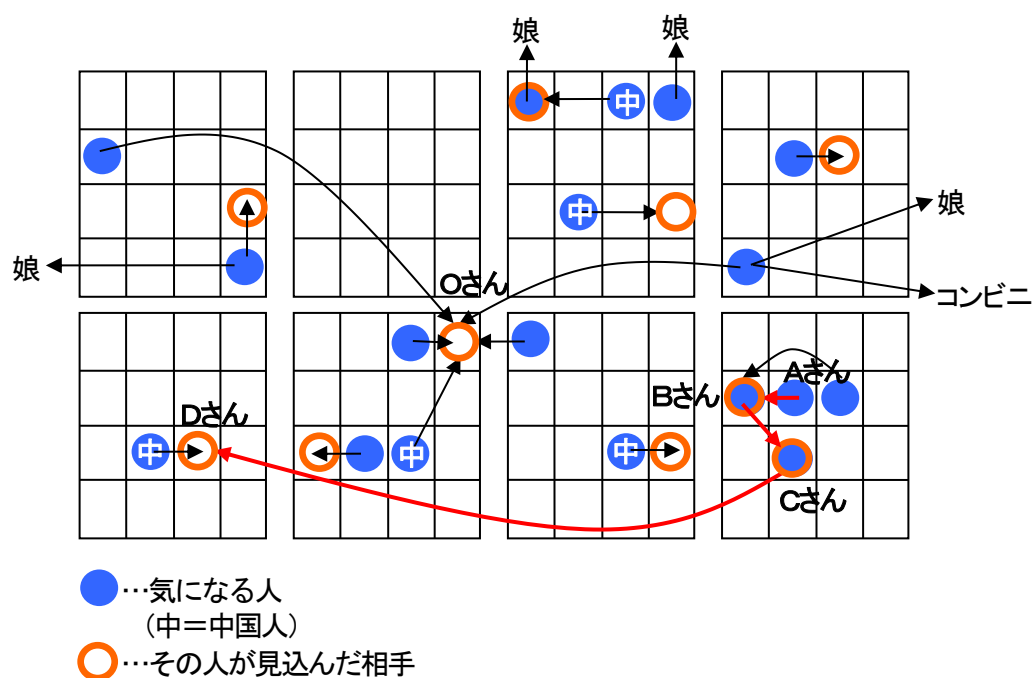
## <作業 No. 20>新旧住民の交流会を企画しよう

その土地で実際に行われていた交流をヒントに企画する。

	どんな交流を見つけたか	それをヒントに交流イベントを企画しよう	
1	犬の散歩友達	まずご近所内の犬の分布と交流の実態を調べる	
2	畑の貸し借り	貸し借りの実態を調べる。それをヒントに企画	
3			

### (3)外国人との交流は？

都内の団地でマップ作りをしたら、中国の人たちが住んでいて、水道の蛇口が壊れたといった悩みを、隣の人に持ち込んでいた。それなら彼らと日本人でパーティを開き、彼らに餃子を作ってもらったらどうかということになった。



## ◇自分のグループ内に外国人がいた！

東京のある町では住民の1割が外国人だが、住民の悩みは彼らとの交流の機会がないということだった。そこで私は、マップ作りに集まった人たち1人ひとりに「あなたは何のグループに入っている？」「そのグループに外国人がいるでしょ？」と聞いて回ったら、全員が「そのとおり」だった。ならばそれぞれのグループで既に交流ができているではないか。もっと本格的に交流したいなら、まずグループ内で考えたらどうか。それらのグループが集まって、合同の交流会を開いてもいい。

## ＜作業 No. 21＞外国人との交流会を企画しよう

これも同じように、実際に行われている交流をヒントに企画する。

	どんな交流を見つけたか	それをヒントに交流イベントを企画しよう
1	隣人間で家族ぐるみの交流	同じ家族ぐるみの交流を調べる
2	趣味グループで仲間同士	他の趣味グループで同じ事例がないか調べる
3	日本語教室での交流	交流の幅を広げるにはどうしたらいいか考える

## (4)地元の障害者施設との交流は？

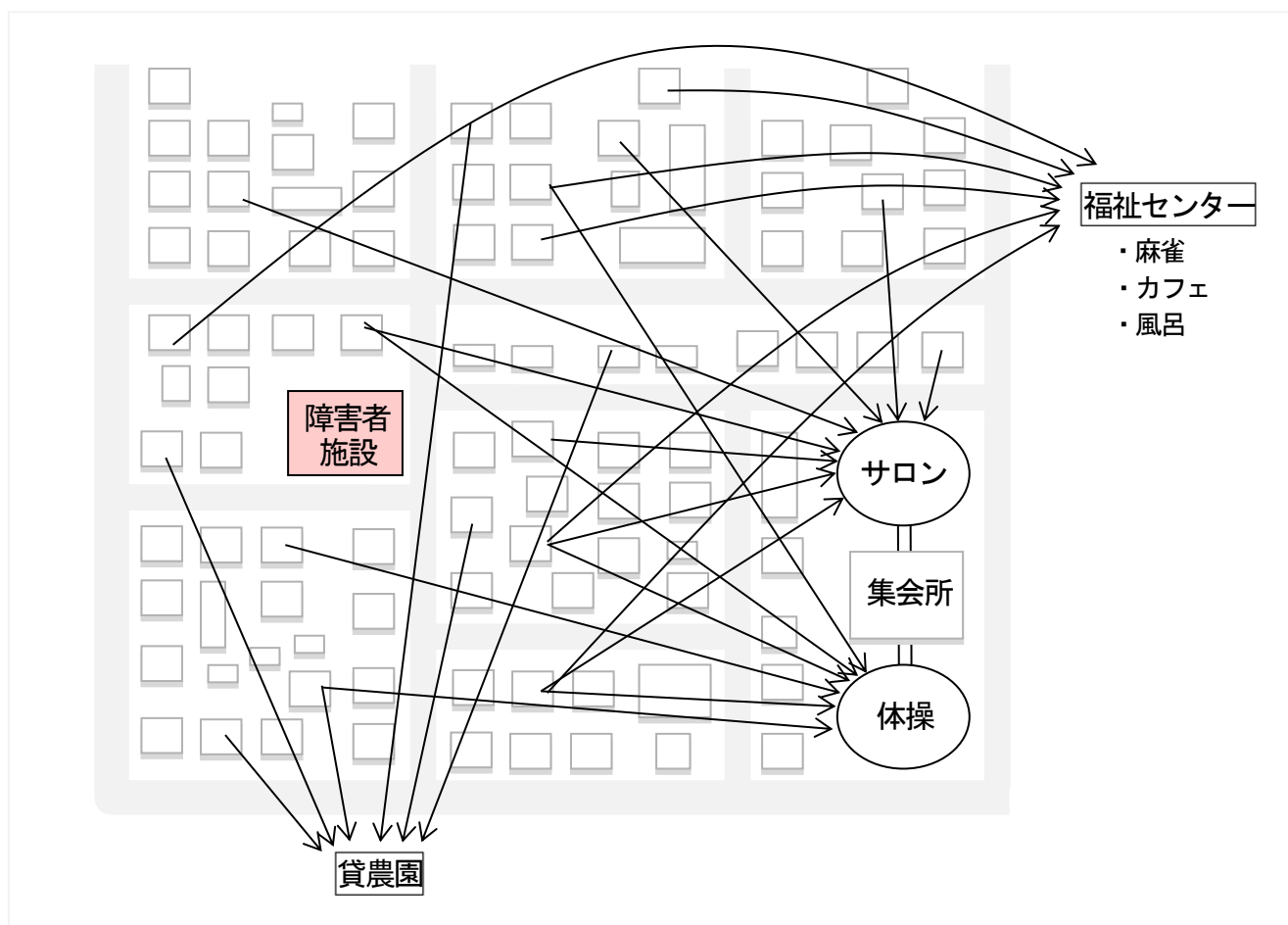
マップ作りをしていたら、自分の町内にある障害者施設との交流の機会がないと、町内会の人たちが言い出した。彼らがまず始めたのが、町内の人たちがその施設をグループで訪問することだった。それもいいが、その前にやるべきことは、その施設の障害者を町内のサロンや趣味グループなどに仲間入りさせることではないか。そこでまず個別の交流が果たされ、その後、機会を見つけて合同の交流会を開いてもいい。

## ＜作業 No. 22＞障害者との交流を企画しよう

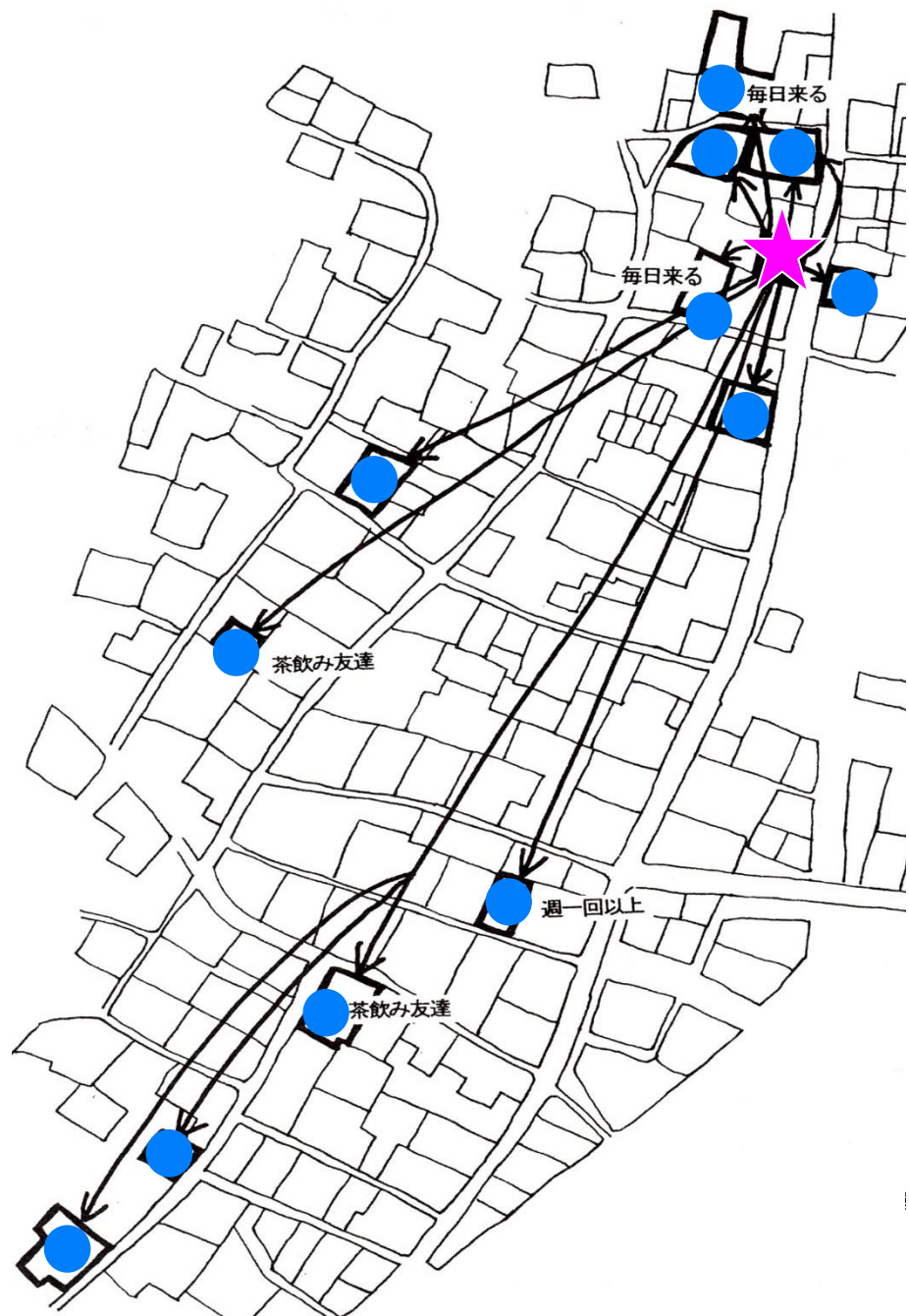
ここでは既存の活動に障害者を受け入れる方法から考える。

	障害者受け入れのグループ	受け入れるための条件・これまでの実績	
--	--------------	--------------------	--

1	サロン	時間が合うか、送迎はどうか、介助は？	
2	貸農園	使用にかかる経費の負担、どんな作業が合うか	
3	体操	障害のある人も一緒にできるよう、体操の仕方や教え方を工夫する	



## 2. 「迷惑かけ屋さん」を受け入れよう



### (1) 朝の5時に「ヌカミソのつくり方を教えて」

どの地域にも「問題の人」とされている住民がいるもので、このマップの女性は、例えば朝の5時に近所の家呼び鈴を押す。こんな時間に何事かとドアを開けると、「ヌカミソのつくり方を教えて」。

## ◇これも「ふれあい願望」の1つ？

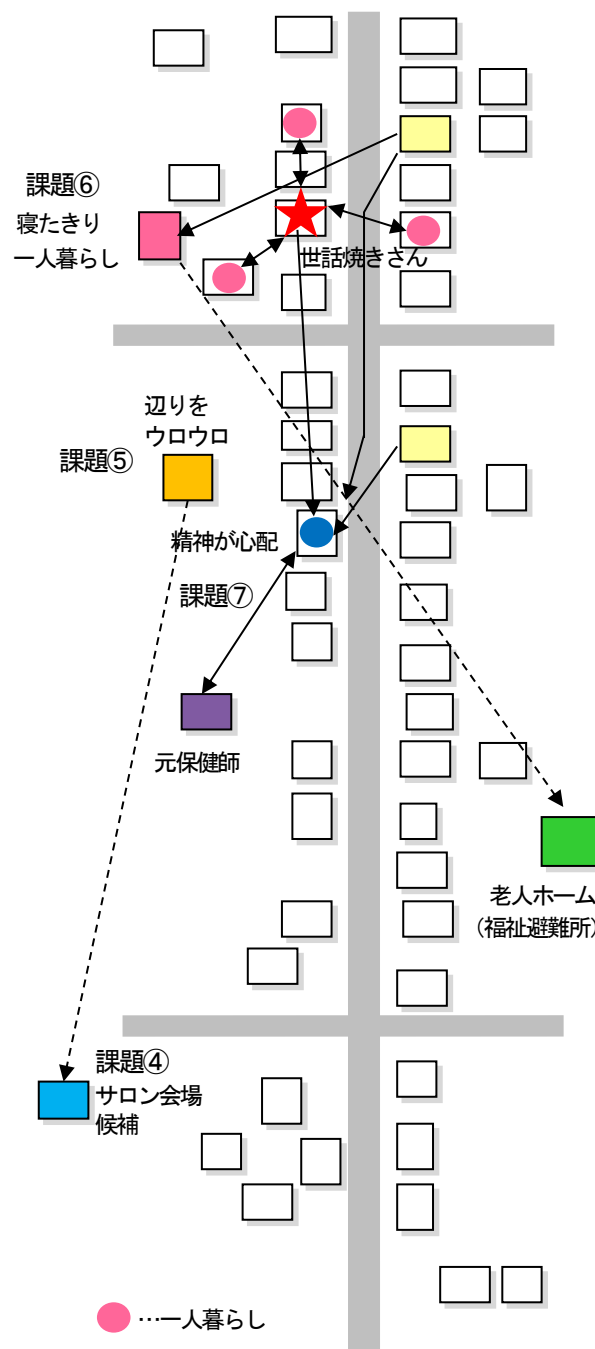
断ると、悲しそうな顔をするので、それもできない。それに、ちゃんとお礼もする。彼女にとっては、これも1つのふれあい願望なのだと考え、みんなで受け入れることにした。

## (2)地域には様々な迷惑かけ屋さんが

マップをつくると、大抵、こういう「問題の人」が見つかる。カラスを飼って餌付けをしている人。何十匹もの猫を飼って、あちこちで糞をしているのを放置している人。ラジオを大音量でかけて、周りの人を困らせている人。周辺の家片片端から押しかけて、暴言を吐く人。近所の複数の人から借金をしている人。ご近所さんの花壇の花をちぎって持っている人。あちこちで放尿している人。

## ◇1人を排除すると、排除したい次なる対象が現れる

1人を排除すると、次々と排除したい対象が出てくる。そうすると、コミュニティとしての絆が壊れてしまう。そういう人たちも受け入れることで、絆というのは保てるのだということを、住民の多くは内心理解しているからこそ、あまり文句も言わずに我慢しているのかもしれない。



### (3)「ちょっと迷惑な人」をふれあいの場に招待

あるご近所（マップ）では、あちこち出歩いて役所の窓口やグループで苦情を言ったり、ご近所をウロウロして通る人にちょっかいをかけたりしている男性を、「ふれあいを求めているのでは？」と見て、新しく立ち上げたサロンやシニア向け講習会などへ誘い出している。

#### <作業 No. 23> 「ちょっと迷惑な人」をふれあいの輪に

ちょっと迷惑でも、私たちのふれあいの輪に入れてあげよう、と考えられないか。

	ちょっと迷惑な人	なぜ？何を望んでいるのか？	対策
1	ラジオを大音量で	聴覚に問題？	補聴器の状況を確認
2	ご近所の花を切って持っていく	家に飾りたい？	花をプレゼント
3	大声で怒鳴る	職業柄身についた？ 子供が好きらしい	子どもを連れて訪問

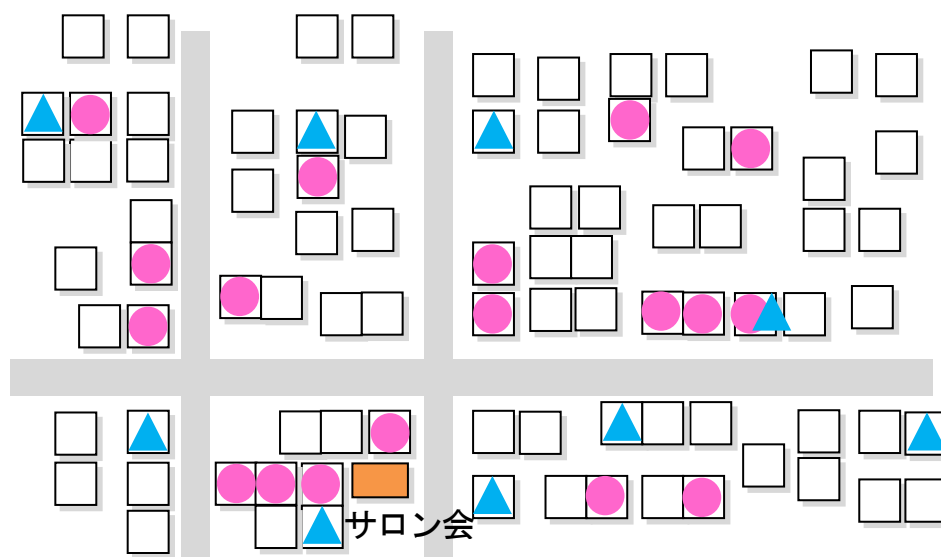
## 3.要援護者も仲間に

### (1)サロンにデイ利用者や要介護者もどうぞ

サロンの参加者だけでマップを作ってみた。まずは1人ひとりがどこに住んでいるか、●印をつける。次いで「このご近所でデイサービスに行っている人を知っていますか？」と聞くと、みんな知っていた。そこで▲印をつける。その後、両方の印が重なっている人を探してみると、なんと1人しかいなかった。

## ◇「私たちは元気な人の集まり」

「ということは、皆さんがデイサービスに行くことになったら、サロンには参加できなくなるわけですね」と言うと、そうだと言う。誰かがつぶやいた。「自分の足で来られなくっちゃねえ」。「でも、車で来ている人もいますでしょう。誰かが相乗りさせてあげればいいじゃないですか」と言ったら、「私たちはね、元気な人の集まりなの」。介護保険の功績は大きいけど、元気な人とそうでない人が分断される社会になっていた。



## ◇デイ利用者がサロンに入っていける方法は？

そこで、マップ作りをする時にやるべきことの1つは、まずデイ利用者をマップで探し出す。一方で、サロンに参加している人を調べる。両方が重なっている人は誰で、重なっていない人は誰かを特定する。

## ◇サロンに理解がないか、デイが協力的でないか

重なっていない人は、なぜなのか。重なっていない人が多い場合は、サロン側が要援護者を受け入れない方針であるか、デイサービスセンター側がこういうことに理解がない場合が多い。

デイを利用しているのは、週に1日か2日程度だろう。それ以外の日を充実させるために、デイも協力すべきではないか。

## ◇デイとサロンの日が重なっている。ならばどうするか？

サロンの人とデイの日が重なっているというケースが少なくないが、ならばケアマネジャーなり、デイサービス側が気を利かせれば済むことだ。

## ＜作業 No. 24＞デイ利用者をサロンの仲間にするために

本人は遠慮するに決まっている。それを敢えて背中を押すのが私たちの役目なのだ。

	デイ利用者	サロンに参加しない理由	対策
1	〇〇さん	家族が遠慮している	デイの方から説得
2	××さん	認知症なのでサロンが敬遠	デイの方からサロンを説得。 介助人をつける・送迎も
3			

## ＜作業 No. 25＞要介護者をサロンの仲間にするために

サロンの方から考える。参加を阻んでいるのは何か？ 家族か、サロンの側か。

	要介護者	サロンに参加しない理由	対策
1	〇〇さん	送迎をしてくれる人がいない	サロンのメンバーが送迎
2	××さん	家に来てくれれば歓迎	押しかけサロン
3			

## (3)「入れさせ屋」さんを掘り起こそう

地域にはユニークな人材がいる。たとえばある朗読ボランティアのリーダーは、視覚障害者を地域の趣味グループに受け入れさせる活動をしていた。どういうふうにするのか。

まず、本人が入りたいというグループに行って、「私も一緒に入りますから」と説得する。視覚障害者が1人で入会すると言われると不安になるが、ボランティアと一緒に来てくれるのならと、相手はOKする。入会后、彼女は、初めは自分がガイドをして見せて、その後、少しずつ他のメンバーに代わってもらう。そしてみんながガイドに慣れた頃、「あとはお願いね」と言って自分は退会す



る。この方法で、他の障害者もグループに入れさせていくのだ。

## ＜作業 No. 26＞入れさせ屋さんの発掘

障害者関連のボランティアグループにいる可能性がある。

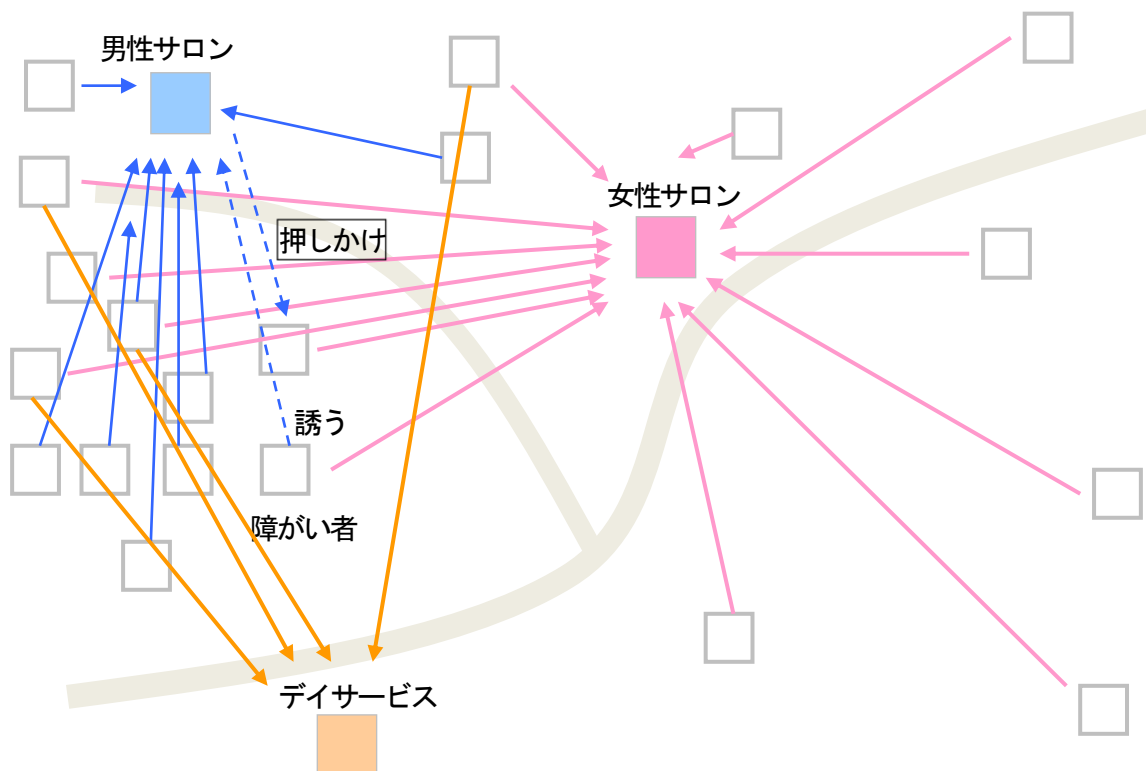
	候補者	所属	実績
1	〇〇さん	朗読ボランティアのリーダー	視覚障害者を合唱グループに
2	××さん	老人クラブの会長	認知症の人を受け入れ
3			

## (4)重度の要介護の人なら「押しかけサロン」

では、重度の要介護の人の場合はどうしたらいいのか。こちらから本人宅へ出向いて「押しかけサロン」を開けばいいのだ。「縁側サロン」と称している人もいるが、本人と気心が知れた3、4名で相手の自宅を訪問するのである。この方法が、引きこもりがちな人でも、意外に受け入れられている。

### ◇天性のこじあけ屋さんもある

引きこもりの男性宅をこじあけた人を何人か知っているが、大抵の場合、うまくいっている。ただし、こじあける人の資質も大事で、世話焼きさんの中に、こういう資質を持っている人がいる。



## ＜作業 No. 27＞押しかけサロンの候補者探し

対象者と担い手の双方を探す。まず重度でも来客を拒まない人を探すことから。

	対象者（重度の要介護）	押しかけサロンが開けそうか	押しかけ役の候補
1	〇〇さん	家族は歓迎している	ご近所の仲良し数名
2	××さん	引きこもりなので易しくない	知り合いに、上手に入り込め そうな世話焼きさんがいる ので、その人を先陣役に
3			

## (5)老人クラブはニーズと資源の双方を受け入れ

老人クラブは超高齢化のために、メンバーだけでは自立していけなくなっている。そこで求められるのは、いろいろな人材を取り込むことである。

一方で要援護者を受け入れるとともに、もう一方で、そういう人を受け入れるための環境づくりと

して、介助ボランティアなどを受け入れるのだ。メンバーの中にも、介護経験者などがいるはずだ。  
また、若手に入会してもらい、運営などを担ってもらうのもいい。

## ＜作業 No. 28＞老人クラブに受け入れるべき要援護メンバー

誰をクラブに受け入れるか。まずは仲間から始めよう。

	対象者	候補者	受け入れ方
1	〇〇さん	メンバーだが、要介護になった	要介護でもそのまま受け入れ続ける
2	△△さん	メンバーの配偶者	会合の時に連れ出そう

## ＜作業 No. 29＞老人クラブに受け入れるべき人材

運営や介助を担ってくれる人材を取り込む。まず仲間の配偶者や家族から探そう。介護グループと提携するのもいい。

	対象者	候補者	アプローチの仕方
1	若手の会長候補	50代の町内会長	ご近所の仲良し数名が誘う
2	60代の人仲間	ボランティアとしてなら参加する意向あり	
3	ボランティア会員	準会員でもいい	
4	介護経験者・元看護師	メンバーやその家族にいないか	

## (6)老人クラブを「ボランティアセンター」にしよう

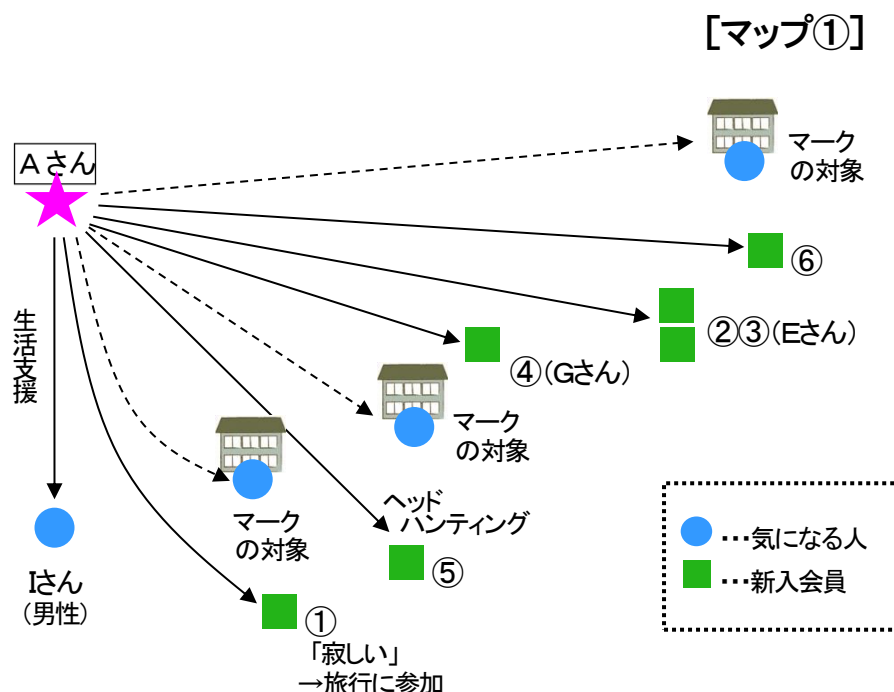
東京都内の1つの老人クラブについて、マップづくりをしてみた。地区内のメンバーは70数名。そこでおもしろい事実がいくつか浮かび上がってきた。

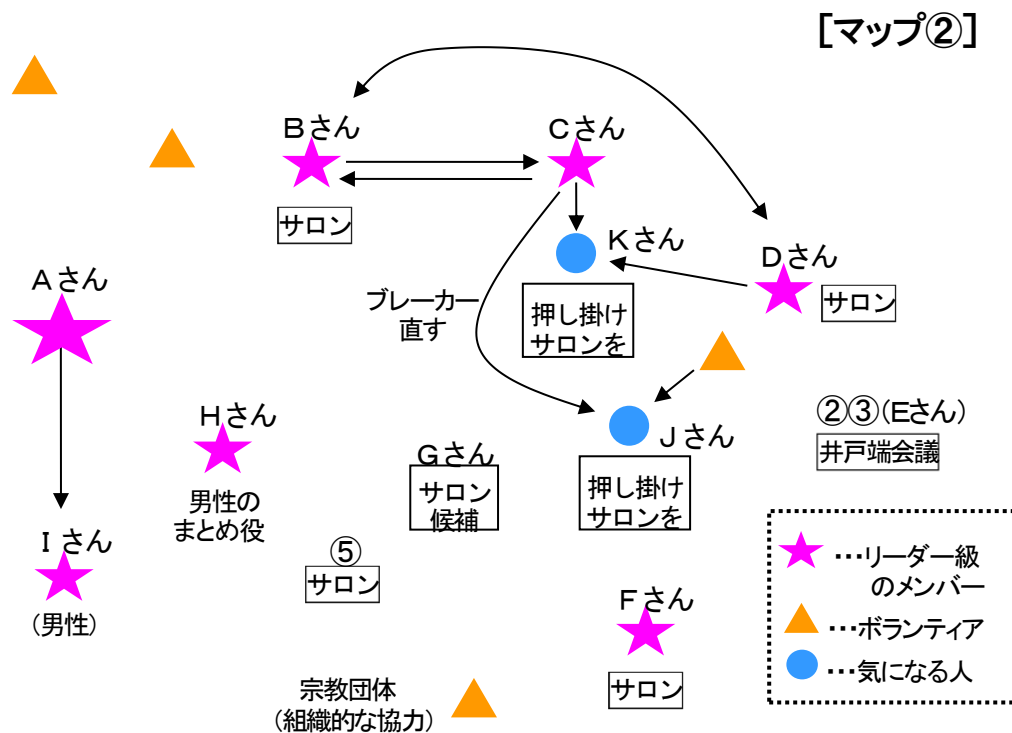
マップ②の★印がリーダー級のメンバーだが、その中のAさんがこの会を仕切っていた。この人の腕がたいへんなもので、この人のリーダーシップでいくつか興味深い活動が行われていた。

### ◇お誘い上手のAさんが多くの新規入会者をゲット

マップ①をご覧ください。まずは、新人獲得のテクニックのすごさ。■印がこの1年で新たに入会した人だが、彼等の入会の経緯を聞くと、①の人は、普段から周りの人に「さびしい」と訴えていた。そこでAさんがクラブの旅行に誘ったら、喜んで参加。その後、クラブに入会した。

②③の2人は、これもAさんの誘いで、2人で一緒に入会した。特に②の人は、クラブの「清掃活動」に参加したいと思っていたという。④は、最近商売をやめ、習い事もやめたばかりで、大好きなおしゃべりの相手がいないので嘆いていたのを知って、Aさんが勧誘した。入会勧誘のタイミングのつかみ方が実にうまい。





## ◇婦人会幹部をヘッドハンティング

新規入会の⑤の人は婦人会の幹部をしていた人で、その腕を見込んで、Aさんが入会を促した。そのまま老人クラブの幹部に横すべりしてもらったのだ。「ヘッドハンティングだよ」とAさんは得意気に語った。

ヘッドハンティングというわけではないが、⑥の人は民生委員である。彼女が一高齢者として地区の老人クラブにメンバー入りした。老人クラブの入会年齢が上がるたびに、メンバーの平均年齢は上がり、その結果、リーダーの平均年齢も上がっていき、運営に支障をきたす。となると、いかにして若手で、組織運営の能力のある人を地域の他のグループからヘッドハンティングするかが、現リーダーに求められているのだ。

## ◇要援護メンバー宅で「押しかけサロン」を

マップ②を見てほしい。メンバーは足元（向う三軒）で井戸端会議（小サロン）を開いているか聞いてみたら、Bさん、Dさん、Fさん、⑤の人が自宅開放で実行していることがわかった。Eさんたちも自宅前で井戸端会議を開いている。

Eさんは前述の③に属する新人で、こういう井戸端会議（小サロン）の場を開拓しているのもAさんだった。Aさんの働きかけで、Gさんも「うちでサロンを開いてもいいよ」と言っている。その小サロンは、老人クラブのメンバーだけでなく、未加入者も混じっている。地域のふれあいを老人クラブが主導している格好になっているのだ。

もっと面白いのは、要介護者の家で「押しかけサロン」を開こうという話も出ている点だ。Jさんは男性会員だが、90歳でヘルパーが入っている。この男性は割合話し好きで、地域の集会所に来た時に皆で戦争の話を聞いてあげると喜ぶらしい。彼には、生活面でのサポートも必要で、最近も「ブレーカーが落ちたままになっている」とCさんに連絡してきたので、Cさんが飛んで行った。

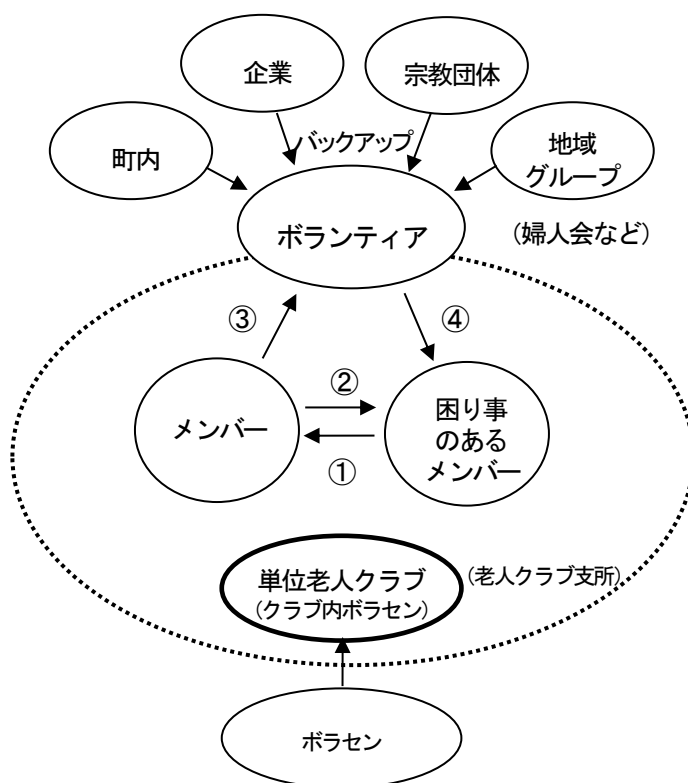
そこで彼の見守りや生活支援を兼ねて、彼の家でサロンを開いたらどうかということになった。引きこもりがちで、地域のサロンに来ない男性も、「押しかけサロン」なら受け入れるようなのだ。

もう1つの「押しかけサロン」の対象候補は、Kさん（女性会員）。元気な時は大正琴の先生をしていたが、最近、軽い認知症の症状が出てきて、デイケアに通っている。整理整頓が苦手のように、「楽譜を整理して」などとCさんに言ってくる。ここでもCさん、Dさんらが主導して「押しかけサロン」を開こうかと考えている。

## ◇クラブ内にボランティアセンターを

Aさんは地区内のその他の要援護者にも気を配っている。彼女が今マークしているのは、マップ①にある3ヶ所のアパートだ。ここを誰とどのように見守るかを今、考え中だ。ただマークしただけではだめで、彼等が何か困り事が出来たらどのように対処したらいいのか。そこでAさんたちは、そうした場合の人材を何人か確保していた。それがマップ②の▲印で示されている「ボランティア」だ。いずれも男性で、高齢メンバーでは対応しにくい電球の交換などをしてもらっている。特に宗教団体には行事の会場も使わせてもらっているという。

老人クラブの平均年齢が上がっていくにつれて、メンバーの困り事に組織として対応できなくなっている。そこで前述のようなボランティアをしっかりと確保しなければならない。そのための仕組みづくりが不可欠だ。マップをつくりながら、このような図をつくってみた。



メンバーに何か困り事が生じたら、頼れる仲間にもそれを持ち込む。そこで周りから、その困り事に応じてくれそうな人（ボランティア）

を発掘して願います。このボランティアの発掘をクラブ全体で実行していた。これを本格的に進めていけば、老人クラブ自体、要援護メンバーをいくら抱えていてもそれに対応できる。

このボランティアの発掘を本格的に進めていくと、個々のボランティアだけでなく、町内や宗教団体、婦人会といった地域グループ等と提携して、組織的に人材を投入してもらうこともできる(今、宗教団体について実行中だ)。

もっと発掘して、どうせなら単位老人クラブの中に「ボランティアセンター」を設置して、さらに本格的に人材の発掘とコーディネートをやってほしい。これを支援するのが地元のボランティアセンターということになる。単位クラブのボランティアセンターは、「支所」(ブランチ)と考えればいい。だから本来は、地域の各グループや組織・団体内にボラセンのブランチを置いて、親元のボラセンとつながれば双方が助かるのではないか。

## (7)障害児も子ども会のメンバーに

ある町内会に赴き、子ども会の親たちに集ってもらって、マップ作りをした。そこで分かったことは、障害児は1人も子ども会に受け入れられていなかったということだ。



マップを見ていただきたい。1つの町内にさまざまな障害を持つ人たちがいて、子どもたちもいることがわかった。私が「この子たちは子ども会には入れないのですか？」と聞いたら、皆さんびつくりした顔で、「えっ、入れなきゃならないのですか？」と答えたのである。

大人も同じで、聴覚障害者はその障害のためにご近所との交流ができない。視覚障害者や身体障害者は外出に不便をしている。ダウン症の青年は、26歳になっても仕事を見つけられないまま、自宅に引きこもっている。

こんな状態のまま、「ふれあいのまちづくり」とか「助け合いのまちづくり」と言うのは、おかしい。

## ＜作業 No. 30＞障害児をふれあいの輪に

ただ「仲間に入って」と言っても無理で、まず障害があっても入りやすい環境をつくることだ。

	対象者（障害）	ふれあいの現状	今後の対策
1	〇〇さん（視覚障害）		
2	××さん（聴覚障害）		
3	△△さん（知的障害）		
4			

# 4.引きこもりの人にどう対応すれば？

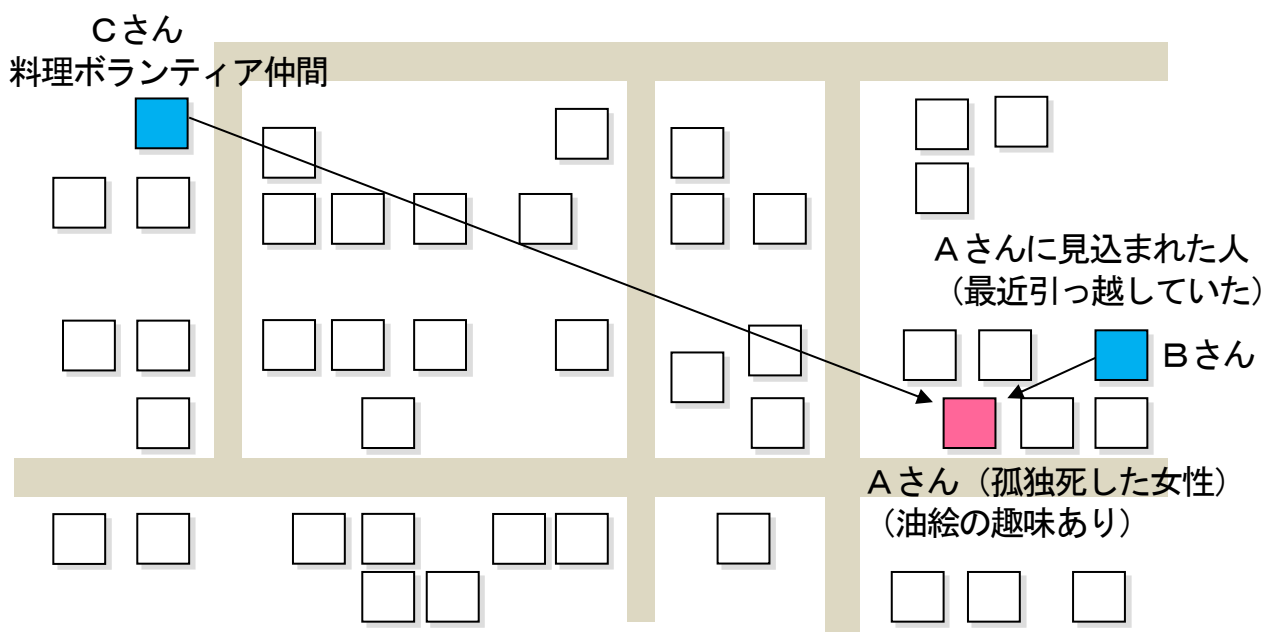
(1)「見守りお断り」の人が見込んでいる相手は？



死後1週間で発見された一人暮らしのAさん。民生委員や見守りボランティアが訪れても、ドアを開けなかった。「どんな引きこもりでも、2人や3人には門戸を開けるものだけど…」と町内会役員に確かめたら、「そういえばBさんとCさんは受け入れていた」。斜向かいのBさんには「何かあったらお願いね」とまで言っていた。

### ◇当事者が主導権を主張するのが住民の流儀

ではなぜ孤独死になったのか。Bさんが最近、引っ越していたのだ。もし民生委員が、自分はAさんに受け入れられない（相性が合わない）ことは脇へ置いて、本人がだれを見込んでいるかを探せば、Bさんを発見できていただろうし、Bさんが引っ越すときに引き継げたのではないか。住民の流儀では、当事者本人が見守る人を選ぶのだ。



## (2)本人は誰を見込んでいるのかを探そう

そこで、こういう「見守りお断り」という人が、本当に誰も見込んでいないのか、それとも誰かいるのか、徹底的に探してみたらどうか。目標は「2人」。ポイントは、本人の側から見ることだ。本人が見込んでいる相手はだれか。



2	××さん（父親）	A子さん C男さん	隣り合った畑で会話 彼の言うことは聞くようだ
3			

## 5. 「卒業」させない

### (1) 超高齢になれば地域活動は卒業？

マップづくりをしていて、地域には1つの大きな問題があることがわかった。超高齢になれば足腰が弱くなる。耳も遠くなる。妻や夫を介護しなければならなくなる。デイサービスを利用するようになる。老人ホームに入所する人も。

そうすると、今まで参加していたサロンや老人クラブなどは卒業だ。それが当たり前だと私たちは見てしまう。「卒業」を容認してしまえば、課題がなくなる。

### (2) 重い要介護でも地域で自分らしく生きられるように

では福祉とはもともと何だったのか。厚労省は言っている。どんなに重い要介護でも、住み慣れた家や地域でその人らしく生きられるように応援しようと。ならば、そういう人たちを簡単に卒業させてしまったら、福祉は成り立たなくなる。なんとしても卒業させないのが福祉だったのだ。

以下は、実際のマップ作りで出て来た「卒業させない」対象者と作戦だ。これに倣って、自分の地区での卒業させたくない対象者について、空欄に入れて考えてみよう。

### <作業 No. 32> 「卒業」させない策

本人はもう気力が無くなりかけている。それでも引きとどめるには知恵がいる。

本人の事情	卒業の対象	卒業させない策
超高齢で耳が遠くなった。「通訳」がいたが、その人が要介	結果として、サロンへの足が遠のいた	新しい「通訳」を掘り起こそう

護になった		
109歳になった	老人クラブから「卒業」した	メンバーが本人宅を訪れて「押しかけクラブ」
膝の手術を控えている	女性サロンから引退	メンバーが本人宅を訪れて「押しかけサロン」
同上	畑で野菜づくりができなくなった	皆で畑に連れ出そう
デイサービスを利用し始めた	日程が重なり老人クラブに参加できなくなった	ケアマネと日程調整で参加可能にしよう
元大学教授。元自治会長で、デイサービスを利用し始めた	地域活動から完全に引退	他にも文化人が多数いるので、教養講座の講師になってもらおう
90代の男性。認知症の妻の介護に専念	サロンや老人クラブなど地域活動から引退	要介護の妻同伴の参加も勧めよう
老人ホームに入所	地域から完全に撤退	里帰りで自治会活動の参加を応援しよう。組費をまだ徴収していた
高齢で足腰が立たなくなった	カラオケサークルに行けなくなった	仲間が車に乗せてあげよう
長年引きこもっている		密かに犬の散歩をしていた。ならば犬を通したふれあいを広げよう

## ◇耳が遠い人には通訳がついていた！

例えば、耳が遠くなったために、サロン等から足が遠のいたというケースはよくある。それでも参加しているケースというのは、周辺に、この人の「通訳」をする仲間がいる場合である。

今回の場合も、やはりいた。ただしその通訳の人が要介護になってサロンに来なくなり、自然、耳が遠い本人も足が遠のいた。だから対策は、新しい通訳を見つけようということになる。

## ◇入所者からも組費を徴収していた

施設に入所した人を、自治会活動などにまた参加させようというのは、今の地域の事情からしたら考えられないことかもしれない。ところがある地域に興味深い慣習があった。施設に入所した人からも組費を徴収していたのだ。

つまり「あなたはまだ自治会会員なのですよ」と本人に自覚させようとしているのだ。ならば当然、自治会のイベントには移送サービスをしてでも参加できるようにしなければならない。

## (3)誰にも楽しみ事はある。それに乗ろう

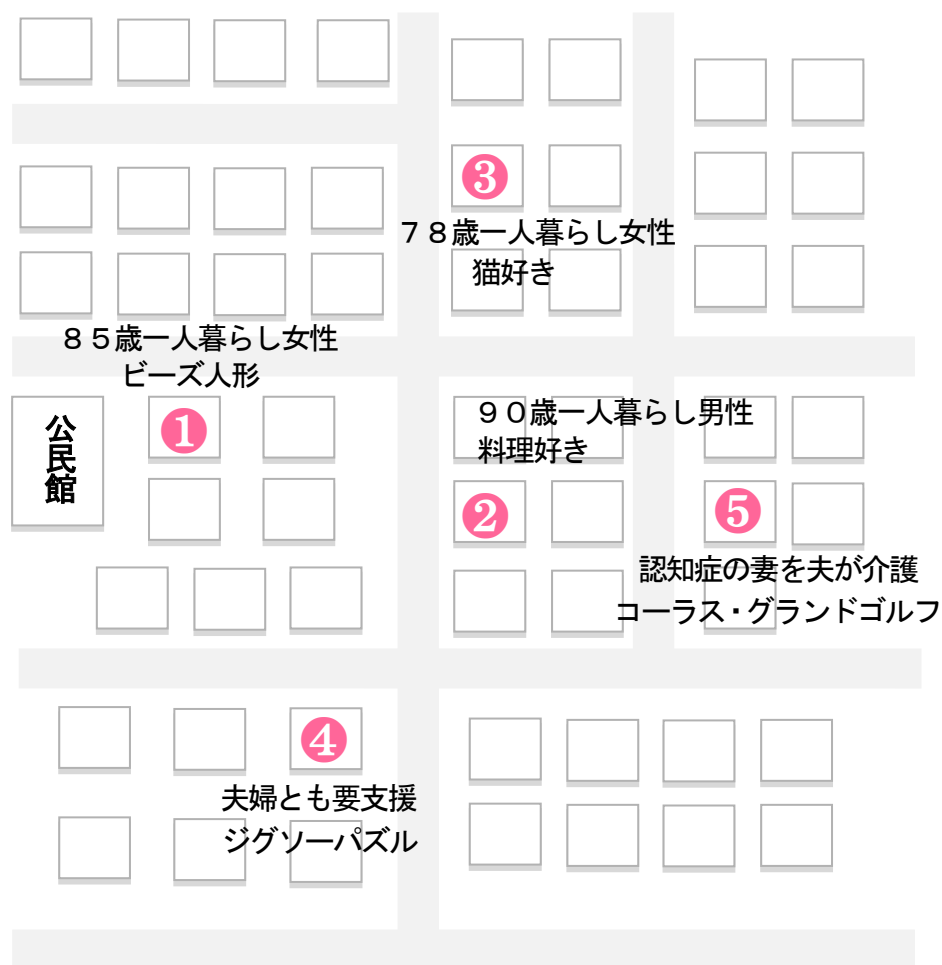
福岡県のある集落で「難ケース」が複数見つかった。働きかけようとするのに、門戸を閉じている。どこかにとっかかりはないものかと探していて、思い当たったのは、その人が何かお楽しみを持っているかということだった。

## ◇お楽しみに乗ることから接触のきっかけがつかめる

住民は初めは、そんなものはないと言いつつ、「そういえばこの人には〇〇の楽しみがある」と言い始めた。②は頑固と言われている高齢者で、訪問しても追い返される。だがある時、会食会には参加しないが、レシピを欲しいと言いつつ出した。自分で作ってみるという。料理が好きなら、会食会のレシピづくりに協力してもらおうとか、食事づくりの指導をしてもらったらどうかとなった。本人のお楽しみに乗ることから接触のきっかけがつかめそうなのだ。

接触しにくい相手がいたら、

- ①その人がこだわっていること、お楽しみ事はないかを探す。
- ②それを利用して、どのように接触したらいいかを考える。
- ③たとえば、やり方を教えてもらう。
- ④その腕を生かして何かを作ってもらう。
- ⑤本人と一緒に楽しむ。
- ⑥それを楽しむグループに参加してもらう。



## ◇認知症の女性を生け花教室の講師に

福岡県福津市でマップづくりをしたら、認知症の女性が毎日歩き回っていることがわかった。コースはいつも決まっていて、町を一回りして帰ってくるのだが、彼女はその途中で通る家に生け花が飾ってあるのを見つけると、それをちょっと手直しして見せる。じつはこの女性、以前は生け花の先生だったのだ。また、美容院でも立ち止まって、ガラス越しに中を見ている。彼女は元美容師でもあった。

それならば、生け花教室を開いて、彼女に先生になってもらったらどうかと提案したら、地区の福祉会がこれを実践してしまった。これが町の評判になった。認知症への偏見を除去するのに、こんないい実践はない。次は美容師の腕を生かした仕掛けをしたらどうか。



## ＜作業 No. 33＞お楽しみ事に乗る

だれでも何らかのお楽しみ事を持っている。そこに乗ればいい。

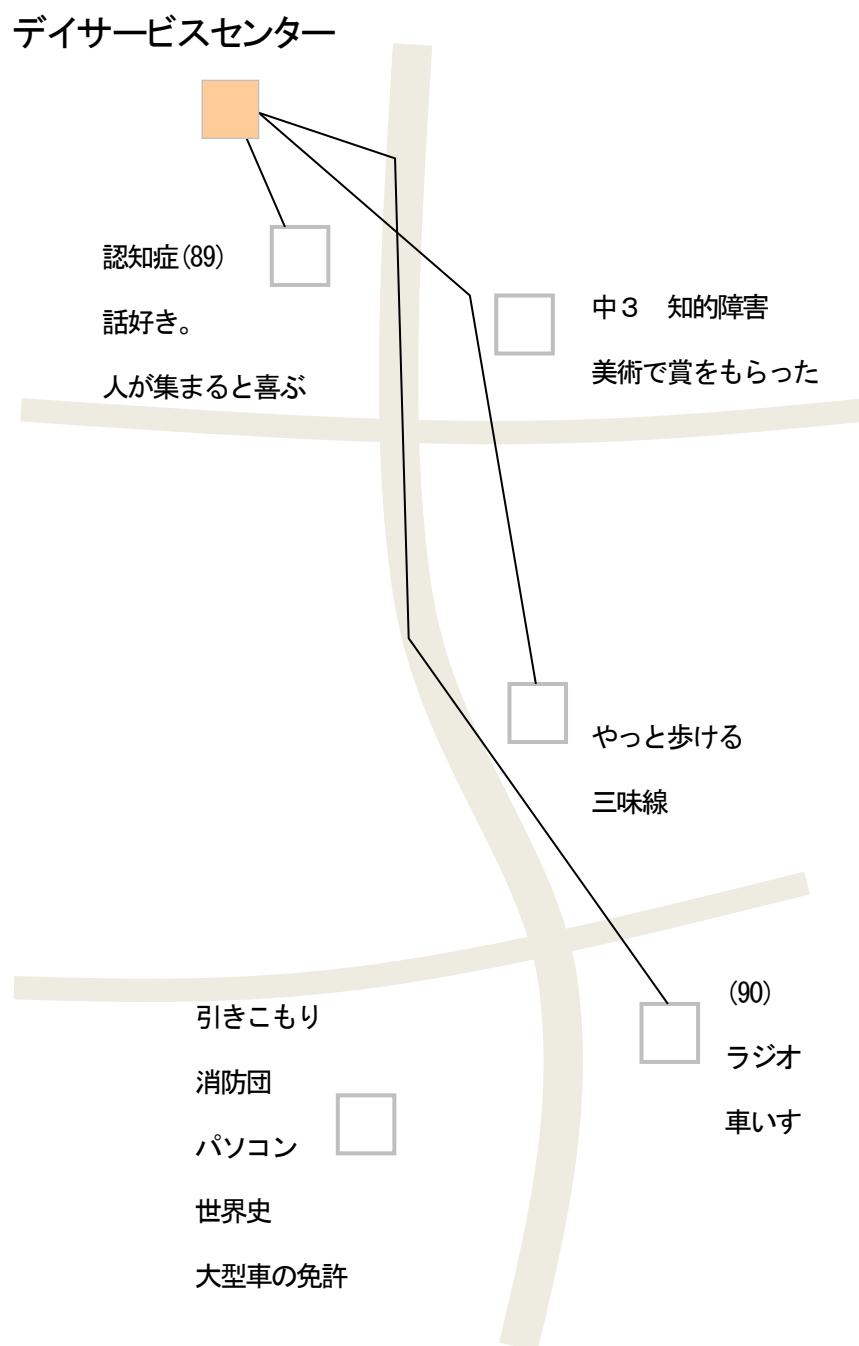
	卒業したがっている人	本人のお楽しみ事	それを生かす方法
1	認知症の妻を介護中	コーラス、グラウンドゴルフ	奥さんと一緒に参加できるように支援する
2	90歳で一人暮らし	料理が好き	レシピを作ってもらい、作り方を教えてもらう
3			

### (4)障害がある人も、引きこもりの人も、お楽しみ事がある

次のマップを見ていただきたい。1 人の引きこもりの人について、何かお楽しみ事がないかと聞いたら、住民は初めのうちは「何もない」と言う。しかしあきらめずに「それでも、何かあるでしょう」と食い下がったら、ご覧の通り、消防団に加入している、パソコンができる、世界史に詳しい、大型車の免許を持っているなど、次々と出てきた。

同じように、中学3年の知的障害児についても、何かないかと聞いていいたら、「そういえば学校で美術で賞をもらった」と。

あとは、これらのお楽しみというか能力を、どう生かすかにかかっているのだ。



## ＜作業 No. 34＞その能力を生かせないか

大事ななのは、そのお楽しみの能力を高めてあげることだ。特に障害のある人はこれが重要だ。

	気になる人	本人の能力	生かし方
1	引きこもりの人	パソコン、大型車の免許、世界史、消防団	パソコンで子供向けの世界史読本を作る
2	中学3年の知的障害児	美術で賞を取った	画家の指導をお願いして、才能を伸ばす



3			
---	--	--	--

## (5)敬老会に要援護者も参加を

敬老会という以上、その地域の高齢者はすべて参加する権利がある。ところが現実には、実際に参加するのは元気な人ばかりで、要介護者は初めから除外されている。これはおかしい。山口県の和木町では、要介護5で、まもなく特別養護老人ホームに入所するという人を、施設関係者やヘルパー、ケアマネジャーらが、説得から送迎まで役割分担して、敬老会に参加させてしまった。

### ＜作業 No. 35＞要援護者も敬老会に参加を

今は敬老会に参加できるのは元気な人と決まっている。その慣例を変えよう！

	要援護の人	参加の意向	生かし方
1	〇〇さん（要介護1）	送迎してくれれば参加	主催者で送迎
2	△△さん（要介護4、入所中）	他の入所者も参加するのなら	施設がまとめて送迎
3	××さん（要支援・デイ利用中）	デイの仲間が参加するのなら	デイサービスセンターがみんな一緒に送迎
4	□□さん（要介護3・認知症）	本人の意向は判明せず。家族は遠慮	ヘルパーが付添って参加を

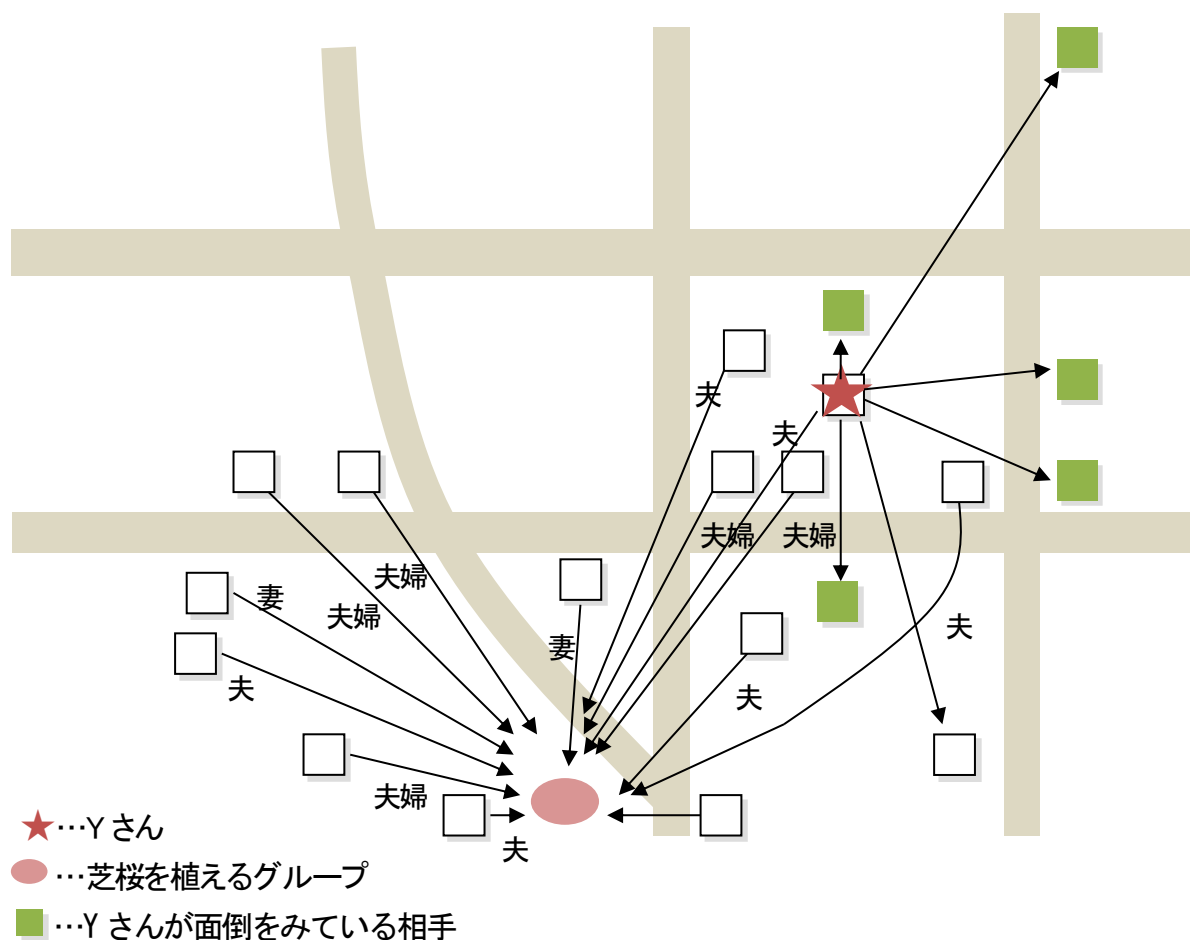
# 6.夫の「地域デビュー」を応援

## (1)夫婦で参加しているか？

北海道のある集落。当時区長だったYさんは考えた。この地区はどうも住民同士のふれあいが欠けている。そこで、ふれあいを起こしていくために、芝桜を植えようという運動を提唱した。

マップを見ていただきたい。このご近所から参加している人に印をつけ、夫婦一緒に参加しているか、またはどちらか一方かも、聞いていった。

この地区はまだ若い地区だから、夫婦とも健在の高齢者世帯がしぜん多くなる。夫婦共に健在な時はいいが、どちらかが亡くなると、あるいは要介護になると、とたんに福祉問題が生じる。特に妻が要介護になると、夫は介護はきちんとするが、妻と家に閉じこもり、外部との交流がなくなってしまう人が多い。その後、妻が亡くなれば、1人で引きこもってしまう。



## ＜作業 No. 36＞夫婦参加か否か

	参加者	夫のみ・妻のみ・夫婦で	夫婦参加のための対策
1			
2			
3			
4			
5			

## (2)サロンや老人クラブに夫婦で参加しているか

夫の地域デビューを進めるために、まずやるべきことは、支え合いマップをつくり、その中で、サロンや老人クラブ等に誰が来ているか、それは妻のみか、夫のみか、夫婦一緒にかを記入していく。そして、夫婦どちらかの場合は、夫婦一緒に参加できるようにするための戦略を練る。

## (3)要介護でもサロンに連れ出そう

夫婦どちらかの場合で、もう1人がデイサービスを利用している、あるいは要介護だという場合が少なくないが、それで納得してはいけない。その人も地域活動と一緒に参加できるようにする必要がある。それがなぜできないのかを調べ、解決する方法を考えるのだ。

## ＜作業 No. 37＞1 人が要介護でもサロンや老人クラブへ参加

夫婦のどちらかが要介護だと、ほとんど元気な方の人しか参加しない。ここを変えさせるのだ。

高齢者世帯 どちらが要介護	参加状況 (夫のみ、妻のみ、夫婦で)	対策

1	Aさん (夫が要介護)	妻のみ (夫はデイサービス利用)	夫のデイ友達のBさんと一緒に参加を
2	Cさん (妻が要介護)	夫のみ参加 (妻は老人ホーム入所)	夫が妻を連れて参加 (ホーム側が送迎)
3			

## (4)妻を介護中の夫がオープンにしているか？

妻が要介護だと、多くの場合、夫はきちんと介護するが、地域の人などの関与を受け入れず、一種の引きこもり状態になる。家事と介護を1人で抱え込んだ結果、行き詰まれば、危なくすると介護殺人の可能性もある。

### <作業 No. 38>妻を介護中の夫が家をオープンにしているか

妻を献身的に介護するのはいいが、囲い込んで危険。まず家をオープンにする。

	高齢者世帯	オープンにしているか	対策
1	Aさん	誰も家に入れない	こじあけ屋さん（家に入れる人）を探そう
2	Cさん	民生委員だけは入れる	民生委員がご近所さんと一緒に訪問
3			

## (5)こじあけ屋さんを探そう

東京のある自治会長が、在宅の介護者宅を訪問していたが、妻を介護中の男性が、なかなか家に入れてくれない。妻の体調を知りたいのだが、それができない。2度行ったが駄目。今度は世話焼きさんを連れていくことにした。

それでも開けてくれず、仕方なく帰ろうとしたら、突然その世話焼きさんが、家の中に入り込んでしまった。夫のちょっとした隙をついての行動だった。その結果、奥で倒れている奥さんを発見。自治会長は、「おかげで奥さんも無事で、私も助かりました」と胸をなでおろしていた。こじ開け屋さんとは、こういう人なのだ。

## ＜作業 No. 39＞こじあけ屋さんを探そう

この人材はあなたの周りにもいる。こういう人材をこそ探す必要がある。

	候補	こじあけの資質	活用法
1	Aさん	初対面の人の家にも構わず入ってしまう。	新しく引っ越してきた人の家を訪問してもらおう
2	Cさん	同じ団地の何軒かを訪問している。	団地内の引きこもりの人を訪問してもらおう
3	Dさん	一度引きこもりの人の家に入っていたことがある	難しい相手が出てきたらお願いしよう

## (6)要介護の夫婦は「危ない」けど支え合っている

夫婦ともに要介護となれば、ケアマネジャーは、「とにかく1人は施設に入れましょう。でないと、2人とも倒れてしまう」という言い方をする。確かに、周りから見れば「危ない」。しかし危ないながらも、長年支え合って生きてきた夫婦は、安易に引き離してしまうよりも、そのバランスをなんとか維持できるよう、周囲がサポートすることが求められる。

### ◇「私がいなければあの人は駄目になる」とお互いが考える

なぜなのか。「私がいなければあの人は駄目になる」—自分は支え手であるという自覚が、本人に力を与えている。相手もまた同じことを考えるのだ。夫は認知症で癌末期、妻も認知症という夫婦が、2人で在宅を続けた結果、夫の余命1ヶ月が、今では余命宣告はなくなり、自動車を乗り回している。夫婦を引き離して施設に入れていたら、こうはならなかったのではないかな。しかしそのた

めには、関係者やご近所さん、医師が支える必要がある。

### ◇夫は80で癌、妻は要介護4の夫婦。その妻にサロン開催を働きかけ

A子さんは要介護4で、そのA子さんを介護してきた夫が癌になった。このケースを任された介護ボランティアグループは、A子さんを施設入所させれば、互いに何とか支え合っている夫婦のバランス（“危ないバランス”）が崩れると考え、A子さんに自宅でサロンを開いてもらい、ご近所のメンバーが見守りを兼ねて参加することにした。さらに、鬱に悩む近所の女性・K子さんにも参加してもらい、K子さんには「サロンのお手伝い」を依頼。一方、A子さんには「K子さんのことをお願いね」。

その結果、「A子さんがすごく元気になっている！何かあったの？」と担当医が驚くほどA子さんは元気になった。ちなみにK子さんとA子さんも支え合う関係になり、K子さんはA子さん宅の家事まで手伝うようになった。

### <作業 No. 40> 共に要介護の夫婦を引き離すな

共に要介護となると関係者は「どちらかを施設に」と考えるが、可能な限り夫婦で支え合えるよう、支援方法を考える。

	夫婦	危ないバランスの状況	支援のあり方
1	A子さん夫婦	A子さんは要介護4で、夫は癌に。	A子さんに自宅でサロンを開いてもらい、ボランティアグループのメンバーが見守りを兼ねて参加。近所の鬱の女性にもサロンの支援を依頼。
2	Cさん夫婦	夫は末期のガンで認知症。妻は認知症。	ボランティアと近隣住民が生活の面倒を見る。娘が同居。
3			

# <第3章>

## 助けられ上手さん

- <作業 No. 41> その要援護者が頼っている身内は？
- <作業 No. 42> 独居の親を訪れる子のご近所に挨拶しているか
- <作業 No. 43> 三者歓談のメンバー（候補）
- <作業 No. 44> 三者歓談のイベント企画
- <作業 No. 45> 一人暮らし男性を支える女性
- <作業 No. 46> 足元の介護者が①～⑥で実行していること
- <作業 No. 47> ご近所に頼りになるプロはいるか？
- <作業 No. 48> 介護経験者が現役を支援しているか
- <作業 No. 49> 介護の名人さがし
- <作業 No. 50> 介護者のための「自助プラン」
- <作業 No. 51> ご近所の介護者同士の助け合いさがし
- <作業 No. 52> 助けられ上手さんを探そう
- <作業 No. 53> 「私の自助プラン」一人暮らし高齢者の場合
- <作業 No. 54> 一人暮らし高齢者に「あなたは見守られ上手？」
- <作業 No. 55> 助けられ上手フォーラムを開こう
- <作業 No. 56> ご近所内の一人暮らし同士の助け合いの状況
- <作業 No. 57> 災害時の要援護者の自助型避難対策
- <作業 No. 58> 災害時の要援護者の支援者さがしの応援
- <作業 No. 59> 自助&互助型避難所作りの事例
- <作業 No. 60> 自助&互助型避難所作りの個別作戦

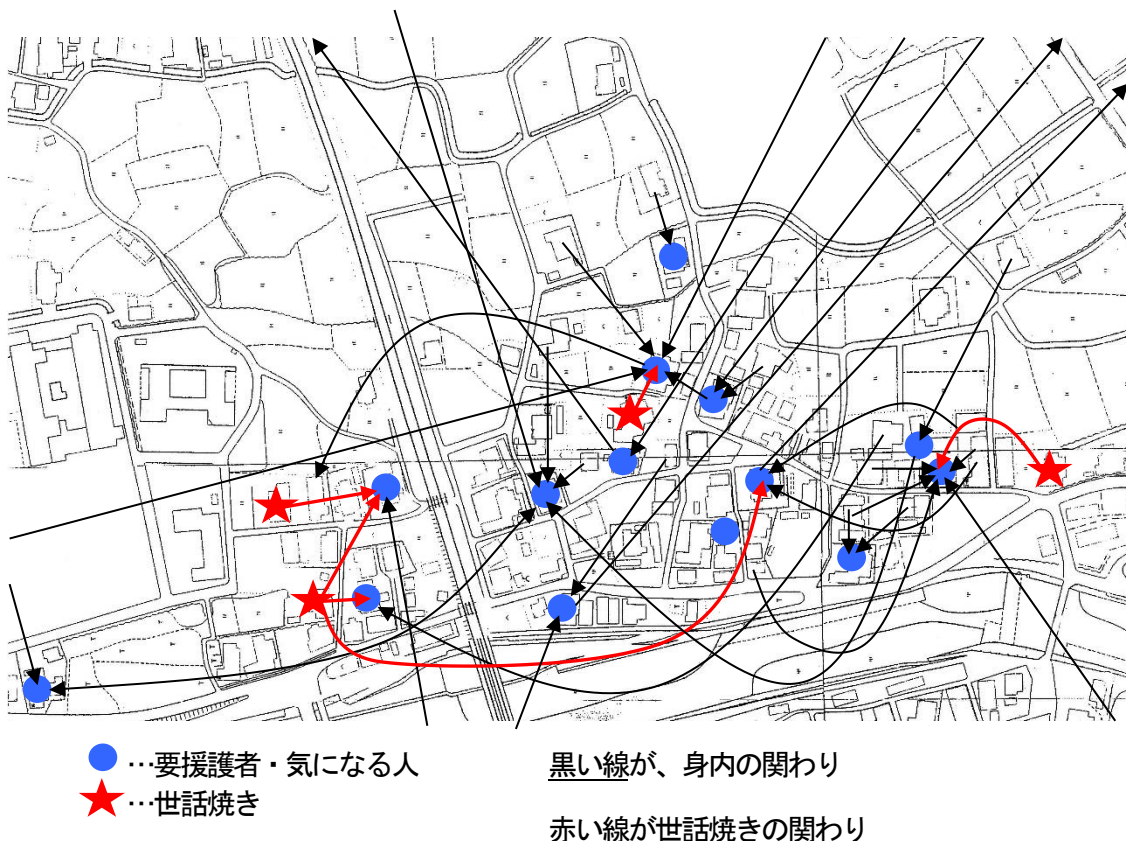
# 1.本当に頼りになる身内は？

東日本大震災で何が変わったか、というアンケート調査をNHKがやった。出てきたのは「この際、身内の絆を強めておこう」だった。支え合いマップをつくっていても、日本人がいまだに「身内の助け合い」にこだわっていることがわかる。

## (1)親族同士の助け合いに固執し続ける日本人

このマップで要援護者（●印）に向かっている（見守りやお世話する人の）線を見ると、黒い線はすべて身内からの線である。このように、地域によっては、ほとんど身内だけが福祉資源という場合が少なくない。端の方から来ている線は、遠くから身内の世話に通って来ているということだ。

これにわずかに赤い線が食い込んでいるが、これが他人からの線で、ほとんどが世話焼きさんだ。ある程度強引に入り込まないと身内の壁を崩すことはできない。



問題は、これらの身内からの線は、困ったときに本当に頼りになるのかだ。それを聞いてみると、「親戚にだけは悩み事は言わない」といった答えも出てくる。



## (2)誰と誰が親しいのかを聞いてみよう

困った時に助け合えなければ、これらの関係は福祉的に意味がない。だから、親戚だからと、とにかく関係の線を引くのではなく、実際に誰と誰が親しいのかを確認する必要があるのだ。

### ＜作業 No. 41＞その要援護者が頼っている身内は？

親戚の中でも、いざという時に本人が頼れそうな人は誰か。

	要援護者	頼れる身内（親戚）はだれか
1	〇〇さん	本家の××さん
2	△△さん	隣町に住む義理の息子
3		

## (3)助け合いができる親戚・できない親戚

ある地区でマップ作りをしたら、60軒程度の家が多くが、同じ姓だった。それでは何かあればみんなが駆けつけるのかと言うと、そうではない。

### ◇葬式の場合は、この家とこの家のみが参列

例えば葬式の場合は、この家とこの家のみが参列するというように、数軒ずつが事実上の親戚を為していた。この家で病人が出れば、まずこの家が真っ先に手伝いに行く。寝込んだ時は看病に行く。その他、畑の草取り、種まき、出荷などで手が足りない時、この繋がった線の人が駆けつける、というように。

3人に集まってもらって、この関係の線を引いてもらったら、三者で意見が分かれた線は1つもなかった。

## (4)息子や娘はどこに住んでいる？

すでに述べたように、わが国では身内は極めて重要な福祉資源になっている。その身内が本人の近くにいるかどうか、大事なポイントになる。

### ◇同じ集落内に近居が18件も

最近マップをつくっていて気付くのは、「近居」が増えているという点だ。下のマップを見ていただきたい。息子や娘が同じご近所内の別の敷地に家を建てて、日常的に親元へ通って来ているケースが18件も見つかった。

ご近所にスペースがない場合は、隣接した空き地に、住居を求めている。親に何かあったら駆けつける体制ができていた。



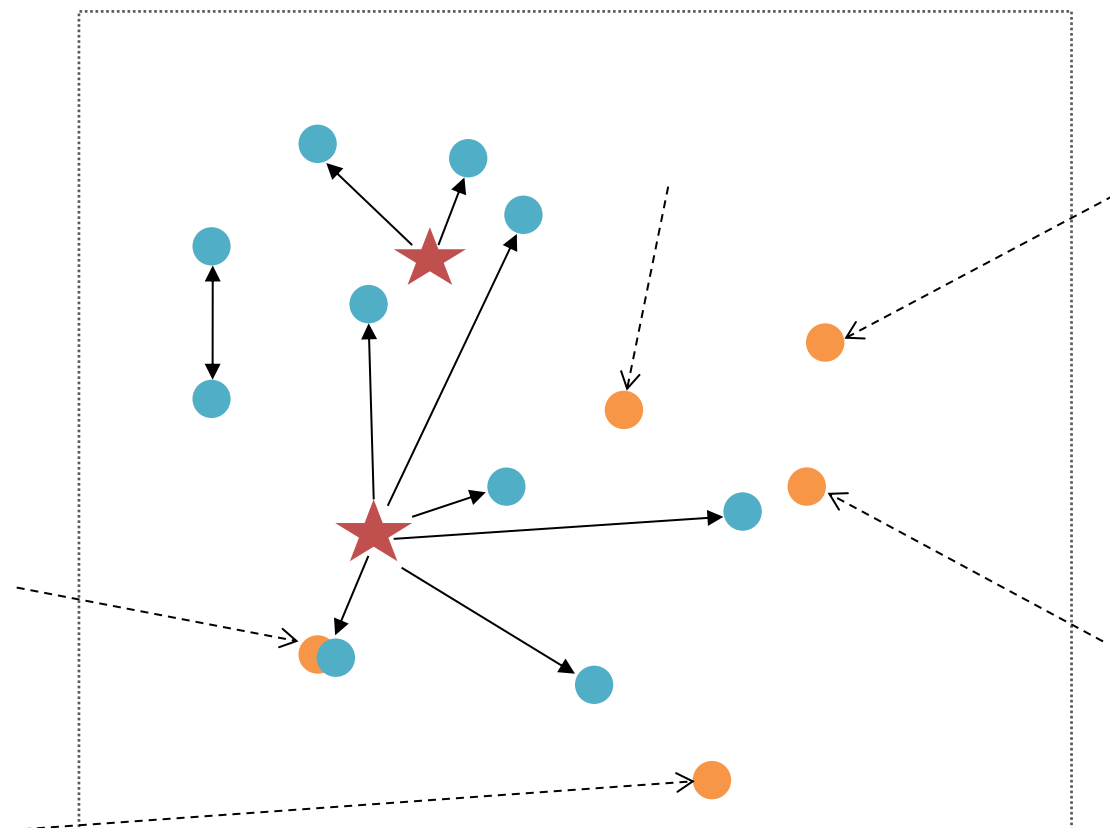
## (5)独居の親を訪問する息子や娘がすべきことは？

最近、防災マップ作りが盛んだが、ある地区で作って見たら、気になることが出てきた。次のマップを見ていただきたい。

地区外から独居の親（●）を訪ねてくる子ども（息子や娘）だ。しかし災害が来た時に、即座に駆けつけるのは難しいだろう。そのため、親を訪ねた時に、いざという時には親を助けてくれるようご近所をお願いをしておくことが重要になるが、現実には、親の隣人に声をかける子どもはあまりいない。

## ◇親のご近所さんに挨拶しているか？

そこで担当の民生委員が、「私が一緒に行ってあげるから」と挨拶回りを勧めている場合もある。



## <作業 No. 42> 独居の親を訪れる子のご近所に挨拶しているか

まずは、個別に現状を確認してみたらどうか。

	一人暮らし高齢者	子どもはどこに住んでいるか	親の家にときどき来ているか、ご近所に挨拶しているか
1	〇〇さん	息子・隣町	ときどき親を訪問しているが、ご近所への挨拶はしていない
2	△△さん	娘・同じ市内	親元を訪問したついでに、親と親しい2, 3軒を訪問
3			

## (6)親と子どもとご近所さんで「三者歓談」

ある地区でこんなことが企画されている。一人暮らしの人と、ときどき訪ねて来る子どもと、その親を見守ってくれているご近所さんで「三者歓談」をするのだ。

子どもの側からすれば、いつかはしなければならなかったと思っていたことができる機会になるし、一度ご近所さんと顔見知りになっておけば、今後何かあったときにお願いやお礼がしやすくなる。

### ◇ご近所ごとにパーティー形式で

企画されている事業とは、1つのご近所または町内の（独居の親を訪問している）子どもたちと親たちとご近所さんたちが一堂に会するという趣向である。そうすると、子どもたち同士も知り合いになれるから、同じ立場としていろいろ話し合いもできるし、親に何かあって自分が行けない場合に、代わりに他の人に訪ねてもらうといったこともできるわけだ。

### ◇福祉は担い手と受け手の共同作業。受け手にも役割がある

今までこういう企画が行われてこなかった背景には、福祉は担い手だけで努力するものではなく、本来は当事者の役割というものもあるということが理解されずにきたということがある。福祉というのは、担い手と受け手の共同作業なのであって、受け手もまたやるべきことがあるのだ。その1つが、親を見守ってくれている人への挨拶である。

### <作業 No. 43>三者歓談のメンバー（候補）

	一人暮らし高齢者と子ども（親子）	ご近所さん	その他
1	〇〇さん・息子夫婦	親しい隣人AさんとBさん	息子の子どもも一緒に
2	△△さん・娘夫婦	親しい隣人Cさん	Cさんは夫婦で参加
3			

## ＜作業 No. 44＞三者歓談のイベント企画

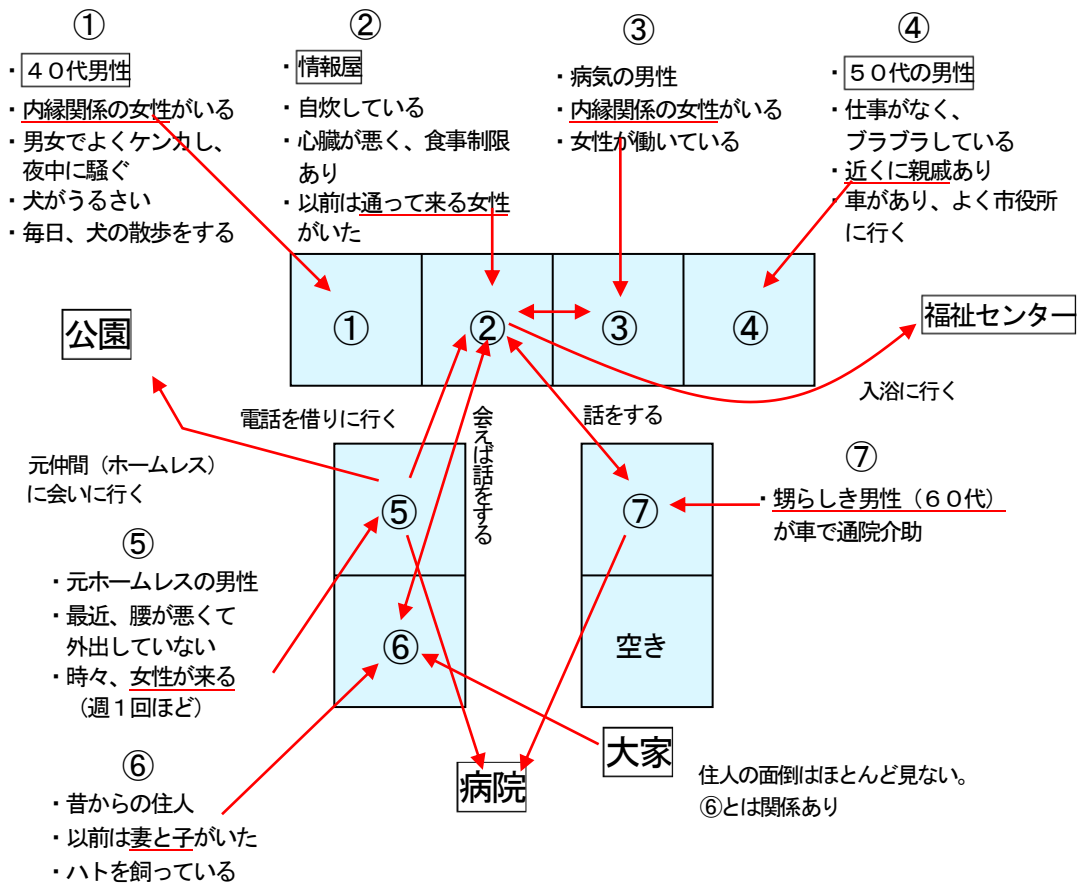
	企画名	内容	その他
1	町のふれあい祭りの中で実施したら？	その中で三者歓談コーナーを設ける	
2	各ご近所ぐるみの交流会にする	一人暮らしの人を皆で支えるという趣向にする	
3			

### (5)一人暮らし男性に身寄りはないはずだったが…

愛知県の某市でマップ作りをしていたら、1つのアパートに7人の一人暮らしの高齢者（しかもすべて男性）が住んでいた。マップ作りの参加者とのつながりの線を引いて行ったら、全員身寄りのない人だという。

ところが、その中の1人にマップ作りの現場にお越しいただいて、本当に身寄りがないのかを聞いてみたら、半数以上の男性は、どこからか女性が世話をしに来ていることが分かった。いわゆる「内縁」関係のようである。

たしかにマップ作りをしていると、一人暮らしの男性のもとに女性があれこれと世話を焼きに来ているというケースはよく見かける。



## ＜作業 No. 45＞一人暮らし男性を支える女性

身寄りはいない人でも、確認してみると、身内のような存在の女性がいる場合も。

	1人暮らし男性	身内のような人	果たしている役割
1	〇〇さん	元妻(離婚した)	身の回りの世話をしに来る
2	△△さん	内縁の妻	同上
3			

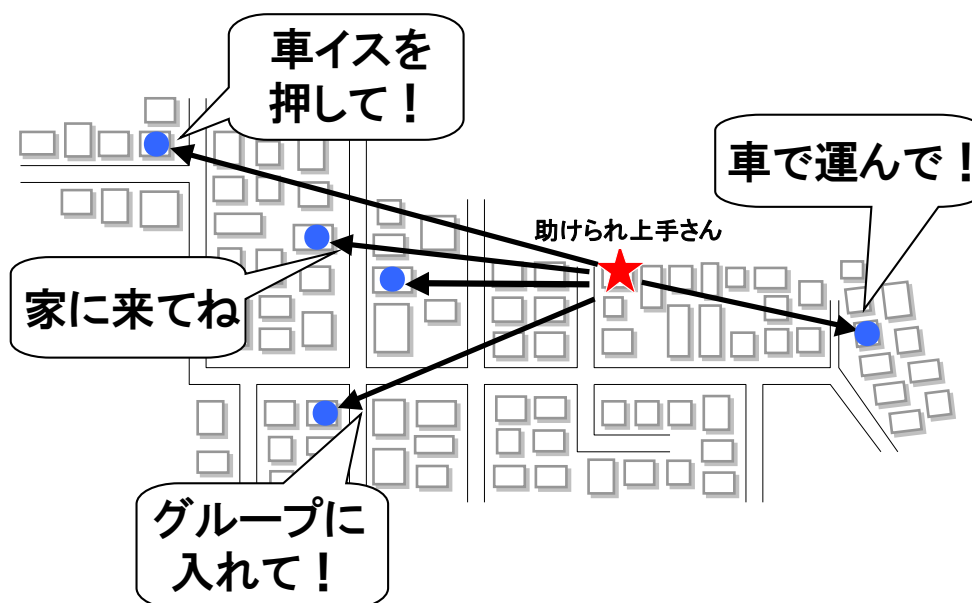
## 2.介護者が助けられ上手なら

要介護者を介護している家族が、重荷を1人で引き受けるのではなく、地域に分担してもらうという発想が求められる。

### (1)要介護の夫を介護する主婦。地域の人たちをフル活用

このマップでは、車いすの夫を介護する女性が、ご近所の人に、「夫を病院まで運んでね」「ストレスが溜まっているから趣味グループに入れてね」「外へ出られないから家に遊びに来てね」「あなたは車いすを押してね」とお願いしていた。

たまたまマップづくりに参加してもらった5人全員が、彼女に「活用されている」というが、別に不愉快ということではない。それぞれの人が一番適した活動を本人が指示するのだから、頼まれる方もやりやすいと言っていた。ご近所では本来、こういう風に当事者が主役として行動するものであるらしい。



### (2)助けられ上手な介護者とはこんな人

周辺の資源を上手に活用している人の共通した行動パターンがある。次のとおりである。

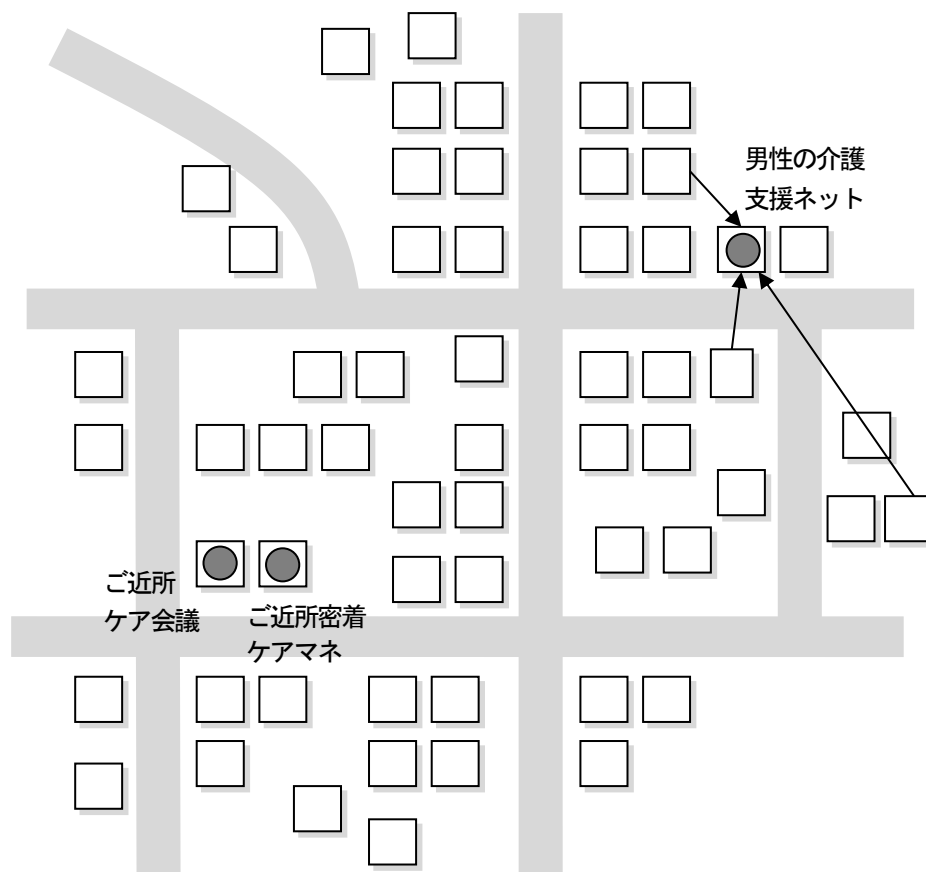
- ①ご近所とおつき合いをしておく
- ②介護をしていることをオープンにする
- ③ご近所にも介護を手伝ってもらう
- ④介護中でもできることはする（町内会役員、PTA役員等）
- ⑤介護される人もボランティアの教育などの役割を果たしている
- ⑥ご近所で介護をしている人の手伝い

### ＜作業 No. 46＞ 足元の介護者が①～⑥で実行していること

上の6つの項目の中のどれとどれを実行しているのかを調べてみよう。

	介護者	①	②	③	④	⑤	⑥
1	〇〇さん (姑を介護)		隠さない		班長はし ている		助け合っ ている
2							
3							



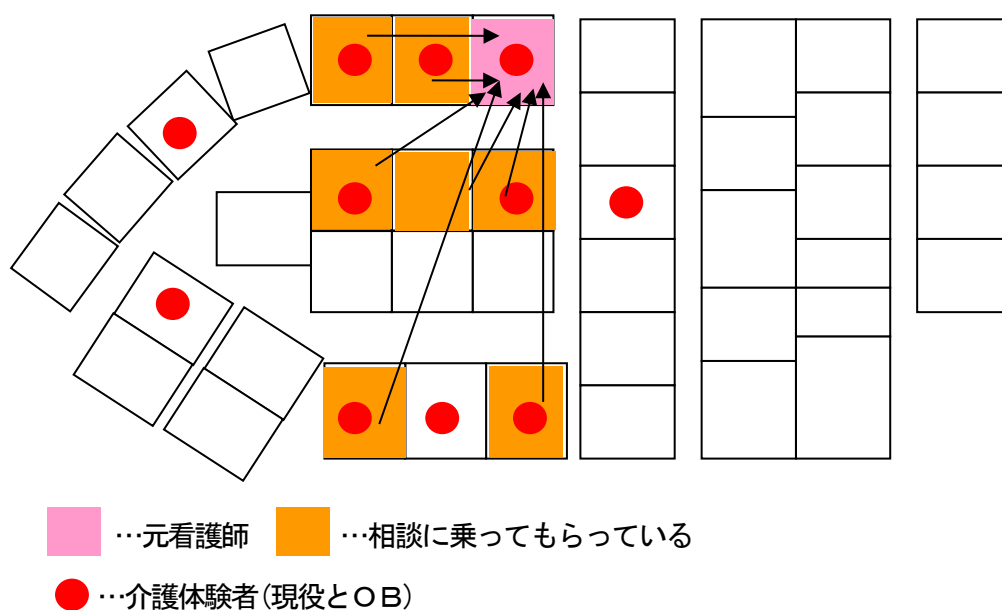


### (3)ご近所さんを集めてケア会議、夫の支援ネット作りなど

地域には、高度な活動をしている介護者もいる。大阪のある地区でマップ作りをしたら、認知症の夫を介護中の主婦が、隣家のケアマネの勧めで、ご近所さんを集めて夫のケア会議を開いていた。また、体の大柄な夫を病院などに連れて行く時などに手助けしてもらうために、近隣の男性を数名、支援者として確保している主婦もいた。

### (4)家庭介護の支援者はいるか？

ここまでは家庭介護者に焦点を絞ってきたが、次は介護者を支援する人を考えてみよう。



このマップでは、元看護師■が、ご近所内の介護者の相談にのっている。こういう人がいれば、この人をキーマンにして介護支援ネットをつくれる。

また、保健センターや地域包括支援センターのご近所支所という名目でつながりをつければ、双方が助かる。

## ＜作業 No. 47＞ご近所に頼りになるプロはいるか？

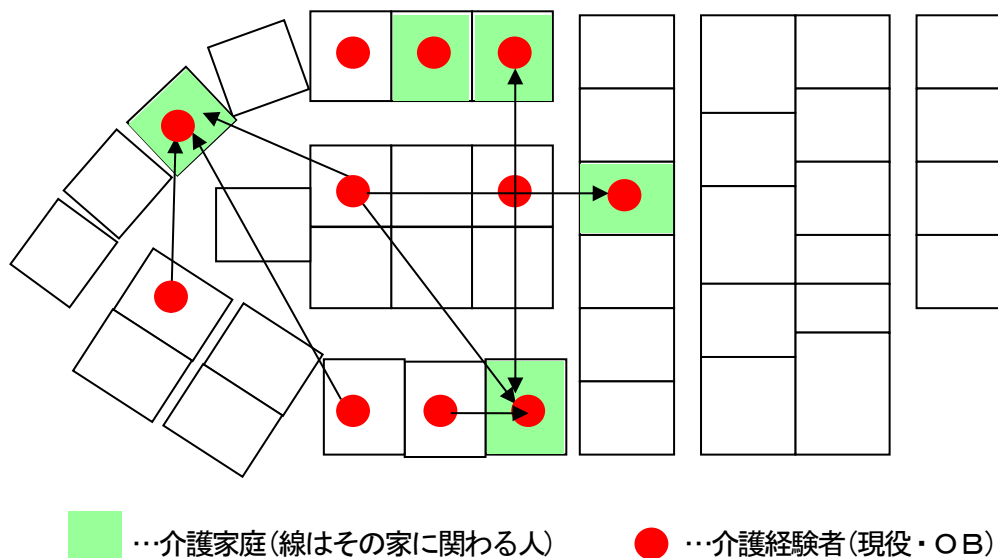
家庭の介護者たちに頼りにされている保健福祉のプロが同じご近所にいないか。

	保健福祉のプロ (現役・元)	支援相手	やっていること	関係者との連携
1	病院の看護師長をしている	知り合い	時間があれば相談に乗る程度	今のところなし
2	ヘルパー	同じご近所の対象者に関わっている	対象者でなくても関わっている	今のところなし
3				

## ◇ご近所で保健センター兼包括センターの支所探し

先程マップの元看護師は、事実上、保健センター兼地域包括センターのご近所支所といえる機能

を果たしている。こうしたセンターは市の中心部などに拠点を設け、そこに来る住民に対応するのが主な業務になっているが、それならば、ご近所で住民の相談に乗っている元看護師などの家を彼らの支所と認知して、支援したらどうなのか。



## (5) 介護経験者が現役の相談に乗ったりしている

上のマップを見ていただきたい。よく見ると、家庭介護の経験のある人が、現役の介護者を支援していた。この関係を探し出そう。

### <作業 No. 48> 介護経験者が現役の介護者を支援しているか

介護の経験がある人が、現役の介護者の相談に乗っている事例を探そう。

	元介護者	支援相手	やっていること	関係者との連携
1	〇〇さん	△△さん	介護の悩みを聞いてあげている	関係機関とのつながりはなし
2	□□さん	ご近所の介護者数名	介護のベテラン。代わりにおむつ替えもしてあげることも。	
3				

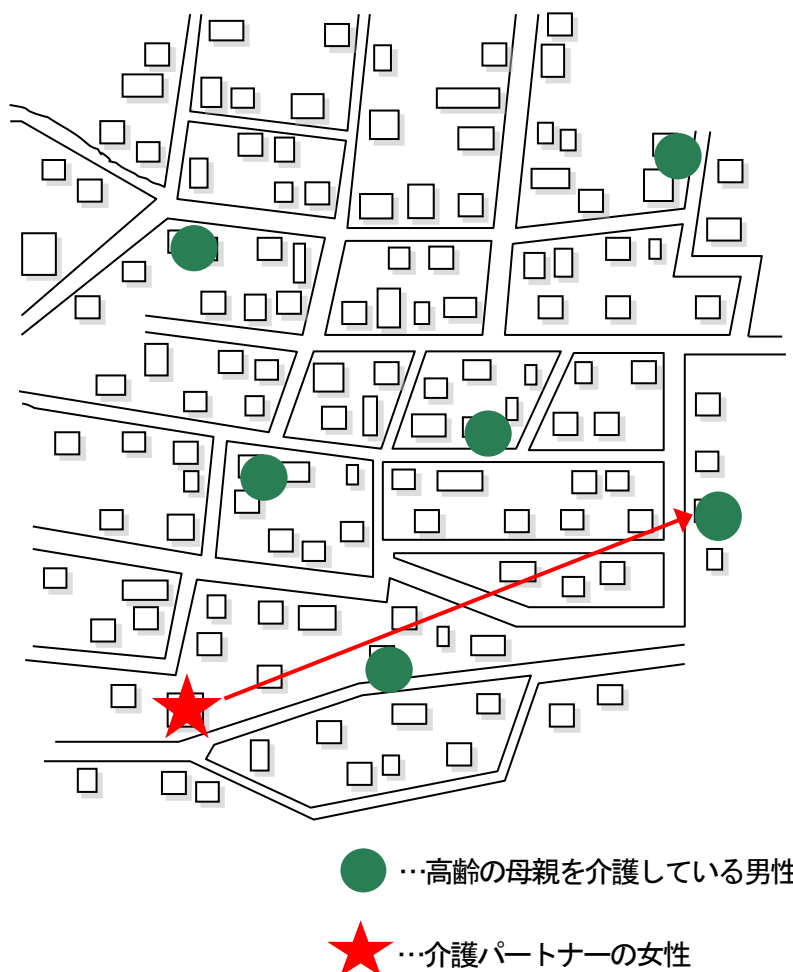
## (6)複数の介護者に関わる「介護の名人」

### ◇身内3人を介護した経験

支え合いマップづくりをしていると、思いがけない「事実」に遭遇することがある。奄美大島のある集落で、世話焼きさんたちとマップづくりをしていた時のことだ。

住民の1人が、一人暮らしではないが、高齢の母親と同居している60代の男性がかなりいる、と言った。確認すると、60代の男性が90代の母親を介護しているケースが6件もあった。家事だけでも苦勞するシニア男性が90代の母親を介護するというのだから、大変だ。だれかが、彼等を支援しているのではないか。

こういう人のところに特定の女性が日常生活の世話をするために通って来ている、という事例がよくある。その話を出してみたら、この話を持ち出した世話焼きさんが「それ、ある！」と身乗り出し、ある家を指差した。「この女性が毎日、この男性（母を介護中）のところに毎日通って来ている」。夜は泊まらないから「特別な関係」ではないのかもしれないという。3人の身内の介護を経験していて、彼の介護を手伝っているというので、この人を「介護パートナー」と呼ぶことにした。



## ◇他の男性の介護にも関わってもらえないか？

そこで、もしこの男性と「特別な関係」ではなかったら、母を介護中の他の男性の介護にも関わってもらえないか、ということになった。「パートナー」をこえて、「介護サポーター」になってもらうということだ。

「介護パートナー」の発想が出たところで、話は別の方向にも発展していった。50、60代の男性に結婚の機会を見つけるのは難しい。しかし、これはあくまで「結婚」という社会制度に当てはめようとするから「難しい」となるのだ。この年になって改めて「結婚」とか「再婚」をすることにこだわらず、もっとゆるやかな関係を新たにつくり上げていってもいいのではないかな。

先程の事例で言えば、高齢の親を介護中の男性のところに、介護が得意な女性が手伝いに通う。どこまでの関係を持つかは当事者の問題だが、とにかく介護のパートナーとしてお付き合いする。そちらの方に力点を置けばいい。

## <作業 No. 49> ご近所の介護の名人さがし

プロではなくても、優れた介護の腕を持つ人はいないだろうか。

	介護の名人	本人がやっていること	生かし方
1	〇〇さん	自分も介護中だが、近隣の介護者の手伝いもしている	介護セミナーなどで講義をしてもらおう
2	××さん（元看護師）	自身介護中だが、余力がありそう	他の介護者にも関わってもらおう
3			

## (7)介護者に「自助プラン」づくりのすすめ

これから介護する人、既に介護している人を対象に、助けられ上手セミナーを開いたらどうか。その時に使えるものの1つが、以下の「自助プラン」である。「自分もいずれ介護をすることになりそうだ」という人も参加できるといい。

## ＜作業 No. 50＞介護者のための「自助プラン」

### 記入例（認知症の場合）

	備えるべきこと	具体的な行動
市町村	①介護グループに所属する ②認知症家族の会に所属する	①活動にも参加しつつ、自分も活動依頼 ②町内かご近所に支部をつくり、交流する
校区	①本人の好きな趣味グループに参加させる ②サロンに参加させる ③民生委員と親しくしておく	①グループのメンバーに協力を依頼（介助など） ②メンバーに協力を依頼する ③本人の状態を逐一報告する
ご町内	①町内会に所属しておく。役員も ②介護者の会の町内版をつくる（二次会）	①本人のことを知ってもらう できれば本人も福祉部会などに参加 ②日常的に助け合う。認知症を隠さない運動。率先して認知症サポーターになるサポーターを増やし、積極的に活用
ご近所	①徘徊を見守ってくれる人を探す ②徘徊の時にLINEで連絡できる人（協力者）を増やす ③班に所属する ④自宅で本人主体のサロンを開催	①本人の状態を逐一報告する ②本人がよく行く店の人などに協力を依頼 ③班長を引き受ける ④他の認知症の人も招待する
向こう三軒	①災害時に避難誘導してくれる人を探す ②本人のことを向こう三軒の人に知ってもらう	①一緒に避難する家族も ②本人の状態を逐一報告する

## (8)相互介護－住民介護のまちづくりまで、あと一息

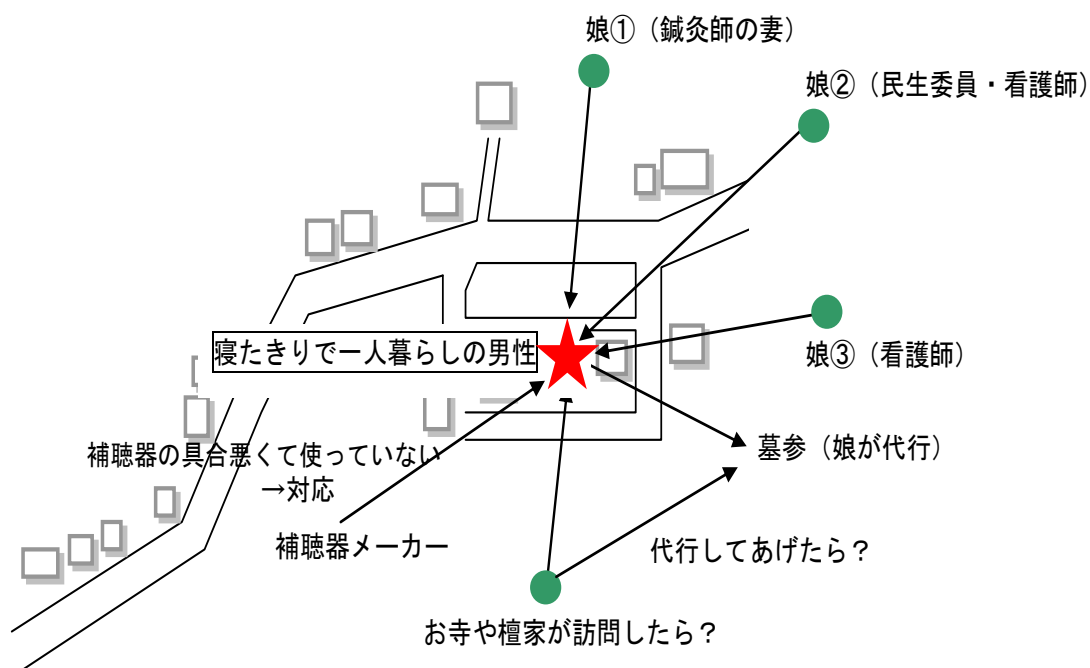
次のような事例をみると、福祉のまちづくりまであと一息なのだがなあ、と思う。

## ◇寝たきりで一人暮らしの父を看護師等の娘3人が通い介護

マップづくりはまず、そのご近所の要援護者を探すことから始まる。ここのご近所で特に目にとまったのが、90歳で一人暮らし、しかも寝たきりという男性であった。どうやって生きているのかと聞いたら、娘が3人、周辺の町に住んでいて、交代で介護に来ているという。要介護度は測っていない。どれぐらいの頻度で来ているのか。ほぼ毎日、しかも3交代制で泊りがけで来ていた。3人のうち1人が看護師、もう1人が看護師と民生委員をしている。3人目が鍼灸師の妻。

かつて娘の1人の家に暮らしたこともあるが、ストレスが強く、「これ以上耐え切れない。自宅で1人で住んだ方がいい」と言い出して、今の「通い介護」に切り替えた。

この男性はまちの名士で、地域に様々な面で貢献したし、子どもたちも立派に育った。その子どもたちによって「寝たきりで一人暮らし」の状態を維持できている。



## ◇ご近所の世話焼きさんと話し合ってみたら？

ご近所の人、どう支援しているのか。今のところ、3人できちんと父の生活の面倒を見ているから大丈夫だというが、隣人がそれとなく見守ってもいた。特に世話焼きさんが、彼の家の前に畑を持っているので、日々、耕作しながら「あっ、車が止まっているから、今日も娘さんが来ているんだな」とわかる。それに、娘さんたちも必ず、地元の人には声をかけているらしい。「いつもお世話になっています」と。ならばこの際、娘さんたちと隣人の懇談会を開いて、隣人としてどういう支援をしたらいいのかを話し合ったらどうか。

## ◇「在宅維持」の見本として支えてみたら？

考えてみれば、「寝たきりで一人暮らし」の男性がまだ在宅でがんばっているということは大変なことで、これからの福祉の理想を実現しているとみることもできる。この人を地域が皆で（娘と共同で）支え切ることができれば、他の人も同じように要介護になっても、自宅で生きていけるかもしれないという希望が湧いてくるではないか。そのためにも今、ご近所全体でこの男性を支えてみる必要がある。とにかく、1つのケースに皆で集中してチャレンジしてみるのだ。

それができれば、そのお返しにというわけではないが、今後、娘さんたちがこのご近所の在宅福祉を一緒に支えてくれるかもしれない。看護師2人を一挙に獲得できるのだ。

## ◇ご近所さんが介護支援し、娘さんたちもご近所福祉に参加を

彼の家の周辺を見ると、一軒置いた右隣に引きこもりがちの一人暮らし男性が住んでいる。弟と妹がたまに訪れているらしい。一軒置いた左隣には、要介護の母と息子と娘が同居しているが、ほぼ毎日、デイサービスに行っている（本人は行きたくないらしい）。

ならば、男性の介護に隣人が参加して、その代わりに、3人の娘さんに隣の要介護者や一人暮らし男性に関わってもらおうということではできまいか。2人が看護師、1人は民生委員なのだから、近隣の要援護者の家族は助かる。それに、近隣の要援護者の家族と、同じ「通い介護」の仲間として協力し合っていくこともできるのではないかな。

## <作業 No. 51> ご近所の介護者同士の助け合いさがし

ご近所の介護者同士が助け合っている事例を探そう。そこにご近所さんも参加を。

	介護者同士	助け合いの実態	もっと深まる可能性
1	〇〇さんと□□さん	介護者同士で愚痴の聞き合い	互いの介護にも関わる機会が いずれ出てくるかも
2	××さん(元看護師)と△△さん	××さんが△△さんにおむつ替えの指導をしている	××さんがいずれ介護をする時は△△さんが関われるかも
3			



# 3.助けられ上手な要援護者に

これからは自助の時代。といっても、自分で何でもやるという意味ではなく、自分で解決できないことを周りの人に上手にやってもらうことも含めての自助である。福祉が進むには、まずこの部分が強化されることが不可欠だ。

## (1)助けられ上手さんの一般的な行動パターン

以下に、最も標準的な「助けられ」活動を提示してある。

- ①助け手を探し出す。
- ②困り事を打ち明ける。
- ③助けを求める。
- ④担い手がやり易いよう工夫する。
- ⑤担い手に支援の仕方を教える。
- ⑥支援のお礼をする。
- ⑦支援のお返しをする。
- ⑧活動に自分も参加する。
- ⑨当事者同士で助け合う。
- ⑩担い手と一緒に学習する。

### <作業 No. 52>助けられ上手さんを探そう

見つけた助けられ上手さんは、①～⑩の中のどれができたのか。

	氏名	①	②	③	④	⑤
1	〇〇さん (一人暮らし)	困った時に、 自然にお願い できる			出かける時は 隣家に報告	

		⑥	⑦	⑧	⑨	⑩
		息子を隣家に 挨拶させる		自分も見守り 活動に参加	一人暮らし同 士で助け合い	
	氏名	①	②	③	④	⑤
2	△△さん (認知症で 一人暮らし)				自 宅 で サ ロ ン。見守りを 依頼	
		⑥	⑦	⑧	⑨	⑩
					近くの認知症 の人と交流	

## (2)要援護者にも「自助プラン」づくりのすすめ

先ほど、介護者のための「自助プラン」作りを提案したが、当然、要援護者自身にもこのプランは必要だ。ここでは例として、一人暮らし高齢者を取り上げている。

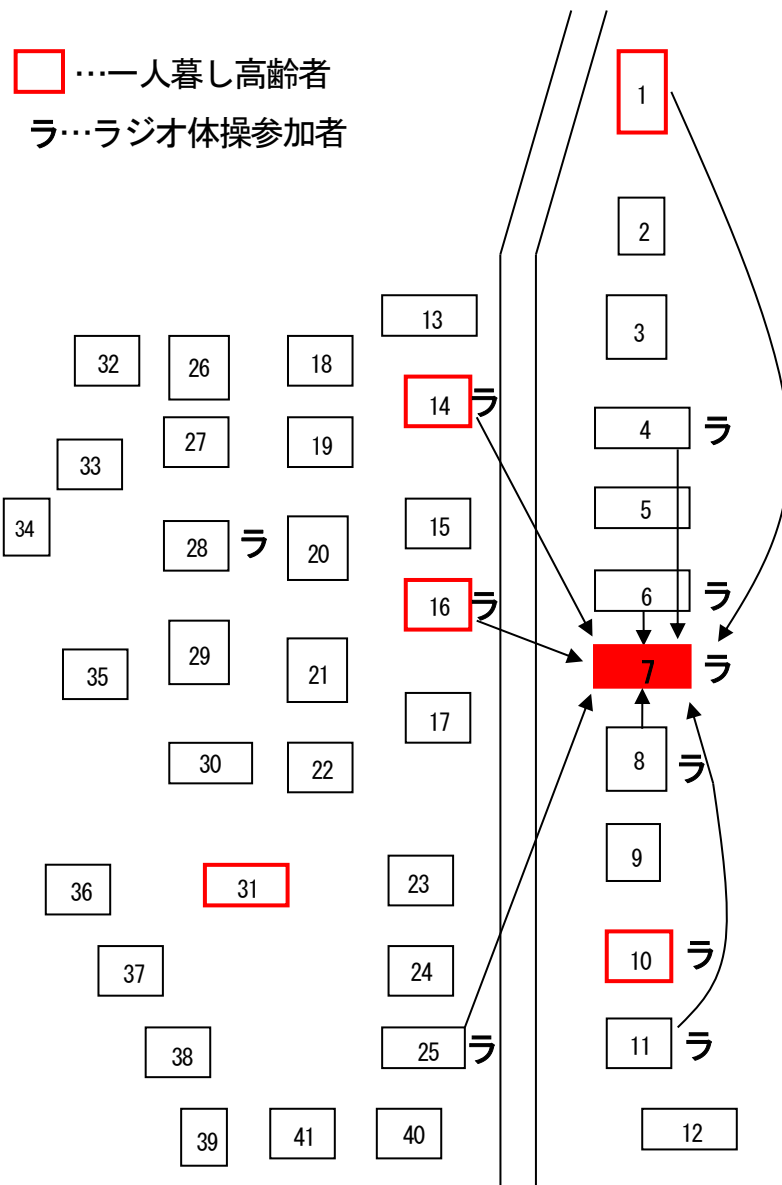
### <作業 No. 53> 「私の自助プラン」一人暮らし高齢者の場合

	備えるべきこと	具体的な行動
市町村外	①遠くに住む息子などにとときどき来てもらう	①その際、ご近所の人に挨拶をしてもらう (普段の見守りのお礼など)
市町村	①介護グループに所属する ②当事者グループに加入する	①必要な時にサービスを受ける ②同じ町内の人と二次会をひらく 要介護でも受け入れるグループにする 困った時に助け合えるグループにする

校区	①包括支援センターなどつながりを持っておく。	①何かあれば相談に行く。
ご町内	①町内会に所属する ②親戚と交流する ③民生委員と親しくしておく	①福祉部会づくり ②困った時助け合える関係にしておく ③ときどき連絡を入れる
ご近所	①班に所属する ②自宅でサロンを開催する ③見守りボランティアに参加する ④散歩や買い物の際に見守ってくれる人を探す	①班長を引き受ける ②見守ってくれそうな人を探す ③自分も活動。自分の見守りも依頼する ④何かあれば関係者に連絡してもらう
向こう三軒	①一人暮らし同士で助け合い ②災害時に避難誘導してくれる人を見つける（家の鍵を預けられる人）	①災害時に一緒に避難する約束も ②避難訓練を町内会に進言し、積極的に参加する

### (3)見守られ上手な一人暮らし高齢者に

次のマップ。右側の道路は「あいさつ通り」と言われ、出会ったら挨拶することになっている。ここで毎日、ラジオ体操が行われている。朝9時に世話焼きさんがラジオを持ち出すと、通りの住民が自宅前に出て、一斉に体操を始める。通りには一人暮らし高齢者が数名住んでいるが、体操への参加で全員の安否確認ができる。



### ◇自宅でお茶会を開く一人暮らしの女性。参加者はさりげなく見守り

このラジオ体操のメンバーに90歳の一人暮らしの女性がいる（7番の家）。彼女の家にはたくさんの線が入っている。体操の後、本人が「ウチに来ないかい」と誘っていたのだ。彼女の家で毎日のようにお茶会が開かれ、帰りには彼女の手づくりのおかずを手渡される。招待された方は、さりげなく彼女の体調を観察し、困り事があれば応じてもいる。

なぜか一人暮らしの女性が90歳ぐらいになると、こういうことを始める人がよくいる。意識的か無意識かはともかく、助け手を確保しようとしているのかもしれない。

## (4)「見守られ上手のコツ」を普及させよう

最近は見守り活動が盛んだが、それでも孤独死はなくなる。そこで、見守られる側からの「知恵」を集約してみた。以下は、高知県中央西福祉保健所が孤独死の事例と孤独死を未然に防げた事例を基にまとめたものと、愛知県安城市城南町内会で一人暮らし高齢者に集まっていたき、見守られ上手の知恵を出し合った成果をもとに、本研究所でまとめたものだ。ここでは一部だけを紹介しよう。

### ◇見守られる側のやるべきことを整理してみたら…

- ①毎日外に出て、人と出会う機会をたくさん作ろう。
- ②決まった場所へ行こう。
- ③人を家に招こう。
- ④自分の生活・行動を知ってもらおう。
- ⑤病気や体調の変化も周りの人に伝えよう。
- ⑥常に倒れた時のことを意識して行動しよう。
- ⑦見守ってくれる人との関係を大事にしよう。
- ⑧自宅でサロンを開こう。

### <作業 No. 54> 「あなたは見守られ上手？」

この8項目をどれだけ実践しているか、地域の一人暮らし高齢者に聞いて、結果をまとめてみよう。

	氏名	①	②	③	④
1	〇〇さん (一人暮らし)	毎日散歩に出かけている、同じルート		ご近所さん招き 井戸端会議	泊りがけで出かける時隣に報告
		⑤	⑥	⑦	⑧
				民生委員とは連絡を取っている	井戸端会議が時にサロンになる

	氏名	①	②	③	④
2					
		⑤	⑥	⑦	⑧

## ＜作業 No. 55＞助けられ上手フォーラムを開こう

聴取で発見した助けられ上手さんを集めてフォーラムを開こう。

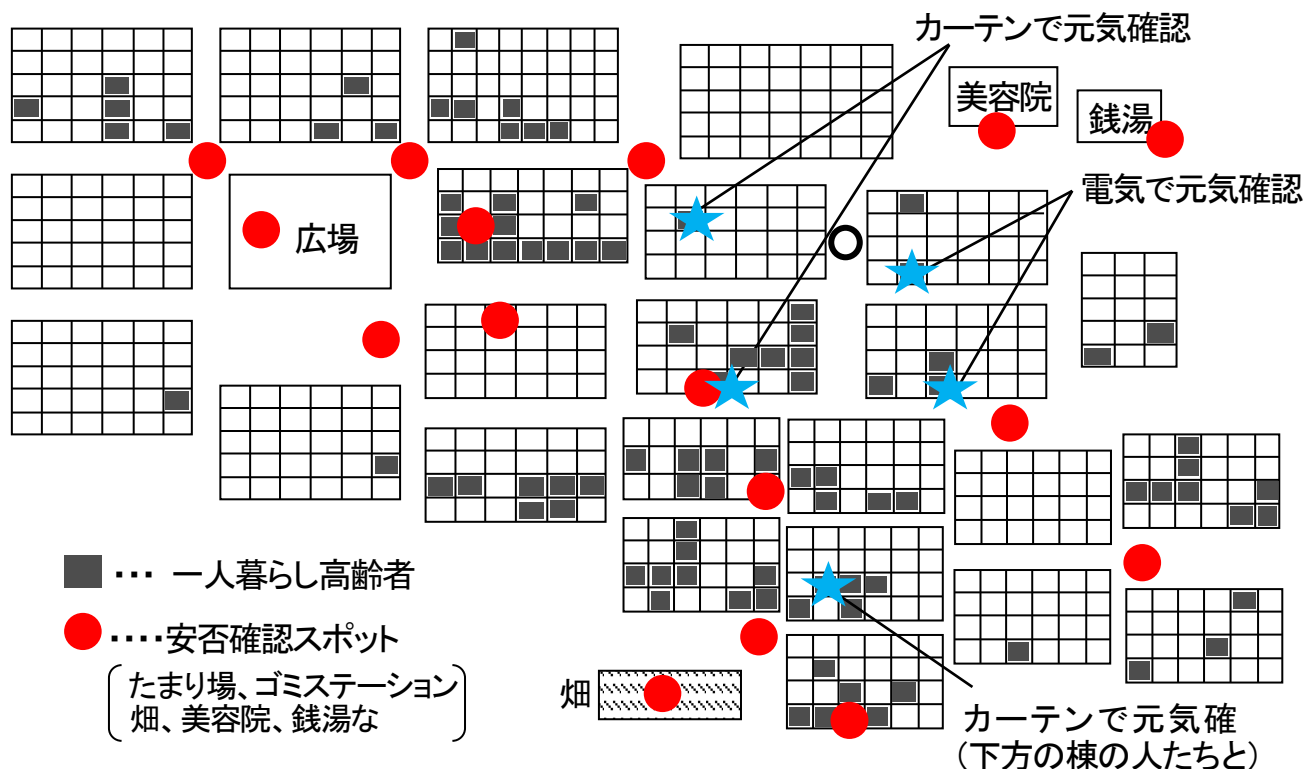
	企画	やり方	留意点
1	助けられ上手さん登場	3人ぐらい登壇して対談。又は司会がコーディネート。	
2	あなたの助けられ上手度は？	フロアの人に上手度を測ってもらい、答えてもらう	
3	なぜ助けられ上手なの？	これが基本論	
4	助けられ上手で介護がこんなに楽しくなる	介護生活をドラマ仕立てで	
5	見守られ上手の日々	福祉とは「られる」側の活動だった！	
6	自助プランを立ててみよう	フロアの人何人かに書いてもらう	
7	災害も助けられ上手で乗り越えよう	自助&互助型で避難支援・避難所づくり	

## (5)一人暮らし同士で助け合いの集落づくり

次のマップは、地方都市の築数十年という公営住宅。黒印は一人暮らし高齢者。白い部分の多くは空き部屋だ。福祉関係者が嘆いていた。「よほどたくさんの担い手を養成しなくては、間に合わない」。そこでまず、ここで暮らす一人暮らし高齢者に安全確保策を尋ねてみたら…

### ◇完璧な（相互）見守り体制ができていた

「私は向いの〇〇さんと、夜、電気がついたら大丈夫としている」「私は向いの△△さんと、朝カーテンが開いたら元気と…」一人暮らしが集まる部屋も、棟ごとにあった。その他にも彼等の安否確認（し合うための）スポットがあちこちに。一人暮らしのリーダーたちが自転車訪問と電話訪問もしていた。完璧な（相互）見守り体制である。

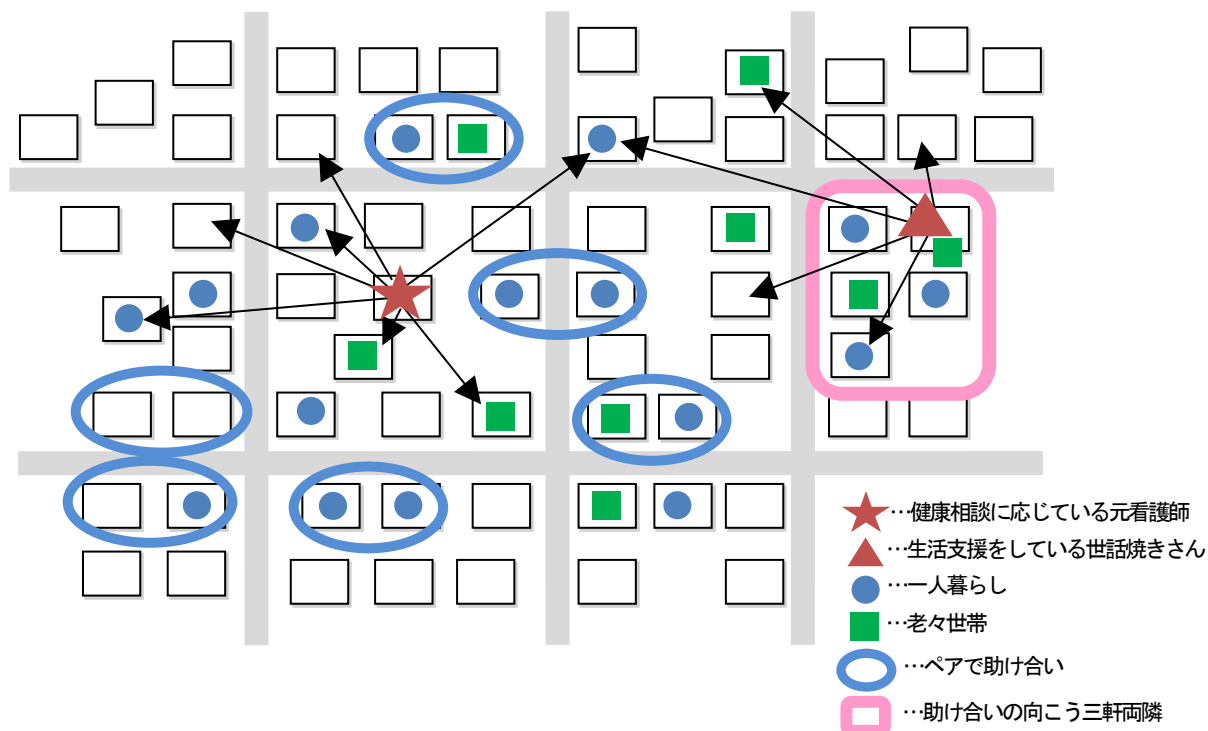


## (6)向こう三軒の一人暮らし高齢者は助け合っている

支え合いマップ作りをしてみると、向こう三軒で隣り合って生活している一人暮らし高齢者は大抵、助け合っている。（ただし男性はそれに加わっていない。）これも大事な福祉資源と見るべきである。そこで彼らの助け合いの実態を丁寧に調べよう。

次のマップを見ていただきたい。一人暮らし高齢者を中心に、老々世帯も含めて、要援護の家同

士がペアになって、見守り合い、助け合いをしている。1回のマップ作りで見つけたペアだけでも、50世帯のご近所に6つ。いずれも隣同士、または向かい同士である。



## ＜作業 No. 56＞ ご近所内の一人暮らし同士の助け合いの状況

一人暮らし高齢者同士がどのように助け合っているか調べてみよう。

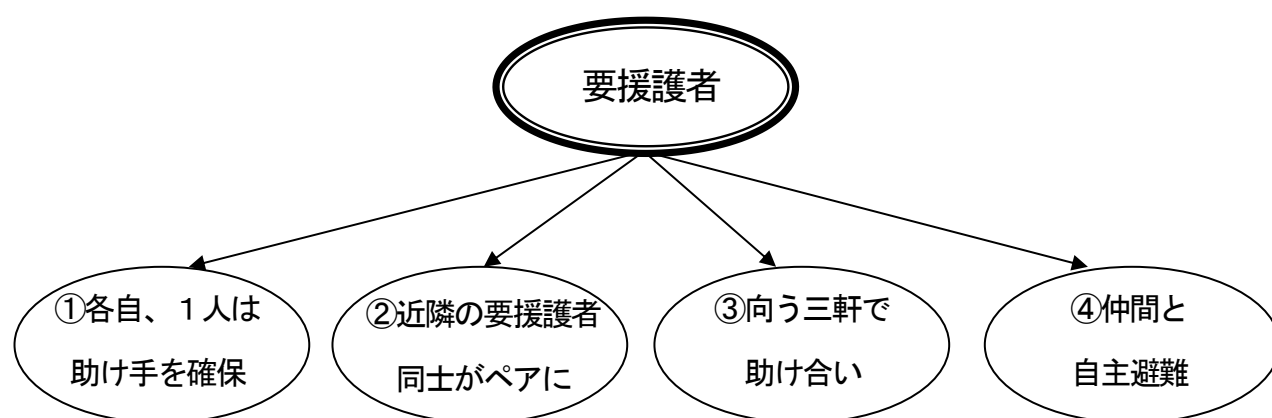
	だれとだれが？	どのような助け合いを？
1	隣り合った同士のAさんとBさん	一緒に買い物に行ったり、一緒に食事をする 災害の時は一緒に逃げようと言っている
2	同じ集合住宅の5名	何かあるとAさんの部屋に集合
3		



# 4. 自助 & 互助型の避難支援と避難所確保

## (1) 一人暮らしの人が集まって避難するペアを決めたら？

一人暮らしの人に集ってもらって、災害などの時に、誰と誰がペアで避難するかを話し合うのもいい。普段からのお付き合いの中で、自然にペアが決まればその方がいいのだが、それができない場合は、次善の策としてこういう話し合いが考えられるのだ。災害時の要援護者による避難支援者の確保策は、具体的にはどうしたらいいのか。図を見ていただきたい。



### ①要援護者は、いざという時に助けてくれる人を1人は確保する

いざという時に助けてくれる人が誰もいないというのは問題だ。少なくとも、1人は確保する必要がある。親しくしている人はいるが、助けてくれるかわからないといった、ボーダーラインにある人はいるだろうから、そういう人を改めてリストアップし、支援者と連携して、いざという時に助けに来てくれるよう働きかけていく。

### ②同じ要支援者とペアで助け合うーセルフヘルプ努力も

避難訓練の時に、支援者が来る前に、要支援者たちで連れ立って避難所に来たという話をよく聞く。同じ状況の人が助け合うのだ。ここまで一人暮らし高齢者について述べてきたが、これを広げて要援護者一般とすればいい。

### ③向こう三軒規模でキーマンを軸に助け合いを

いざ災害が起きた時に、急に連携して助け合いをするのは難しい。向こう三軒両隣で、普段からふれあい、助け合いを実践しておく必要がある。今は組・班があるが、10数軒では助け合いは

難しい。やはり5軒程度でまとまるのがいい。

要援護者も、1人の支援者だけで安心はできない。その人が来れなかった場合に助けてくれる人を何人が確保しておく必要があり、そのためには、向こう三軒の助け合いの輪にも入っておくことが大切になる。

#### ④仲間同士で、私的避難所を探し出すのも自助

東日本地震の時は、みなし仮設が生まれた。マイカーでの避難も広がった。よく調べれば、住民は様々な「人間的な」避難所（小学校の体育館などではなく）を探し求めたに違いない。

実際にある市で避難支援マップを作る過程で、そうしたいわば私的避難所を独自に探す動きがあった。仲のいい人同士で話し合っ、仲間の1人の家に泊めてもらおうとか。1つのご近所には、避難所としても使える個人宅が数軒はあるはずで、各自が仲間と一緒に自分たちの避難所探しをするのも、自助の一環だ。

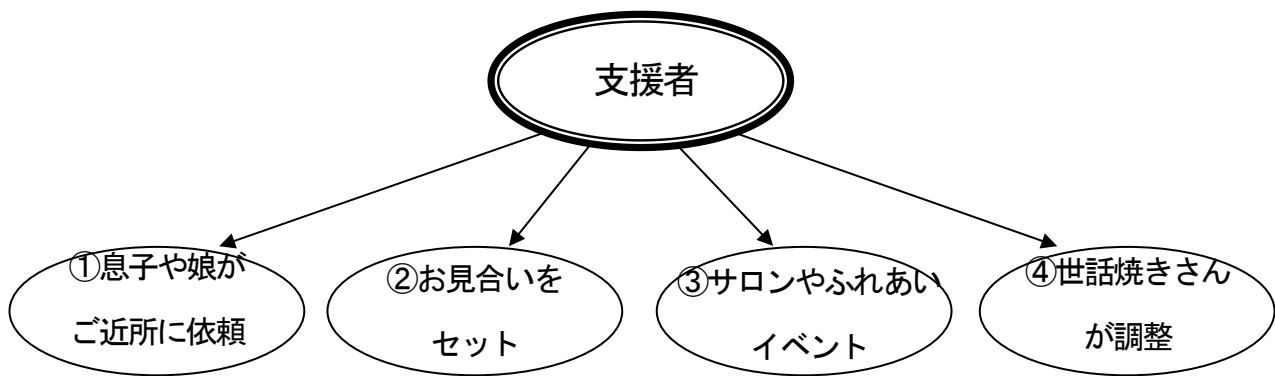
### <作業 No. 57> 災害時の要援護者の自助型避難対策

一人暮らし高齢者等の自助型&互助型の避難のやり方（の計画）を確認してみよう。

	氏名	①	②	③	④
1	〇〇さん（一人暮らし）	1人はもう確保済み	これが①の人	向こう三軒の助け合いを模索中	
2					
3					

## (2)当事者の「避難支援者探し」を応援する手立て

当事者の自助（助けられ上手）努力にも限界がある。そこで、ご近所福祉支援組織が、自助努力を支援していく必要がある。



## ①ときどき通って来る娘や息子は「ご近所さん育て」を

親と同居はしていないが、ときどき親元に通って来る子どもが一定数いる。一応その子どもが支援者になっているが、災害が起きてから地区外から来るというのでは心許ない。では、どうすればいいのか。

親元に通って来る子どもの中には、その際に親のご近所さんを1軒1軒訪問して、見守りのお願いやお礼をしている人がいる。もっと発展して、ご近所さんたちで親を集団で守ってくれるようになるまで育てていくという意識で働きかけを行っていったらどうか。

子どもの役割は、いざという時に親元に駆けつけることよりもまず、親とご近所さんを結び付けることなのだ。

## ②支援者が見つからない人向けに「お見合い」会

同じご近所内で、支援者たちが「この人とペアを組んだらどうか」と考えている人と当事者がお見合いをして、うまくいきそうであれば、今度は2人で交流を始めるといったやり方もある。既に述べたように、要援護者の方も、普段であれば相性の合う人でなければ拒否するところでも、命を守る避難支援となれば、受け入れやすい。

## ③「私の支援者」を見つけるチャンス作りのイベントを

各自が自分を助けてくれる支援者を探すのに便宜を図るイベントを、関係者が随時開くのもいい。今開かれているふれあいサロンや井戸端会議、趣味グループ、ボランティア・グループなども、その人次第では支援者探しの機会になる。その気になれば、どういうイベントも支援者探しの機会になるはずだ。1人は支援者を見つけたからもういい、というわけにはいかない。その1人の支援者が当日は不在ということもある。だから支援者は何人いても十分ということはない。

## ④世話焼きさんが、空白を埋めるための調整役を

支え合いマップを作ると、浮かび上がってくるのは世話焼きさんの目立った動きである。1人の世話焼きさんから5～10本の線が出ていて、災害が起きれば、この人はたくさんの要援護者の救

出に動かねばならない。しかしそれは現実的には無理というものだ。

そこで大事なのは、この世話焼きさんから出ている避難支援の線を1つ1つ、他の人に委ねていくことである。つまり要援護者が皆、災害時の身の安全をこの人に頼るのではなく、それぞれが自力で支援者を1人は探し出さねばならない。

それができれば、身軽になった世話焼きさんは、ご近所全体の調整に回ることができる。

## ＜作業 No. 58＞災害時の要援護者の支援者探しを応援

上記のどの方法を使って支援者を探すか、それぞれの要援護者と話し合ってみよう。

	氏名	①	②	③	④
1	〇〇さん（一人暮らし）	娘がご近所訪問		サロンに参加。 ここでペア探し	民生委員にも協力を依頼しよう
2					
3					

## (3)自助&互助型避難所づくり

要援護者には避難支援も必要だが、その前に避難所を確保しなければならない。今までは自治体が小学校などを避難所にしてきたが、コロナの影響で、すべての住民を収容することができない市町村も出て来た。

それに、小学校という避難所も、決して快適な環境とは言えず、不眠などで疲れが溜まってしまいう人が多い。できれば自分の知り合いの家とか、仲良くなった人の家などに泊めてもらえれば助かるが、最近、その動きも出てきた。マンションなどで1階の人が高層階の人と仲良くなって、河川があふれたときは泊めてもらえるよう、自治会がふれあいイベントを開いたりしている。

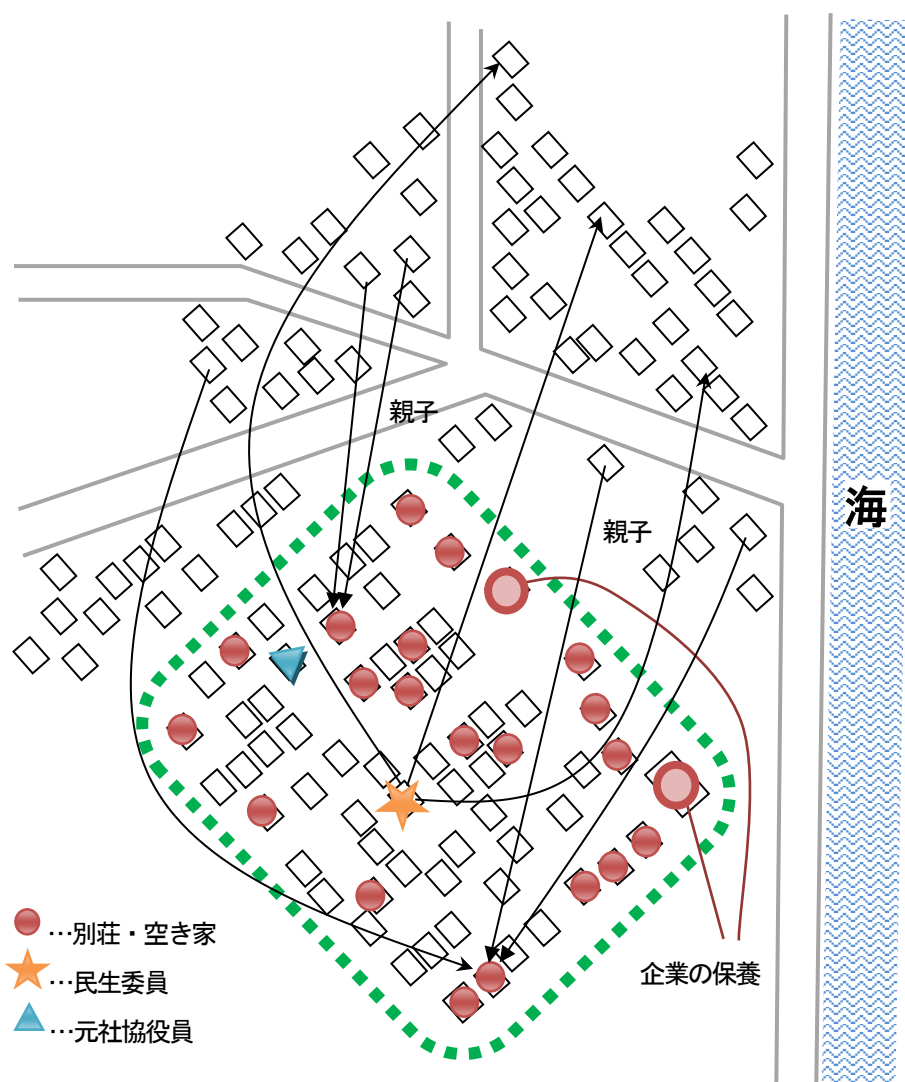
### ◇避難所探しを目的としたマップ作り

以下は関西のある町。海に面していて、津波が来たら、ひとたまりもない。そこで、近くに避難できる所はないかと探してみたら、高台があった。ここに避難させてもらえる家などがいないか探し

てみたら、いろいろあることが分かった。

企業の保養所があって、普段はあまり利用されていない。ここだけで、かなりの人が泊まれる。それに住民の身内が何人かここに住んでいるし、民生委員など福祉関係者も何人かいて、「ウチは〇〇人なら受け入れられる」と言っていた。

地元のマップを広げてみたら、意外な解決策が見つかるもので、試しにやってみたらどうか。高知県でマップ作りをしたら、高台に住んでいる人が「ウチは〇〇人ならいいよ」「ウチは〇〇人までなら泊めてあげられる」と数名が立候補したので、これでかなりの人が避難できることが分かった。



そこで各地元で、避難所を探す努力をしてみよう。いろいろなアイデアを並べてあるから、そこに誰が避難できるか、表に入れてみたらどうか。

## <作業 No. 59> 自助&互助型避難所作りの事例

避難所確保にはどんな方法があるのか、各自の計画を披露してもらおう。

	自助&互助型避難所づくり	やり方	該当する人
1	わが家にシェルターづくり 又は盛り土して高台を作る	床下浸水程度が多い地区では、 こういう方法も可能	
2	各家庭が自宅開放。部屋を 整備。団地も同様	施設設備整備費を公的補助。普 段は地元イベントに活用。	
3	空き家等にあらかじめ一戸 建ての避難所を作っておく	公的機関が予算措置。	
4	親戚などとあらかじめ協議 しておく	近所に親戚がいる場合	
5	各ご近所で協議して〇〇さ ん宅の家に一緒に避難	コンクリートの頑丈な三階建 ての家を	
6	福祉施設・企業の保養所な ど地元資源を探しておく	給食設備もあるので有力な資 源	
7	ルームシェアの運動を展開	アメリカのようにルームシェ アを文化にってしまう	
8	「災害時用身内」関係づく り	災害が起きた時のために、お互 いが受け入れる特別の身内	

## ＜作業 No. 60＞自助&互助型避難所作りの個別作戦

上の事例のどれが該当しそうか、可能性があるかを、個別に調べていく。

	氏名	①	②	③	④
1	〇〇さん		団地の一階なの で、高層階に友 達探し		
2	××さん				息子が近くに住 み、迎えに来る

3	□□さん				

	氏名	⑤	⑥	⑦	⑧
	〇〇さん				
	××さん				
	□□さん	ご近所で協議。大 きい家に避難			

# ＜第4章＞

## 地域問題を解決

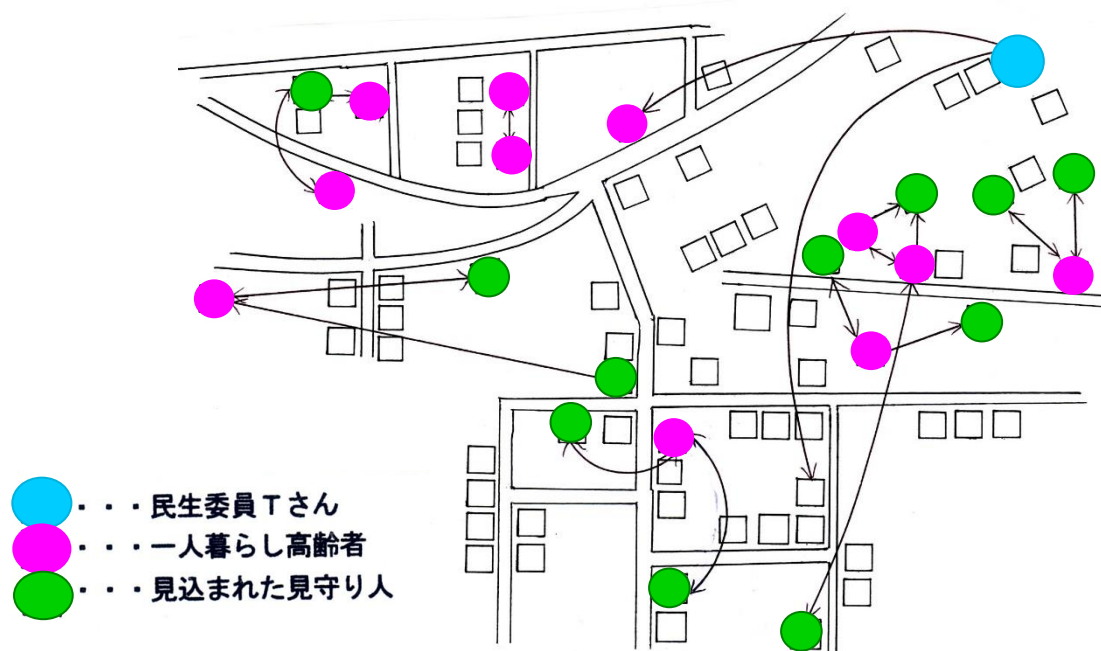
- ＜作業 No. 61＞一人暮らし高齢者と地域の接点さがし
- ＜作業 No. 62＞一人暮らし高齢者は誰を見込んでいるか？
- ＜作業 No. 63＞よき見守りのチェックポイント
- ＜作業 No. 64＞見守りパターン集
- ＜作業 No. 65＞認知症の人の散歩ルートに関する情報収集
- ＜作業 No. 66＞団地内の食のニーズと資源を結ぶ
- ＜作業 No. 67＞食事ニーズのある人はどの資源を使う？
- ＜作業 No. 68＞子ども食堂らしき所探し
- ＜作業 No. 69＞子ども食堂の資源さがし
- ＜作業 No. 70＞「ひらいた家」さがし
- ＜作業 No. 71＞子どもと一緒にマップ作り
- ＜作業 No. 72＞障害児にやさしい人・家・企業マップ
- ＜作業 No. 73＞わが子に福祉教育をしている家
- ＜作業 No. 74＞高齢者の知恵をどう生かすか？
- ＜作業 No. 75＞車がない人1人ひとりの作戦
- ＜作業 No. 76＞マップでゴミ出しの協力者さがし
- ＜作業 No. 77＞ゴミ屋敷の対処法
- ＜作業 No. 78＞要援護者の共通の困り事リスト
- ＜作業 No. 79＞里帰り希望者の願いを実現する法
- ＜作業 No. 80＞里帰り応援団の陣容
- ＜作業 No. 81＞里帰り応援団の活動
- ＜作業 No. 82＞子どもに引き取られた人のその後
- ＜作業 No. 83＞要介護でも人に尽くせる機会を



# 1.一人暮らしの人を誰が見守る？

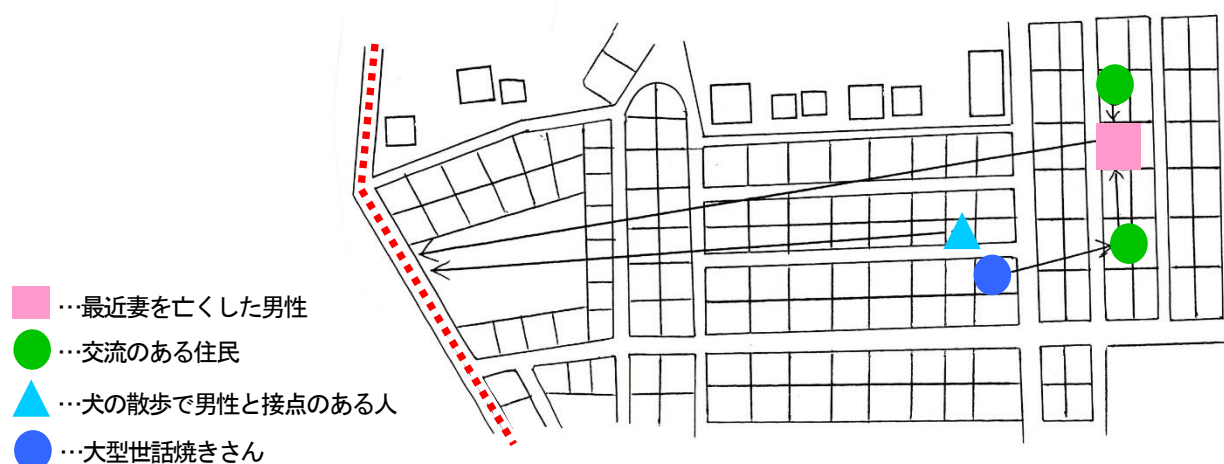
## (1)「私はこの人に見守られたい」—その人を探せ！

下のマップの右上の●印が民生委員で、自身の担当地区に多数の一人暮らし高齢者がいることがわかった（●印）。彼らをどのように見守ればいいのか。そこで支え合いマップを作ってみたら、一人暮らし高齢者1人ひとりが、周辺の誰か（●印）を「私はこの人に見守られたい」と見込み、見守られていた。ならばそれでいいではないか。一人暮らし高齢者同士が見守り合っているケースもあった。



## (2)引きこもりの男性を誰が見守るのか？

マップ作りをしていて、引きこもりの人が見つかった。誰が来ても受け入れないという。本当にそうなのだろうかと、改めて、この人のすぐ周辺から、彼と接触している人を探してみた。大型世話焼きさんが来ても反応しないというので、行き詰ってしまい、最後の手段とばかりに、彼の周りの人1人ひとりを指さして、この人はどうか、この人はどうかと尋ねていったら、2人見つかった。この2人とは交流していたのだ。



他にいないだろうかと聞いていったが、いないと言う。それでは彼の趣味は何かと聞くと、犬の散歩だと。散歩はどのあたりでやっているのか。左の赤い点線のあたりでやっているという。犬の散歩友達はいないかと聞いてみたら、いた！ 彼の家の近くに住む▲の人がそうだという。

結局、彼と付き合いのある人が3人もいたのだ。マップ作りをしていて、引きこもりで誰とも接触していないという人が出てくるが、大抵の場合、本気で探せば2～3人は見つかる。

## <作業 No. 61>一人暮らし高齢者と地域の接点さがし

1人暮らし高齢者は地域のどこに（行って）いるのか。誰と出会っているのか。

	接点	何をしているのか	見方のポイント
1	スーパー、コンビニ	店員とおしゃべり。試食コーナー	
2	畑・庭	畑で隣り合った人とおしゃべり	ここが意外な盲点になっている
3	グラウンドゴルフ	ゴルフ仲間と接点	毎日来る人も。一人暮らしの男性の状況はここでまとめて把握できる。
4	散歩（犬の散歩も）	その途中で誰かが見守っている	
5	身内・親戚の家	親しい親戚は決まっている	

6	隣家	親しい人の家	
	診療所	看護師に悩みを打ち明けている	

## ＜作業 No. 62＞一人暮らし高齢者は誰を見込んでいるか？

1 人暮らし高齢者はそれぞれ誰に見守られたいと思っているのか。その人を特定しよう。

	一人暮らし高齢者	見守ってほしい人は？	ではどうしたら？
1	〇〇さん	隣の△△さんに見守られたい	この人には見守りボランティアが来ているが、△△さんに代わろう
2	××さん	だれにも見守られたくない	じつは娘から毎日スマホに電話がかかってきているようだ。
3	□□さん	民生委員がいい	遠すぎて安否確認ができない。近くの誰かを指名してもらおう。
4			
5			
6			

### (3)「よき見守り」とは？

見守りは住民にとって、福祉活動の入り口のようなものだ。ただ、これを気楽に考えている人が少なくない。ただ「見ている」だけでは仕方がない。よき見守りにはいくつかの要件がある。これを自己チェックしてみよう。

#### <作業 No. 63>よき見守りのチェックポイント

よき見守りとはどういうものなのか。チェックポイントで点検してみよう。

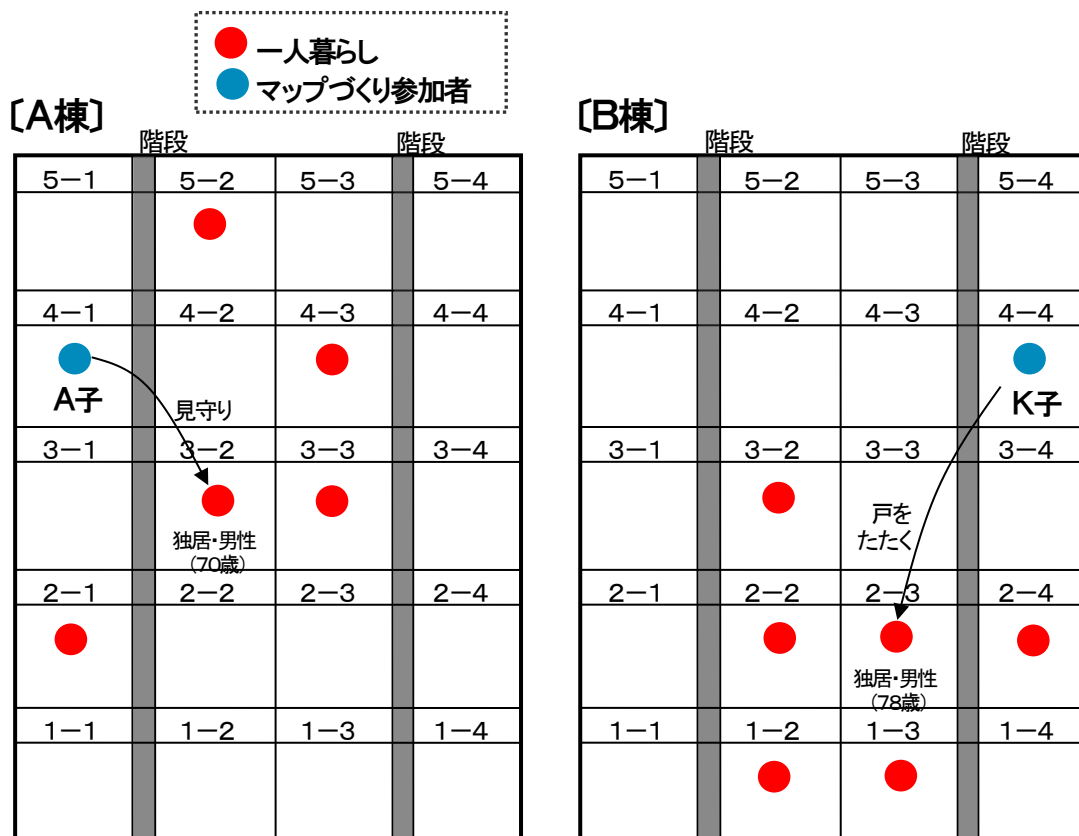
	見守りのあり方	具体的には	自己チェック
1	既に誰かが見守っている。 その人を探せ	そのためには支え合いマップ作り が必要	
2	本人は誰を見込んでいるの か	本人が見込んだ人が見守るのが筋 だ	
3	対象は一人暮らしだけか？	昼間一人暮らしや50代の一人暮 らしの人も注意が必要だ	
4	1人も見逃さない意気込み で	「だいたい大丈夫」では困る。だか ら支え合いマップで丁寧に調べる	
5	一人暮らし同士の見守りも よし	一人暮らし同士の見守り合いを調 べて、応援しよう	
6	1日も見逃さない	孤独死を防ぐには、毎日でない とだめだ	
7	本人が見守られ上手になる よう促す	本人がその気にならねば孤独死は 防げない	
8	困り事にも対応する	一人暮らし高齢者なら必ず1つや 2つの悩み事は抱えているものだ	

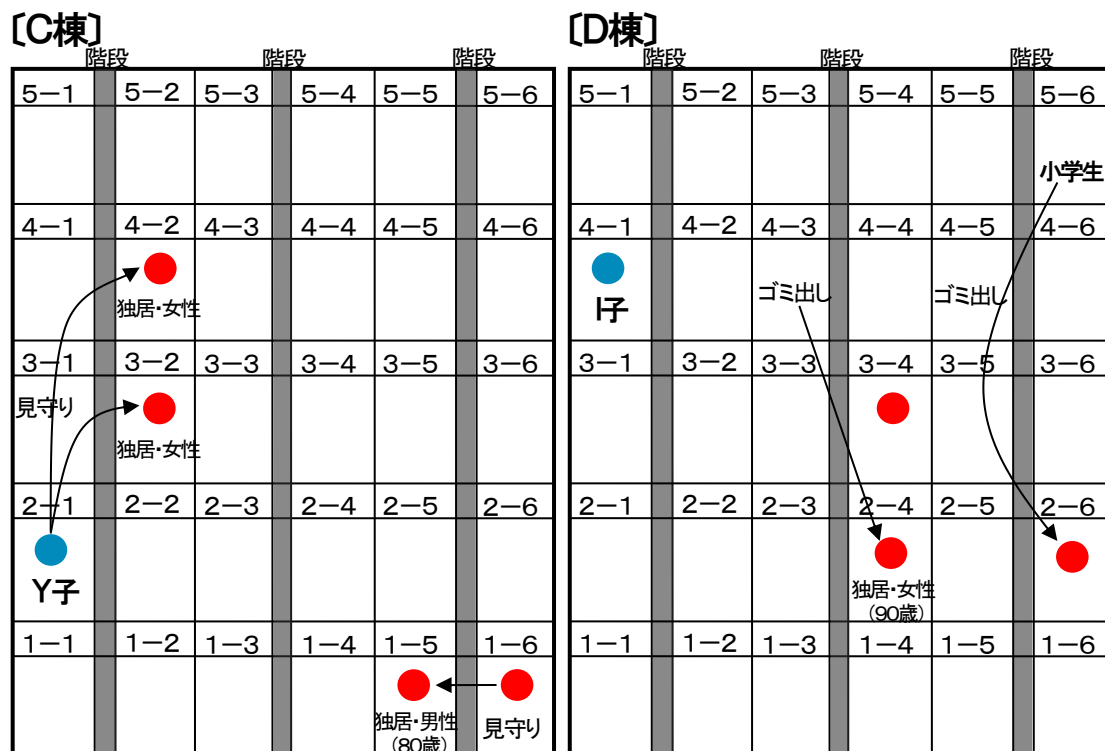
## (4)さまざまな見守りのあり方

### ◇階段の上り下りのついでに見守り

先日、鹿児島県内のある公営住宅で支え合いマップづくりをしたが、この5階建ての公営住宅では、「エレベーターがない」というハンデをものともせず、むしろこの事実を逆手に取った福祉活動が行われていた。

A子さんは、4階から下りるついでに、気になる人の様子を伺う。ポストに新聞が溜まっていな  
いか、電気のメーターが動いているかを確認。慣れると、メーターのスピードでどんな電気器具を  
使っているか分かるという。B棟のK子さんは、階段を下りながら、2階の78歳の一人暮らし男  
性のドアをトントンと叩いて、返事が返ってくるか確認する。





見守りだけではない。D棟の「4-3」の人は、「2-4」の90歳で一人暮らしの女性のゴミ出しをしてあげている。同じく「5-6」の小学生が、「2-6」のゴミ出しをしている。やっているのはこの人たちだけでなく、長年のおつき合いの中で、上の階の人はそういうことをやるのが当たり前になっているのだという。たまたま階段を上がろうとして、重い買い物袋を抱えた高齢者に出会ったら、持ってあげるとか。

この公営住宅では、月1回の掃除も欠かさない。全員参加が基本で、高齢者などは「顔を見せるだけでもいい」ということになっている。安否確認の目的もあるのだ。ここでお互いの体調をチェックし、何か問題を抱えた人はいないかも確認する。おそらくその中で、ここまで紹介したような実践例が出され、他の人にも広がっていったのではないかな。

こうして新たに見つけた見守りの方法を、リストに加えていくのだ。

## ◇路上の掃除をしながら、「気になる家」探し

東京都・西東京市の加々美京子さん（大型世話焼きさん）に、見守りをどのようにやっているのか、聞き出したことがある。

❶彼女は毎朝、路上の掃除をしながら、「気になる家」を探す。自宅周辺はほぼ把握してしまったので、かなり遠くまで掃除をしに出かけて、該当者を探す。特に気をつけて見るのはゴミの出し方で、「気になる捨て方」をし



ている家を見つけると訪問し、様子を窺う。一人暮らしの高齢者、特に認知症の人は、それで分かるという。

②「気になる人」の生活習慣、たとえば「この人は何時頃に風呂屋へ行く」といったことを把握し、その行動が見られなければ、様子を見に行く。でも自分1人ではその他の時間帯を見守りきれないので、気になる人を見つけたら、必ずその隣の家を訪問し（知らない人でも構わず!）、その人にも見守りを依頼する。異変に目を光らせてもらい、変化を察知したらすぐに連絡をもらって見に行く。24時間体制に近い状態で見守っているのだ。これはほとんど「監視」と同じ。これぐらいしないと孤独死は防げないのだと。

③面識のない「気になる人」や、なかなかドアを開けてくれない人については、常に意識して訪問の口実を探す。関係機関からの連絡事があったりした時に、ここぞと訪問する。

④その相手から何か頼まれ事をしたら、必ずすぐに解決してあげる。それが相手の信頼を得ることにもつながるからだ。

要するに、これぐらいの「本気」で、その人の安全を守ってあげようとしないと、だめだということなのだ。

## ◇ラジオ体操のついでに見守り

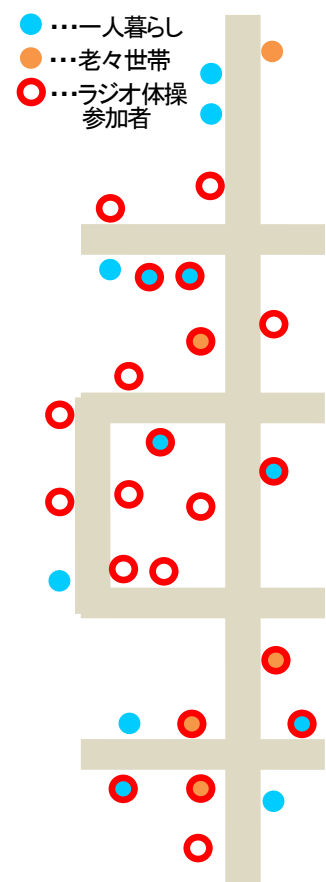
ある集落でマップづくりをしたら、ラジオ体操が住民の健康や介護予防だけでなく、見守りやふれあいのツールとして活用されていることがわかった。

マップを見ていただきたい。66世帯の集落にある神社でほぼ毎日、老人クラブの主催でラジオ体操が行われている。参加者に印をつけていったら、この集落の一人暮らし高齢者や高齢者のみの世帯のかかなりの割合が参加していた。

つまり、ラジオ体操で集落内の気になる人の見守りができてしまうということだ。参加しない人にはリーダーが一声かける。それ以前に、それぞれが近くの人に一声かけながら会場に行くのだという。

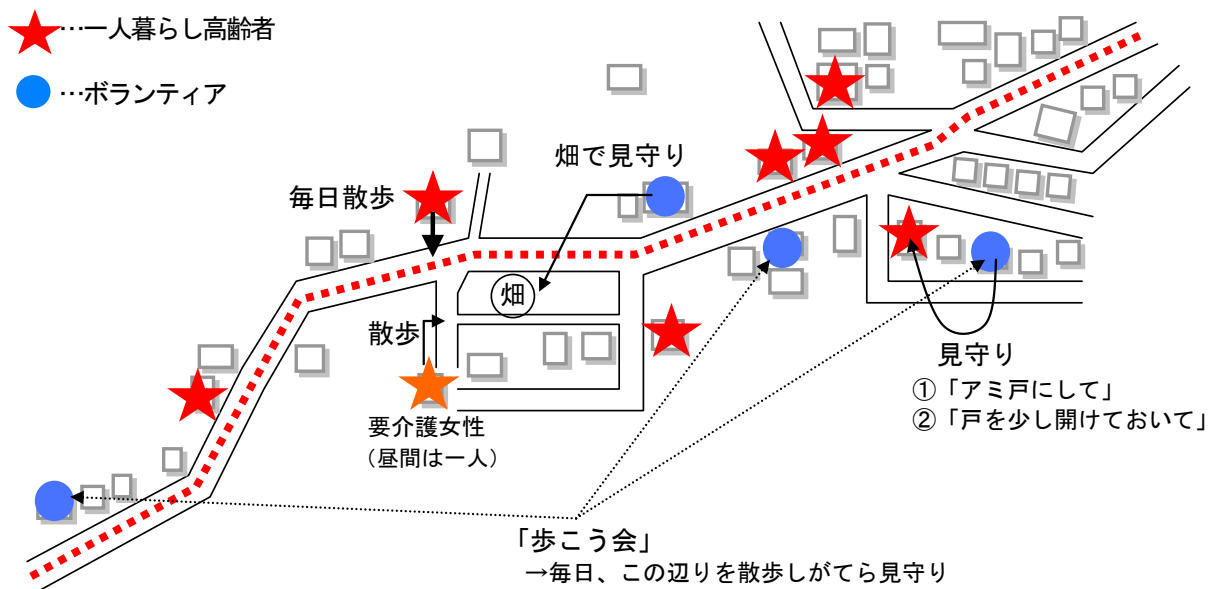
夏休みの早朝にラジオ体操に行って、参加票にハンコを押してもらうのが楽しみだった。それをここでもやっていた。

ラジオ体操が終わるとそのまま解散、ではなくて、今度はウォーキングが始まる。そこでお互いの近況を報告し合ったり、誰々さん



はこの頃具合が悪そうといった、住民の生活や健康状況などの情報も出し合う。一種のケア会議みたいなものである。「歩くケア会議」である。

## ◇ウォーキングがてら見守り



住民の福祉活動の特徴は、水面下の活動ということだ。いかにも活動をしていますというミエミエのやり方は、活動をする方もされる方も嫌う。このマップでは、夕方になると3人の主婦が左端に集合し、歩こう会を始める。一本道を右方向に歩き、その間に一人暮らしの人を全部見守る。その結果を、道路の右端の先にある民生委員宅へ行って報告して終わり。住民もこの活動に気づいていないようだった。

## <作業 No. 64> 見守りパターン集

マップを作ったり、人に聴取するなどして、見守りのパターンを収集しよう。

	パターン	パターンの内容	その他
1	本人にも気づかれないさりげない見守り	見守られる側も全く気付いていなかった	水面下で行われている見守りがもっとあるはず
2	隣同士の一対一のペアの見守り	カギを預けることもしていたから、親密な見守りだ	



3	一人暮らし同士の見守り合い	3人が一体となって、食事作りまでやっていた	
4	超大型世話焼きさんによる広範囲の見守り	部下が何人かいてネットワークしていた	個々の見守り活動とどう関係しているのか？
5	エレベーターのない住宅では別の方法も	ポストに新聞が溜まっているか、電気のメーターが回っているか	
6	路上の清掃をしながら気になる人探し	ゴミの出し方や生活習慣の異変にも目を光らせる	
	ラジオ体操のついでに見守り	誘い出すとき、一緒に帰る時にさりげなく見守り	
	自宅前を通った時に、チラッと見守り		

## 2. 認知症の人の散歩ルートの把握

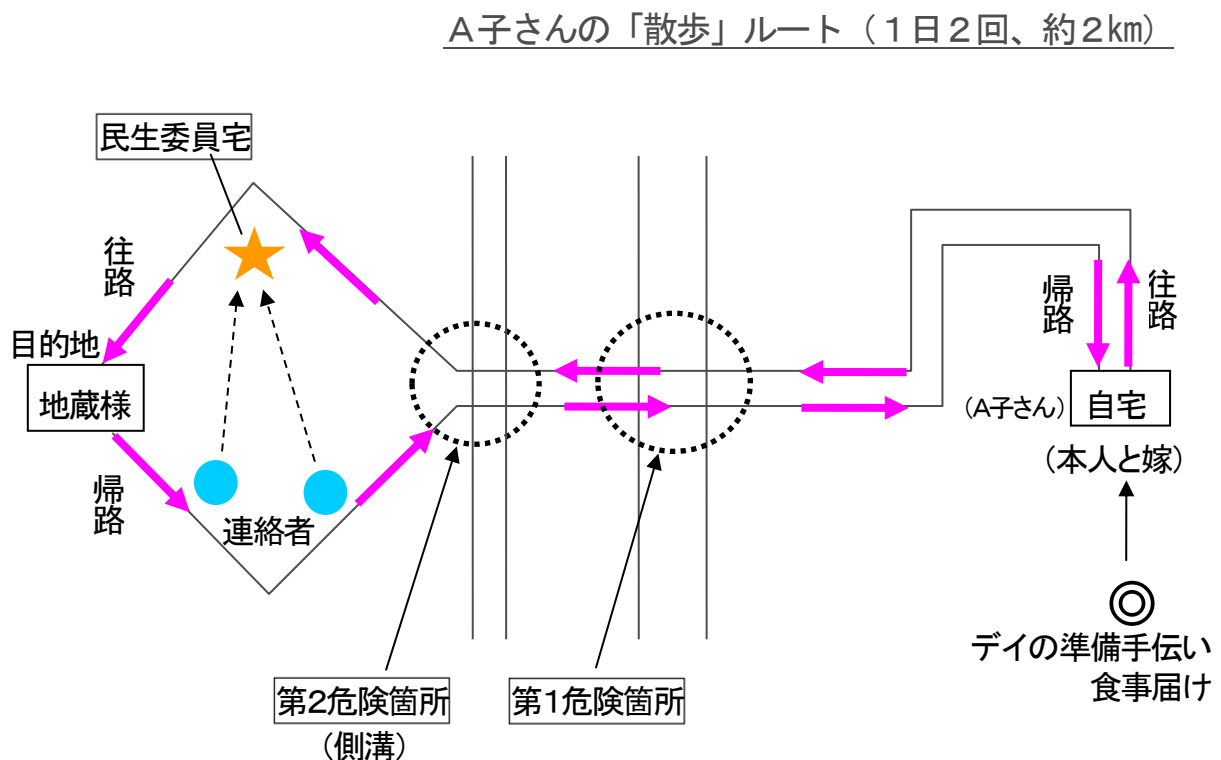
認知症の人が徘徊中に行方不明になった時、地域全体で探し出す仕組みが作られつつある。その場合に、おおよそどのあたりを歩いているか見当が付けば、早く見つかるし、探す方も助かる。マップを作ると、認知症の人が毎日歩くルートを住民は知っていることがわかる。

そのルートをあらかじめマップづくりで確かめておけば、いざ行方不明になった時、〇〇のあた

りに行っている可能性が高いから、まずそこを探す—といった方針がとれる。

## (1)見守っている人や立ち寄り場所、危険箇所も特定可能

次のマップでは、右端の女性が毎日、このルートを2回歩いている。左の方には民生委員を中心とした見守りネットができています。問題は右の方だが、少なくとも危険箇所は特定できた。あとはこの箇所では本人と出会ったり、見ている人がいないかを探す必要がある。



## (2)危険個所で見守ることができそうな人を見つける

このマップの場合、左隅の四角形になっている箇所は、民生委員と連絡者が連携している。問題は中央部と右側だが、特に2か所の危険区域で見守っている人がいなかった。こういう場合どうするか。

A子さんが歩く時間帯がだいたい決まっているので、その時間帯にここで見守ってくれる人がいるといい。幹線道路があって、高齢者が横断しているような所では、その辺りの商店主などが注意して見ている場合もあり、こういう人材を探してみる。

## ＜作業 No. 65＞認知症の人の散歩ルートに関する情報収集

それぞれの認知症の人について、立ち寄り場所、危険個所等をまとめる。

	認知症の人	見守っている人	立ち寄り場所	危険個所・その他
1	〇〇さん	民生委員と連絡 者（2人）	地蔵様	2か所見つけた（幹線道路と側 溝）
2	△△さん	雑貨店（見かけた ら家族に連絡）	薬局（2人が立ち 寄っていた）	特になし
3				

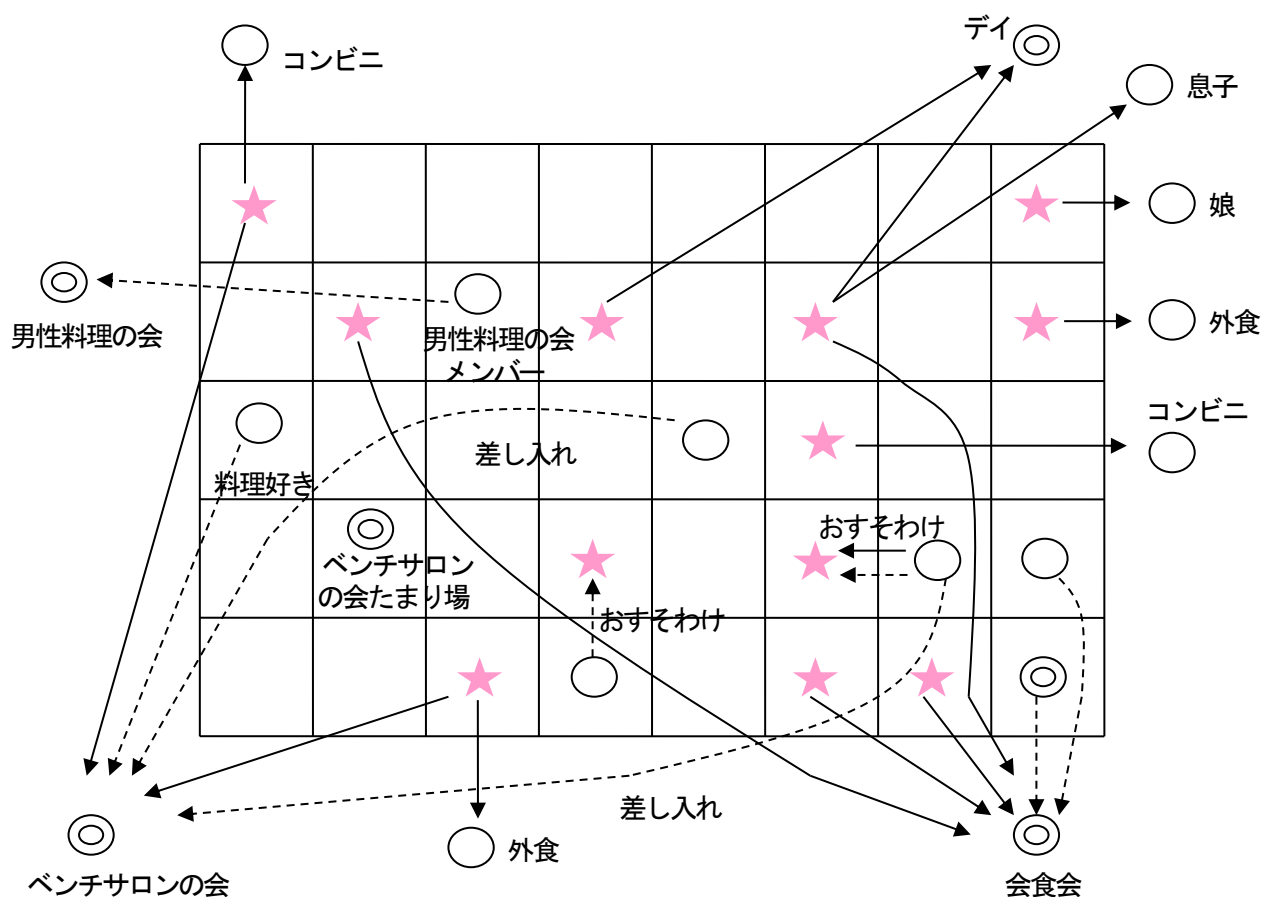
## 3. ご近所内の食事ニーズと資源を結ぶ

首都圏の団地（40世帯）。食事ニーズを抱えている人が9人もいた。外食やコンビニ弁当ばかりの一人暮らし男性、会食会に参加している人、おすそわけをもらっている人、井戸端会議で差し入れを食べている人、子どもの家に食べに行く人など。

### (1) 資源は十分揃っている。あとは組み合わせ方だ

しかしここには、食事関連の福祉資源になれる人材もそろっていた。おすそわけをしている人、井戸端会議に差し入れをしている人、男性料理の会のメンバー、料理好きの人、会食会を開く人。全部で10名もいた。

ご近所内の要援護者と担い手を調整すれば、何とか対応できるのではないかと。



## ＜作業 No. 66＞団地内の食のニーズと資源を結ぶ

ニーズと資源が出そろったところで、両者をどう結び付けるのか、考えてみよう。

	この団地の食事 の資源	資源の特徴と生かし方 のヒント	資源活用ポイント	自分の地域の 資源候補
1	コンビニ（弁当）		①リーダーは会食会をしている民生委員。この人を中心にして、その協力者たち（2名いる）とで「団地食堂」のあり方を協議する。 ②ポイントは、これらの資源をすべて活用すること。	
2	デイサービス（昼食）	デイサービスの食事が、地域の一人暮らし高齢者の資源になる。		
3	子どもの家（昼食）	息子の家に昼になると食べに行く一人暮らしの親は案外いる。		

4	レストラン (外食)	昼食時は一人暮らし高齢者がたくさん来ている。	それぞれの資源が参加することで、バラエティのある、豊かな食事資源になる	
5	おすそわけ	複数いるのだから、効率的に活用できないか。	ようにする。これが助け合いの組み立てだ。	
6	差し入れ		③また、食事ニーズのある人も資源の人も双方を縛らない。それぞれができるだけ自由に行動しながら、	
7	会食会	団地内にこれだけ多くのニーズがあるのになぜ外で開くのか。	結果として豊かな食事資源になるようにする。	
8	サロン		④まずそれぞれの資源を強化する方法を考える。	
9	料理グループ	上手に活用して生かそう。	⑤これらの資源をどう組み合わせるかも考える。	
10				

## ＜作業 No. 67＞食事ニーズのある人はどの資源を使う？

今度は、食のニーズを持った人1人ひとりについて、前項のどれを選ぶか考える。

	氏名	1	2	3	4	5
1	〇〇さん (一人暮らし)					
		6	7	8	9	10

	氏名	1	2	3	4	5
2						
		6	7	8	9	10
	氏名	1	2	3	4	5
3						
		6	7	8	9	10

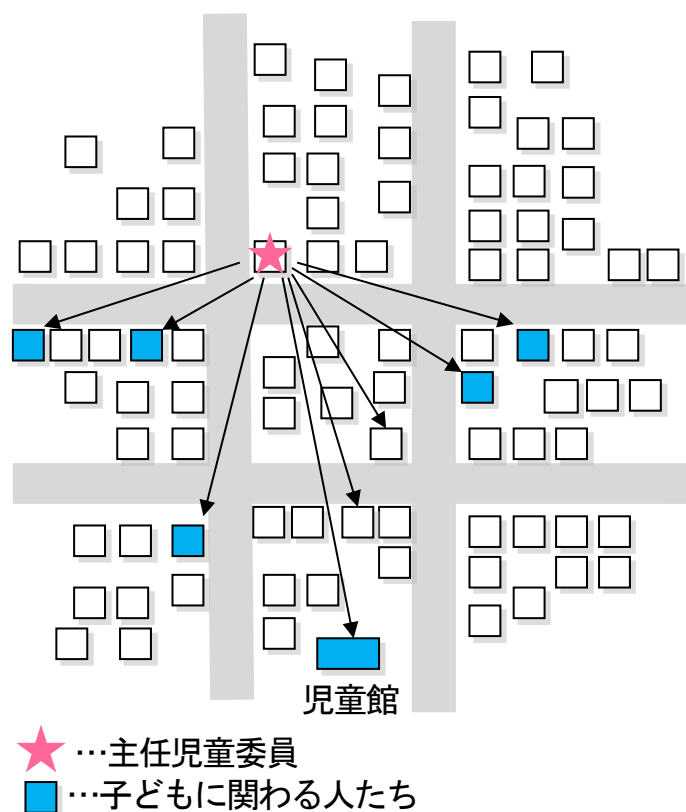
## 4. 「子ども食堂」らしき所探し

今「子ども食堂」づくりが広がっている。というと、NPOでつくるものだと思われるが、個々の小さな活動を探せば、住民も知らず知らずのうちにそういうことをやっているかもしれない。マップを作るとそういう家が見つかる。

### (1) 子どもの通学路に子どもが見込んだ福祉資源があった

秋田県で主任児童委員とマップづくりをしてみたら、子どもに関わっている家や店がいくつか見つかった。この中の1つが、「おやつ作り児童館」。毎日近くの子どもを招いては、おやつを作ってご馳走していた。遠慮せずに入りやすいようにと、専用の階段も設けた。また、面白い畳屋さんも見つけた。登下校の途中に子どもが立ち寄って、畳の端切れで人形などを作ったものが飾ってある。

店主が慌ただしく戻ってきたのでどこに行っていたのかと聞くと、少年院を出た青年の職場に毎日、弁当を届けているのだと。これも考えようによっては子ども食堂と言える。



## (2)「子ども食堂らしき所」のリスト作り

これからマップ作りをする時に、その地域の子ども食堂らしき所を探し、この表に加えていく。そうすれば、誰かが子ども食堂をつくりたいと言った時、そのリストと自分の身の回りの事情を比べて、「らしき所」を効率よく探し出すことができる。

### <作業 No. 68>子ども食堂らしき所探し

見つけたものをそのまま活用するか、これをヒントに新たに子ども食堂をつくるか。他の地区のマップ作りで見つけた事例も追加する。

	らしき所	活動内容（機能）	これをヒントにアイデアを出そう
1	おやつ作り児童館	主婦が近隣の子ども集めておやつ作り	

2	児童館で食事を提供		
3	畳屋が働く少年に弁当の差し入れ	これもある意味では子ども食堂	
4			
5			

### (3)子ども食堂のための資源リストづくり

子ども食堂をひらくときに必要な各種資源を個別に探す作業もやったらどうか。例えば食事に必要な材料を提供してくれる人とか、場所を提供してくれそうな人などを探すのだ。

#### <作業 No. 69>子ども食堂の資源さがし

子ども食堂を運営するのに必要な資源をどこから調達できるのか、調べる。

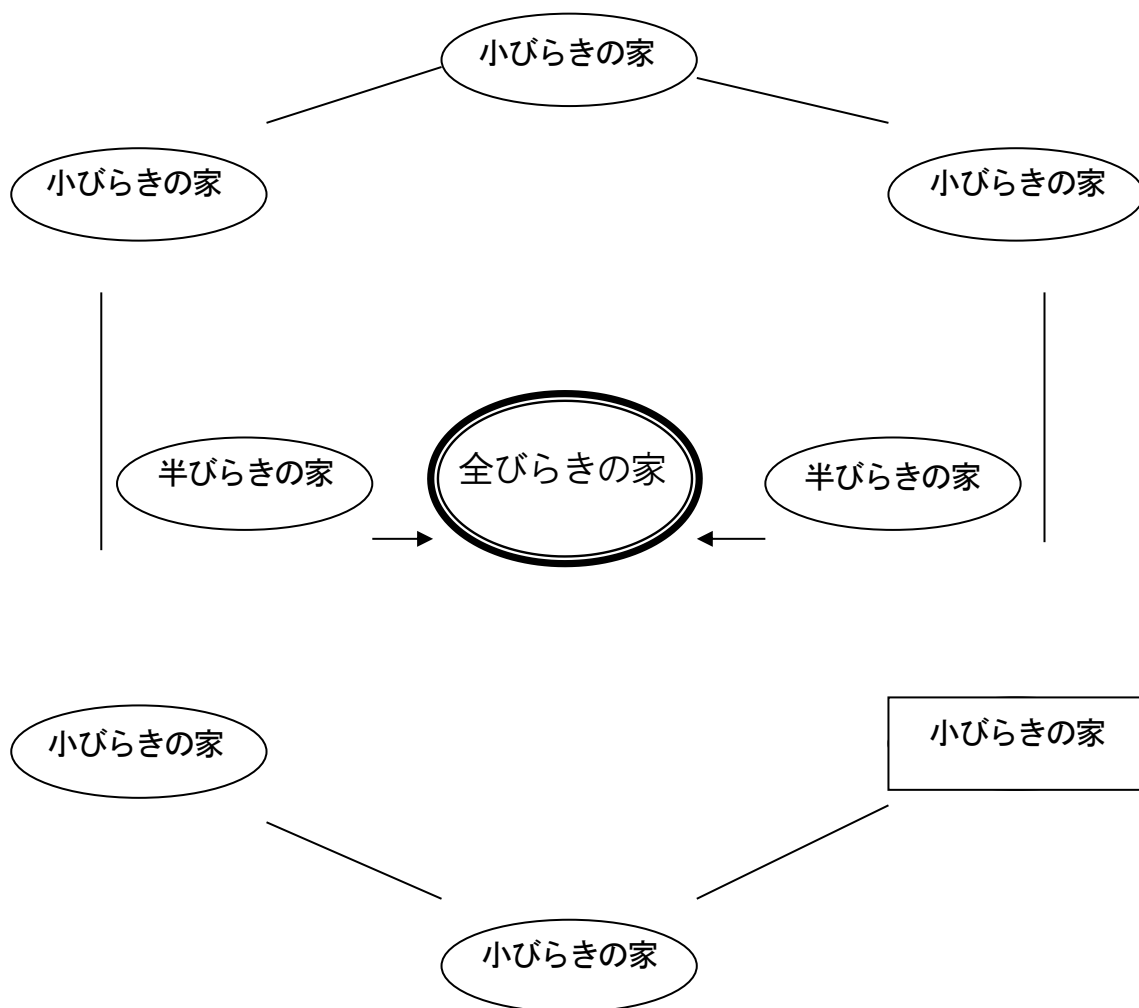
	子ども食堂用資源	どういう機能？	どう活用するか
1	〇〇青果店	野菜を定期的に提供してくれそう	
2	会食ボランティア・グループ	人材を随時提供してくれる	柔軟性があるので、助かる
3	〇〇レストラン	レシピを提供。調理技術も。	実際に子ども食堂で調理してもらうことも検討
4			



# 5.子どもにやさしいまちとは？

## (1)かつて「小さな児童館」運動の家が 250 軒も

かつて東京・神奈川あたりに「小さな小さな児童館」運動が広がったことがあり、多い時は全部で250軒もあった。大抵は、自宅開放型。川崎市のK子さんが開いていた「影絵児童館」を5年間、継続的に見ていて、面白いことに気づいた。



K子さんが自宅を開いて児童館としての活動をしているうちに、ご近所が変わってくるのだ。K子さんが「全開き」とすれば、「半開き」の家が2，3軒できる。K子さんが開けない時に、代わりに「今日はうちに来ていいよ」と言える家。そして「小開き」が10数軒。自分の家は開けないけど、開いた家の手伝いならできるという人たち。K子さんが空き地でお化け大会を開くときなどに、

助っ人に来てくれる。

そして5年も経つと、子どもに何かあるとみんなが飛び出してくるご近所になっていた。他の全開きの家を取材しても、大体こんな具合だった。

## (2)ご近所に投げた「目の細かい網」に引っかかってくる

そのK子さんと、こんなやり取りをしたのを覚えている。「K子さんの家に来る子の中に、いわゆる問題を起こす子っていない?」「いるわよ」。「それで、あなたの児童館に来ることで、その子は良くなるの?」「そんなに良くなるわけじゃない。でもね、うちに来ている間は、これ以上は悪くならないのよ」。

その後、こんな話になった。彼女は要するに、ご近所に目の細かい網をかけたようなものなのだ。その網に、いろいろな子どもの問題が、まだ小さいうちに引っかかってくる(網の目が細かいから)。その子にK子さんが対応することで、少なくともそれ以上は問題は大きくなる。しかし、もしこの目の細かい網がなかったら、どうなっていたか。問題は人知れず大きくなっていき、社会がかけた目の粗い網にようやくかかった時には、対応が難しいほど大きな問題になっているのではないか。K子さんのやっていることの意味がよくわかる話である。

いま社会問題になっているいじめなども、いじめっ子自身、家庭などで何らかの問題を抱えている子が多い。その子があらかじめ小さな網の目に引っかかって対応されていれば、一定以上は問題が大きくなるとしたら、大きな意義のあることではないか。

## (3)「家をひらく」事例をさがせ

地域では、自宅を開放して様々な活動が行われている。ある主婦が言っていた。「ヘンな話だけど、家には何でもあるのよ。裁縫箱もあるし、爪切りもあるしね」。そこを社会活動の場にしたら、意外にいろんなことができるというわけだ。

子どものたまり場だけではない。高齢者の井戸端会議場にもなるし、災害時の避難場所にもなる。サロンの場にもなる。障害児の作業場にもなっている。ひらかれた家を知っていれば、何かやりたいときに使わせてもらえる。

## ＜作業 No. 70＞「ひらいた家」さがし

ひらいた家の活動は、一見小さな活動でも、実質は多様で、いろいろな活動に発展する。

	ひらいた家	何をしているか	これからどう活用できるか
1	〇〇さん宅	サロンの会場	
2	××さん宅	生き生き百歳体操	
3	△△さん宅	食事会の会場	
4	□□さん宅	災害のとき隣人が避難	

### (4)子どもをテーマにしたマップ作りをやってみたら…

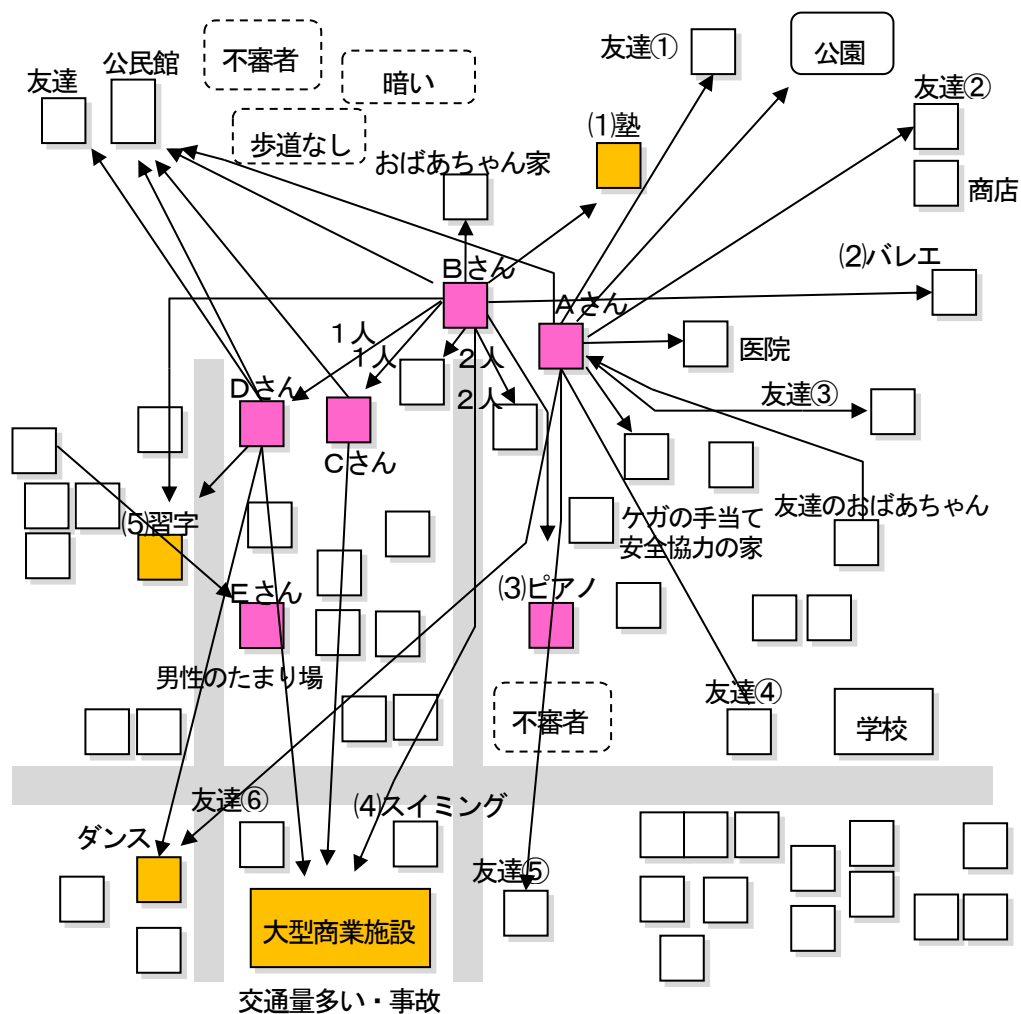
地域福祉といっても、私たちの頭にあるのは大人や高齢者だ。子どもにとって住みよい街とはどういうものなのか。群馬県で子どもをテーマとしたマップ作りをしてみた。

今回呼んだのは中学生。学校と塾を掛け持ちしながら、彼らなりに効率よく時間を使おうとしていることがわかった。

#### ◇友達関係の豊かな子、塾やお稽古で手いっぱいの子

マップを見ていただきたい。ここにABCDEの5人の子どもの動きを線で引いてみた。Aさんは、6人の友達がいて、変わりばんこに訪問している。その他、公園や公民館にも通っている。豊かな友達関係を維持している。

一方で、Bさんはその反対で、塾とバレエ、ピアノ、スイミング、習字と、1週間がお稽古事で埋まっている。しかし、それらのお稽古事の行き帰りや屋休み時間などの細切れの時間を上手に利用していた。



そうすると、例えば塾の関係者は勉強を教えながらその中にアクティビティを盛り込むとか、または商業施設も彼らの遊び場代わりになっていることを意識した対応が望まれる。児童厚生員も児童館で待っているのではなく、そういう商業施設などでやって来た子供に対応するのも1つのあり方ではないか。

## ◇私は家を開放するから、誰か「児童厚生員」役をやって！

Eさん宅は男の子のたまり場になっている。親は働いているので、誰かが来て子どもたちの相手をしてほしいと言っている。そういう人材がいれば、Eさんは家を開放し、その人材がここを生かす役を担うということでもいいではないか。児童館は、いわゆる児童館を学区ごとにつくるのではなく、子どもたちが選択したたまり場などを探し出して、そこがより良く生きるように関わっていくべきではないか。地域を児童館化していくのだ。

## (5)小学生と一緒に支え合いマップ作りをしてみたら…



一度、子どもたちと一緒にマップを作ってみたらどうか。この写真では、千葉県佐倉市の社会福祉協議会の主催で小学生と幼児、その親たち60名が参加しての大規模なマップ作りが行われた。

まずは自分の家探しから始まって、彼らが遊んでいる所、危ない所、不審者が出る所と次々と書いていく。

面白いのは、危険個所についての認識が親子で異なるということ。「危険だから面白いんだ」と言うのが子どもたち。また、親が本気で心配している危険個所には、子どもも近づいていないということが分かった。不審者がかなりたくさん出没しているのには、親たちも驚いていたし、また親が想像している以上に遠くまで遊びに行っていたことも分かった。

### <作業 No. 71>子どもと一緒にマップ作り

まずは小学生を集めて、その次は中学生を集めて、いろいろなことを聞いてみよう。

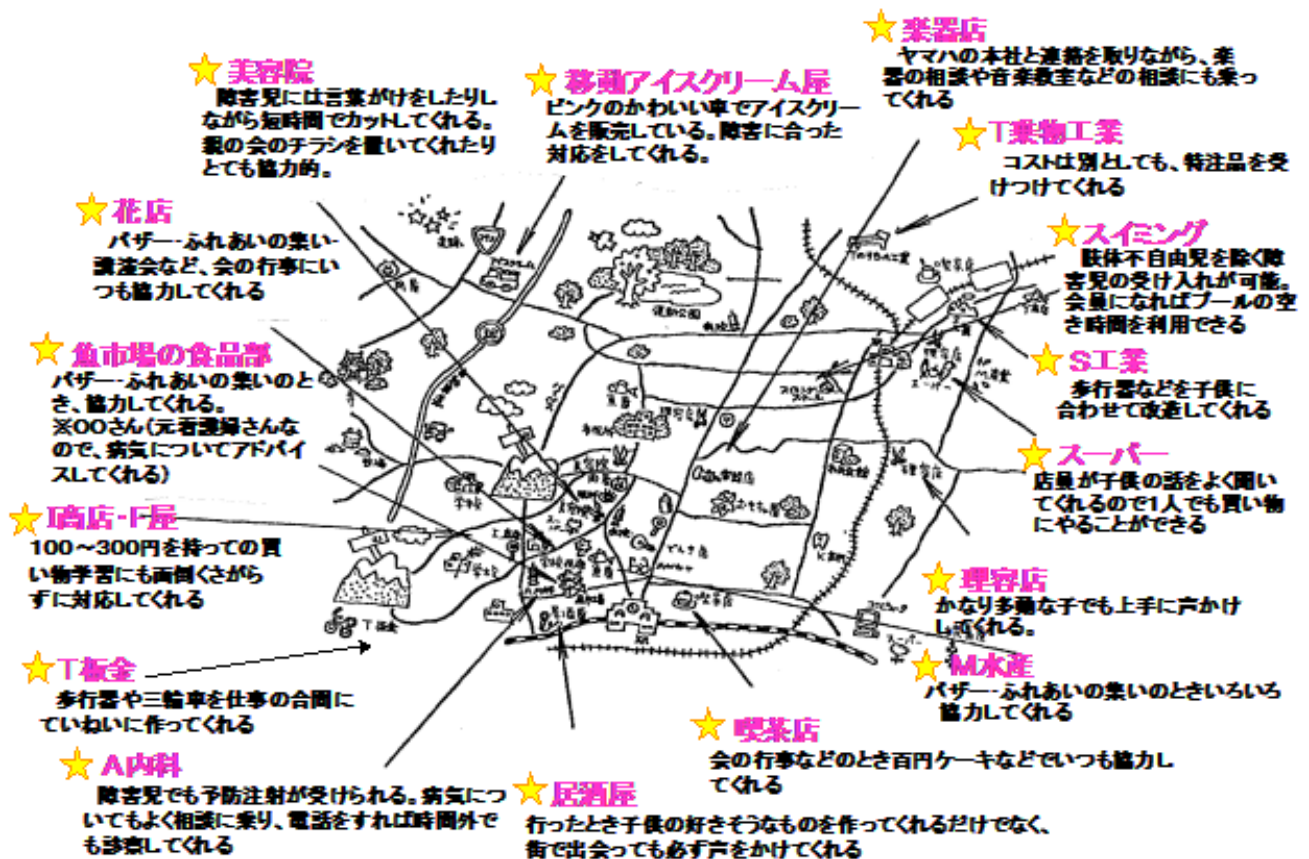
	聴取テーマ	これにどう対応すべきか
1	学校生活の問題や悩み	
2	地域のどこで遊んでいるか。遊び場に注文は？	
3	変質者はどこに出るか？ いじめっ子は？	
4	子どもが良くたまる場は？ 駄菓子屋、スーパー	
5	理解のある大人は？ 理解のない大人は？	

6	こんなものがあつたらなあと思えるものは？	

## (6)「地域は障害児に冷たい」

ある市の障害児の親の会の人たちと話し合いをしていたら、この町は障害児にやさしくないという悩みが出された。そこでこういう提案をしてみた。

例えば障害児にやさしい店・企業に絞って、皆さんの周りからできるだけたくさん探し出してみたらどうかと。すると、以下の通りのマップが出来上がった。こう考えたら、この町も結構優しいのだなと、考え方が変わったという。



## ＜作業 No. 72＞障害児にやさしい人・家・企業マップ

まちを歩いて、障害児にやさしい人や家・企業を探してみたらどうか。

	障害児にやさしい人	どのようにやさしい？	この人をどう生かすか
1	〇〇商店	子どもに金銭の数を教える	子どもにやさしいまちづくりの委員になってもらう
2	××さん宅	障害児を自宅に招いて、おやつをご馳走してくれる	子ども会でも障害児を入れて、同じことをしてもらう
3	△△さん宅	子ども会の役員で、障害児も仲間に入れてくれる	子どもにやさしいまちづくり委員会で自分のやっていることを広げてもらう
4	□□さん宅	災害の時に隣人が避難	

### (1)子どもに福祉教育をしているご近所

子どもへの福祉教育と言えば、学校単位に老人ホームに慰問に行ったり、障害児と交流するといったことだろう。ところが、支え合いマップづくりをしてみると、家庭単位に、親が子に福祉教育をしているケースが見つかる。

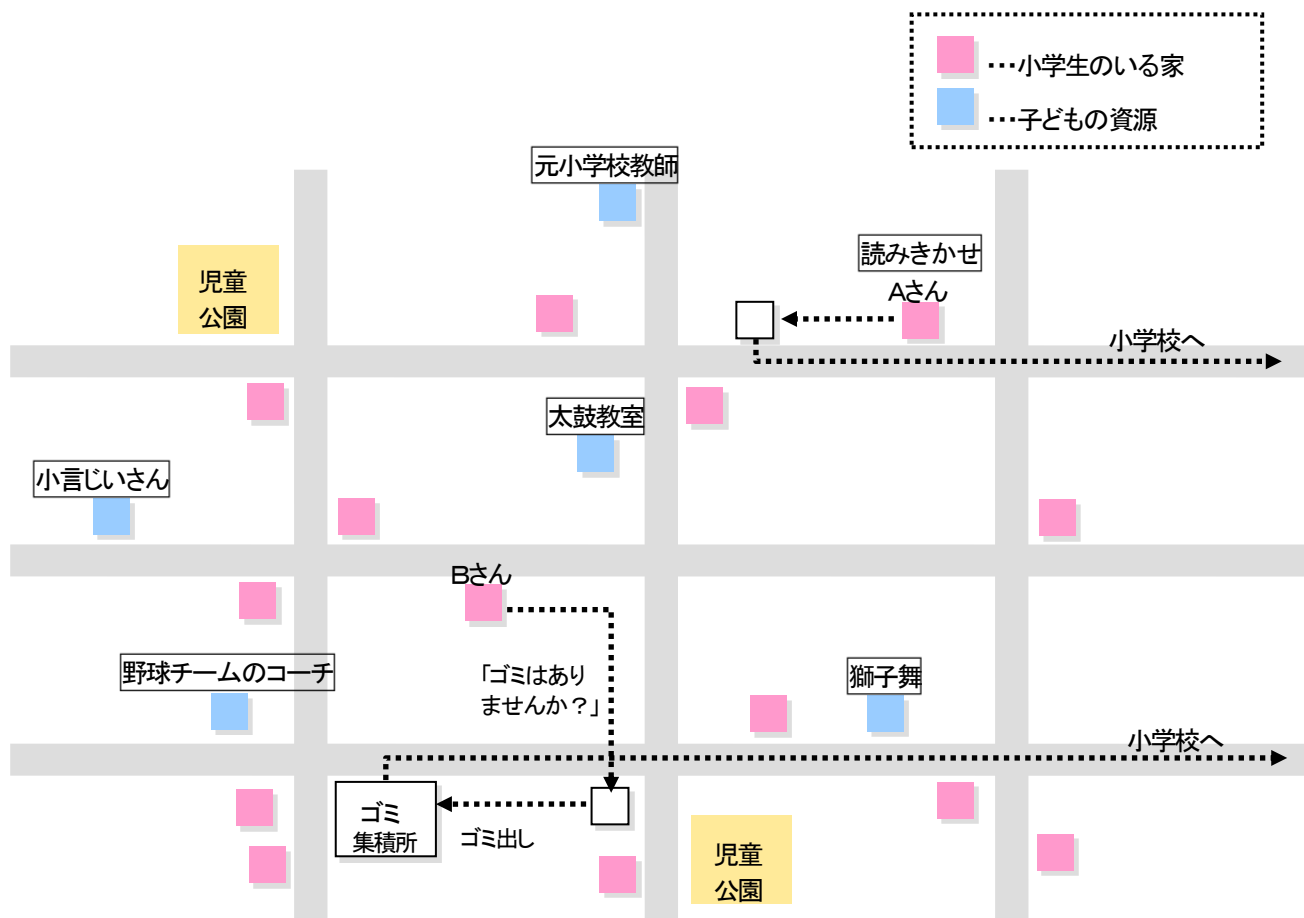
石川県のある市でマップづくりをしたら、2つのケースが見つかった。マップを見ていただきたい。Aさん宅では、お母さんが近所の子を集めて本の読み聞かせをしているが、それとは別に彼女はわが子に「福祉教育」もしていた。

### (2)登校時に隣家に「ゴミ出しの用はありませんか？」

自宅の三軒隣に、一人暮らしの高齢男性が住んでいて、毎朝、家の前にベンチを置いて通る人と声を交わしている。お母さんはわが子に、登校の際、「おじいちゃんにあいさつしておいで」と指示していた。高齢男性はこれを楽しみにしていた。

一方、B家では、これも登校時に、近くの一人暮らし高齢者宅に立ち寄って、「ゴミ出しの用はありませんか？」と声をかけるようわが子に指示していた。子どもはそのゴミをゴミステーションに捨ててから、みんなに合流していたのだ。A家もB家もこれを子どもの日課にさせていた。

このご近所には、さまざまな「児童健全育成」の資源がいた。子どもに太鼓を教えている人、野球チームのコーチ、獅子舞の指導者、「こごとじいさん」もいる。おまけに元小学校の教師がいて、この人がこの地区の福祉活動をリードしていた。



## <作業 No. 73>わが子に福祉教育をしている家

子どもにきちんと福祉教育をしている家があるのだ。この活動を生かそう。

	該当する家	活動の内容	評価
1	〇〇さん宅	1人暮らし高齢者宅に寄って 「ゴミ出しありませんか？」	



2	△△さん宅	下校途中に一人暮らし高齢者宅を訪問しお茶のみ	
3	××さん宅	下校途中一人暮らし高齢者宅に「水飲ませて」、ついでに見守り	
4	◇◇さん宅	ご近所の障害児と友達に	

## 6.車がない人はどうしている？

### (1)集落内のすべての一人暮らし高齢者に聞いてみた

高齢になって一人暮らしになると、車がないので買い物などが不便になる。富山県のある集落。買い物に不便をしている人（●印）がこんなにもいた。彼らの自己努力を調べると、息子が来た時についでに買ってきてもらうという人が多い。その他、特定の人に頼む人、近くの人に片っ端からお願いする人、一つしかない店に、売っていないものも取り寄せてもらう人、移動販売を使う人など。

### (2)ご近所内で「遣り繰り」するのが助け合い

これだけの解決策が出てきたのだから、これらをうまく生かせばいい。そうやってご近所内で遣り繰りすることで助け合いは強まっていく。「遣り繰りする」のが助け合いなのだ。



## <作業 No. 74> 高齢者の知恵をどう生かすか？

ご近所の調査を基に、高齢者の個々の努力をうまく生かす方法を考えてみよう。

	車がない人の対策	これを生かした一般化の方法
1	子どもが来る時に買ってきてもらう（5人）	調整役がいて、何日と何日には誰が親元に来ると言った情報を入手して、ついでに買ってきてもらいたい人とつなぐ。

2	電車を利用して買い物に（2人）	ついでに買ってきてあげる人がいるか。
3	隣人が買い物をしてあげる（3人）	こういうことをしてもいいという人に立候補してもらい、有効に活用する。
4	注文すると取り寄せてくれる店（1店）	この店のこのやり方をもっと広く実践できないか。
5	その時々で周りの人たちに頼む（1人）	頼み上手さんのコツを聞く。
6	移動販売を利用（3人）	これももっと広く活用できないか。

## ＜作業 No. 75＞車がない人 1 人ひとりの作戦

いろいろな方法が集まったところで、では1人ひとりどの手法を使うか考えよう。

	車のない人	1	2	3	4	5	6
1	〇〇さん （一人暮らし）						
2							
3							
4							

### (3)地区社会福祉協議会のスタッフがコーディネート役に

じつは、これらの事例は1人の人から聞いた。この地区（500世帯）の地区社会福祉協議会の役員の女性で、彼女がすべて知っていたのだ。

そうすると、彼女がコーディネーターになって、新しいニーズが出できたら、その日によって、誰かの息子が来るかもしれないし、移動販売が来るかもしれない。そういう情報を提示しながら、問題解決を図っていく、という方法も考えられる。

## 7.「ゴミ出し」の協力者さがし

### (1)ゴミ出しぐらいはご近所さんの協力でやるべき？

行政サービスの1つとして、一人暮らし高齢者のためのゴミ出しサービスが広がっている。一方で、ゴミ出しぐらいはご近所さんの協力でやるべきではないかという意見もある。

というのは、ゴミ出しをやってあげながら、高齢者の安否や健康状態を知ることができるし、その人が抱えている福祉ニーズを知ることもある。こうなると、ゴミ出しを行政がやってしまえば、地域活動のための大事な情報源が消えてしまう。

それに、ゴミ出し協力をする中でふれあいができるのだし、助け合いも始まる。

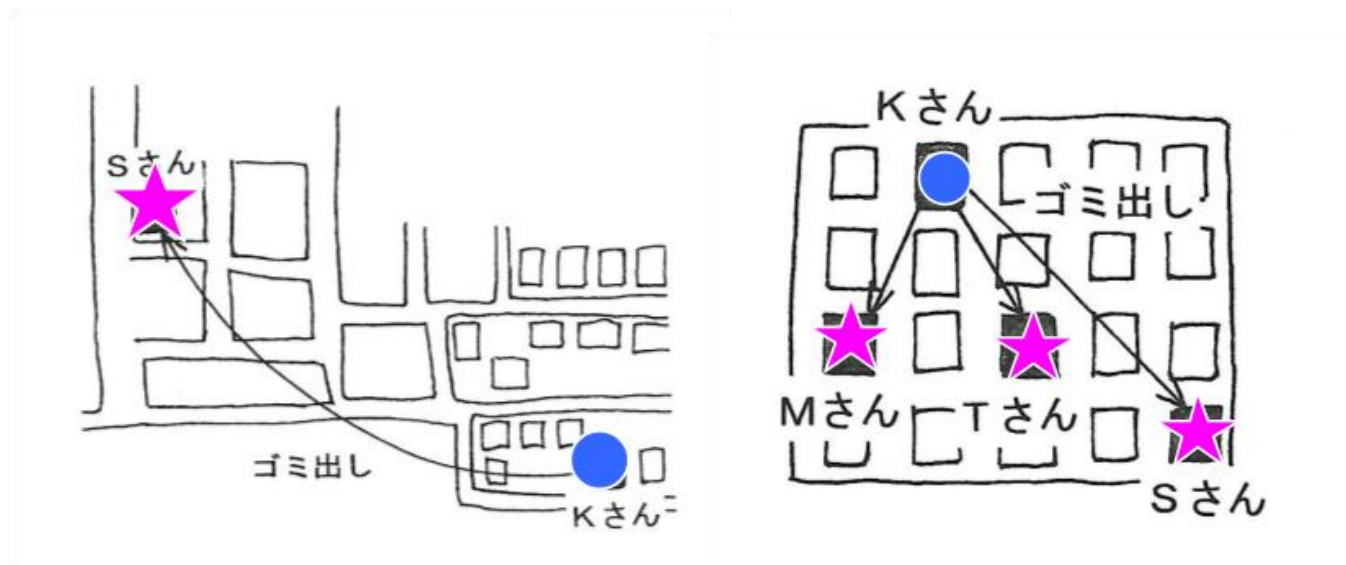
### (2)ヘルパーが預かって来ていたのをご近所さんをお願い

長野県のある市では、これまではヘルパーが要援護者宅のゴミを預かって来ていたが、それはおかしいということになって、ご近所さんに協力してもらうことになった。というわけで、改めてマップを作って、誰に協力してもらったらいいのかを考えることになった。

### (3)支え合いマップを使って世話焼きさんなどを発掘

次のマップは、青色が資源、ピンクが要援護者。左の場合、たまたまここに世話焼きさんがいたので、その人をお願いすることになった。右の場合、上の階に住んでいるKさんが、階段を下りな

がら、3人のゴミを預かることになった。



特定の地区に絞って、ゴミ出しのニーズに協力してくれる人を、支え合いマップで探してみたらどうか。

## ＜作業 No. 76＞マップでゴミ出しの協力者さがし

自分の地区で、一人暮らし高齢者の1人ひとりについて、協力者を探してみよう。

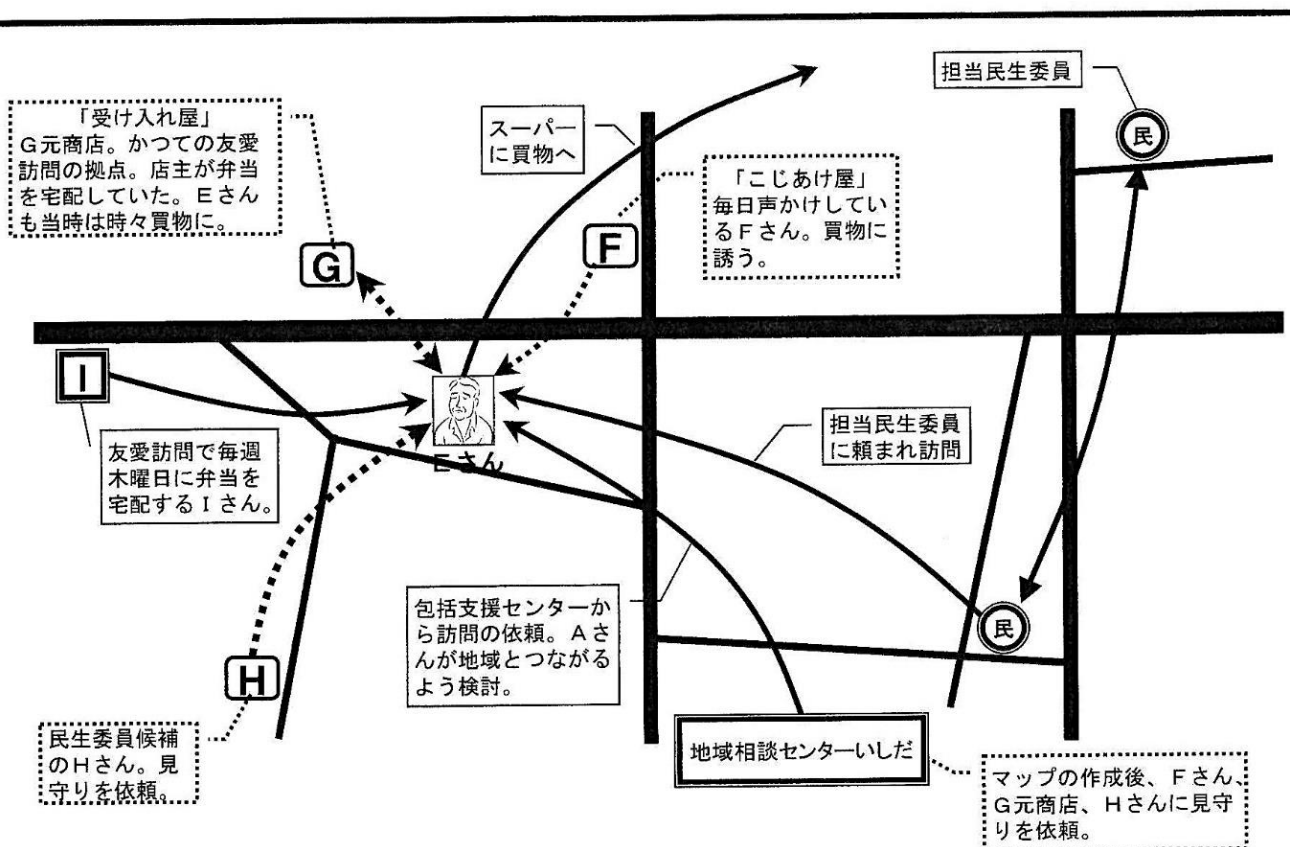
	ニーズがある人	担い手になる人の候補	対策
1	〇〇さん（一人暮らし・虚弱）	向こう三軒に大型世話焼きさんがいる。他のことすでに助けてくれている。	ゴミ出しにも協力してもらえるか働き掛けてみよう
2	△△さん（一人暮らし。認知症）	気にかけてくれている人の中から交代制でお願いしよう。	ただのゴミ出しだけでなく、見守りや生活支援と並行して活動する。
3			

# 8.ゴミ屋敷をどう解決する？

## (1)ケースごとに事情が全く異なる

ゴミ屋敷にどうやって入り込み、どのように当主を説得して解決するのか。難題だが、それよりも特徴的なのは、ケースごとに事情が全く異なるということである。だから、その人やその人の置かれた状況に応じて柔軟に対処する必要がある。

ここで紹介するマップは、沖縄県の福祉関係者のTさんが作成したものだ。一人暮らしの男性で、左官で生計を立てていたが、高齢のためできなくなり、生活保護を受けるようになった。



## ◇生きる気力を失っているのではないか

彼の場合は、関係者を家に受け入れることはするのだが、ゴミを何とかしようと言うと、反応しない。Tさんが気がついたのは、生きる気力を失っているということで、それがゴミ屋敷につながっていた。

ただ、何人かが訪れて説得しているうちに、気持ちが前向きになったのではないかとTさんは言

う。その点でマップ作りは役立ったと言うのだ。「マップ作りは本人をエンパワーする効果がある」と。

彼が思い出したことがある。本土から転入してきた高齢女性がマップ作りをしていてこう言ったという。「見ず知らずの私をこんなに心配してくれるのがうれしい」と。

結局Eさん（当主）の重い腰をあげさせたのは、彼が信頼を寄せているFさんだったらしい。Fさんは毎日のように彼を訪問していたし、彼の家を一緒に建てたのもFさんだった。



## (2)共通項がないか探ってみよう

一口にゴミ屋敷と言っても、そうなってしまった経緯を調べると、まさに千差万別で、それぞれの事情を勘案しながら対策を練る必要がある。それでも何か共通項がないかも検討の余地がある。

以下に、共通事を頭に入れながら、対策の選択肢を並べてみよう。足元で生じたケースは、このどれが該当するかを考えてみるといい。

### <作業 No. 77> ゴミ屋敷の対処法

対処するために考えなければならないことは何か、具体的には？

	対策のヒント	具体的には？	地元のケースの場合
1	生きる意欲を回復するには…	何らかの事情で生きる意欲を失っていないか。その事情とは？	
2	頼りにしている人はいないか？	必ずいるから探す	
3	こじあけ屋さんはいないか？	またはその人の背中を強く押せる人	

4	本人がやる気になる瞬間をつかむ	それはどんな瞬間か？	
5	皆で一斉に踏み込む	それができるタイミングを探す。当人宅で（本人含め）会議を開けないか。	
6	再びゴミ屋敷に戻らないよう目を配る	それはご近所の人しかできない	
7	やっぱりきれいなのがいいと実感させる	元のゴミ屋敷に戻させない	
8			
9			

## 9.ご近所に有償でお願いする法

### (1)庭木の剪定ができる人が見つかり「私も」「私も」と

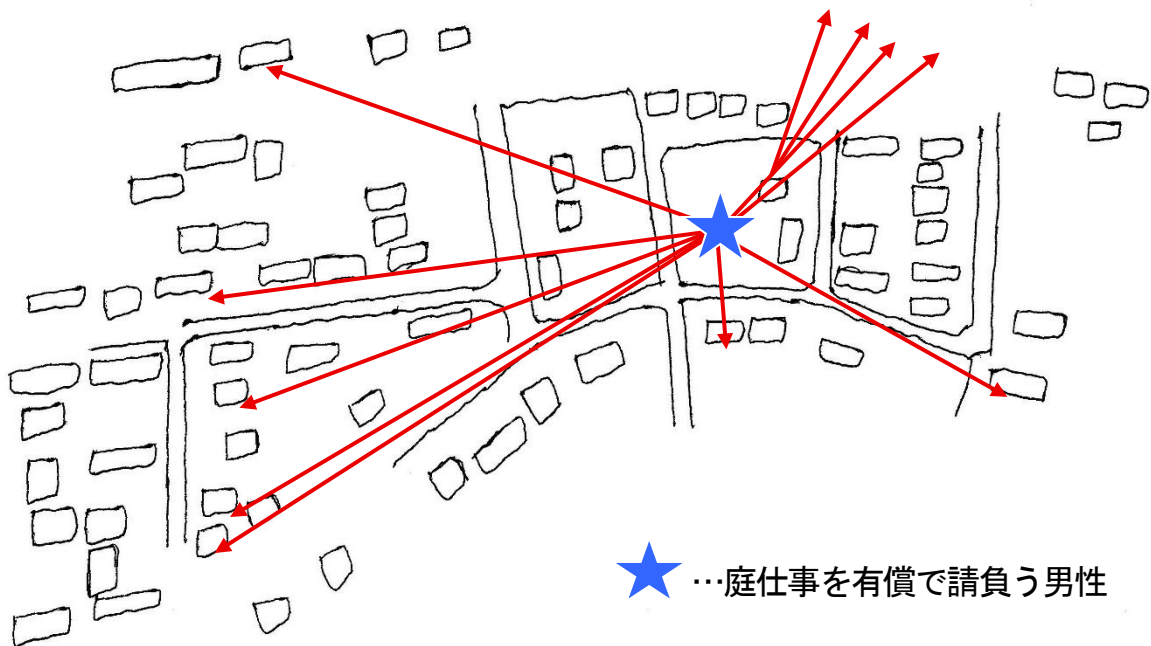
住民は自身が抱えた問題を解決しようとする場合、必要に応じて、他の住民と共同で資源を発掘したり、活用している。その場合に有償制も頻繁に使っている。住民の有償制はじつに柔軟なやり方をしている。

次のマップ。石川県のある集落。企業を退職した男性が、生きがいに庭木の剪定技術を習得した。すると近くの一人暮らしの高齢女性が「うちの庭をお願い」と頼みに来た。それを知った他の高齢者が「うちも…」と来て、とうとう11軒の庭木の剪定を請け負うことになった。



## (2)依頼主の資力や人間関係によって千差万別のお礼形態

お礼はどうしているのか。一定の料金設定はしていなかった。彼は価格を決める気はなく、無償でも構わないと言っている。したがって依頼主の判断や両者の人間関係によって千差万別のお礼形態となった。



## (3)個別に仲間入りさせていく方式

有償サービス制度をご近所で適用しようとする場合、このやり方を覚えておくといい。会員制にするとか、1回いくらにするといったやり方ではなく、AさんがBさんに有償で〇〇サービスをお願いしていると分かれば、そのやりとりに他の人も加われるかを打診しながら、1人ひとりを仲間入りさせていくなどとやるのだ。

## (4)いくつかのことをまとめて有償でお願いするケース

実際にはこういうケースが最も多い。例えば、基本的には無償でお願いするけれど、特に送迎だけは、月極めでいくらでお願いするというものだ。あるいは、これとこれとこれをやっていただいて、月にいくらといったお願いの仕方もある。

何が有償に馴染むかは当人の考え方によるが、お願いしている人は少なくないし、安定した関係

を保っているようである。

## ＜作業 No. 78＞要援護者の共通の困り事リスト

庭木の剪定のように、一人暮らし高齢者に共通の困り事があるものだ。

	要援護者の共通のニーズ	協力者のリスト	他の要援護者もお願いできるか
1	巨木の伐採（庭の木が大きくなりすぎた）	〇〇さん宅の木を× ×さんが伐採	有償でお願いすればやってくれそう
2			
3			

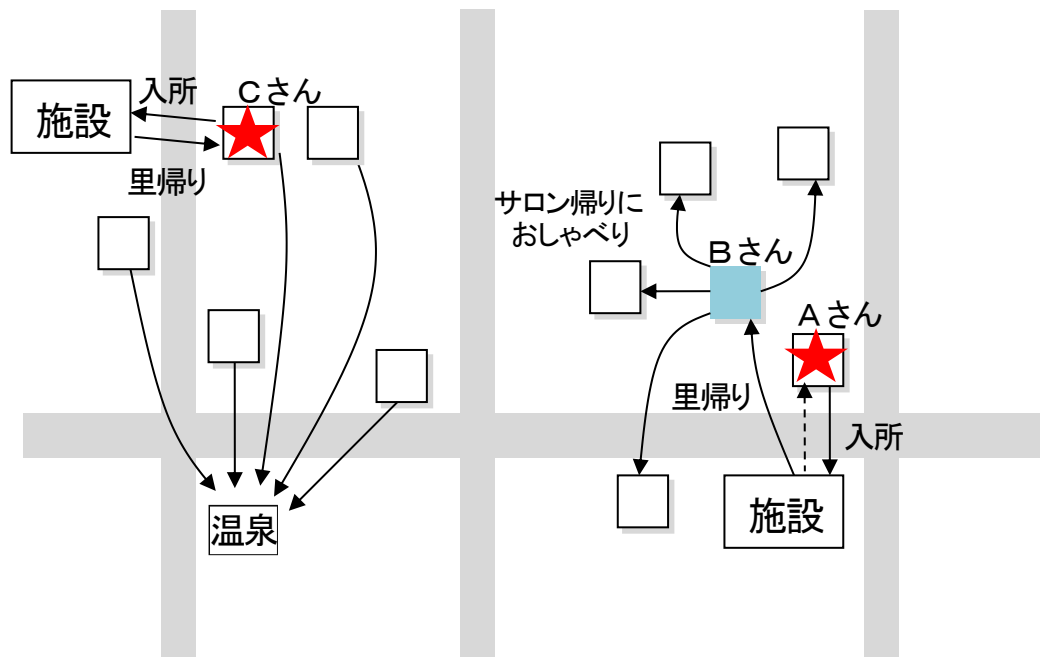
# 10. 地域で施設入所者の里帰りの受け皿づくり

## (1) 家族が受け入れられないなら友人が

富山県のある集落でマップづくりをしたら、施設入所者が見つかった。その人は里帰りをしたがっていないかと聞いたら、既に里帰りを実行していた。里帰りと言えば大抵は実家に帰るものだが、この人は友人宅に里帰りをしていた。人付き合いの盛んな人で、いつも数名の人と交流している。その1人が「うちにおいでよ」と誘ったということらしい。じつは里帰りが難しいのは、家族が受け入れられないという場合が多く、代わりに地域の人が受け入れてくれれば実現できるのだ。

## (2)一時帰宅した人を、みんなで温泉に連れ出し

このマップを作ってからしばらく後に、他の人も里帰りを実現したという情報が入った。老人ホームから一時帰宅した人を、みんなで温泉に連れ出したのだと。前例があったのをヒントにして敢行したようだ。



### <作業 No. 79> 里帰り希望者の願いを実現する法

このことを真剣に考えてあげている人はほとんどいないが、本来は地域で担うべきだ。

	氏名・入所年数	里帰りの希望・どこへ？	願いを実現する法
1	〇〇さん。入所3年	少しでもいいから自宅を見たい。	施設が移送して、少しでも自宅に立ち寄る。
2	□□さん	月に一度帰りたい	隣人たちでグループをつくり、彼らが受け皿になるという条件で。
3			

### (3)「里帰り応援団」を組織しよう

関係者で里帰りに理解のある人は少ない。施設側も家族も、消極的なことが多い。そこで、里帰りに理解のある住民の手で、里帰り応援団を組織したらどうか。彼らが施設と連携して、里帰りの希望のある人に対し、ご近所で協力してくれる人を掘り起こして、両者を繋げてあげるのだ。

#### <作業 No. 80> 里帰り応援団の陣容

	氏名	福祉との関係	適性
1	〇〇さん	元施設職員	施設に人脈がある
2	□□さん	親の里帰り実践者	体験があるから役に立つ
3			
4			

#### <作業 No. 81> 里帰り応援団の活動

	活動名	内容	方法
1	里帰り希望者の発掘	施設訪問。本人と直接面談も	訪問を定例化する。施設ごとに担当スタッフを決める。常時訪問
2	施設との懇談会	施設の理解を深めることと利益になることを強調	スタッフを各施設に配属
3	住民への啓発活動	なぜ里帰りをしたいのか—ビデオ制作	
4	家の受け入れ体制作りの研究	本人の部屋を確保。家族と相談して、協力体制を	

		つくる	
5	ご近所の協力者の発掘	本人の友だち、所属していたサロンなど	
6			

## (4)引き取られた息子宅からの里帰り

マップづくりで「空き家」を調べていた。住民に空き家になっている家を1つひとつ聞いていったら、「ここは、一応は空き家」と妙な言い方をする。どういうことなのか。

住人は一人暮らしの認知症の女性で、一人暮らしは無理ということになり、息子宅に引き取られた。だから「空き家」となったはずなのに、その認知症の女性が元の自宅の辺りを歩き回っているのを見つけたという。

### ◇息子に引き取られたが「元の家に帰りたい」

「どうしたの？」と尋ねたら「私の家はどこでしょう？」と言う。よく聞いてみたらこういうことだった。息子宅に引き取られたが、自分の家に帰りたいと泣くので、息子は仕方なく2週に1回、自宅に帰っていたというわけだった。

それならばと、息子とご近所の人たちが話し合って「里帰りの日」を決め、その日はご近所さんたちで対応するということにしたらどうかと提案した。

### ◇元の地区で居心地よく過ごせる方法を考えたら？

一人暮らしをしていたが、体も弱ってきた、息子も「俺んちに来いよ」とせつつく。それならばと息子宅に行ってみたが、どうも居心地が悪い。知り合いもいないから、どこに行ったらいいのかも分からない。そこで結局、元住んでいた地区へ行って、サロンに入れてもらったり、友達宅を訪れたりしている人がいる。こういう人が居心地よく過ごせる方法を、地区の方で考えたらどうか。

## <作業 No. 82>子どもに引き取られた人のその後

子どもに引き取られていたら一件落着、ではなく、その後どうしているか確認してみよう。

	子どもに引き取られた人	どうしているか	里帰りの意向は？	対策
1	〇〇さん	その後会っていないのでわからない	わからない	
2	△△さん	知り合いがいなくて寂しそう	以前参加していたサロンには参加の意向	サロンのリーダーが誘ってみたらどうか
3	××さん	認知症になっていたようだ	帰りたいと泣いていた	息子さんと一緒に以前住んでいた家を訪問
4				

# 11. 要介護だからこそ人に尽くしたい

## (1)助けてくれている人全員の悪口

次のマップをご覧ください。小規模多機能ホームが、1人の利用者の周辺マップを作ったものだ。一人暮らしで認知症の女性にこれだけたくさんの支え手がいた。

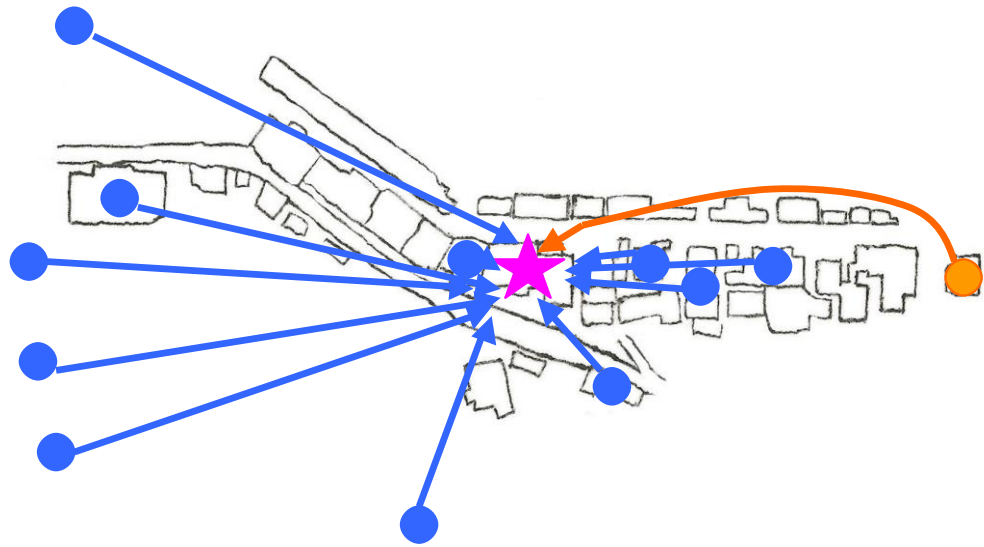
ところが、この女性（Aさん）は、助けてくれる11人の悪口を言っている。AさんにはBさんの悪口を、BさんにはCさんの悪口をと。腹は立つものの、相手が認知症なのだからと皆、大目に見ている。

### ◇悪口を言わない相手が1人いた！

興味深いことに、Aさんが絶対に悪口を言わない相手が1人見つかった（右端の●印）。この人は、他の人たちがAさんに持ってくるおすそわけの品物を持ち帰ったり、Aさんを買物に連れ出して代金をAさんに払わせているのだが、Aさんは「あの人はかわいそうな人なのよ」とこの人にかばっている。私が面倒を見ているのだという意識なのだ。

人には「心の貸借対照表」があって、貸し借りの均衡が偏らないようにしている。Aさんは11人もの人から一方的に助けをもらうことでプライドの危機になった。そこで少しでもバランスを取り戻すべく、右端の人を大事にしていたのだ。

いくら要介護だといっても、サービスを受ける一方では困る。そういう人には、担い手になれる機会をつくってあげなければならない。要介護度の高い人ほど、ボランティア・チャンスを提供すべきなのだ。



## (2)どんな生きがいを持ち、それで人の役に立てているか？

福祉がめざすものは何なのか。日本ではまだ、とにかく本人が生きていればいいという考え方が根強く残っている。マップ作りで一人暮らしの高齢者について聞いても、「あの人は大丈夫」でおしまいだ。どのような生活をしているのか、どんな生きがいを持っているのか、などと聞いていくと、なんでそんなことまで調べなければならないのか、という顔をされる。

ただ生きていればいいというのなら、福祉の必要性はほとんどなくなり、マップ作りも必要なくなる。しかし厚労省は、どんなに要介護でも、地域でその人らしく生きることができるようにしなさいと言っている。だからマップ作りでも、要援護の人がただ生きていればいいというのではなく、その人なりに生きがいを持ったり、それで人の役に立てたりしているかまでを見る必要があるのだ。



### (3)「認知症の彼女に裁縫を頼んだ」

A家★は91歳の母親と、60代の三女の2人暮らし。娘は精神障害。しかし支援も交流も拒否。それでも頼っている相手がいるのではないかと聞いたら、1人見つかった。しかしその人は今は認知症になり、これでA家と地域との関係は切れてしまった。それでも誰かと接点はあるのではないかと聞くと、散歩はしているという。

ではこのご近所で散歩をする人は誰かと聞くと、なんと9人もいた。この人たちが彼女とどこかで接触するのではないかと、ならばその時をふれ合いのチャンスと見たらどうかと言った。

#### ◇間違ったゴミ出しを容認

A家は、ゴミ出しはできるが、曜日が守れないのだという。どうすればいいのか。

しかしよく聞いてみると、ゴミステーションの前にあるD家の主人が、間違った日にA家のゴミが出ていると、そのゴミを預かり、正しい日に置き直してあげているということがわかった。すばらしい！

#### ◇カラオケの会を作ろう

A家と以前に交流のあったB家は一人暮らしの女性で、今は認知症。「何か楽しみはないのか？」と聞くと、彼女は以前、バスガイドをしていて、歌が上手だということがわかった。ならば、カラオケをやったらいい。「この地区でカラオケをする人は？」と聞いたら、今は1人もやっていないという。



では、これからカラオケのサークルを立ち上げたら、誰と誰が参加するかと聞いたら、4人が手を挙げた。カラオケセットは公民館にあるという。

### ◇「彼女は以前、洋裁をしていた」。ならば…

認知症の一人暮らし女性がもう1人いた。C家。やはり引きこもり気味。同じようにして「この人、何かやっていない？」と尋ねたら、「昔は畑をしていた」「洋裁もしていた」「料理が上手」。「それなら彼女に何か洋裁を頼んでみたら？」と提案したら、1人が、私は頼んだことがあると言っていた。

要介護になってもその人らしく生きられるようにするということは、ただ洋裁ができるだけでなく、それを生かして人のために何かできることも大事で、元民生委員の女性はそれを実践していたのだ。

## <作業 No. 83> 要介護でも人の役に立てる機会を

要援護の人が、どんな生きがいを持ち、それを役立てる機会があるかを調べてみよう。

	要援護者	お楽しみ	どのように人の役に立てているのか
1	〇〇さん（認知症）	元踊りの先生	踊りの教室を開いて講師役を頼んだ。 引きこもり気味だったが、これで自信がついて、踊りのイベントに参加するようになった
2	□□さん（認知症）	元生け花の先生	町の福祉会が生け花教室を主催。講師として参加。
3			
4			

# 12. シャッター通りの再生策

## ◇ボランティアで店番を手伝う人も

まずマップで出てきた事柄を簡単に解説しておこう。148 ページのマップを見ていただきたい。この中のA地区が商店街。その周辺（上下）の部分が住宅地だ。集まっていたいたのは主に商店街の方たち。

そこで出てきたのは、やはり暗い話ばかりだった。既に店じまいしたのがどこの店とどこの店、これから店じまいするのはこの店、子どもが後を継いでくれない店がここ、など。興味深いのは、商店街そのものも超高齢化してしまって、90歳の女性が1人で店番をしているケースが複数あったのだが、そこでボランティアで店番を手伝う人も見つけたことだ。介助人付き店舗運営である。

## ◇高齢化した住宅を対象に福祉銭湯

それだけではない。住宅地も同じく高齢化してしまって、商店街の銭湯がそれに対応して福祉銭湯を実践していた。他にも、この地区には一人暮らしの男性が多い。それに対応するために、商店街の中の食堂が何らかの役割を果たせるのではないか。つまり悩み事の多い商店街でも、福祉から見たら大変な資源でもあるのだ。商店街の活性化を図ろうと、3つの店の店長が集まりを始めた。

## (1)店と住民と福祉関係者で共生策を

これらの事実を踏まえて出てきた発想は、商店街とそれに密着した住民と、福祉関係者の3者が協議して、共生の方策を考えていったらどうかということだった。住民の求める商品は何なのかを出し合い、そのニーズにどう応じたらいいのか、それに住民も協力できないか。そして商店街と住民の双方に進行する高齢化にどう対応するか、それぞれが持ちつ持たれつの関係になれないこともないのだ。そこで以下のような3者による共生の具体策が出てきた。

## (2)商店同士で助け合い

廃業した店、廃業の危機に瀕している店、跡取りのいない店、主が高齢化した店など、問題は山積みなのに、商店同士が助け合うことはほとんどしない。ここから変えていかねばならない。商店街全体で活性化のチームを作り、各店の生き残り策を考える。

①業種ごとの新商品の開発。②業態の転換。「福祉事業」の導入。③跡取りの発掘。④協力人材の派遣。⑤共同事業。若者向けアンテナショップを空き店舗で一各店から出品・定期市

### (3)福祉社会への対応

企業は福祉面でも資源の宝庫だ。銭湯で「高齢者の入浴」が行われている。「コミュニティセンター」として、デイサービスの場にもなっている。業種別に「福祉社会」へ対応していけば、それが生き残り策になるし、地元の福祉ニーズに応えることにもなるのだ。

#### ＜業種ごとの「福祉対応」＞福祉サービス（商品）の案

銭湯（デイサービス・ふれあいサロンの会場・在宅高齢者の入浴サービス）

洋品店・呉服店（寝たきりファッション・要介護者が着やすい服や下着、オムツ）

写真（素敵な遺影の撮影）

食堂（会食会の会場・一人暮らし高齢者に食事サービス・医療食の提供）

八百屋（一人暮らし高齢者向けに1人分の野菜・無農薬野菜の販売）

魚屋（焼き魚など調理済みの魚も販売）

商店街共同で（施設へ出向いて「出張商店街」。注文も受け付け）。

### (4)住民と商店街の共生

住民は地元の店をあまり利用しない。これでは高齢でよそへ買いに行く住民も不便だし、店は立ち行かない。「地元で購入」の流れをつくるためにも、相互利益を求めて対話をする必要がある。

#### ①商店街にない品物を定期販売

廃業した業種や元々ない業種の品で、住民から要望の出た物を、「市」が立つ日などに限定して商店街で共同販売。

#### ②住民と商店街の定期対話

住民から「こういう品物が欲しい」「こういうサービスはないか？」と。世代別の対話も。

#### ③住民と商店街で商品の共同開発

住民の欲しい商品を共同で開発。

#### ④商店街で合同のご用聞き、宅配

商店街で全業種を一括して注文を聞くご用聞きが各戸を訪問。注文があれば該当する店へ振分け。

ないものは種別にと寄せ。宅配も合同で。

## (5)商店の高齢化対策

店主自身が高齢化しており、しかも一人暮らし化している。店の運営そのものを支援する必要がある。介助人付き商店運営である。超高齢の一人暮らし女性が銭湯を運営しているが、それを（有償？）ボランティアが手伝っているという事例があった。

- ①店の運営手伝いにボランティアを派遣。有償ボランティアも。
- ②商店街助け合いの一環で人材派遣。
- ③仕入れ、品ぞろえ、ご用聞き、宅配などを部分的に支援。
- ④行政の商店運営サービスの一環で、スタッフ派遣。商店街へスタッフ派遣。
- ⑤福祉機関が生きがい対策、介護予防の一環で、スタッフ派遣も。

## (6)福祉機関と商店、住民—三者の協働を

福祉機関は、住民や商店の協力を得て効率的にこの地区の福祉を推進していかなければならない。また商店は活性化の課題がある。住民も住みやすい地区にするために、福祉機関、商店の双方に協力を仰がなければならない。そこで三者がそれぞれの立場からニーズを出し合って、合同で対応策を考える研究会を開いたらどうか。

### ①福祉商品の開発

どんな福祉商品のニーズが？商店街にできることは？

### ②地元の福祉ニーズへの対応

- ・一人暮らし男性の食事ニーズに食堂がどう対応できるか。
- ・要介護者の入浴ニーズに銭湯はどう対応できるか。
- ・ミニデイを住民主体で実施するために地元商店街ができることは？

### ③地元商店の活用策

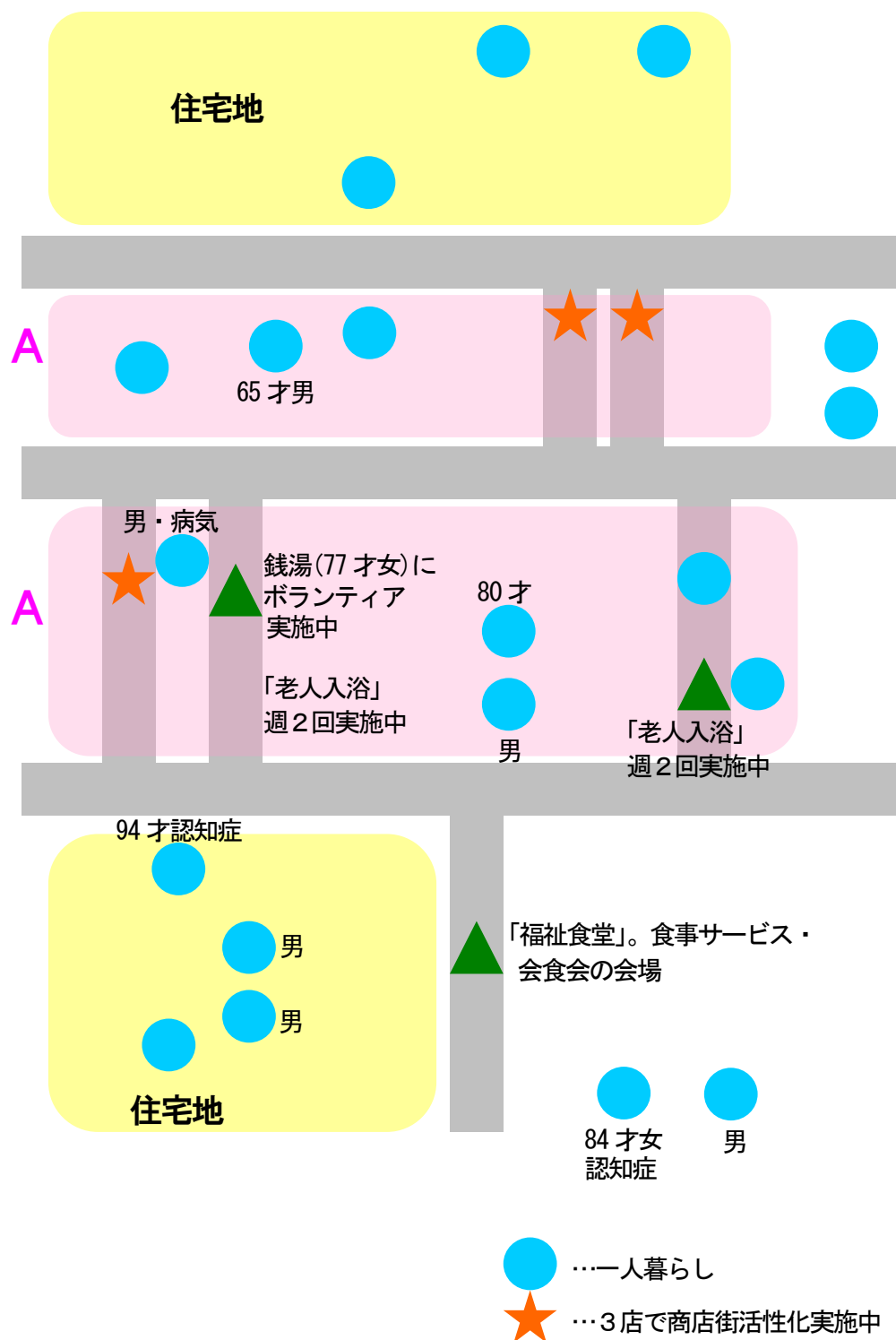
住民はどうしたら地元の商店を利用するか？

### ④商店街の活性化策

商店街と住民でどんな協働事業ができるか？福祉をどう加味するか？

### ⑤商店の高齢化対策

福祉の側に何ができるか？



## <作業 No. 84>シャッター通りの再生策

いま紹介した事例を参考に、足元のシャッター通りの再生策を考えよう。

	活動名	内容	方法
1	再生に関心のある店で再生策検討会第一回	まずは各店の実情を出し合うことから	
2	検討会②	各店の再生プランのレポート	
3	福祉機関と懇談会	福祉の側が店に求めることは？	
4	先進地へ講師派遣依頼		
5			

# <第5章>

## プロと住民の協働

- <作業 No. 85> 集落老人ホームの構想
- <作業 No. 86> 「〇〇通り・老人ホーム」の構想
- <作業 No. 87> 「法人協議会」ができること
- <作業 No. 88> 施設の近くから入所した人は何をしている？
- <作業 No. 89> 1丁目で取り組むべきこと
- <作業 No. 90> デイ利用の多い地区の自立作戦
- <作業 No. 91> サービスの枠外のニーズに取り組む
- <作業 No. 92> ご近所ヘルパーだからできること
- <作業 No. 93> ご近所ケアマネだからできること
- <作業 No. 94> プロと住民－協働の分担法

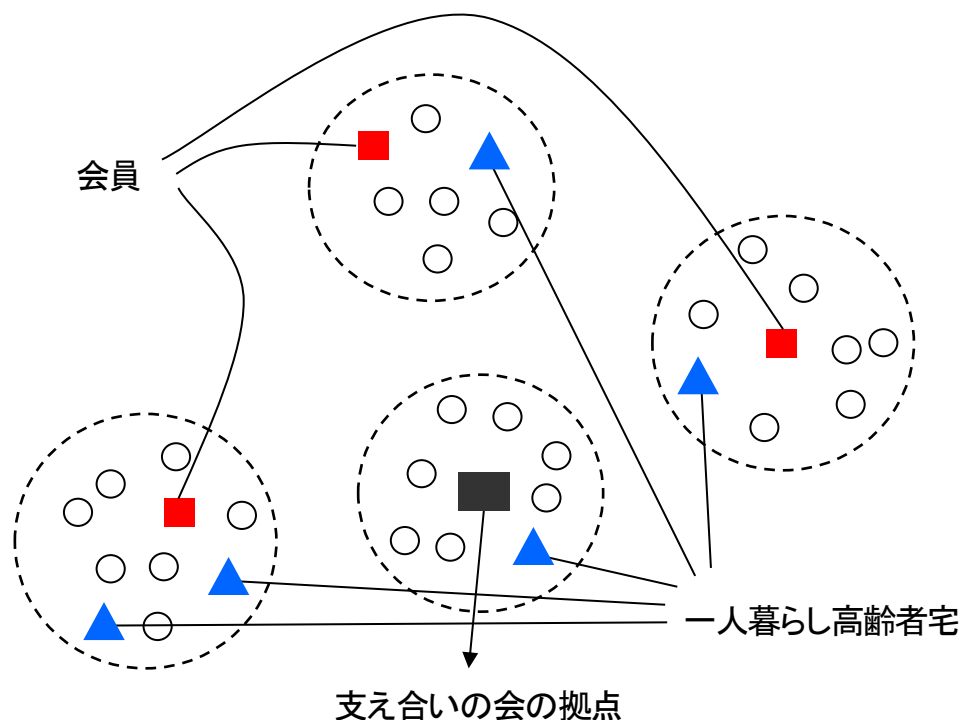
# 1. 「集落老人ホーム」

次のマップは、石川県のある限界集落。高齢者ばかりの集落でどのように助け合って生きているのか。興味深い事実が浮かび上がってきた。

## (1) ボランティアメンバーが各小集落内で要援護者の支援

活動の主体は「支え合いの会」というボランティア・グループ。会のメンバーが中心になって集会所でふれあいサロンを開いている。そこに一人暮らし高齢者（▲）たちが集まってくる。自分で来れない人はボランティアメンバーが各小集落から連れて来る。

メンバーによる関わりはこれだけではなかった。一人暮らし高齢者は普段は集落の各所にある自宅で暮らしている。その周辺にグループのスタッフ（■）も生活している。彼らがそれぞれの小集落内で関わっているのだ。



要するにこれは、施設がよくやっているユニットケアではないか。最近の老人ホームは、入所者を一定数ごとにまとめて、少人数で共同生活するという方法を取っている。それと同じ方法を集落という開放された場でやっていたのだ。



## (2)管理棟で夜寝られるようにして、夜間は引き取る

要するにこれは「集落老人ホーム」と考えてもいい。施設と地域が一体となっている。集会室が施設で言えば管理棟というわけだ。この集落には一人暮らし高齢者だけでなく、要介護の高齢者もいる。しかし施設には行きたくないと言っている。

そこで出てきた案は、管理棟で夜寝られるようにして、夜間だけはここで引き取るというものだ。つまり夜だけは家族の負担がなくなる。昼間は各ユニットで生活する。

### ＜作業 No. 85＞集落老人ホームの構想

具体的に「集落老人ホーム」で何をするのかを構想してみよう。

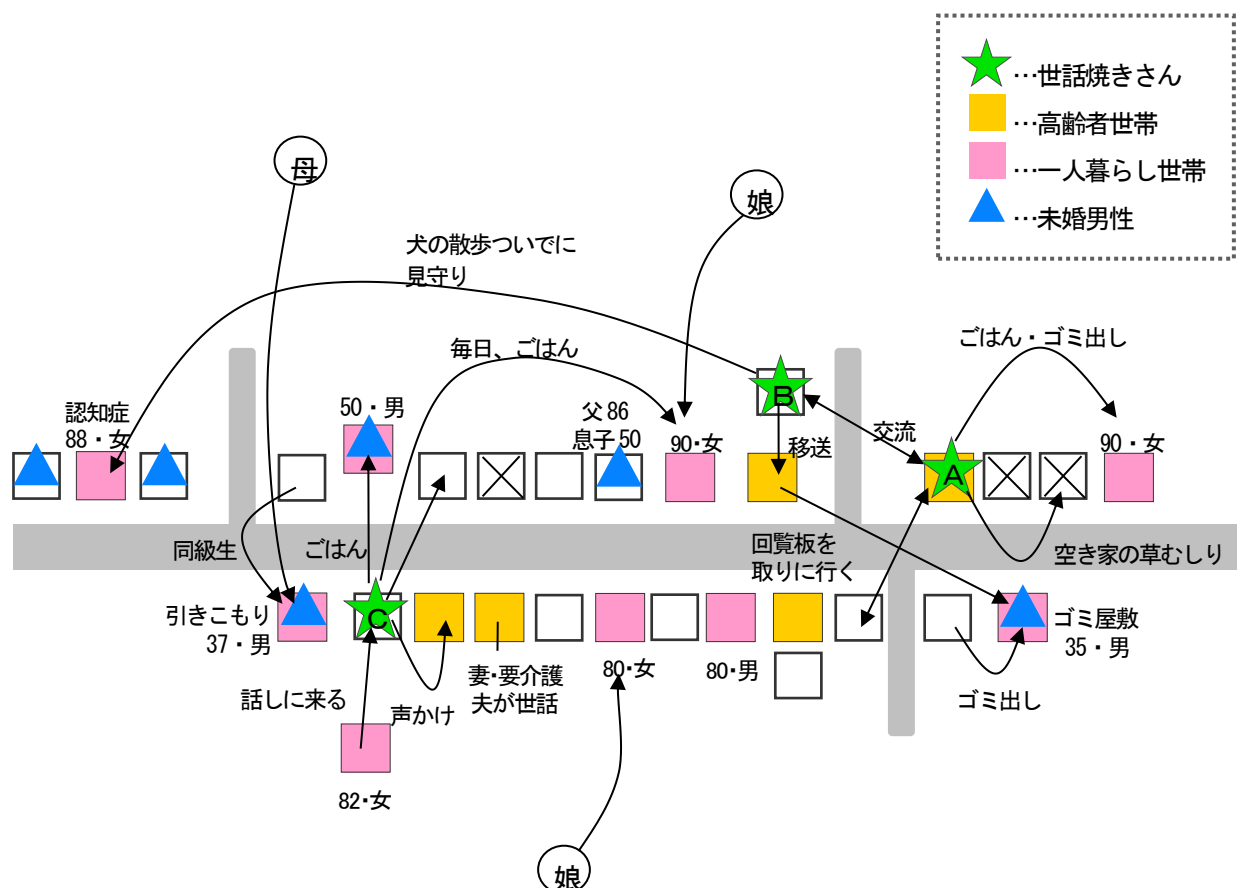
	ユニット毎の活動	内容	方法
1	ユニットの要援護者を管理棟のサロンに誘導	サロンに参加	
2	日常の見守り	生活の中で	
3	要援護者を家族と一緒に支える	介護の支援まで	
4	夜は管理棟に誘導（必要に応じ）	重度の場合の措置	
5			

## (3)「〇〇通り」を1つの「ご近所老人ホーム」とみなす

次のマップを見ていただきたい。よく見ると、かなり助け合いをしているのが分かる。ゴミ出し、話しに来る、毎日ご飯、回覧板を取りに行くなど。ところが、この中の1人の世話焼きさんがこんなことを言っていた。「スーパーに行ったとき、食べもしない食べ物をどんどんカゴに入れているの

で、よっぽど声をかけようかと思ったけど、他人の私がそんなことまでするのはお節介じゃないか  
 と思ってやめた」。

そんな遠慮をさせる今の状態を思い切って変えてみるのもいい。例えば、この通りを「ご近所ホーム」としてしまふ。住人は運命共同体だと自覚させるのだ。そうすれば遠慮は必要なくなる。助け合いも何もしていないのではなく、一応どころか、それ以上の助け合いをすでにしているのだから、これを利用して、遠慮せずに関われる環境をつくってあげればいいのだ。



## ＜作業 No. 86＞「〇〇通り・老人ホーム」の構想

この「〇〇通り」を1つの老人ホームと見立ててできることは何か。

	住人がやるべきこと	方法
1	この通りの家全体を、1つの老人ホームと見る。各家が居室。自分たちは運命共同体と考える。	

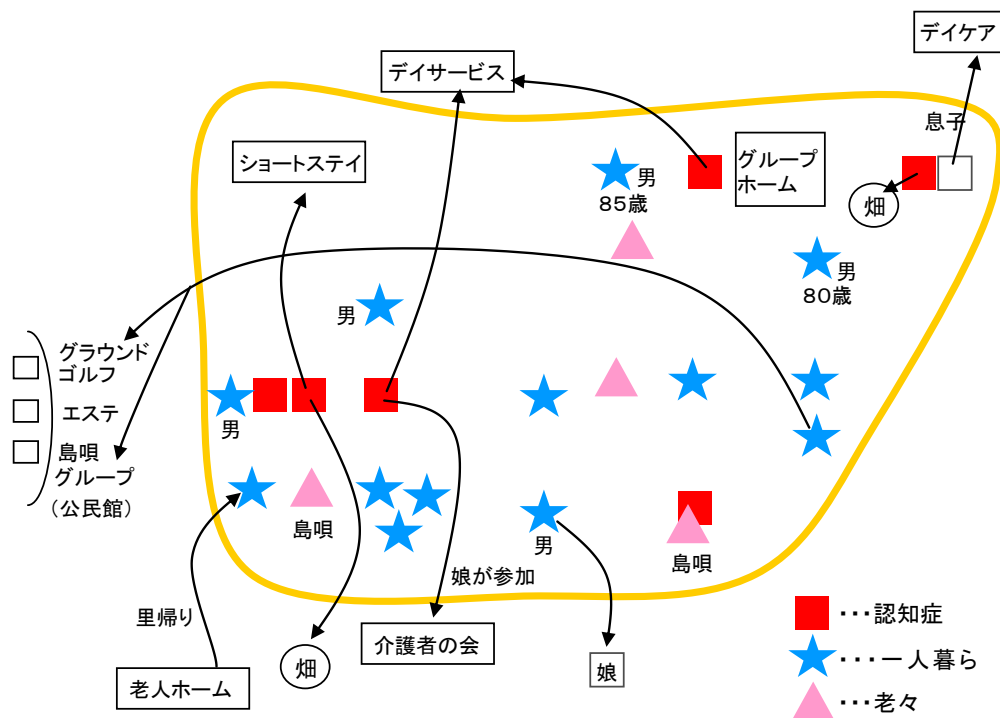
2	お互いに身内なのだから遠慮なく関わっていい。	
3	ゴミ屋敷、引きこもり、認知症、要介護などの人に皆で関わる。	今行われていることはそのまま継続する。
4	問題が起きたら「家族会議」を開いて協議。	

## 2.地域の福祉施設は何をすべきなのか？

次のマップは奄美大島のある集落。最近のご近所毎にマップを作ると、そこにいくつかの施設があることがわかる。下のマップでもご近所内にグループホームがある。しかもこのご近所では一人暮らし等の認知症の人が6人もいて、みんな心配な状況である。こういう事実を客観的に見て、施設は何をすべきだろうか。所在する地域への関わりとして、ご近所内の6人の認知症の人のケアの応援をしてもいいのではないかな。

### (1)ご近所に関わっている施設群が連携して自立支援を

加えてご近所がらみで、デイサービスやデイケア、ショートステイ、特養ホームもある。これらの施設群が連携して、利用者の自立支援に取り組んでもいいのではないかな。福祉関連の施設や事業所が、やるべきことをやっていない。それが福祉の地域づくりの大きな障害になっていると言えるのではないかな。



## ＜作業 No. 87＞「法人協議会」ができること

地域にある複数の福祉法人を協議会とみて、足元の地域に何をすべきか考えよう。

	やるべきこと	方法
1	在宅者1人ひとりの安否確認・健康状態把握	
2	必要に応じて一日または数日施設に預かり。又は夜間のみ預かり。	
3	在宅者の介護予防、健康推進、リハビリ	
4	施設の生きがい活動に参加も	

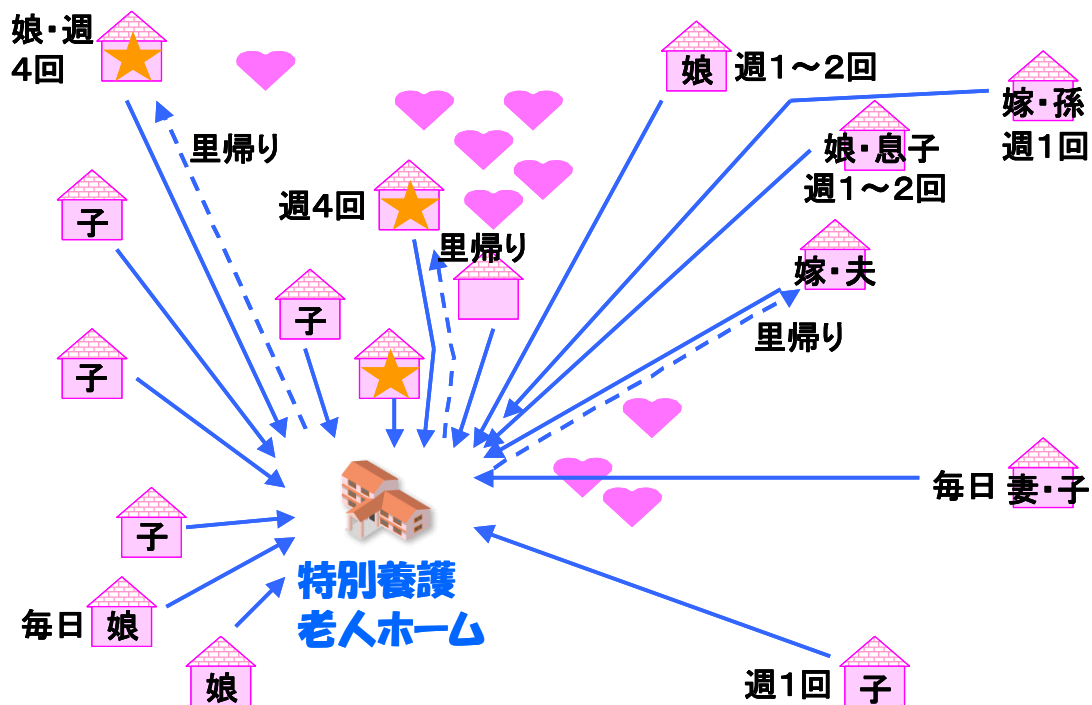
## (2) ご近所密着老人ホーム

普通老人ホームは「地域密着」と決められていて、入所希望者は自宅の所属する市町村内の施設に入所することになっている。もし、この「地域密着」が「ご近所密着」になったらどうなるのか。

「ご近所密着」とは極端としても、老人ホームからごく近い所から入所した人はどうしているのか。

神奈川県内のある老人ホームで、施設からごく近い家から入所した人に限って、家族との関係がどうなっているのかを調べてみた。

ご覧の通りで、家族が毎週のように施設を訪れている。毎日という家族もある。里帰りをする人もいる。要するに本人は、自宅の離れに住んでいるという気分ではないか。これなら入所してもいいという人が出てくるかもしれない。



### <作業 No. 88> 施設の近くから入所した人はどういる？

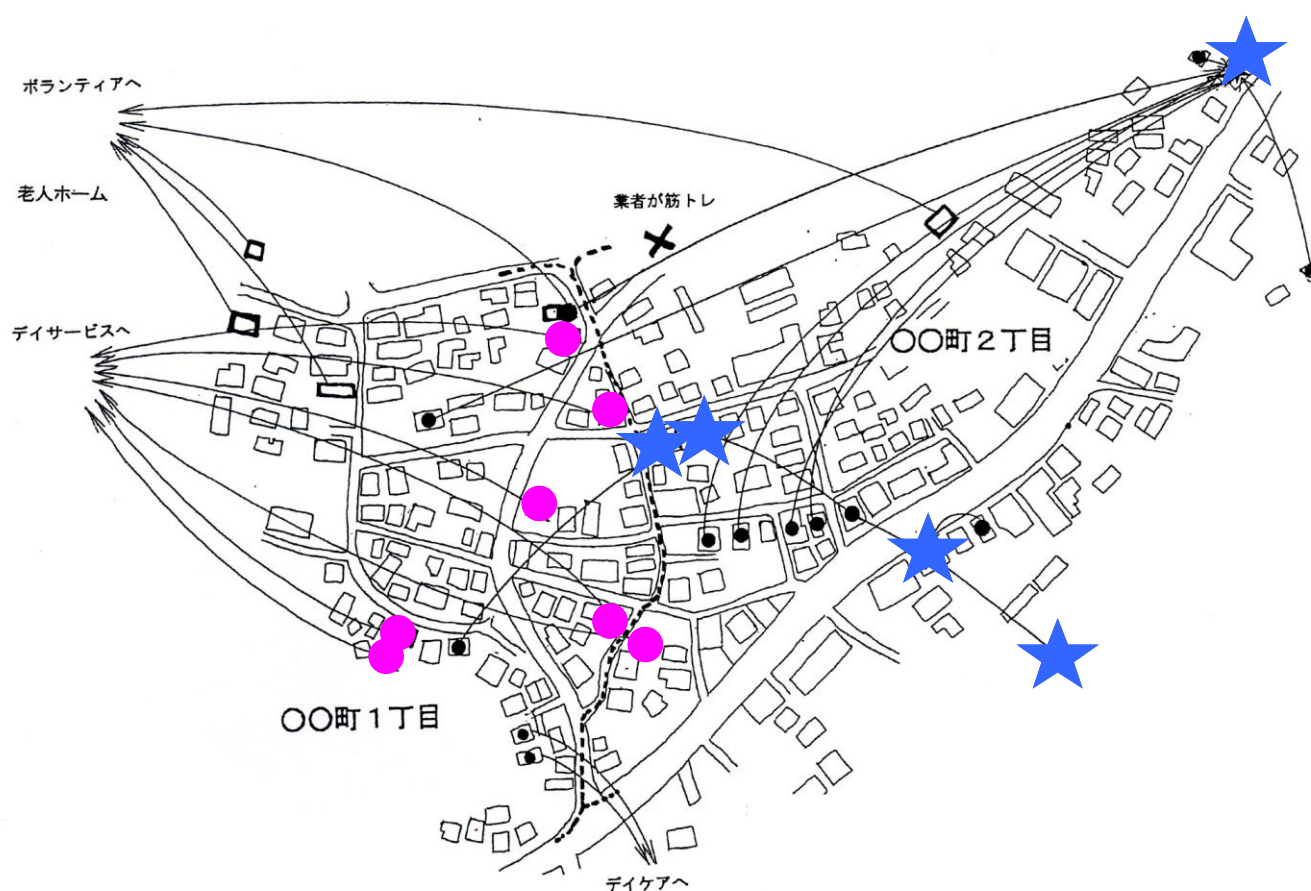
施設の近くから入所した人は、この利点をどう生かしているのか。

	入所者	施設と家族の距離	今していること・これからできること
1	〇〇さん	同じ町内	ときどき里帰りしている。町内の趣味グループなどにも参加したらどうか。

2	××さん	同じご近所	まだ入所したばかり。早いうちに里帰りしておく。家族が食事介助に行く。
3	△△さん	同じ校区	重度なので何もしていない。本人が所属していたグループが定期訪問を。
4			

### (3)ふれあいのない地区はデイ利用者が多い？

次のマップ。沖縄県のある集落である。左が1丁目で右が2丁目。道路を挟んだだけのことだから、両者の間に何か決定的な違いがあるわけではない。なのにデイサービスを利用しているのはほとんど1丁目の人だけである。なぜなのか。



## ◇2丁目はユンタク（井戸端会議）を開いていた

では2丁目の人はデイサービスへ行かないでどうしているのか。じつは沖縄には「ユンタク」という文化がある。井戸端会議のことである。気候が温暖だから、戸外のどこでも開かれている。店があればその前でも開かれる。2丁目の人はユンタクを開いていた。例えば右端のラーメン店では、8人が集まっている。その他にもユンタク会場が4カ所見つかった。そういう活動ができる人材は1丁目にもいるが、その人たちは施設へボランティアに行っていた。

これらの事実を踏まえて、今後1丁目でどんなことをしたらいいのかが見えてくるのではないかな。基本は、デイサービスに頼らない、自立した地域づくりである。

## <作業 No. 89> 1丁目で取り組むべきこと

マップ左側の1丁目は何をすべきなのか。デイ利用が多すぎるのが問題だ

	自立のためにやるべきこと	方法
1	「ゆんたく」をしていた所を探し、再開	元の参加者を探す。老人ホームボランティアで元「ゆんたく」主催者を探す
2	デイサービスを利用している人が、利用しない時にやっていることを調べる	デイ利用しない日の活動を発展させられないか？
3	老人ホーム入所者を里帰りさせる	「ゆんたく」にも参加できるようにする
4	デイを利用している人も「ゆんたく」に参加できるようにする	

## (4)デイ利用者の多い地区の自立推進作戦

マップ作りをしていると、デイ利用者が多いと思われる地区がたくさんある。平均すると、50世帯の地区で4～5人程度だが、15人もいる地区もある。30名も見つかった地区が、全国に数カ所ある。利用者が多くなった理由は、大体同じで、地元の介護事業所が強力に利用推進を図ったというものだ。デイの理事長が各戸を訪問して説得したという事例もある。

元々デイというのは、自立推進のための事業ではなかったか。そこで、あるデイでは「卒業式」

をしていた。そこで、デイを卒業するためにどんな働きかけができるのかを考えてみたらどうか。

## ＜作業 No. 90＞デイ利用の多い地区の自立作戦

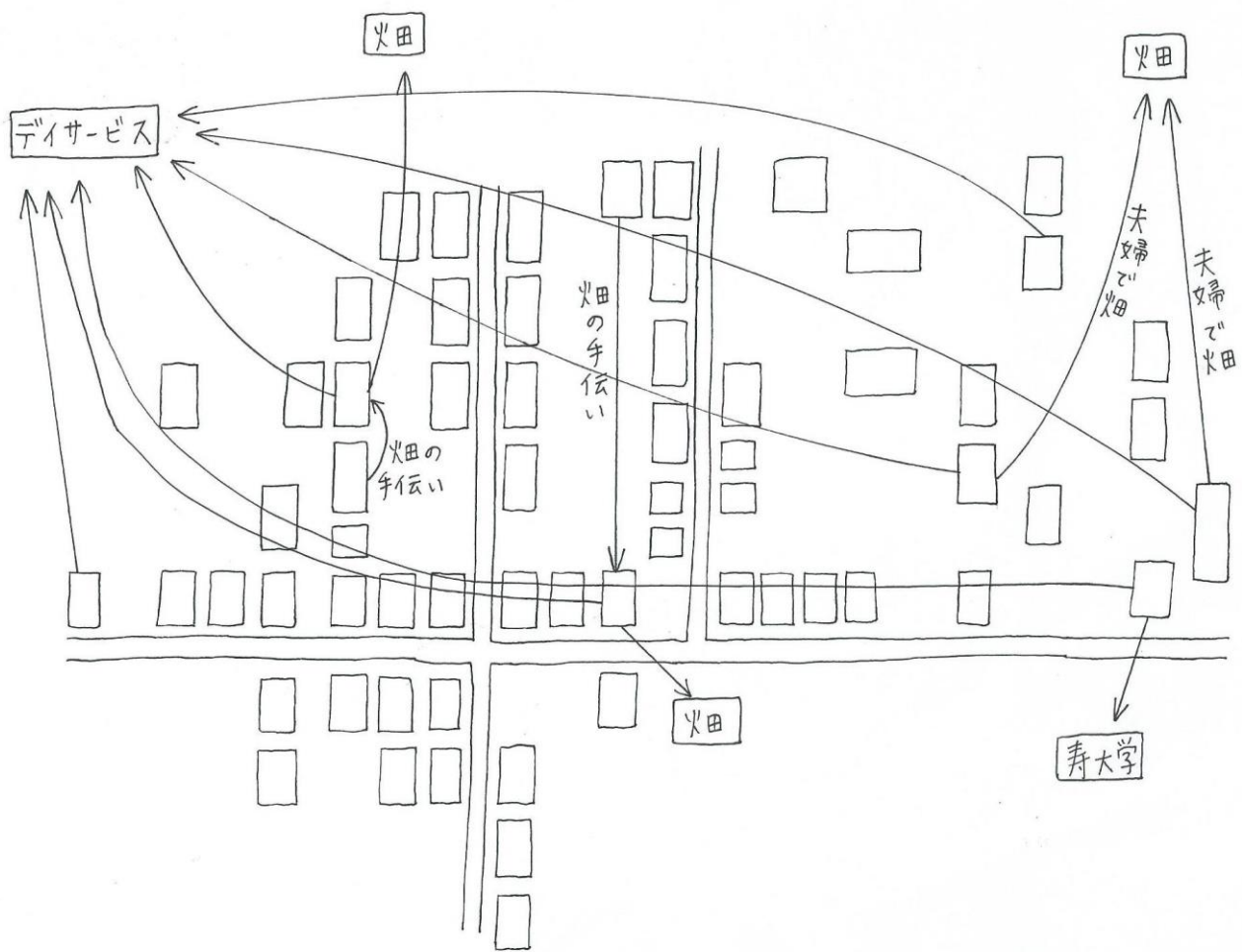
デイサービスは本来、自立推進の策だ。ならば自立支援のために何をすべきなのか。

	自立支援のためにやるべきこと	方法
1	デイを利用しない日にしていることを発展させる	
2	地域にふれあいの機会をふやす（サロンなど）	
3	趣味活動もメニューを増やす	
4	老人クラブ活動も盛んにする（活動メニューを増やす）	
5	利用者が地域のふれあいに参加できるよう、推進者を配置	
6	サロン、趣味グループ、老人クラブが要支援や要介護の人も受け入れるよう働きかける	

## (5)デイを利用しない日の活動を支援する人

次の図を見ていただきたい。デイサービスを利用しない日に何をしているのかを調べたら、これだけの人が畑仕事をしていた。こういう事例は全国で多い。ところがここでは、よく見ると、その畑仕事を手伝っている近隣住民がいる。こういう支援をしてくれれば、デイを減らしてでも、もっと畑仕事をしたいと思うのではないかな。





### 3.サービスの「枠外ニーズ」にどう対応すべきか？

次のマップにあるように、住民の関わり合いの線を引いていくと、まず世話焼きさんが浮かび上がってくる。線が10本以上出ている人が大型世話焼きさんで、5本程度が中型。このマップでは右下に大型世話焼きさんがいる。

#### (1)なぜ要介護者に住民の手が入らないのか

このご近所の要介護者が■である。しかしこれらの家に世話焼きさんたち★の線が入っていない。なぜなのかと大型世話焼きさんに聞いたら、「この人たちにはサービスが入っているでしょ」。だから

ら私たちは手を引いたというのだ。

住民は、関係機関の手が入ると要援護者から手を引いてしまう。場合によっては民生委員やボランティアが入っても同じ。地域の助け合いを推進するなら、このことをよく考える必要がある。



## (2)サービスの枠外のニーズに対応するボランティア

住民は誤解している。ヘルパーが入れば、その要介護者のニーズにすべて対応してもらえていると思っているが、実際にはサービスの枠外のニーズは放っておかれる。

宮崎県小林市の社会福祉協議会が、ヘルパーが入った家について、サービスの枠外のニーズを調べてみた。そこで出てきた1つが、網戸の修理だった。網が破れたところから蚊が入ってきて困っているのだ。そこで地元の中学生とシニアたちに対応をお願いした。

### <作業 No. 91>サービスの枠外のニーズに取り組む

だれがニーズを掘り起こすのか、そして誰がそれに取り組むべきなのか。

	枠外のニーズ	対応策	具体的なやり方
1	古くなった網戸を修理してほしい	中学生とシニアで協力して対応	中学生の夏休みの時期に実行。毎年行事に

2			
3			
4			
5			

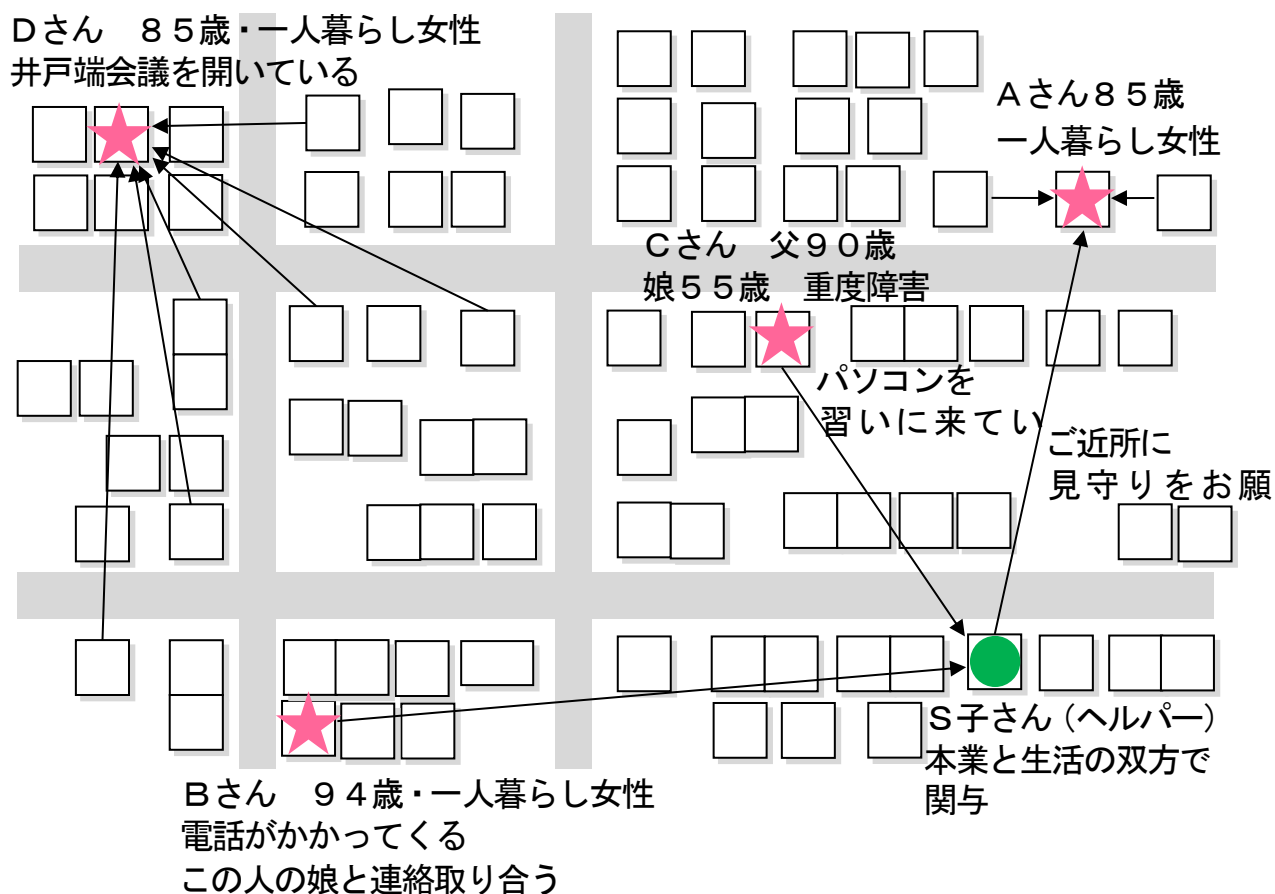
## 4. ご近所ヘルパーがご近所さんに「手伝って！」

関係者にとっての最大の課題は、「地域との協働」である。これがうまくいっていないために、地域の福祉力はかなり減殺されている。協働がうまくいっていない理由は、関係者が住民と手をつなごうとしていないことだ。

### (1) ご近所密着ならば「協働」はしやすい

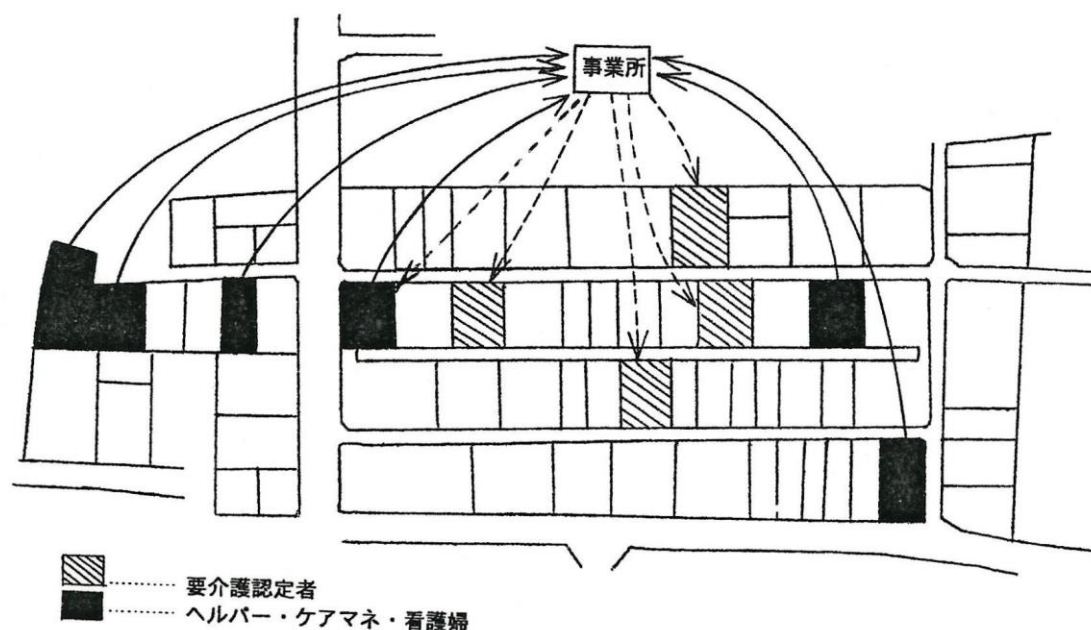
次のマップでは、1人のヘルパーが自分の住んでいるご近所内で業務をしている。85歳の一人暮らし女性のヘルプに入っていて、「これだけでは不安だ。ご近所さんに日常的に見守ってもらわねば」と思った。そこでその人のご近所さんに協力をお願いしたというわけである。

それがなぜできたのかと言えば、ヘルパー自身がこのご近所に住んでいるからだ。当然、対象者のご近所さんとも顔見知りだ。だから「お願いね」と言える。



## (2)ご近所で介護事業所を立ち上げてしまった！

岐阜県のある市のあるご近所で、そこに住む主婦たちで介護事業所を立ち上げたことがある。ヘルパーやケアマネはご近所の主婦たち。対象者はご近所内在住とは限らないが、少なくともご近所



内の要介護者は自分たちの娘や嫁たちからヘルプを受けることができる。その代わり、子どもの世話はそれらのおばあちゃんたちをお願いしている。

## ＜作業 No. 92＞ ご近所ヘルパーだからできること

ご近所密着（ご近所在住）ヘルパーがご近所さんと協力してできることを考えよう。

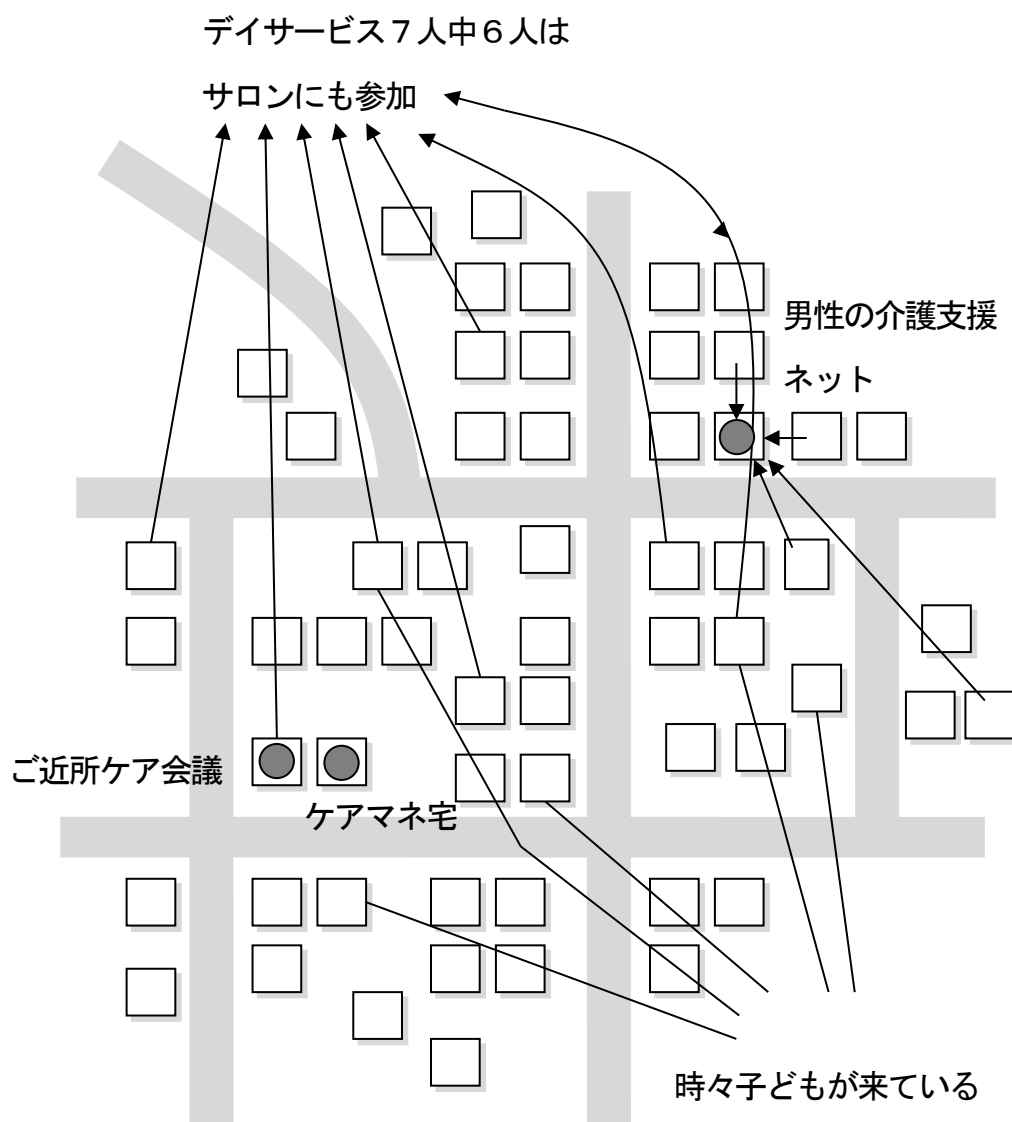
	ご近所密着ヘルパーだからできること	方法
1	対象者の豊かな生活のために、生きがい活動を支援する手伝いをご近所さんにやってもらう	
2	ご近所さん主導で、対象者のケア会議を開いてもらう	
3	ヘルパーができない、ちょっとしたことをお願いできる「ちょいボラ」を確保	
4		

# 5. ご近所ケアマネがご近所さんとケア会議

## (1) ご近所ケアマネが介護者を説得してケア会議

ご近所ヘルパーだけでなく、ご近所ケアマネもいる。このマップのケアマネジャーは、自宅の隣家のご主人が認知症で奥さんが介護している。お隣さんだから話しやすい。そこで奥さんを中心に

したご近所ケア会議を開くことを提案した。人選は奥さんがして、ケアマネが働きかけ、ご近所ケア会議が実現したという。



## (2) ケアマネジャーが要援護者の近隣マップ作り

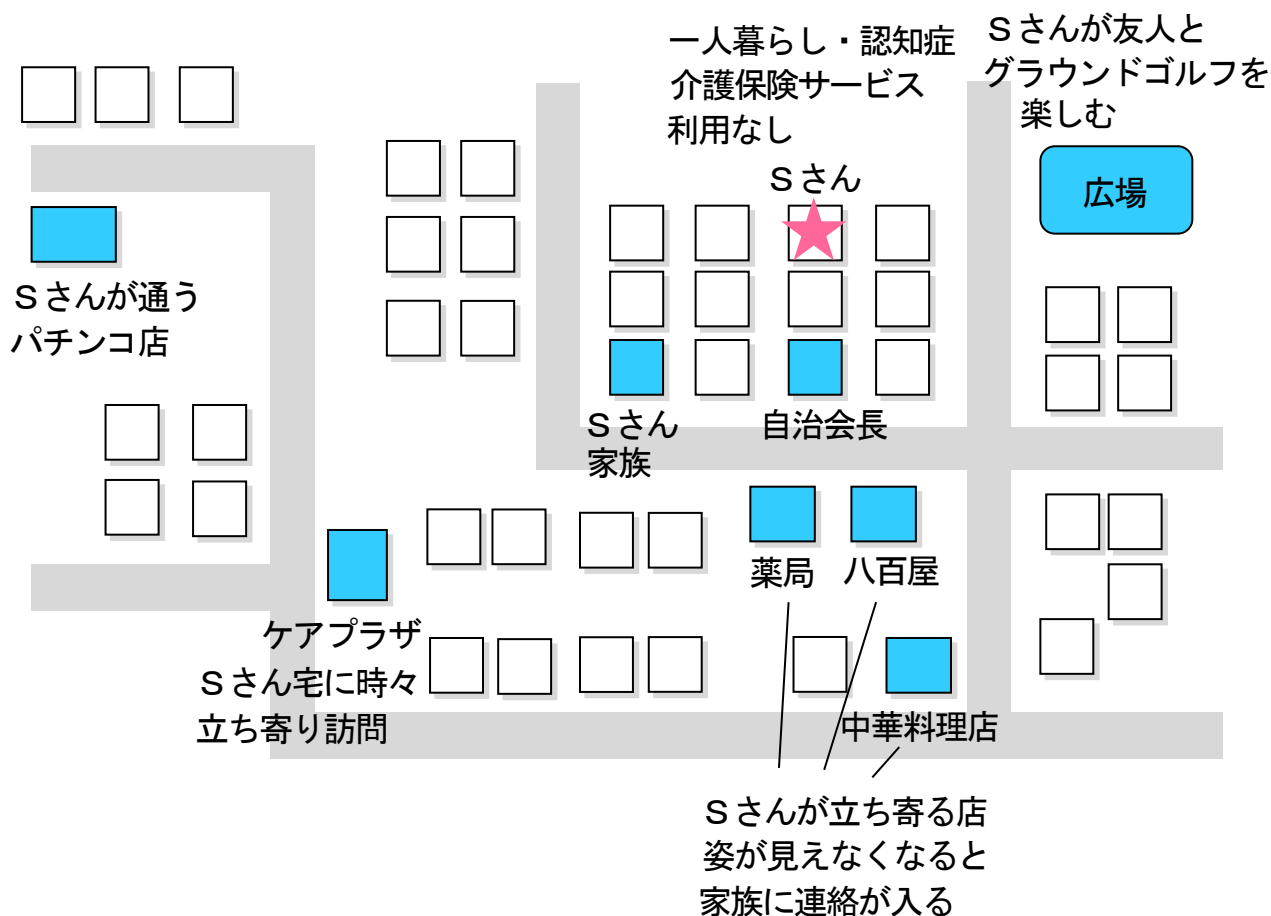
### ◇「サービスは要らなかった」

1人のケアマネから相談を受けた。認知症で一人暮らしの男性Sさん。毎日徘徊を繰り返していて、心配だ。と言っても、該当するサービスはない。どうしたものかと。

ならばマップを作ってみたらと進言した。それから数か月後、再会したらすっきりした顔をしていた。「サービスは要りませんでした」。

## ◇彼は地域のたくさんの人たちに見守られていた

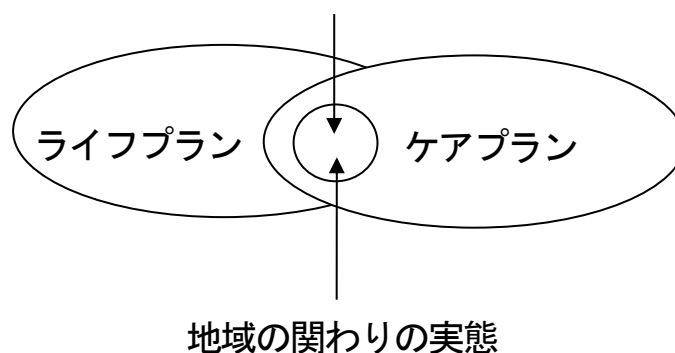
彼は朝、歩き始めるとまず、グラウンドゴルフの仲間に入れてもらう。それが終わると、南方に下り、八百屋や薬局などに立ち寄り、昼食は中華料理店でとる。そのあとは西方に移動して、パチンコ店に入り、これが終わると帰宅する。受け入れている人たちは、彼に何かあると家族に連絡をすることにしていた。要するに彼は、地域のたくさんの人たちに見守られていたのだ。それはマップづくりをして初めてわかったことである。



## (3)ケアプランづくりの前にやるべきこと

ケアマネジャーは、相手のケアプランを作るのが仕事だ。しかしその前に、本人はどういう生き方をしたいのか、いわばライフプランを作る必要がある。その上で、本人はどのような自助努力をしているか、また今のところ地域の人たちにどのように支えられているのかを知った上で、欠けている部分をケアプランで埋める。これが正常な段取りではないのか。そのためには、3つのプロセスが抜けている。1つはライフプラン作り、2つ目は本人が現在している自助努力やその可能性を探ること、そして3つめは地域の人による関わりの実態を把握することだ。

## 本人の自助努力・その可能性



支え合いマップを作れば、この中の、本人の自助努力の実情や地域の人による関わりの実態が浮かび上がってくるのだ。

## ＜作業 No. 93＞ ご近所ケアマネだからできること

当事者のご近所に在住だということは、いろいろな意味で有利だ。これを生かそう。

	ご近所ケアマネだからできること	方法
	当事者及び家族と隣人とでマップづくり	ケアマネ自身、ご近所の人間関係を知っているからマップを作り易い
2	当事者のケアプランだけでなく、ライフプランも一緒に作る	本人や自宅周辺のことも知っているの で、ライフプランは立てやすい
3	当事者の支援ネットワークづくり	当事者のご近所さんを知っているから、 誰が支援者になれるかわかる
4	当事者ができることをさがす	ただ助けてもらうだけは、誰でも嫌だ。 当人ができることを探してあげる



# 6.住民とプロはこう協働しよう

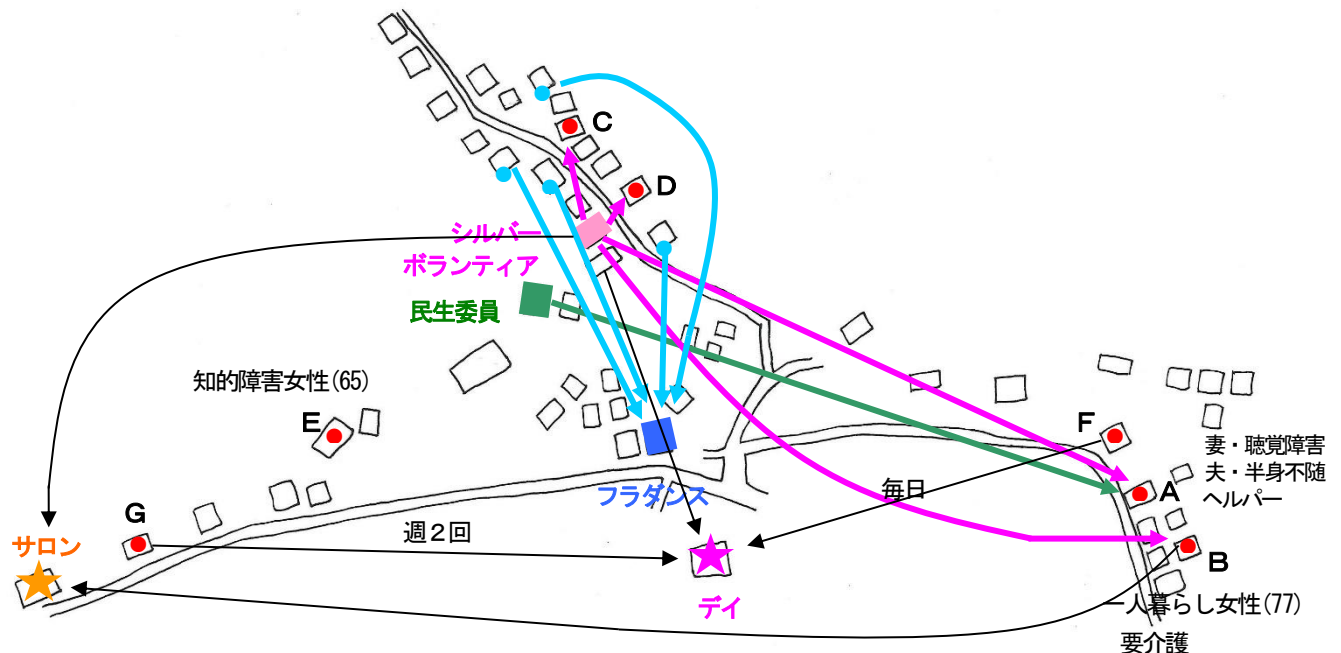
## (1)それぞれが協働の役割を果たしていない

A家は老々世帯で、夫が半身不随、妻は聴覚障害。この家に入っているのはヘルパーのみだが、夫婦ともに障害があるのだから、ヘルパーがどきどき来ただけでは足りないはずで、2人にはいろいろな困り事があるに違いない。この家には、住民側からも「シルバーボランティア」に委嘱された女性と民生委員が訪問しているようだが、2人の困り事は見えていない。

その近くのB家、77歳の一人暮らし女性も要介護で、ときどき弟が訪問している。生活にどんな不便があるのか、シルバーボランティアと民生委員は把握していない。地区のずっと左方向で開かれているサロンに自分の車を運転して参加しているし、病院へも自分で運転して通っている。

中央部にいる一人暮らしの女性2人（C家とD家）は、足元にいるシルバーボランティアが日常的に見守っているようだ。

左の方にE家、65歳の知的障害の女性が90代の母と生活している。兄の家族とも一緒に暮らしている。



### ◇ヘルパーは対応できないことを開示しないのか？

ここまでの事実で、何が浮かび上がってくるのか。

まずA家だが、ヘルパーが入っていることが分かった。つまり彼女がAさん夫婦の生活状況を知っているはずであり、夫婦ともに障害のあるAさん夫婦には、対応されていないニーズがあること

も、どのようなことで困っているかも承知しているだろう。それをご近所に開示して協力を求めるべきではないのか。「守秘義務」を理由に放置していいのか。

### ◇民生委員もボランティアもご近所に関わりを促す義務が

Aさん宅には「シルバーボランティア」と「民生委員」も入っている。2人は何をすべきなのか。ただ自分がときどき関わるだけでなく、当事者のご近所の人に日常的な関わりを促す役割を果たさねばならない。このシルバーボランティアは、B家にも入っている。

E家もヘルパーの問題と同じパターンだ。この知的障害の女性は65歳になるまで何をしていたのかと聞いたら、中年までは授産施設に通っていたという。そのあとに「卒業」させられ、あとは家に引きこもるのみだと。授産施設は「卒業」させた後、地域に関わりをお願いし、その関わりを支援していくべきではないのか。

### ◇デイも地域グループに利用者の受け入れを求める義務が

協働の役目を担っていない事業所がもう1つある。デイサービスセンターだ。右端のブロックで、F家がデイサービスを利用している。それも毎日。この人に地域参加を促していけば、毎日ということとはなくなるはずだ。左端にもデイ利用者がいるが(G家)、F家の人と同じデイサービスセンターらしい。ならば2人を地域で交流させることもできる。地元にはサロンがあるのだから、そこに参加させてもらうように働きかけることもできる。

### ◇サロンはご近所ごとに開かねば…

住民の側にも問題がある。ふれあいサロンに、要介護の人が自ら運転して通っているという。しかし会場はこれのご近所にはない。それではほとんどの要援護者は参加できない。サロンは小さくてもいいから、ご近所ごとに開くべきなのだ。聞いてみると、これのご近所の中央部に立派な会館があった。ところが、この会館があまり利用されていないようだ。

よく聞くとフラダンスの会があって、これのご近所から4名が参加していた。他に参加者はいないのかと聞くと、以前は参加していたけど、膝が悪くなってやめたという。しかし膝が悪い人でもできるやり方を考えて、参加してもらうこともできるはずだ。

## (2)協働を仕掛けるのは誰か？

それぞれが協働の課題を抱えているのに、それを促す人がいない。これのご近所の福祉を推進するご近所ボランティアがその役割に担うべきだが、今はまだそういう人材は生まれていない。

推進の次の候補は民生委員だろう。しかしこの民生委員はそのような役割を自覚していないよう

だ。シルバーボランティアを推進している人がいるとすればその人にも役割がある。これらの人材の誰が最も推進者に適しているか。

## ＜作業 No. 94＞プロと住民－協働の分担法

ここではプロや住民が協働のために為すべきことを一般論として羅列してみよう。

	内容	方法
1	当事者に関わる人がご近所の協力者に当事者の問題を開示。 守秘義務の問題を超える方法を考える	
2	当事者に関わる人が未対応のニーズを開示	
3	当事者の問題にご近所が関わるよう促す	
4	当事者に関わっている人同士は情報を共有し、対応法も一緒に考える	
5	住民側も、当事者に関わるべきプロに活動を促す	
6	当事者に関わる人は、ご近所福祉の推進者と情報を共有し、場合によっては推進者にもアドバイス	

---

## 住民流福祉総合研究所

**木原孝久**

〒350-0451

埼玉県入間郡毛呂山町毛呂本郷 1 4 7 6 - 1

Tel049-294-8284

kiharas@msh.biglobe.ne.jp

<http://juminryu.web.fc2.com/>

---