

■福祉関係者向け・自助読本

日本人の“自助力”に賭ける

「世界一やさしくない国民」の汚名を返上するために

住民流福祉総合研究所

木原 孝久

目次

- 第1章 世界一やさしくない日本人／3
- 第2章 「助けられ上手さん」とはどんな人？／7
- 第3章 受け手は「やさしさ」の引き出し役／13
- 第4章 当事者がつくる福祉の特徴とは？／16
- 第5章 足元に身を守る「安心エリア」をつくる／17
- 第6章 自分の福祉サービスは自分でつくる／21
- 第7章 当事者側からの圏域設定と福祉推進／35
- 第8章 地域福祉の補助金はだれに支給を？／39
- 第9章 自助力のある人とは？／41

第1章 世界一やさしくない日本人

(1)日本人のやさしさは125か国中125位

英国の福祉機関（チャリティ・エイド・ファンデーション）による「あなたはこの1ヵ月で見知らぬ誰かを助けたか？」という調査結果（2019年版）で、日本は125か国中125位。つまり最下位だった。

このコロナ禍で同じ調査をしてみたら、やはり日本は最下位だった。今回はコロナ禍のため電話調査で、調査対象は114か国の121,000人。調査は①人助け、②寄付、③ボランティアの3部門で実施されているが、今回は3部門の総合でも日本が最下位であった。

1位のインドネシアは、①「人助け」をした人が65%、②「寄付」83%、「ボランティア」60%で、総合すると69%。このコロナ禍でも8割の人が寄付をしていた。

一方で、ワースト10の国のうち、日本以外の2位～10位までは25%～21%なのに、日本は3部門とも12%なので、ダントツの最下位と言える。

寄付部門のワースト10はいずれも低所得から中所得の国で、日本のような「ベリーリッチ」な国は珍しいという。

「あなたはこの1ヵ月で見知らぬ誰かを助けたか？」の質問で常に最下位。私たち日本人は、よほど人助けが苦手なのか。見方によれば、これは国家的危機ではないのか？

(2) 日本的やさしさとは受け身型？

これから並べる、日本的なやさしさをざっと見てみると、日本人のやさしさの性格がよくわかる。要するに、日本人は「奥手」なのだ。自分1人ではやらない、誰かが始めたら自分も始める、大勢を見て自分の動き方を考える。言い換えれば、受け身のやさしさ。

①横並びのやさしさ 周りがやさしければ、私もやさしくする。

②奥床しきやさしさ 頼まれなくても助けるのは「お節介」。進んで人を助ける(ボランティア)のは「でしゃばり」。

③受け身のやさしさ 日本の福祉機関の調査「足元に困っている人がいたらどうするか？」で、①「頼まれなくても助ける」が23% ②「頼まれたら助ける」が72% ③「ことわる」が5%だった。

④閉じたやさしさ 身内なら助ける。

(3)日本人の中のやさしい人とは、世話焼きさんのことだった

私は、30年前に「支え合いマップ」を開発し、全国に普及させてきた。と同時に、私自身、全国で住民と一緒にマップを作ってきた。住民に集まってもらい、気になる人はだれか、その人に誰が関わっているかなど、地域のやさしい人、やさしい活動を掘り起こしてきたが、これを30年間やってきて痛感したのは、日本にも困っている他者に積極的に関わる「やさしい人」はいるのだが、それは世話焼きさんと呼ばれる、生まれつきその資質を備えた人だということである。

皆がやさしいのではなく、世話焼きさんがやさしかった。しかも大部分は女性。

そのことがわかってからは、私はかなり割り切ったマップ作りをするようになった。とにかく世話焼きさんを探せ。そしてその人を中心に地域活動をしてもらえば、まず間違いないと。というよりも、世話焼きさんは言われるまでもなく既に活動しているので、その活動を生かして地域福祉をつくっていくということだ。

だから、マップ作りも、世話焼きさんに集まってもらえば、どこにどんな気になる人がいるかを知っているし、既に関わっている。

(4)ちょっと変わった当事者にご注目を！

しかし世話焼きさんだけに地域の福祉を委ねるというのも、ちょっと寂しい。もっと、「これだ！」という発想はないのか。じつはあるのだ。それも、今まで出てきている発想とはまるで異なるもの。その発想に私たちが気づかせてくれる人物が、あなたの周りにもいるのではないか。

当事者である。といっても、普通の(?)当事者ではない。次に紹介するような、ちょっと変わった当事者である。こういう人に出会うと、なるほど、このように行動すれば、福祉を「他者のやさしさ」に頼らなくてもいいと分かってくるのではないか。

第2章 「助けられ上手さん」とはどんな人？

(1)こんな人に出会ったことがありますか？

あなたは足元で「助けられ上手さん」と言われる人に出会ったことがあるか？ 例えば、以下のような人である。この人の存在が、積極的に他者に関わらない日本社会で、何とか助け合いができるカギを握っているのだ。

①車椅子の夫を介護している主婦のA子さんは、それほど親しくもないご近所さんたち、しかも5人もの人それぞれに対し、「病院への送迎を」「夫の車椅子を押して」「うちに来て話し相手になってね」などとしてほしいことをお願いしていた。

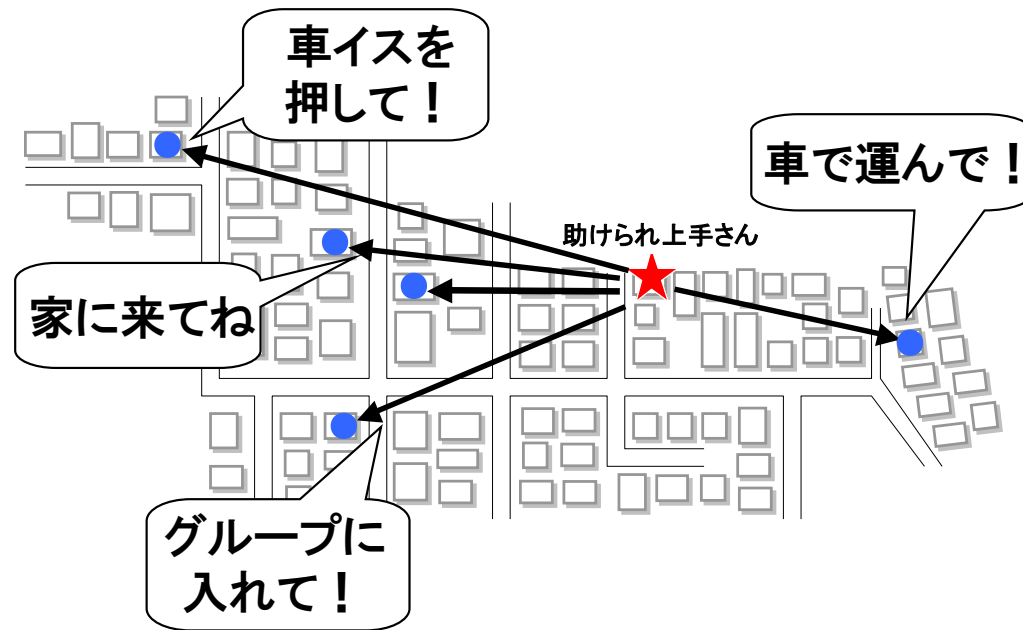
②新潟市では、認知症で徘徊が激しくなった夫を見守ってもらうため、自分たちが暮らすマンション中の人を集めて、協力を求めるための説明会を開いた主婦がいた。「さすがに図々しいかと思ったけど…」と彼女は言っていたが、私がそれでいいんですよと言ったら、安心したようだった。

③多治見市の春田剛さん（右の写真）（76歳）は、90歳になる母親の様子が気になり、医者に診せたら、認知症の初期症状だと言われた。「自分だけではこの先、支えきれない」と思った彼は、その足でご近所まわりをして、「母がこういう状態なので、見かけたら気をつけてほしい」とお願いしたという。



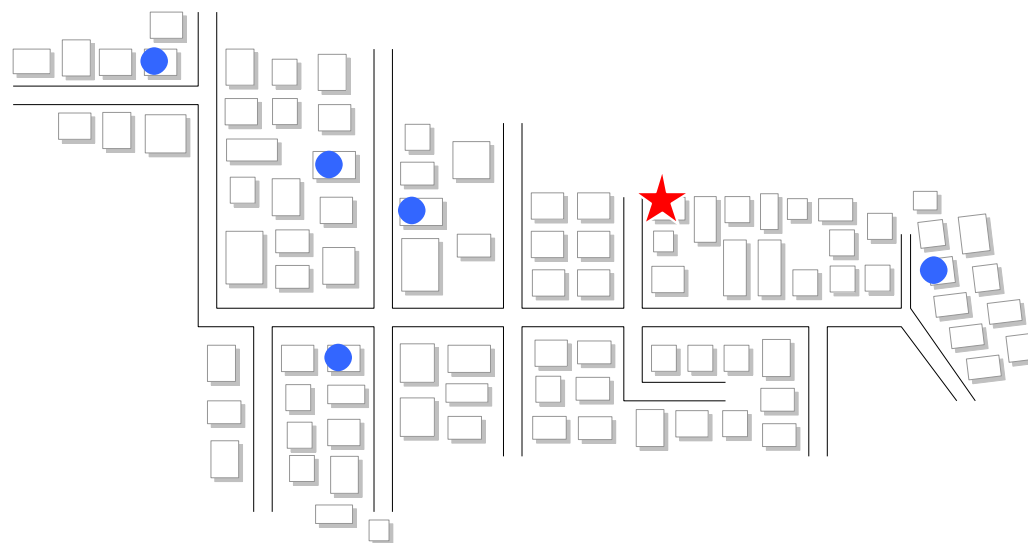
④頼み上手の事例をもう1つ。北海道胆振地方で地震があった後、地元の避難支援者たちとマップ作りをしたら、地震が起きた時に、みんなが一斉に駆け付けた家があったという。一人暮らしの高齢女性だが、なぜこの人の家に皆が駆け付けたのか。彼女は普段から、こういうお役の人に出会うと、ここが痛い、あそこも痛い、訴えていたのだという。おかげでこの地区の世話焼きさんや班長などは、いざという時に、真っ先に彼女のことが頭に浮かんだのである。

①の、車椅子の夫を介護するA子さんの事例は、以下のマップの通りである。



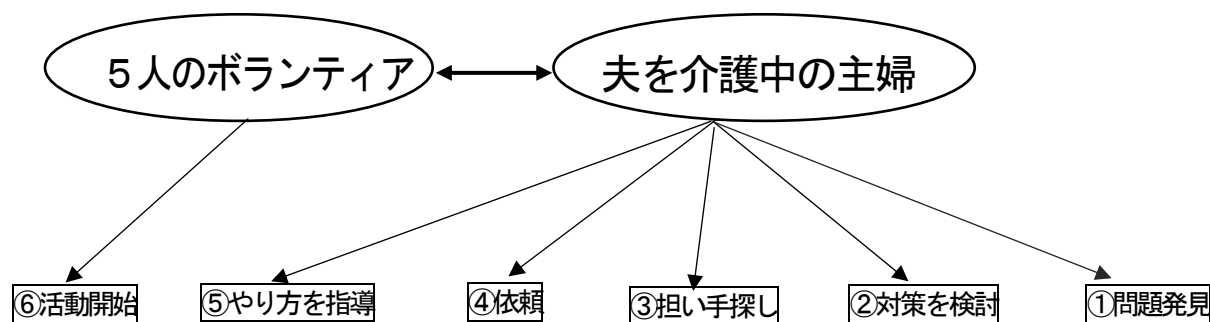
(2)お願いする側も大事な役割を果たしていた

A子さんに動かされている格好のご近所さんの気持ちはどうかと聞いてみたら、全く気にならないと言う。A子さん夫婦をどう助けてあげたらいいのかわからないので、本人のほうから誰に何をしてほしいのか言ってくれば、すごく楽だと言う。ちなみに、もしA子さんがご近所さんに何の働きかけもしなかったら、どうなるか。



ご覧のように、当事者が沈黙しているため、わかるのは車椅子の夫を妻が介護しているということぐらいで、彼らがどんな困り事を抱えているのか、何をしてあげたらいいのか、全くわからない。これが今の地域社会の実態なのだ。となると、A子さんは極めて大事な役割を果たしていることがわかる。これで、「助けられる」側の役割が見えてきた。

次の図を見ていただきたい。この事例で担い手と受け手の果たした役割を細かく分けてみたら、こうなった。要するに福祉という営みの大部分を (!)、なんとお願いする側が果たしていたのだ。



福祉関係者はよく「地域福祉の推進」という言葉を使う。地域福祉に求められるあれこれを人や組織に指示したりすることだが、前述の4つの事例のように「助けられ」という役割がしっかり果たされれば、この「推進」をすることになるのだ。

(3)福祉は担い手と受け手の共同作業だった

私たちは、福祉行為というのは担い手だけがやっているもので、受け手は「何もしていない」と思っていたが、そうではなく、受け手は「助けられ」という大事な福祉行為をしていた。具体的に言えば、自身の福祉問題を意識し、それ分析し、どのように解決したらいいかを考え、それを誰にやらしてもらえばいいかを考え、その人に「こうしてほしい」と依頼する。

福祉というのは本来、担い手と受け手の共同作業なのだ。今は、福祉の当事者は「対象者」という位置づけで、多くの場合、受け身の状態にあるため、この図式がわかりにくい。それが、今の福祉の問題なのだ。

(4)受け手側の役割とは？

では具体的には、受け手にはどんな役割があるのか。

<第1段階>

- ① 自分の問題をオープンに
- ② 助け手を確保する
- ③ 助けを求める
- ④ 支援のお礼をする
- ⑤ 支援のお返しをする
- ⑥ 当事者同士で助け合う。

<第2段階>

- ① 担い手が活動し易いように工夫する
- ② 担い手に支援の仕方を教える
- ③ 担い手の支援活動に自分も参加する
- ④ 自分の支援用の会議を開く
- ⑤ 自分の支援ネットをつくる
- ⑥ 担い手と一緒に学習する。

(5)自助とは、助けられ上手のことだった

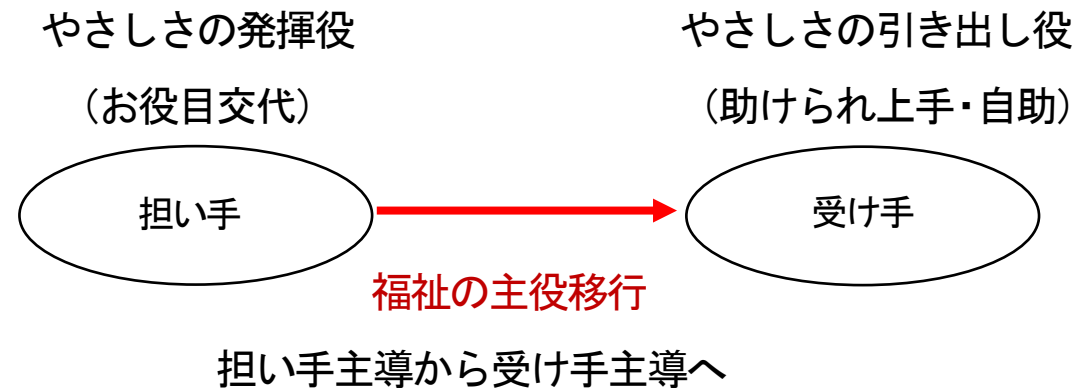
自助という言葉がある。簡単に言えば、自分の身を守ることだ。と言っても、自力でできることは限られている。そこで、定義を変えよう。必要に応じて他者の支援を得ながら自分の身を守ること、と。

要援護者の場合、他者の支援が欠かせない場合が多くなる。だから、自助に求められるのは、他者の支援を上手に得るテクニックだろう。やさしさの引き出し役だ。他人への積極的なやさしさが期待できないわが国では、この人が活躍する必要があるのだ。

第3章 受け手は「やさしさ」の引き出し役

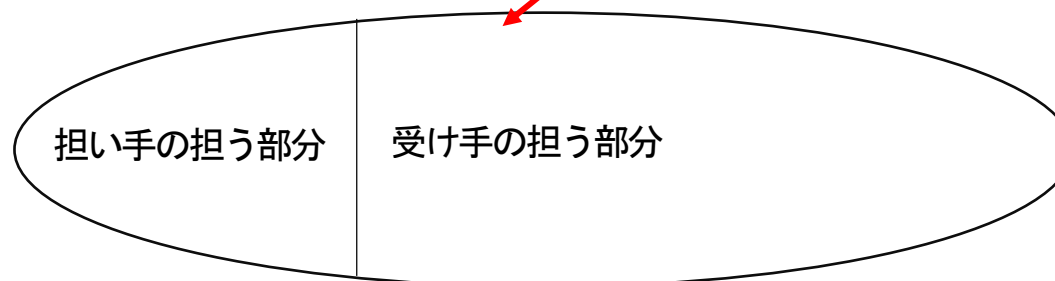
(1)担い手主導から受け手主導へ主役交代

「世界一やさしくない日本人」の話から、助けられ上手の話に移り、自助の話と続いた。そして最後は、福祉は担い手と受け手の共同作業と言うことになった。



担い手と受け手の共同作業が福祉だとすれば、担い手のやさしさが物足りないなら、受け手が担い手のやさしさを引き出せばいい。受け手側に福祉を正常に戻す役割が移ってきた。福祉をリードする役が受け手になった。受け手主導の福祉だ。

しかし、今は受け手側は福祉の対象者という位置に置かれていて、行動の跡がほとんど見えない。巨大な空洞ができていた！



(2) 「やさしさ」が下りてくる一般的なルート



ごく一般的に言えば、上の図のように、やさしさは右から左へ、①②③④⑤というように下りてくる。公的サービスの形、民間サービスの形、公的機関の委託事業の形、NPOの形、住民活動の形、最後はご近所の個人的なやさしさの形と、いろいろな形でやさしさは下りてくる。

(3)公金をこのルートだけに使うのは非効率

福祉活動は担い手だけで頑張るものではなく、受け手もまたもう一方の担い手として役割を果たすべきだとすれば、今のように福祉資金の大部分をこの担い手のルートだけに使うのは非効率だと言える。これからは次頁から述べるような当事者の自助活動を支援し、そこにも分配していく必要がある。

第4章 当事者がつくる福祉の特徴とは？

(1)当事者が地域福祉の担い手になるということ。

福祉の担い手といえば住民か関係者と決まっているが、これからは当事者に担ってもらおう。これだけでも大革命である。

(2)当事者に担ってもらう圏域はご近所。

当事者が福祉の営みをするといえば、ご近所だ。およそ50世帯。ここなら自分の生活の場で、よく知っている。誰に頼めばいいかなどがわかるから、動きやすい。

(3)当事者に担ってもらう福祉は「自助」。

今まで自助については、関係者はほとんど関心を持っていなかった。これを担うのは当事者だからだ。しかし、そこを放置して、いつまでも当事者にサービスの受け手に甘んじてもらうのはもったいない。コロナ禍で、いま社会全体としても、当事者も自助をしようという空気が出てきている。自分の身を守る努力をすればいいのだから簡単だと思われるかもしれないが、従来のように、何でも自力で解決せよというあり方ではどうしようもない。「困ったら他者の支援を得る」という一言を加えた上で、自助を担ってもらう必要がある。

第5章 足元に身を守る「安心エリア」をつくる

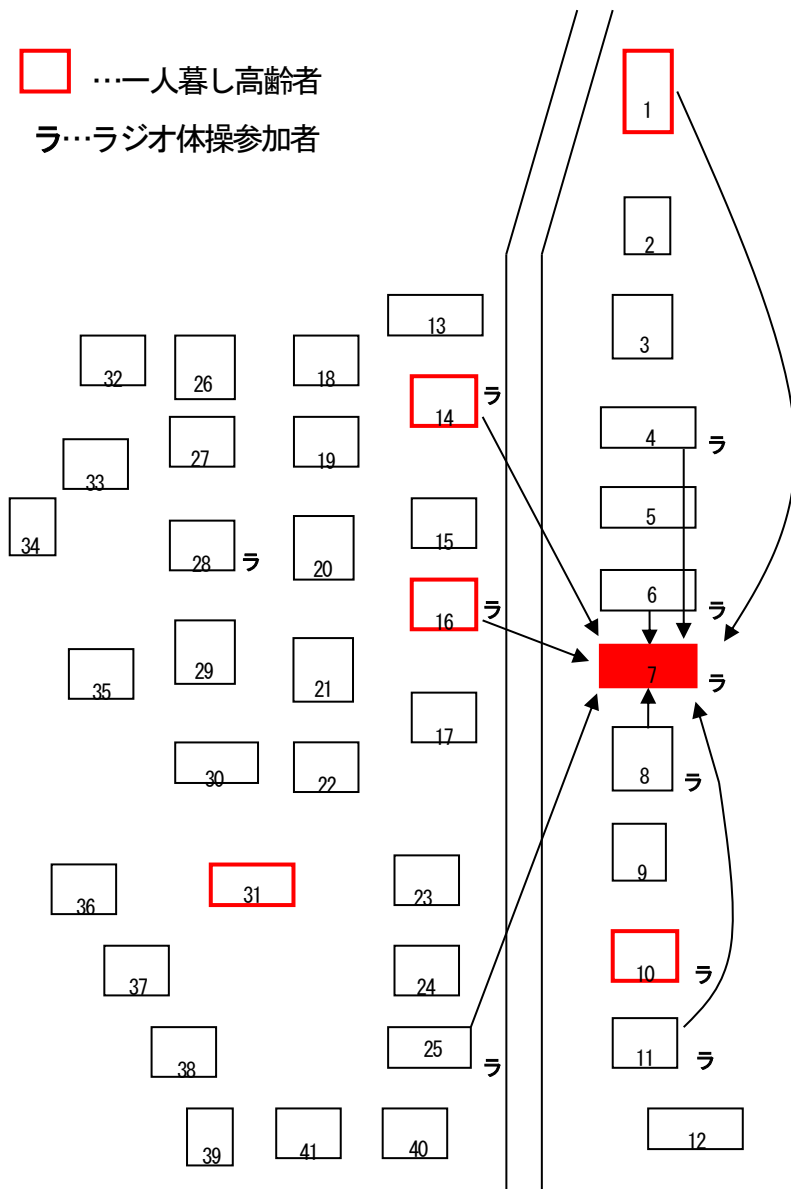
自分のための福祉を、その人なりに組み立てることができる人はまだあまりいないが、これができれば、助け手を上手に確保できるから有利だ。自分のための福祉を組み立てるとは、例えば自分の足元の安心エリア（最低限、身を守るためのエリア・10～20世帯程度）や、ご近所（50世帯）の助け合い起こしができるということである。無論、ご近所の活動は1人ではできないから、仲間と一緒にやることになる。

(1)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

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。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。一人暮らし高齢者が数名住んでいるが、体操への参加で安否確認ができる。

メンバーに90歳の一人暮らしの女性がいる（7番の家）。彼女の家にとくさんの線が入っている。ラジオ体操の後、彼女が「ウチに来ないかい」と誘っていた。ここ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たりする。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。

□ …一人暮らし高齢者
 ラ…ラジオ体操参加者

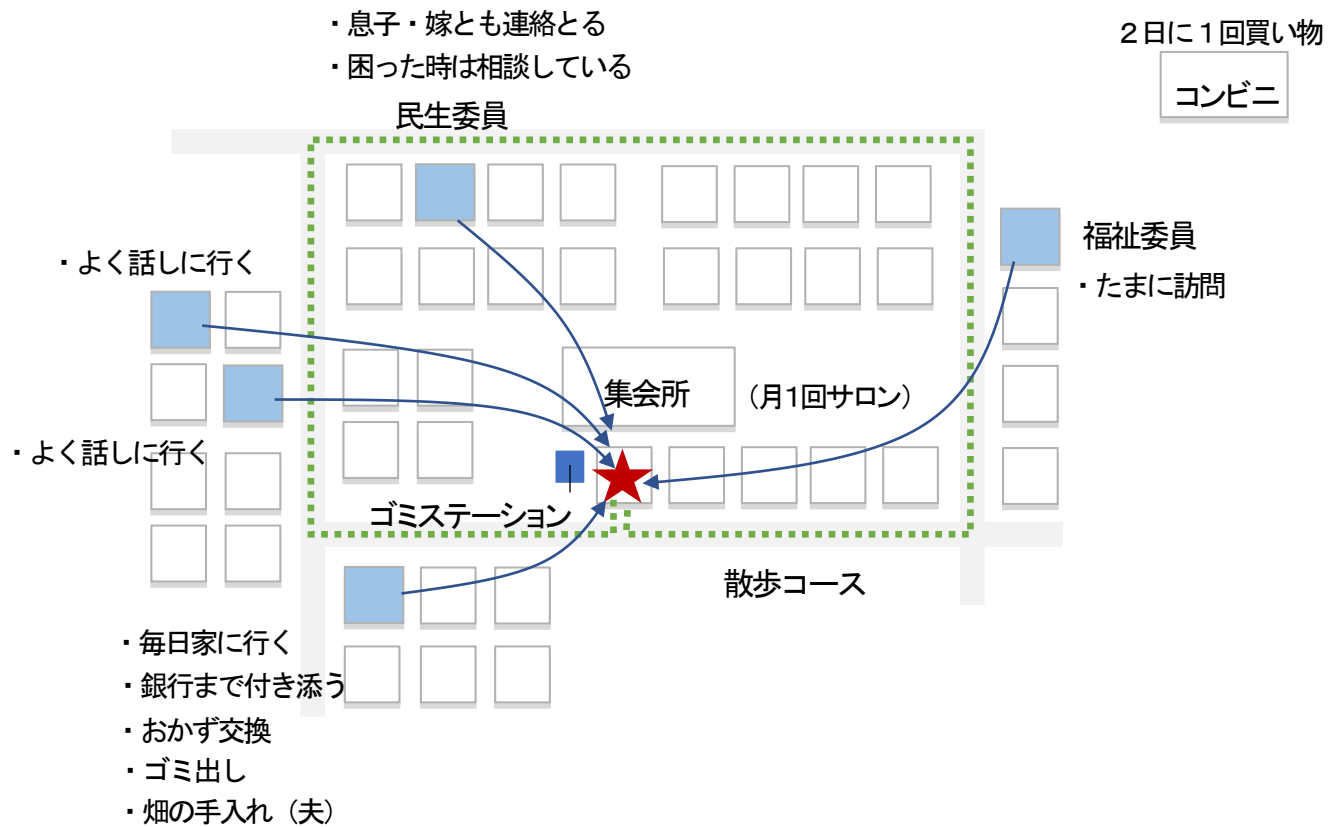


(2)「安心エリア」づくりで工夫を凝らす一人暮らしの人

支え合いマップ作りをしていて発見したのが「自助エリア」、またの名を「安心エリア」。どういうわけか、一人暮らしになると、それも超高齢になるほど、自宅に周りの人を寄せ集めてお茶飲みをしたりしている。それだけでなく、自分の周辺を、文字通りの「安心エリア」にすべく工夫を凝らすのだ。

次に紹介するのは、山口県和木町の地域包括支援センターのスタッフが、当事者（S子さん）と一緒に作ったマップ。彼女は更新申請で要介護度が下がってサービスを減らさなければならず、包括や民生委員が関わりながら、困り事の解決にご近所の友人たちの支援を得て、自立して生活できている。

マップを見ると、自宅のすぐ横にゴミステーションがある。以前はそれが嫌だったが、「今は近くで助かる」。すぐそばに集会所もあり、そこで開かれるサロンに参加している。散歩ルートには彼女を見守ってくれる人がいるし、逆に彼女が見守っている相手（男性の一人暮らしの人）もいる。その他、日常的に彼女の世話をしてくれる人も数名いる。この全体を見て、まさに「安心エリア」だと思われる。こういうエリアづくりが自助努力の基本と言えよう。



第6章 自分の福祉サービスは自分でつくる

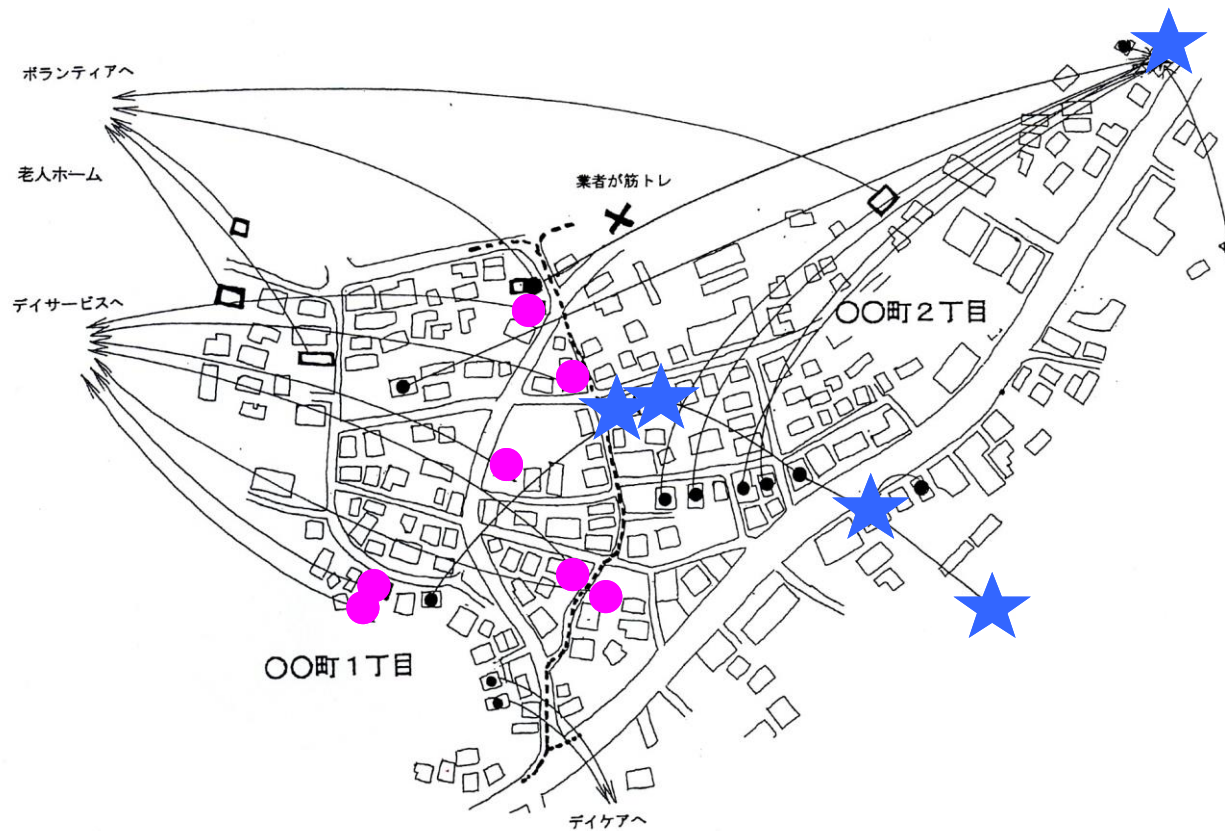
自助という限り、決まったサービスをただ受けるだけではなく、自分のための福祉は自分で考える、やり方も自分流で、というのでなければ意味がない。ここでは、例えばデイサービスは自分に合わないという場合に、代わりにどんな選択肢があるのか、その事例を紹介してある。

(1)当事者流のデイサービス

①井戸端会議、じつはデイサービスだった

ここは沖縄。中央の道路を境に、左が1丁目、右が2丁目。不思議なことに、デイサービスを利用している（●印）のは1丁目の人ばかりだ。では、右側の人にはデイサービスを利用しないで何をしているのか。それが「ゆんたく」だった（★印）。

沖縄では井戸端会議やミニサロンをこう呼ぶ。この「ゆんたく」が彼らの事実上のデイだと考えたらどうか。サロンといっても、道路の縁石に腰を掛けてやる場合もあれば、右端はたしか中華料理屋だった。1丁目の人たちは、これに対して、福祉施設のデイサービスを利用している。

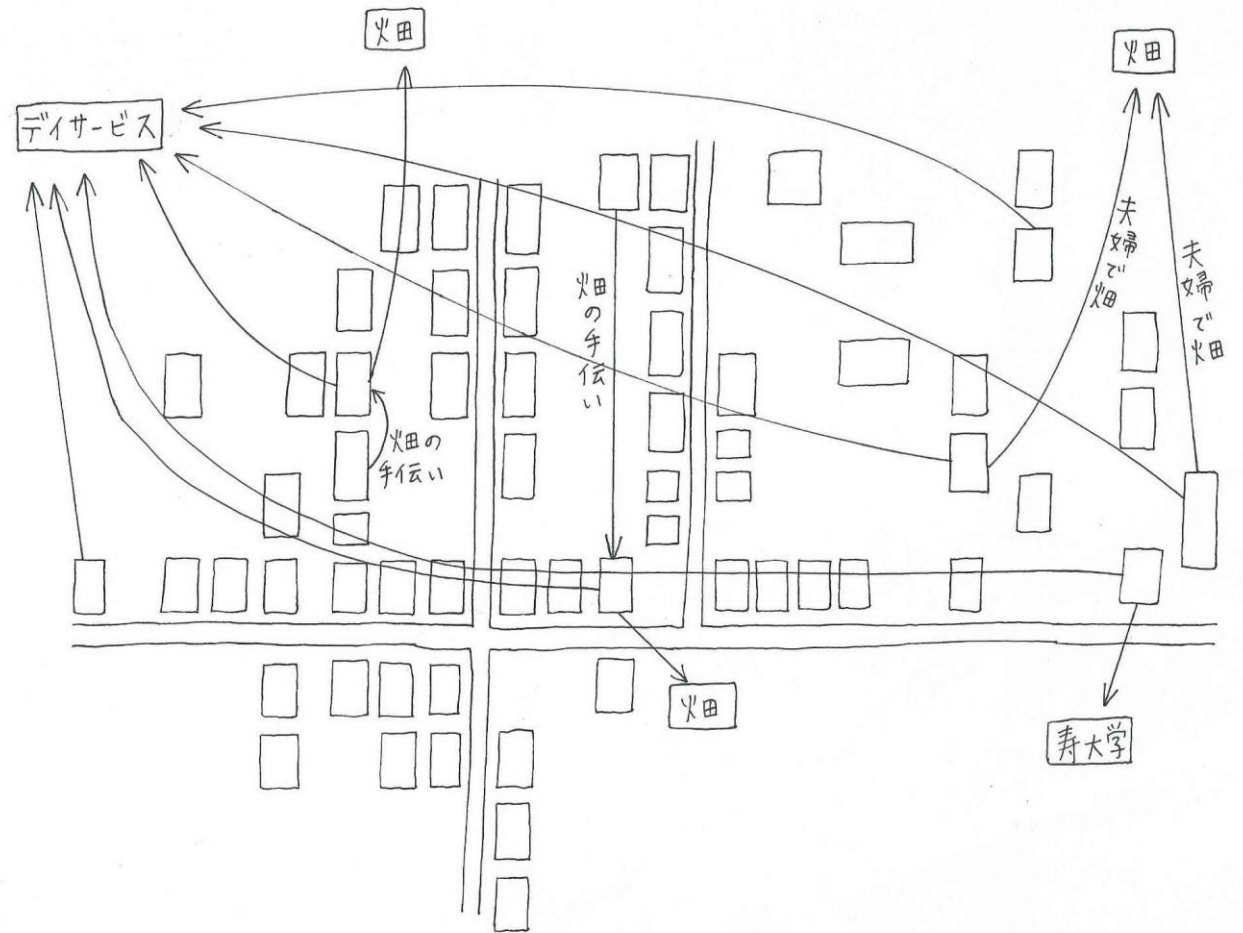


②デイのない日に畑作業。これもデイだった？

マップ作りで、デイサービスを利用している人は、それ以外の日に何をしているのか住民に聞いたら、畑をやっている人が多いことに気づいた。次のマップでは、7人のうちの4人が畑をやっている。無論、組織的なものというよりは、それぞれが自分の意思で耕作しているのだが、ではまったく組織的ではないかというところ、それも違う。その中間形態というところ

だ。阿吽の呼吸という感覚である。

面白いのは、この4人の全員にサポーターが付いていて、畑仕事を手伝っていることだ。2人は身内でなく隣人だ。まるでデイサービスセンターで活躍するボランティアという感じではないか。サポートする側も、恐らくそういう感覚でやっているのではないか。



③毎日銭湯に来て他人の服を畳む認知症の女性。これは何だ？

知人が久しぶりに銭湯に行った。服を脱ぎ、湯船に浸かっている、ふと脱衣場を振り返ったら、なんと自分の服を畳んでいる人がいる。慌てて脱衣場に戻ると、番台の人から声がかかった。「その人はぼけてしまってね、毎晩お客さんの服を畳みに来るんだよ。畳むと気が休まるみたいだね。だからみんな、畳ませてあげているんだよ。あんたもそうしなさいよ」と。

おそらく家族からはデイサービスに行くように勧められても、本人はここへ来て服を畳むのがいいということだろう。

だから彼女にとっては銭湯がデイサービスセンター、番台のおばさんが所長、ないしはスタッフ。客は、服を畳ませてあげボランティアだ。こういうサポートによって、彼女は安心を得ているのだ。

大抵の当事者は、担い手が勧めるサービスに従ってしまう。ところが、これらの事例では、銭湯や畑、「ゆんたく」にしても、当事者は、自分の流儀を取り入れている。

当事者のサポート役の本当の難しさはここにある。当事者の流儀を理解して、それに沿ったサービスを一緒に考えられるか。大抵はデイサービスなら、介護保険のデイを紹介するだろう。

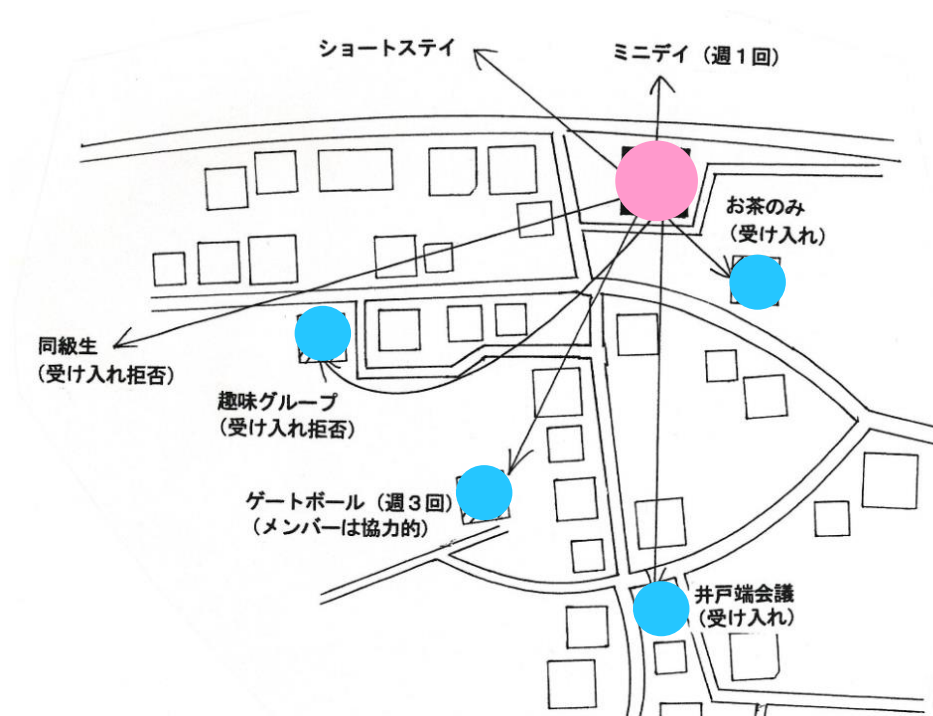
④私にとっての豊かな福祉サービスは私が選択する

要援護者が望んでいるのは、安全の確保や困り事の解決だけではない。次のマップでは、認知症の女性が、ご近所を歩きながら、あちこちに「私も入れて！」と押しかけていた。

これに対し、昔の同窓生は「うちに来ないで」と拒否していた。趣味グループも、彼女を排除していた。一方でゲートボールのグループは受け入れていた。サロン（井戸端会議）も、「お茶飲み」のメンバーも受け入れている。

彼女は何をしたいのか。自分が選んだ場や活動に参加し、私らしい豊かな人生を送りたいということだ。そうすると「入れてあげる」のも、それだけで立派な福祉活動とすることができる。当事者の主張や願いは、言葉よりも行動によって表されるから、彼らの何気ない行動をよく読み取る必要がある。

これらも、同じように事実上のデイサービスなのかもしれない。



(3) ご近所での助け合いの形をそのまま老人ホームに

①「集落老人ホーム」でユニットケア

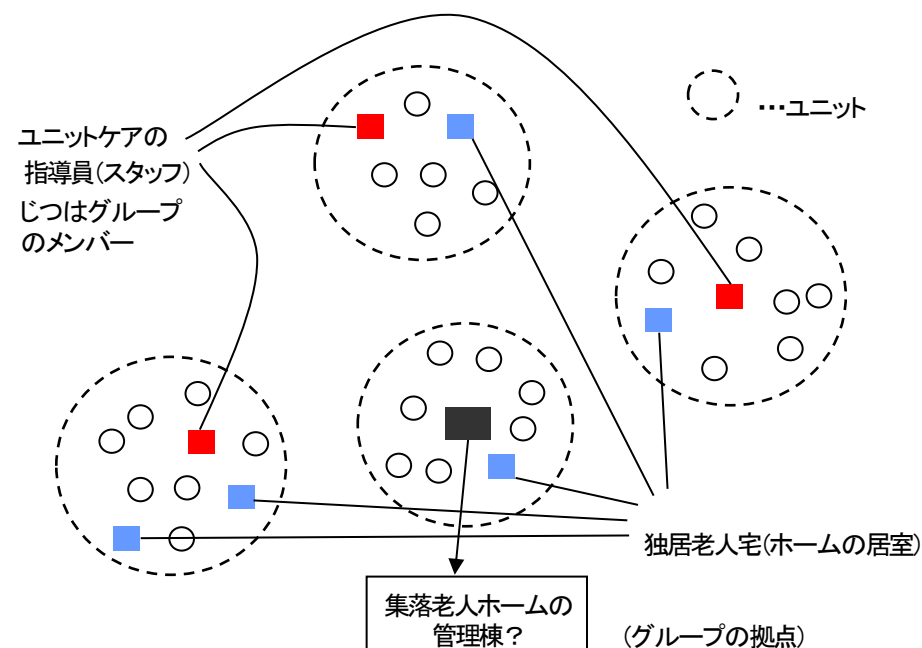
老人ホームでユニットケアというやり方が広がっている。何百人をひとまとめにケアするのはどう考えても非人間的だ。そこで数名程度にグループ分けして、それぞれが仲間としてふれあい、生活を共にする。

あるご近所では、このユニットケアと同じやり方で、要援護者の見守りやケアをしていた。しかもこちらは施設ではなく、地域そのものだ。

ご近所をグループ分けして、ボランティアたちが真ん中の集落でサロンを開いている。そこに各グループのボランティアが、一人暮らしの高齢者を連れてくる。終わったらまた連れて帰る。

普段はそれぞれのグループのボランティアがグループ内の要援護者の面倒を見る。これなら施設に入らなくても、何とか元気に地域で生きていける。

福祉機関が真ん中の集会所にお泊りができるようにしようかと検討している。要介護になっても、昼間は自宅で生きていける。夜だけはお泊りの家でケアを



受けながら過ごす。実際に施設入所がふさわしい人もいるが、まだ自宅にいる。

②要介護高齢者の家庭での住まい方をそのまま老人ホームに

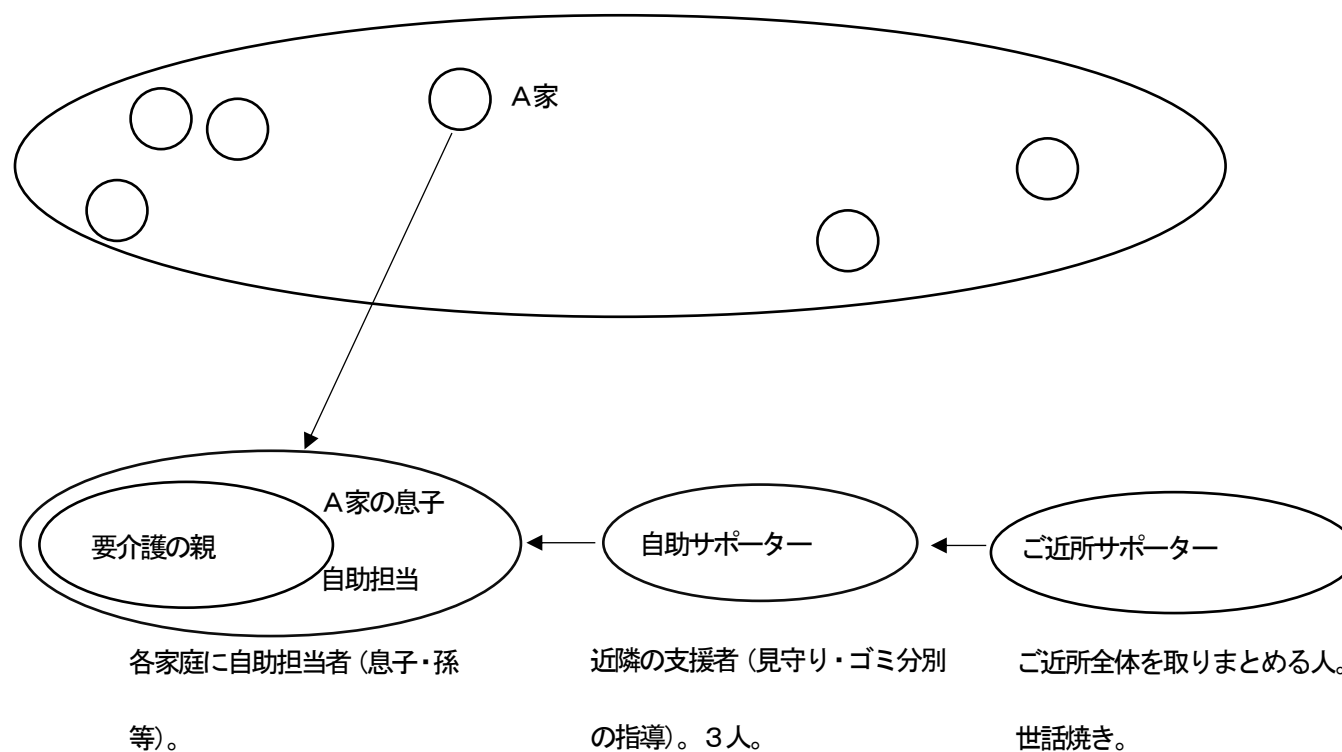
1つの集落（50世帯）に6軒の要介護者のいる家があった。大抵は息子が親の面倒を見ている。ご近所さん数名が見守りなどをしている家も。これを生かせないか。息子が各家の自助担当。近隣の数名がサポート役。その全体を世話焼きさんが取りまとめる。

この集落の実態を眺めて、彼らは一体どんな福祉をしたいと思っているのかを想像してみたら、こういう構図が出来上がった。1つ1つの家が老人ホームの居室と見ればいい。老人ホームが全部で6つある。それらが何となくつながって、つまりコテージのようになり、1つの老人ホーム群ができている。

これを素直に認めるとしたら、それぞれの「ホーム」の息子たちをホームのマネジャーとして手当を支給してもいいのではないかと考えたのだ。この息子、一般的な言い方としては、8050問題の当事者に近い。しかし彼らは見方を変えれば、こういう老人ホーム群のマネジャーの役をやっていると見てもいいのではないか。

私たちは人の評価する時に、周りの目からのみ見る癖がある。そうでなく、当事者本人の側からも見てあげる必要がある。一見、家でブラブラしているように見えても、自宅でそこそこの役割を果たしているとも考えられる。

住民流の福祉のあり方を探ろうとしたら、住民がやっていることを丁寧に観察して、彼らの意図していることを図式化あるいは構造化してみるといい。



③活動には当然、補助金なり手当を支給する

ハウスキーピングとか親の介護の一部も果たしているかもしれない。ならば、それに対して正当な評価を下し、サポートをしながら、それを手当等で報いるのも1つのあり方ではないか。図に示したように、親や自分も含めた、わが家の自助活動のマネジメントという役割もありうるのだ。

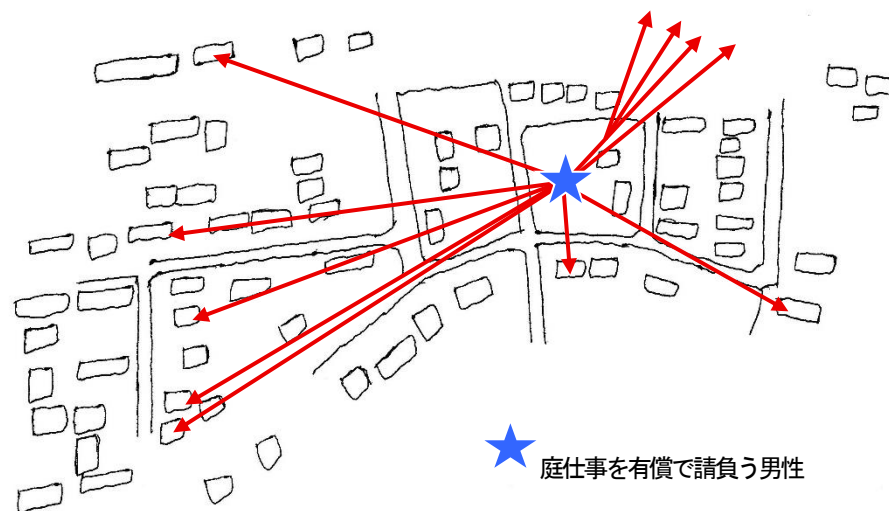
(4)庭木の剪定技術等の人材情報のネットをつくる

助けられ上手さんと言われるには、いろいろな資質が求められるが、その1つは地域の資源情報に詳しいこと、それをうまく活用できることである。例えば石川県や福井県あたりでは、庭が広いし、家も大きい。こうなると不便なのが、庭の草取りや庭木の剪定で、それができる人を見つけられなければ困ってしまう。

①1人が見つけた庭木の剪定の人材を11人で活用

次ページのマップが、その事例だ。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。50数軒の中の11世帯である。当事者の方が相手を特定して、皆でうまく活用している。このような特殊技術に限らず、このやり方を、他の困り事にも適用すればいい。

興味深いのは、ここまでやっているのなら、もっと組織化したり、ネットワークを作るとかすればいいのではないかと思うところだが、住民はそれはしないのだ。お礼の仕方は1人ひとり全部違う。やはりそれは、一律にはできない。依頼する人とされる人の人間関係や、頼む側の経済状態などで変わってくるからだ。あくまで個別対応であり、だから一定以上は「仕組み」にしないのだ。

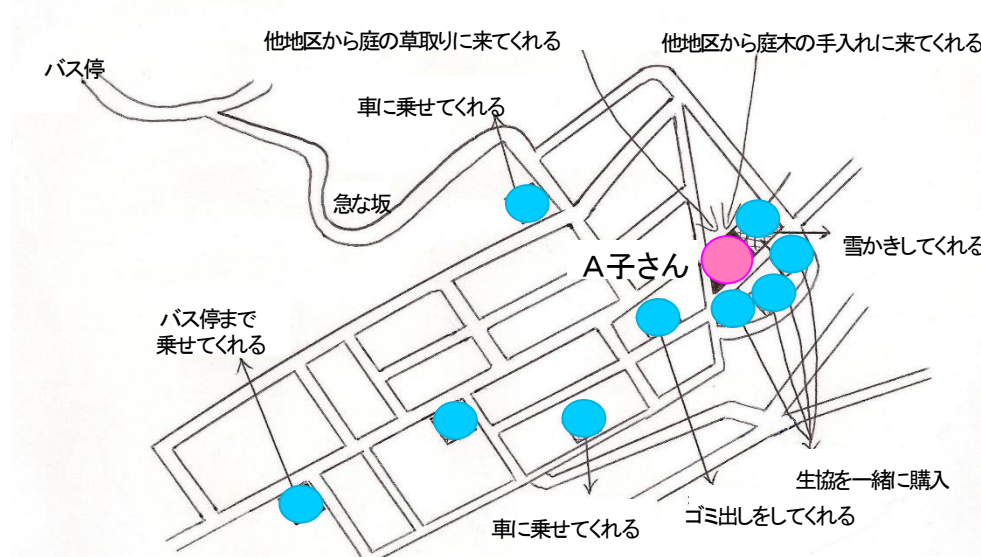


②助けられ上手さんの確保した資源を「おすそわけ」できないか

次のマップのように、草取り、庭木の剪定、送迎、ゴミ出し、雪かき、生協の共同購入など、自分1人で必要な人材をす

べて確保してしまう人もいます。むろん助けられ上手さんだが、例えばこの人の場合、人材を確保するためにどれほどの資金が必要だろうか。彼女に言わせると1つ1つのニーズについて、謝礼が必要か、全く必要ないか、または他の手立てが必要か、考えているようで、結論としては、送迎に限っては、若干の謝礼を払っている。

彼女が確保した支援者にどのくらいの余力があるかを誰かが確認して、できれば他の当事者にも関わってもらえるよう調整すると効率的ではないか。



(5)自助型の地域福祉活動づくり

①「車のない一人暮らしの人の買い物」対策で解決策の定式を見つけた

車のない高齢者の買い物の問題については、当事者1人ひとりの自己努力をマップで調べたところ、主な選択肢が見えてきたので、まずはこの中からそれぞれが自分に合った方法は何かを考えることができる。

次のマップ。ある地区で、車のない一人暮らし高齢者はどうやって買い物をしているのかを調べたものである。彼らの助け合いの実態を整理してみたら、以下のことをやっていた。

- ①本人が自力で電車に乗って買いに行っている。
- ②息子や娘が来る時に、ついでに買ってきてもらう。
- ③一人暮らし同士で、ついでの際に買ってきてもらう。あるいは注文したら取り寄せてくれる店を開発。
- ④ご近所さんに買ってきてもらう。
- ⑤移動販売を皆で利用。

②自力で解決、身内で解決、当事者同士、ご近所と助け合う

他のご近所でも、まずまわりの当事者仲間たちがどういう方法を取っているかを調べ、リストアップする。その中から自分にできそうなものをいくつか選択し、それを実行すればいい。

といっても主な方法は共通している。一般的に言えば、①自力で解決、②身内で解決、③当事者同士での助け合い、④ご近所さんとの助け合い、⑤広く地域の資源を活用。

③一般の地域活動と違うのは、いわゆる自助による解決が加わっていること

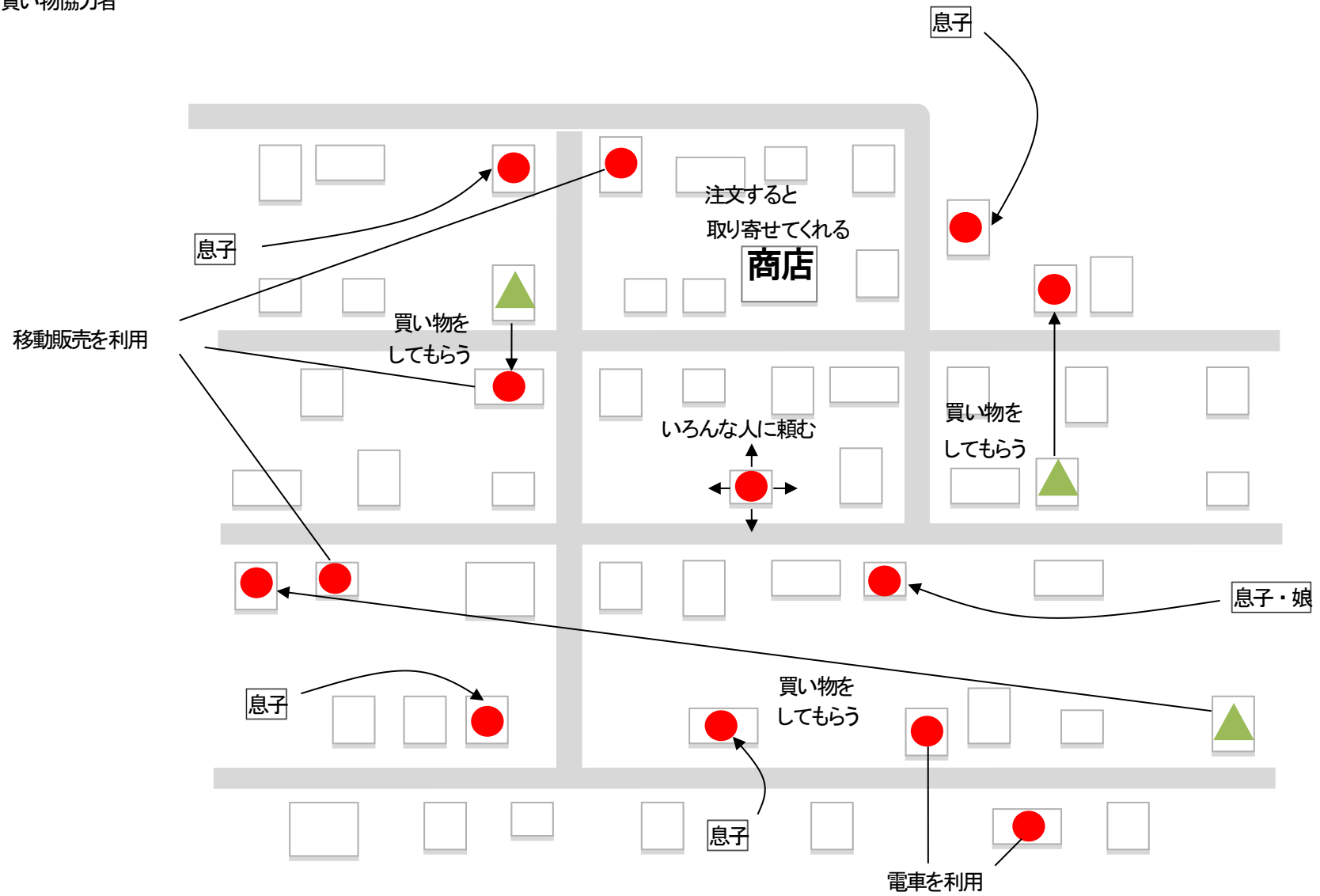
この①～⑤の5つを見てどう思われるか。じつはこれらは、一般の住民たちのやっている福祉活動とほぼ同じである。違うのは、当事者の場合はいわゆる「自助」の部分が入っていることだけだ。①の自力で解決と、②の身内で解決だ。

しかしよく考えてみれば、一般住民も地域福祉活動の出発点は自助の行動なのではないか。困ったことがあれば、まずは自分で対処したり、家族で解決したり。つまり地域福祉活動のやり方は、すべての人に共通していた。そして自助から出発することを今から意識し、取り組んでいけば、要援護になった時に助かるはずだ。

当事者も、一般住民と同じ方法で地域福祉活動をしていた。住民もまず自助から出発すれば、両者は合流できるのだ。すなわち、まず自分の問題に目を向け、それを自力や身内で解決することから始める。次に当事者仲間と助け合い、ご近所の人と助け合い、広く地域の支援を求め、という段取りで進んでいけばいいのだ。

● 交通(車)に不便をしている一人暮らし高齢者

▲ 買い物協力者



第7章 当事者側からの圏域設定と福祉推進

(1)自助活動の場合は、当事者を中心に圏域設定

一般の福祉関係者は、圏域を設定する場合、まず第1層として市町村圏域、次いで校区が第2層、そして第3層が自治区。ここでおしまいだ。

ところが当事者の場合は、まず自分の足元を大事にする。ここを安心エリアと称することにした。全国の自助努力をしている一人暮らし高齢者は、まずこの安心エリアをつくっている。

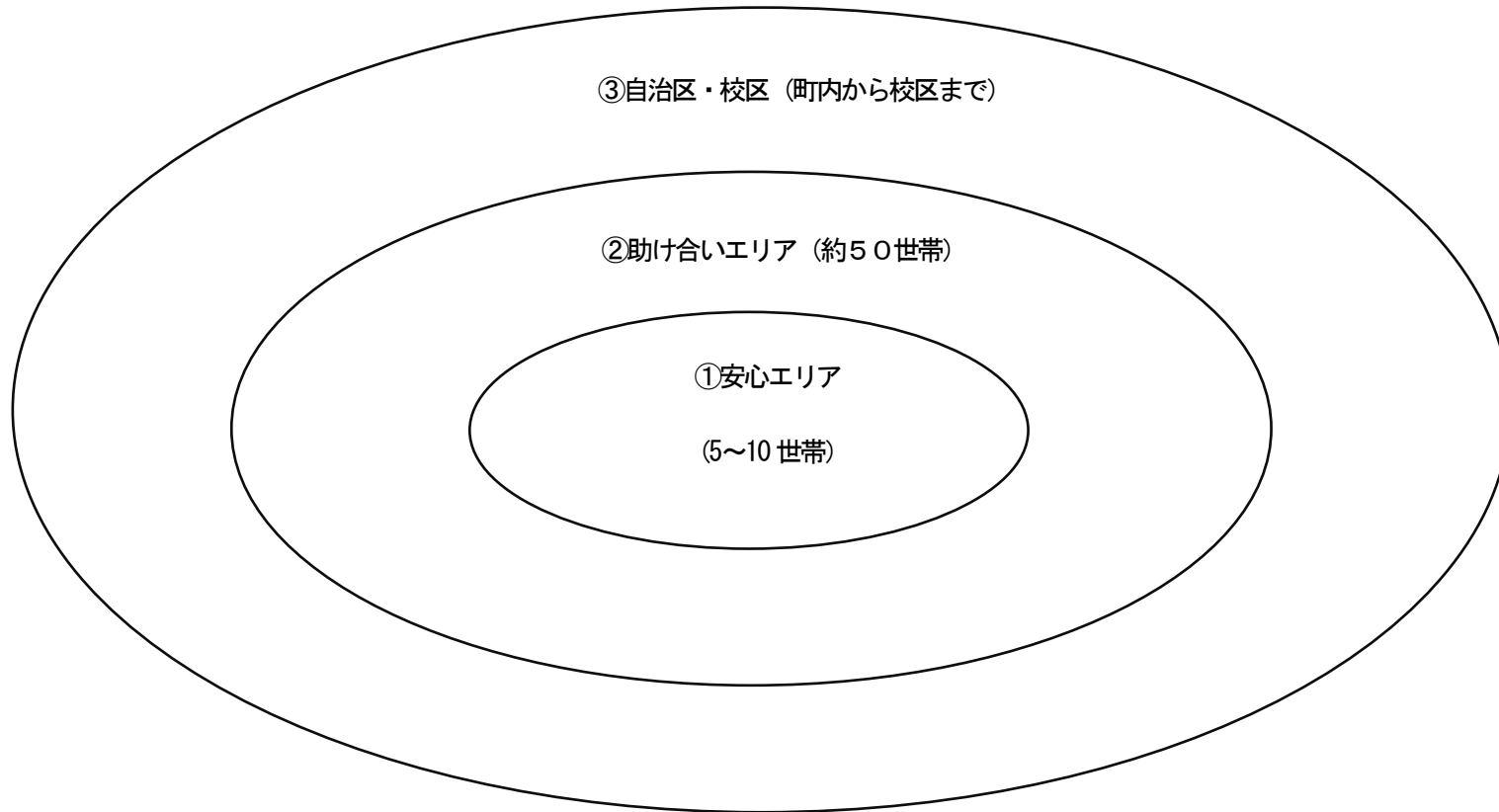
次いで助け合いエリア。当事者が必要な資源を掘り起こす場だ。そのためには当事者が連携して、ここを助け合いの場にしなければならない。

それより広域の部分は、彼らの関心の及ばない地域で、一応、福祉資源は必要とするものの、積極的にそれを探し求める対象にはなっていない。当事者が動きやすい範囲は、もっと小さくする必要がある。いま全国で校区圏域ごとに地域づくりをしようという動きがあるが、それが妥当かもしれない。当事者からすれば、もっと小さく、自治区、つまり数百世帯単位ごとに地域をつくっていくのが望ましい。

(2)当事者の周りにまず安心エリア

自分の周りにまず「安心エリア」を設定する。

安全とか緊急対応など、自分の基礎的なニーズを充足するための圏域だ。広さは個人によって違う。周囲との関わりの範囲が広い人ほど、安心地帯は大きくなる。自宅を拠点に、気の合う人を集めて、井戸端会議のようなことをしている人がよくいる。プライバシーよりも自分の身の安全を守るため、自宅をオープンにしているのだ。ここで探すべきは、①私にとって資源になる人、②私が担い手になっている人、③これからエリアの仲間に加えたい人、助け合える可能性のある人(双方向)。



(2)次いで「助け合いエリア」を充実

最も助け合いがしやすい助け合いエリア（50世帯）を充実させ、資源の掘り起こしをする。ここが支え合いマップを作る圏域。当事者も資源の確保や育成ができる。これを世話焼きさんと一緒にすすめる。

①助け合いエリアの特徴

①顔が見える唯一の圏域。②だから助け合いがしやすい。③当事者はここでニーズを発信している。ここなら「困った」と言えば応えてくれる人が見つかる。④ここに世話焼きさんもいて、要援護者に関わっている。これ以上広い範囲では「困っている人」が見えないので、ここで活躍している。

②助け合いエリアでの助け合いのルール

この圏域で助け合いを進めるには、以下の、住民の助け合いの基本的なルールを大切にすることが必要がある。

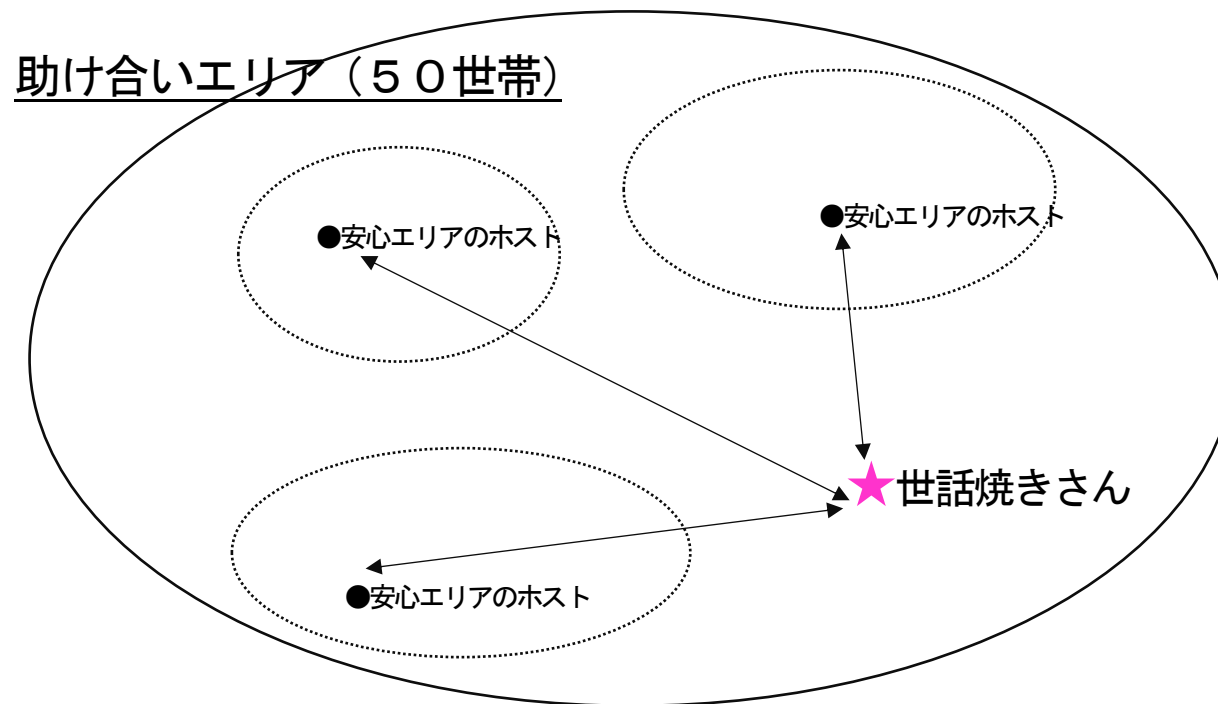
①一対一の助け合い。相手をまとめない。②相性が大切。③双方向。一方的では助けられた方が困る。④当事者が主導。担い手を選ぶのも当事者。⑤水面下で活動。ミエミエに助けてくれるのは困る。⑥私的、個人的な助け合い。

当事者は、ここでは地域福祉の推進者の役割を果たす。そうすることで新しい資源を発掘し、活用することができる。まず当事者が1人、2人で行動を始め、それを世話焼きさんがバックアップするのだ。そこで、助け合いエリアの中で、既に安心エリアをつくっている当事者や世話焼きさんを探し出す。その中で既につながりの線ができていいる部分も探し、そこか

ら新しい線を作り出していく。

③当事者と世話焼きさんが手を組んでご近所福祉の推進へ

これはただ当事者が必要な資源を探すためのものだけではない。それをするためには、隠れた資源を発掘したり、それを育てたり、もっと発展して、ご近所福祉を充実させて、そこから豊かな福祉資源が生まれ出るような働きかけをする必要がある。それが、要するにご近所福祉の推進なのだ。

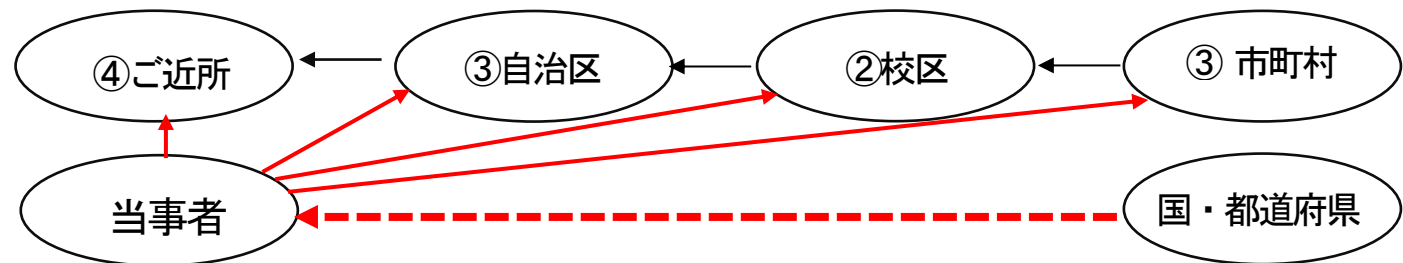


第8章 地域福祉の補助金はだれに支給を？

(1)公金の下りるルートを確認させなければならない



公金、つまり福祉事業に使われる公的なお金は、主に赤い線のルートで、③までは下りてくる。大体は①と②どまりだ。しかも使い道は各種ワーカーの人件費だろう。ここではっきりしているのは、当事者やご近所福祉の担い手などには公金は下りてこないということである



これから関係者や各種のワーカー、自治会、ボランティア、一般住民を福祉資源として活用するのは当事者だから、まず公的機関からストレートに当事者個々に補助金が行く。そして当事者が各種資源を活用するたびに、本人の裁量で誰にいくら支給するかを当事者個人個人が独自の判断で金額を決め、活用する。

(2)当事者自らが受け取る「活動費」も

当事者が自ら消費する場合もある。1つは、自身の周りに安心エリアを作るための諸費用。他の当事者と一緒に、自助のご近所をつくっていくための費用。誰かの家などを生かして、当事者たちの自助活動のための交流拠点をつくる費用、そしてそこで実施する交流活動の費用、ご近所から資源の芽を発掘し、それを皆で育てていくための活動費などだ。

(3)当事者自らが手当てを担い手に支給するメリット

当事者が手当てを担い手に支給することで、自分と担い手との関係がはっきり見える。そしてそれは、相手をお願いすることではなく、サービスを購入するという意味であることが視覚化される。助け手も当事者から手当てを受け取ることで、福祉活動の対等なパートナーという関係を意識しやすい。また当事者は、補助金をもらうことで、安心エリアづくり、ご近所づくりを意識的に実行する責務があることもはっきりする。

第9章 自助力のある人とは？

<自助力を測る6つの要件>

1. 攻めのおつき合いができる

自分も当事者だという自覚がある人は、普段から助けたり、助けられたりの基盤となる人間関係づくりに励む必要がある。人間関係といえば、不得意な人もいるが、それでもそれなりの積極的な努力は必要だろう。

助けられ努力をしている人を見ている、自分は人間関係づくりが得意だという人ばかりではない。それでも、自立して暮らしていくためには助け手が必要だし、そのためには人に働きかけていかなければならない。不得意なりに日々、おつき合いの努力を重ねている。そういう姿勢がうかがえるのだ。

2. 要援護でも人助けに励む

人は助ける側か、助けられる側かのどちらかだと考えがちだが、それは誤りだ。本当の助けられ上手さんは、意外にも、同時に助け上手さんでもある。上手かどうかはともかく、そういう人は、がんばって人助けに励んでいる。そうすれば自然に助け手がやって来る。地域では、そういう関係になっているらしい。

だから「要援護になっても人に尽くす」という言い方は、正確ではない。要援護であろうとなかろうと、

とにかく人は人助けに励むものだと考えた方が正しいのだ。

3. ご近所の資源情報に強い

助けられ上手さんと言われるには、いろいろな資質が求められるが、その1つは地域の資源情報に詳しいこと、それをうまく活用できることである。

4. 強力なサポーターを確保

自助力を発揮している人は、有力な支援者を1人確保している。多くの場合、大型の世話焼きさんである。

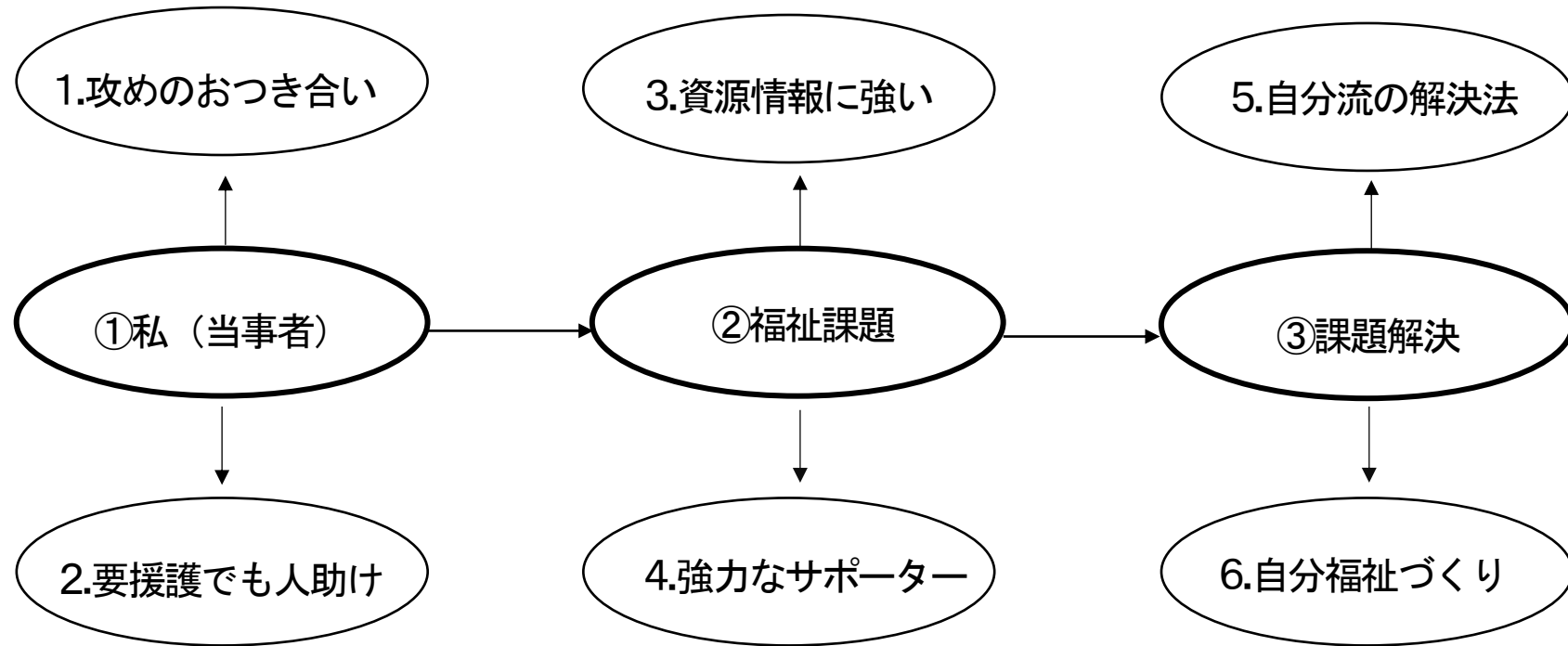
5. 自分流の問題解決法を持っている

自助という限り、決まったサービスをただ受けるだけではなく、自分のための福祉は自分で考える、やり方も自分流で、というのでなければ意味がない。

6. 自分福祉を組み立てられる

自分のための福祉を、その人なりに組み立てることができる人はまだあまりいないが、これができれば、助け手を上手に確保できるから有利だ。自分のための福祉を組み立てるとは、例えば自分の足元の自助エリ

ア（最低限、身を守るための空間・10～20世帯程度）やご近所（50世帯）の助け合い起こしができるということである。無論、1人ではできないから、仲間と一緒にやることになるのだが。



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/>
