

支え合いマップづくりで 見えてきたー地域の助け合い

魔法の虫眼鏡

★支え合いマップは住民流福祉総合研究所が20数年前、地域の実態把握のツールとして開発したものです。

★マップ作りを通して、人々は50軒程度でまとまって、ふれあい、助け合っていることが分かりました。この圏域＝「ご近所」の充実こそ、要援護者が最も望んでいることなのです。

★マップ作りでは、まずご近所（およそ50軒の範囲）の住民5名程度が集まり、見守りや支援の必要な人がどこにいて、ご近所のだれが関わっているかなど、人々のつながりの線を引くことで、助け合いの実態を視覚化します。

★そしてそれを生かしながら、より良いご近所にするための取り組み課題を抽出し、出てきた課題にそのご近所の住民が主体的に取り組んでいきます。

★まずは、全国の支え合いマップ作りでどのような事実が見えてきたのかをご覧ください。支え合いマップを作ったからこそ見えてきたご近所の素顔。まさにマップは「魔法の虫眼鏡」と言ってもいいでしょう。

住民流福祉総合研究所（木原孝久）

埼玉県入間郡毛呂山町毛呂本郷1476-1

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

新旧住民、繋がっていた

- ★郊外では新住民と旧住民があまり交流していないのが悩みの1つです。
- ★この地区でも同様に、町内会長は（マップ下部の）新住民が上部の旧住民とまったく交流しないと悩んでいました。
- ★では個人的になら、どうか。Aさんは、3人（■印）に畑を貸してました。一人暮らしのBさんは、3人（■印）と犬の散歩友達になっていました。すると町内会長も、「そういえば私も、彼らと子ども会につながっていた！」。これらのつながりを生かして、交流を広げていったらどうでしょう。

民生委員兼町内会長Tさん



私達は元気な人の集まり

★ふれあいサロンのメンバーとマップ作りをしました。

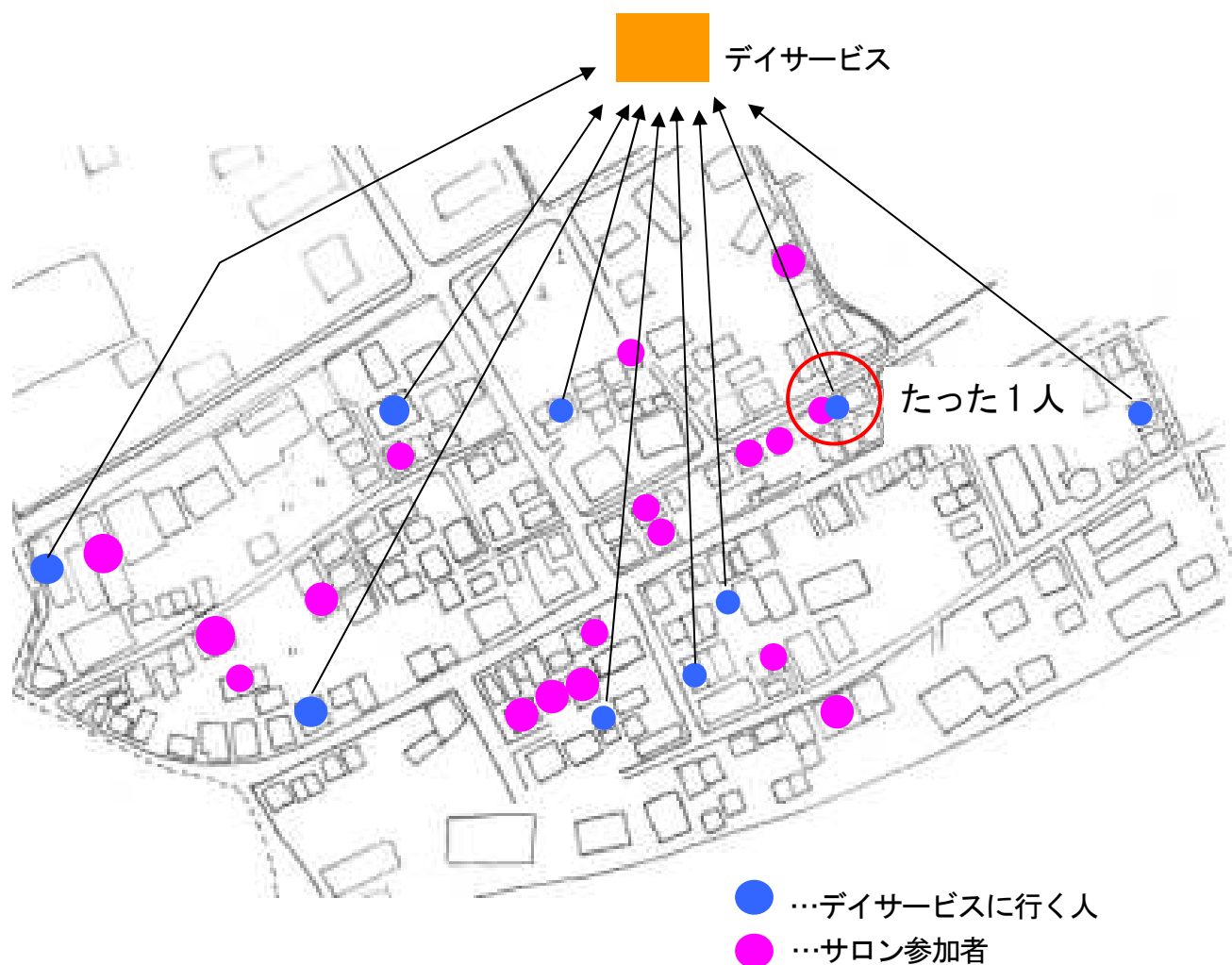
★まず、メンバーの家に●印を。

★次に「この地区でデイサービスを利用している人は？」と聞いたら、●印の通り。

★2つの色が重なっている人、つまりデイサービスを利用してもサロンに行っている人は、たったの1人でした。

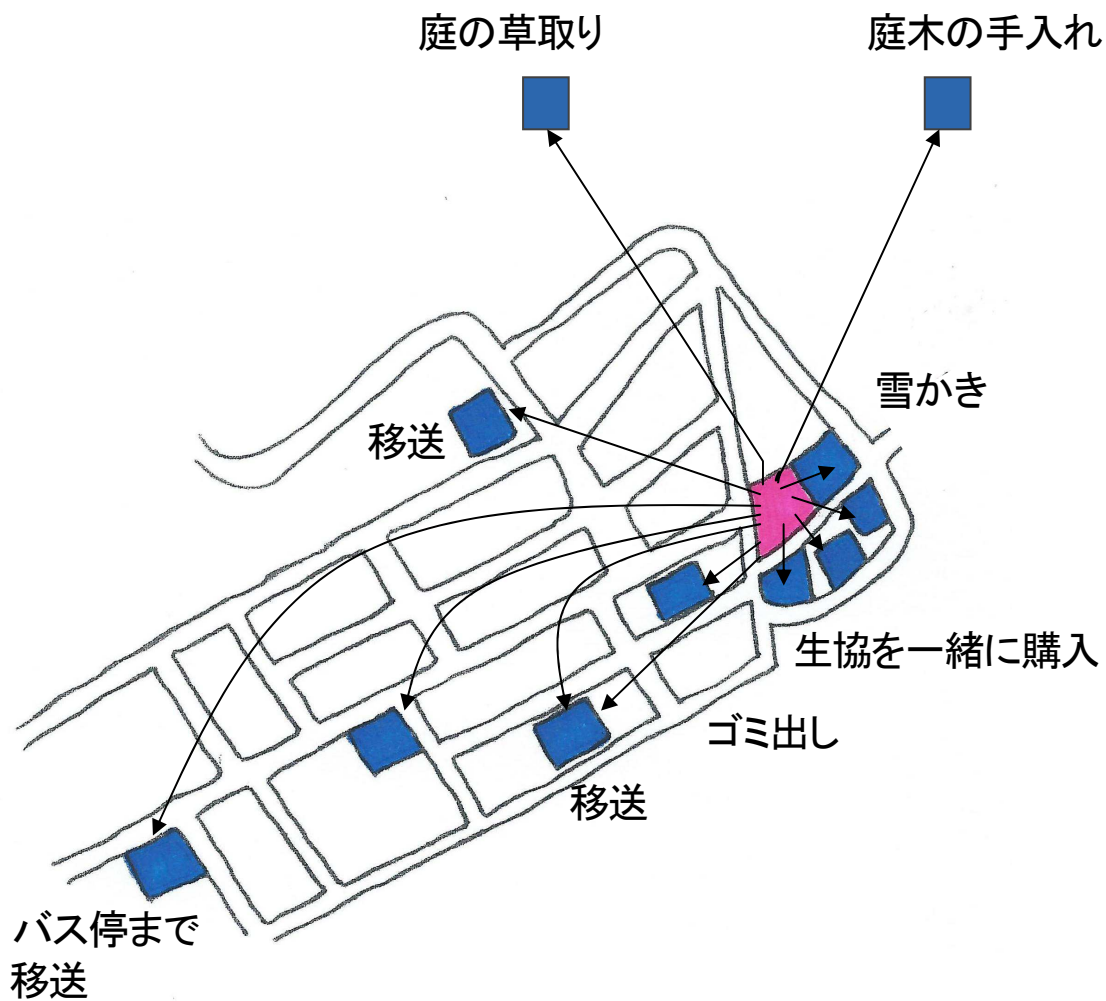
★なぜかと聞いたら、「私たちは元気な人の集まりなの」。

★今の地域は、元気な人と要援護者による棲み分けができてしまっていた！



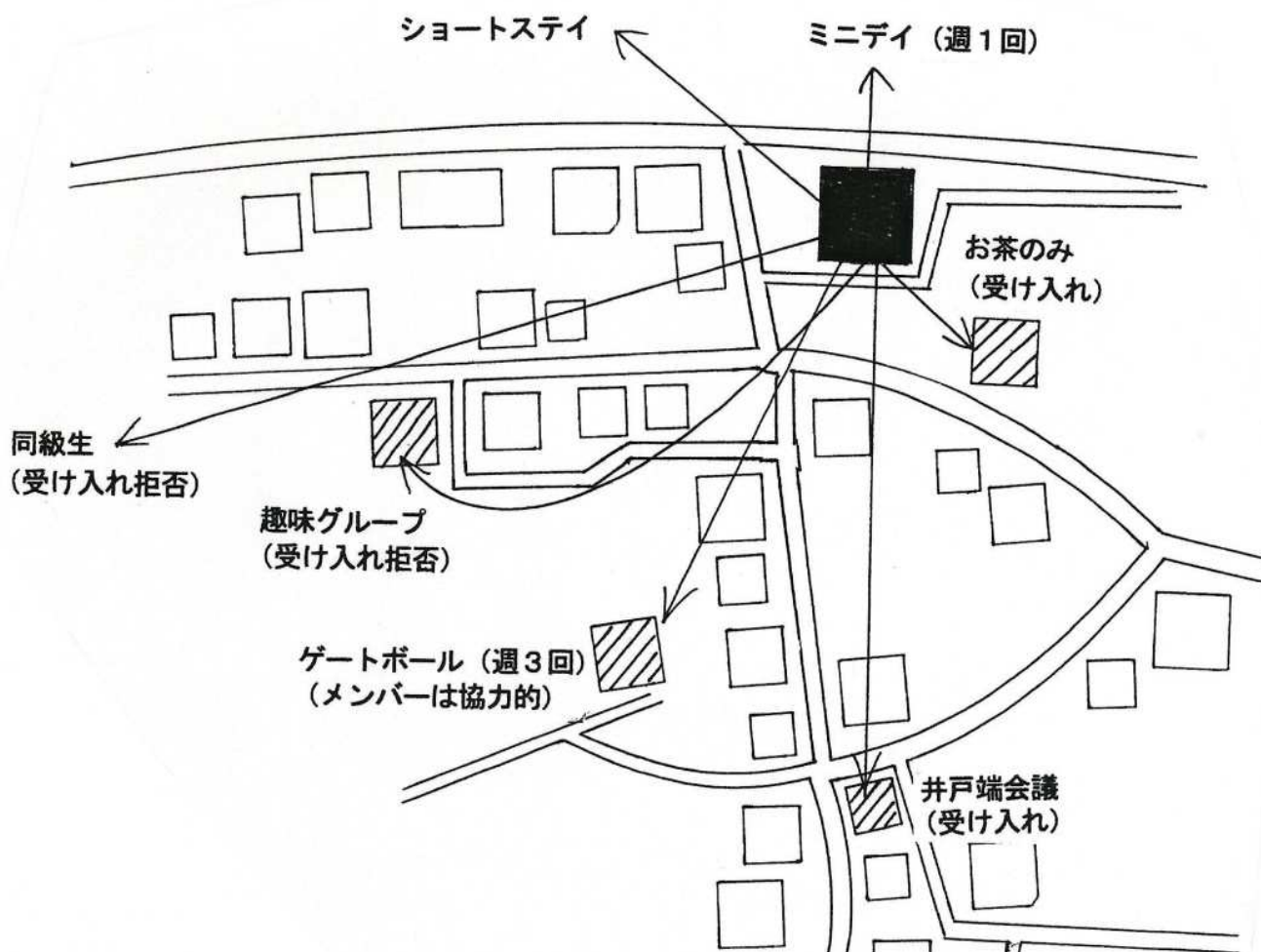
助けられ上手さんがいた

- ★ご近所でマップを作ると、住民の意外な行動が浮かび上がってきます。
- ★要介護の夫婦（■印）が、ご近所の人にいろいろお願いをしていました。
- ★あなたはゴミ出しを、あなたは庭木の手入れを、あなたは雪かきを、と。
- ★送迎をお願いする時は有償で、という区分けもしていました。
- ★ご近所の利点は、互いに顔見知りだからこそ、当事者が自分で助け手を確保できることです。
- ★興味深いことに、ご近所では、当事者が福祉の主役として行動しているのです。



ご近所で自分らしく生きたい

- ★認知症の女性が、毎日ご近所内を歩き回っています。よく調べてみたら…
- ★昔の同窓生宅に行くと、「来ないで！」と言われます。
- ★趣味活動をしている家でも、「お嫁さん、お母さんを寄越さないで！」
- ★一方、ゲートボールのグループは女性を受け入れていました。
- ★井戸端会議（小サロン）も受け入れています。
- ★お茶のみグループも受け入れています。
- ★担当のケアマネジャーは、「危ないから老人ホームに入りましょう」。
- ★これら全ての場が女性を受け入れれば、彼女のご近所で自分らしく生きることが出来ます。
- ★これが福祉の理想なのでは？



大中小世話焼きが連携

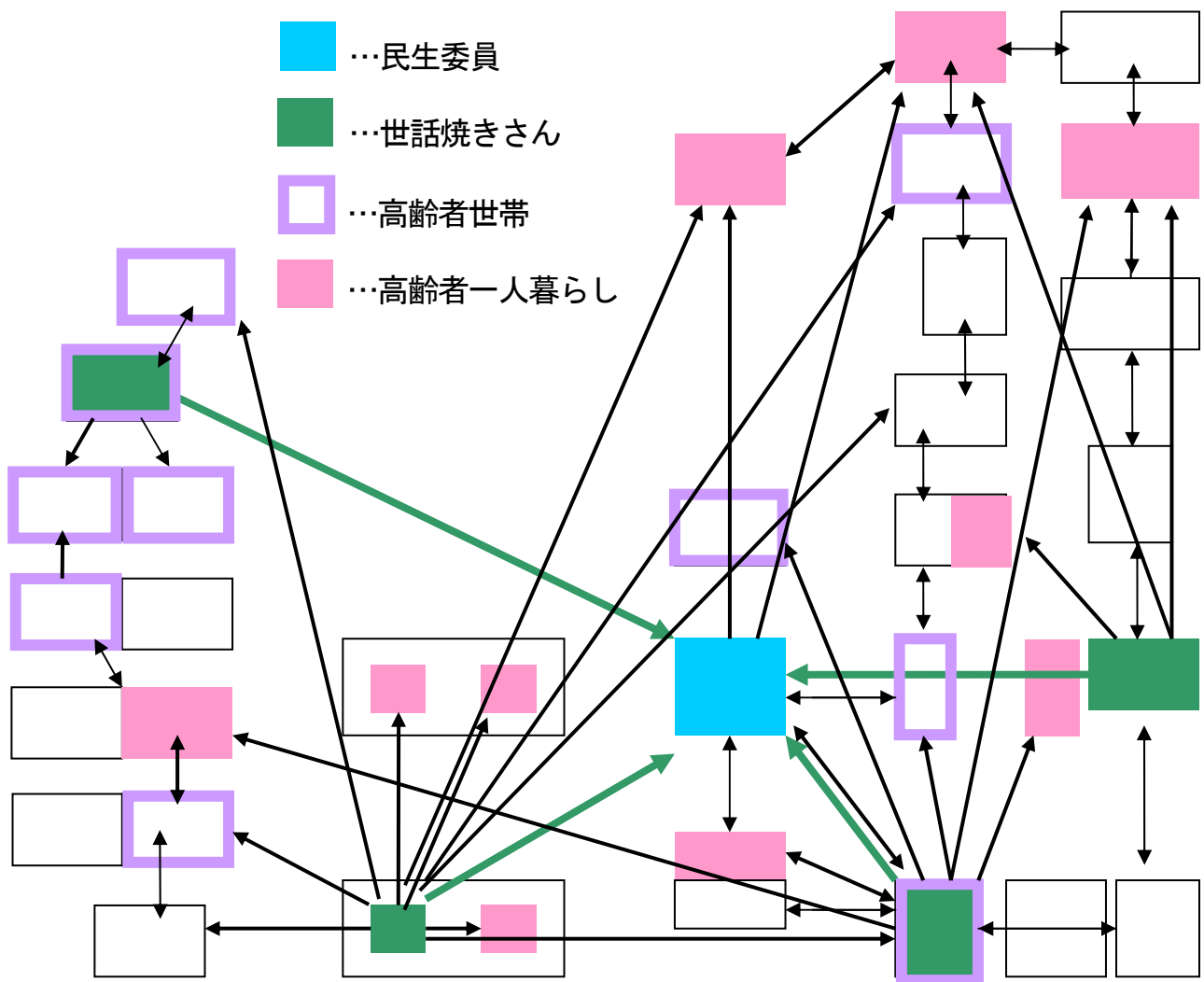
★ご近所は世話焼きさんの活躍の舞台。困っている人を助ける天性の資質の持ち主です。

★民生委員（中央の■印）が自宅周辺のマップを作った結果がこれです。

★10人程度のお世話をしているのが大型（最下段の■2人）、5、6人が中型（中段の左端と右端の■）、その他が小型の世話焼きさんです。

★特に民生委員が驚いたのは、一人暮らしの人と老々世帯のすべてに、2、3本の線が入っていることでした。

★「足元では助け合いは全くしていなかった」と民生委員。



超大型世話焼きさん

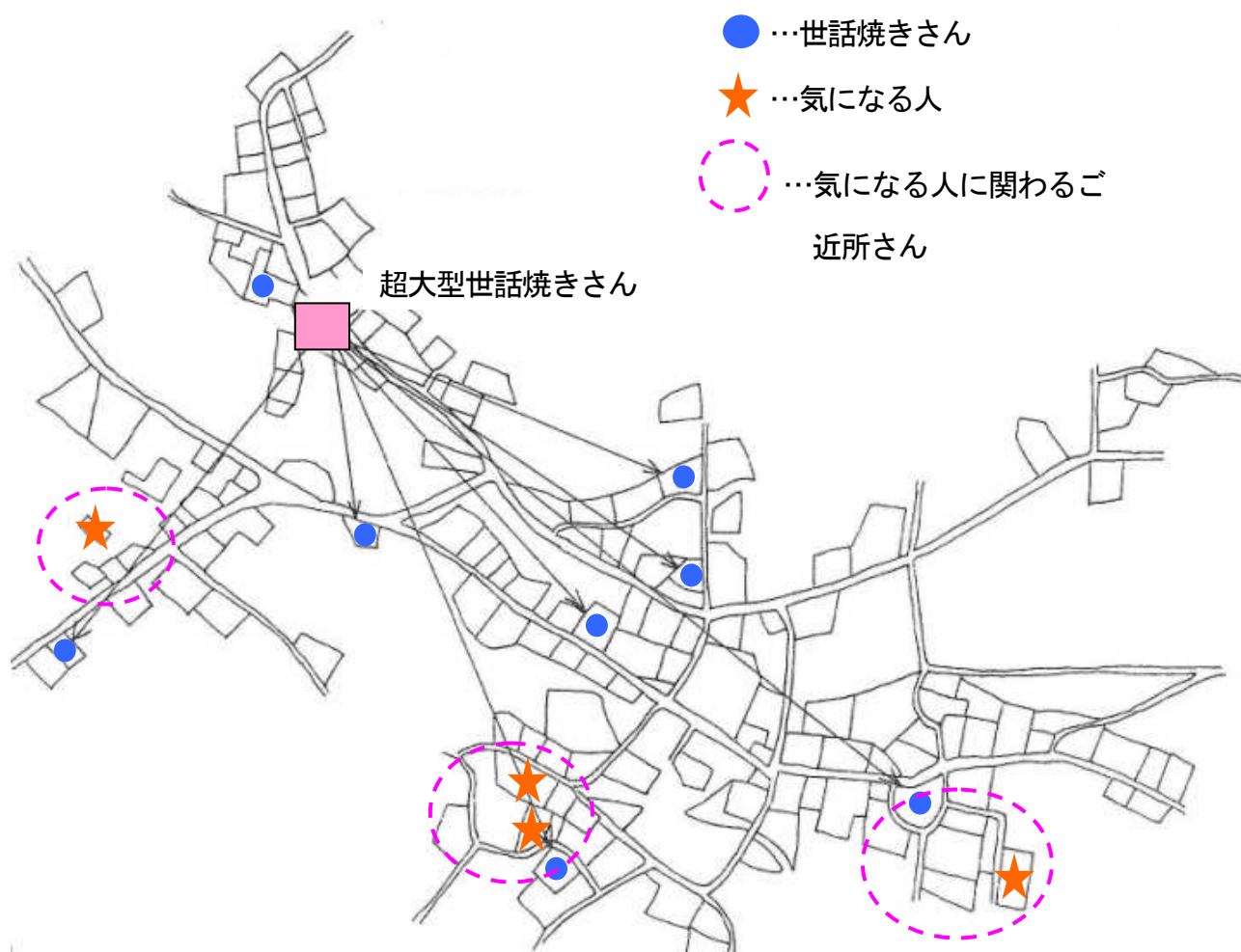
★一般的に、世話焼きさん（大中小）はご近所で活躍しています。いわゆる第一層（市町村）、第二層（校区）、第三層（自治区）は広すぎて要援護者が見えにくいのです。

★ところが数百世帯の第三層で活躍している超大型世話焼きさんがいます。

★たとえば下のマップの世話焼きさん（■印）の動き方はこうです。まずご近所を歩いて気になる人（★印）を見つけたら、その周辺の人（点線内）に見守り等をお願いします。

★また、世話焼きさん（●印）を探し出しては、その周辺の人たちへの関わりをお願いします。

★普通の世話焼きさんは、直接、要援護者のお世話をしますが、超大型世話焼きさんは、他の人を動かすこともできる人材です。この人がいると、ご近所と上の層（生活支援コーディネーター等）が繋がります。



「ながら」見守り

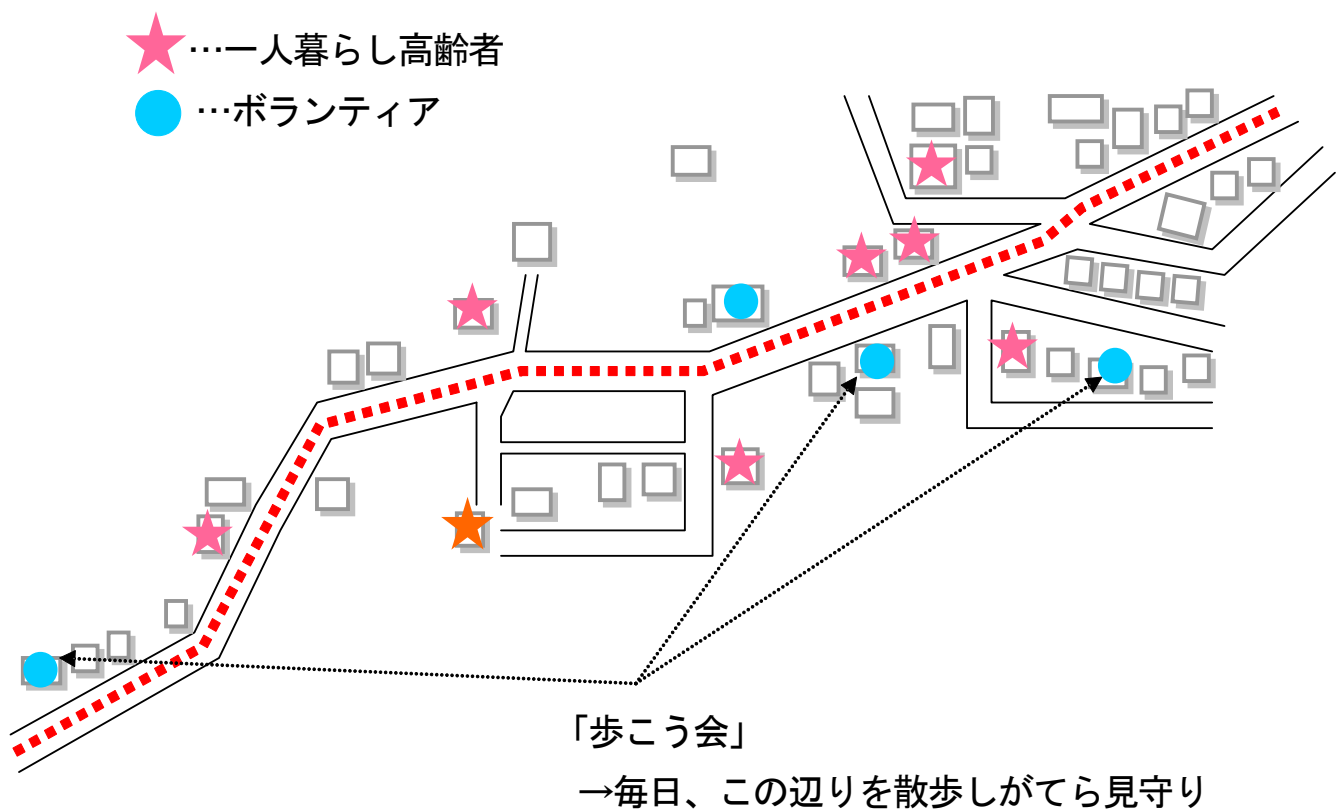
★住民の活動は、「普段の生活の中で」が基本原則です。意図的な活動にはしません。

★この地区では、一本の道路に沿うように人々が暮らしていて、★印が一人暮らし高齢者です。

★こういう場合に、住民はどのように見守りをするのか。

★左端の人（●印）によると、毎日、夕方になると、「歩こう会」のメンバー3人が左端に集合し、道路を右に向かってウォーキング。その間に、さりげなく一人暮らしの人の様子を伺うそうです。

★右端まで来たら、その先に住む民生委員に報告してから解散します。



なぜ助け手の悪口を？

★小規模多機能施設が、利用者の1人（★印の女性）に地域の人がどのように関わっているかを調べてみたら、なんとこれだけの人（●印）が見つかりました。見守りからおすそ分けを持ってくる人まで、11人もいます。

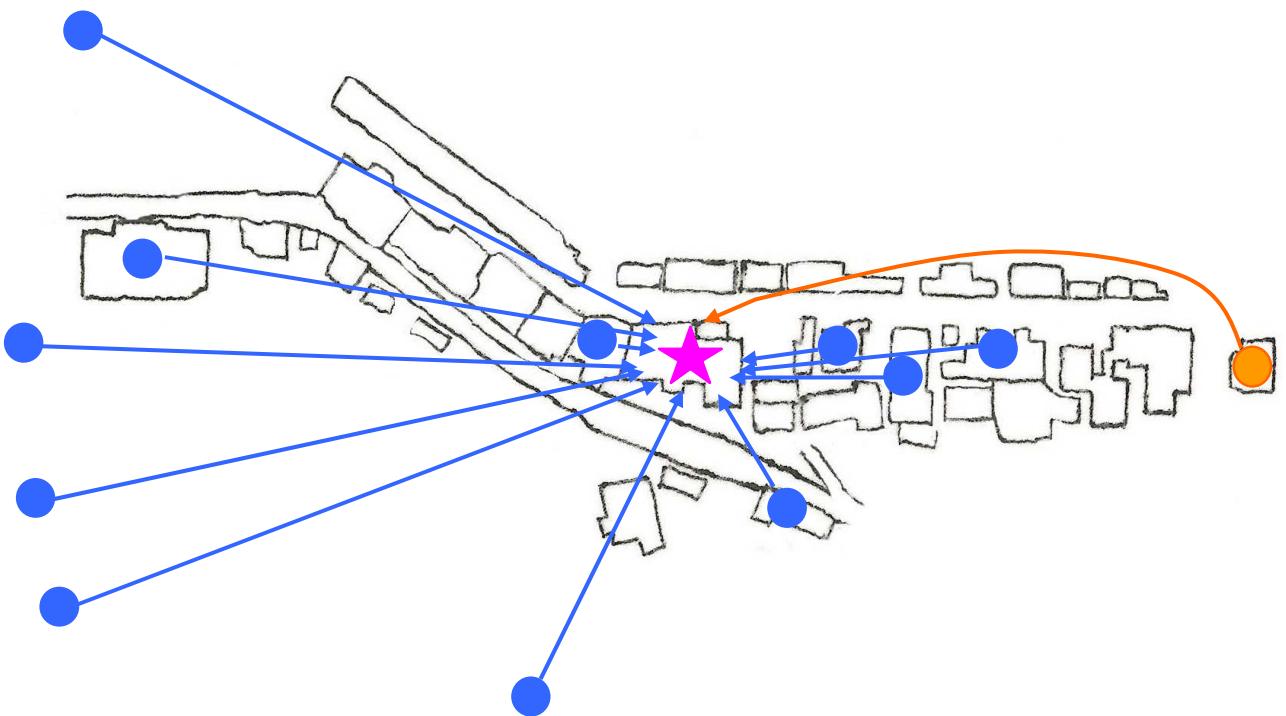
★ところが、女性はこの11人の人たち全員の悪口を言っているというのです。

★では、彼女が悪口を言わない相手がいらないのかと調べてみたら、1人いました（●印の人）。

★この人は、女性宅へ何をしに来ているのか。彼女を買い物やレストランに連れ出しては、支払いをさせていたのです。

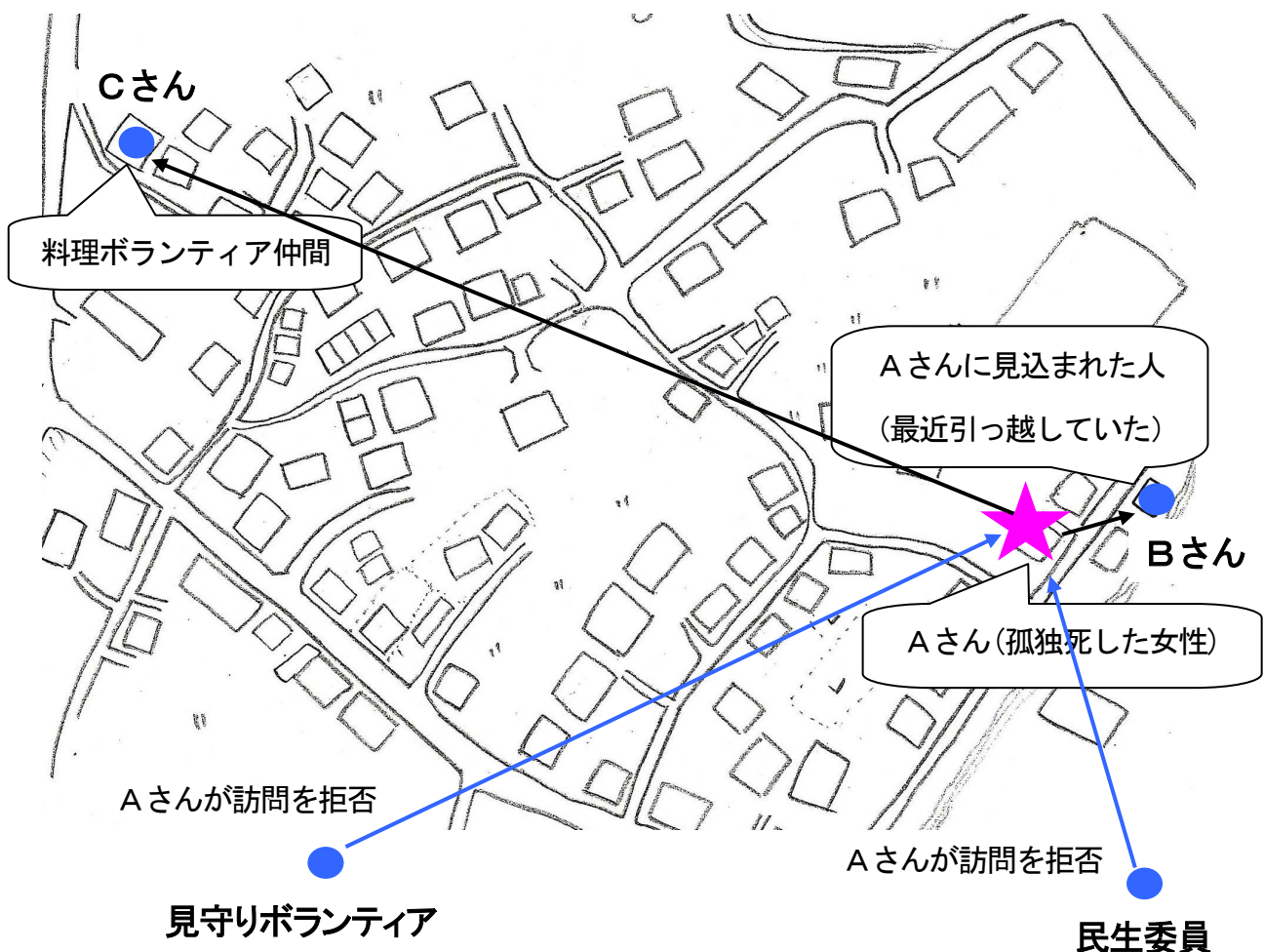
★明らかに利用されているのに、女性はこの人の悪口を言うどころか、こう言ってかばっているそうです。「あの人は可哀想な人なの。私が面倒を見てあげているのよ」

★11人もの人から助けてもらう一方では、女性のプライドは傷だらけになってしまいます。そのプライドを回復させてくれるのが●印の人だったので



見守る人は私が指名する

- ★死後2週間で発見された一人暮らし女性Aさん（★印）。
- ★民生委員が訪問しても戸を開けませんでした。ボランティアも拒否。
- ★本当にAさんは誰とも接触していなかったのか。町内会の人に聞くと…
- ★Aさんが見込んだ相手が2人いました（●印）。特に、向いに住むBさんには「何かあったらお願いね」とまで言っていました。
- ★なのに、なぜ孤独死が起きたのか。Bさんが最近引っ越していたのです。
- ★住民の流儀では、見守る人は当事者が見込むのです。もし民生委員が、Aさんに見込まれたBさんとつながりを持っていれば、事態は変わっていたかもしれません。



ご近所に戻って助け合い

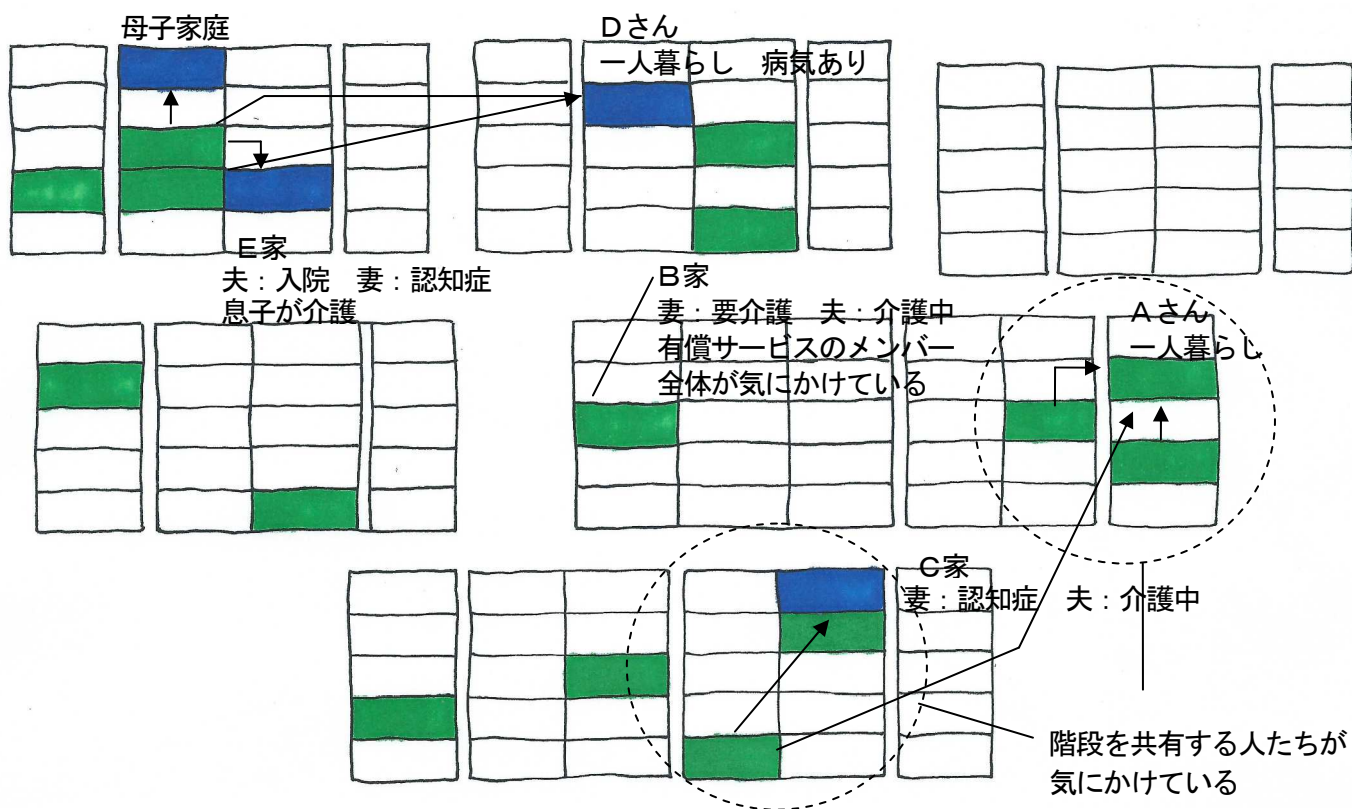
★有償の家事援助サービスグループのメンバーたちが、自宅に帰ってからも助け合いをしていました。

★■印が有償グループのメンバーで、中には一人暮らしの人や、家族を介護している人もいます。その人たちを仲間が無償で支援していました。

★それだけではなく、メンバーではない要援護の人（■印）のお世話もしています。

★ご近所で助け合いを起こすには、こういうやり方を取ればよいという好例の1つです。

- …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



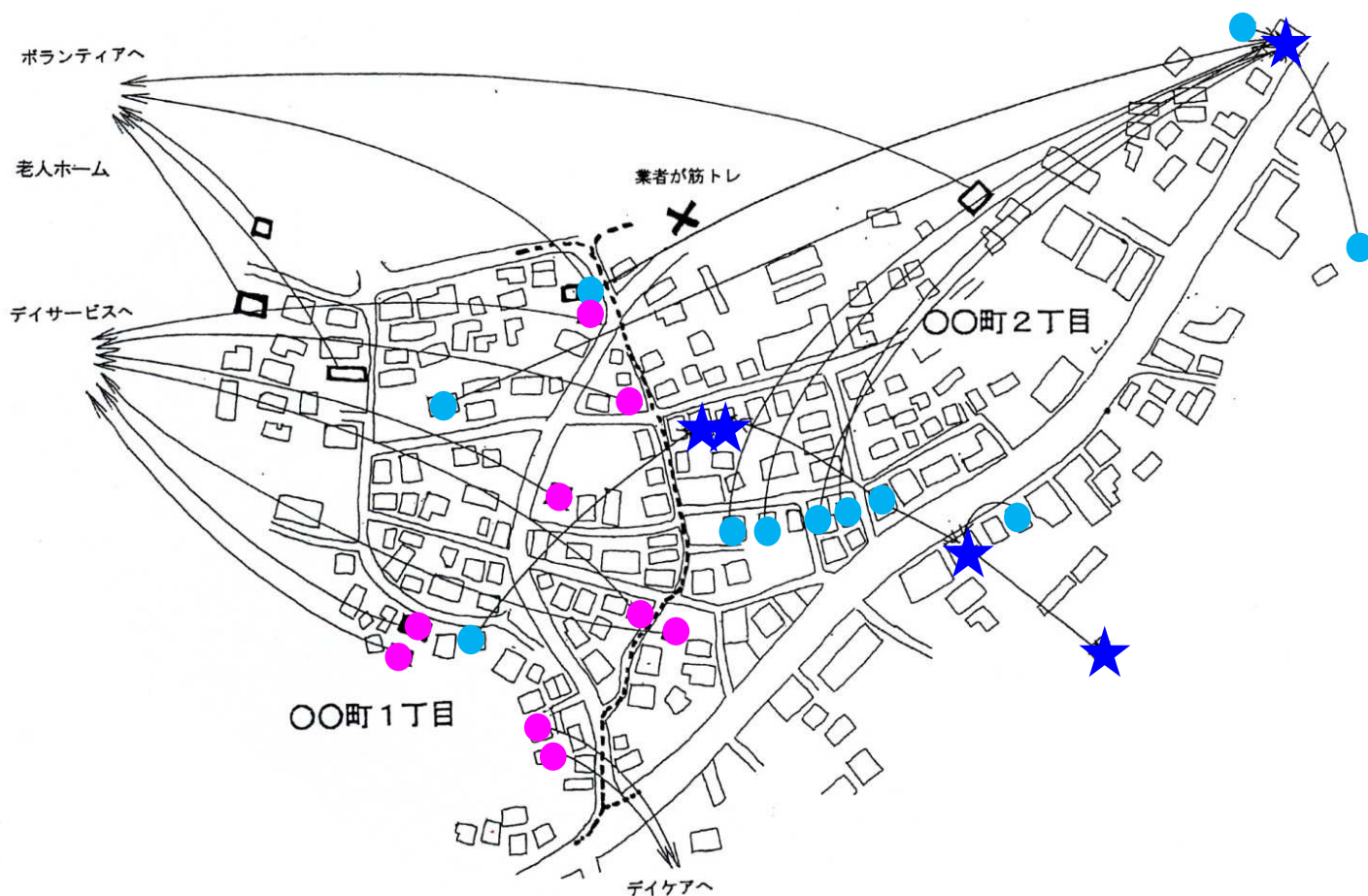
なぜデイ利用は1丁目？

★奇妙なマップです。左側が1丁目、右側が2丁目ですが、デイサービス利用者（●印）は大部分が1丁目の人です。

★2丁目の方は、なぜデイを利用しないのか。こちらでは小サロン（★印）があちこちで開かれていました。その参加者が●印です。

★1丁目でも小サロンを開けば、デイ利用者は減るのではと思われませんが、その資質のある人が、1丁目では施設にボランティアに行っていました。

★さて、1丁目と2丁目、福祉のあるべき姿はどちらでしょうか？

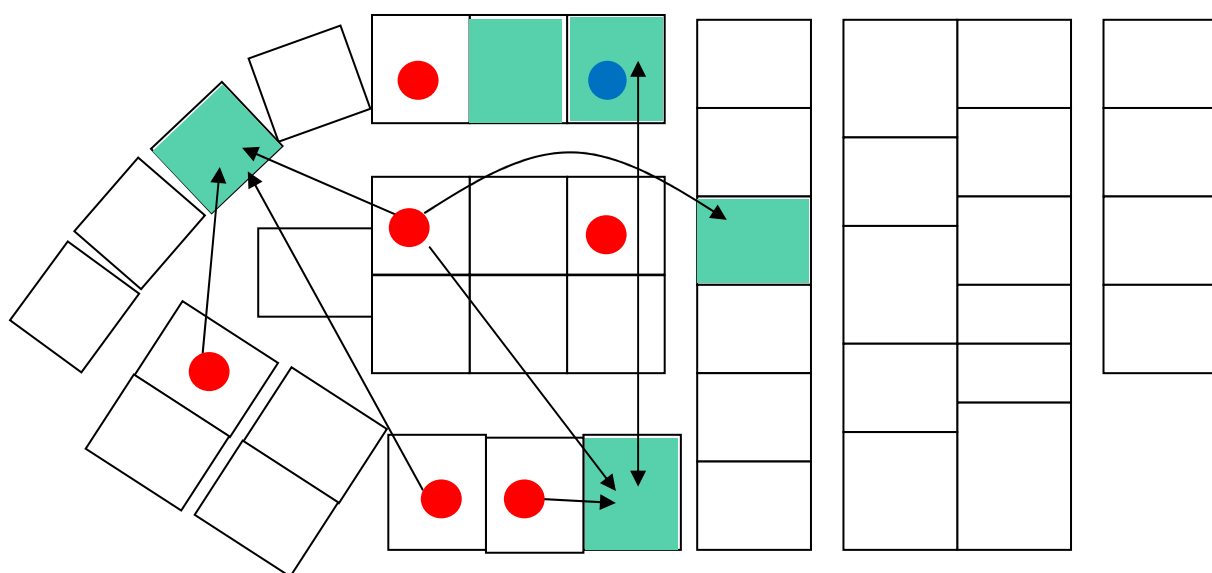


介護経験者の大きな役割

★下のマップで、家庭で介護中の家が4軒ありました。

★これを誰かが支援していないかと調べてみたら、家庭介護を経験した人が6名いて、その人たちが現役の介護者をサポートしていました。

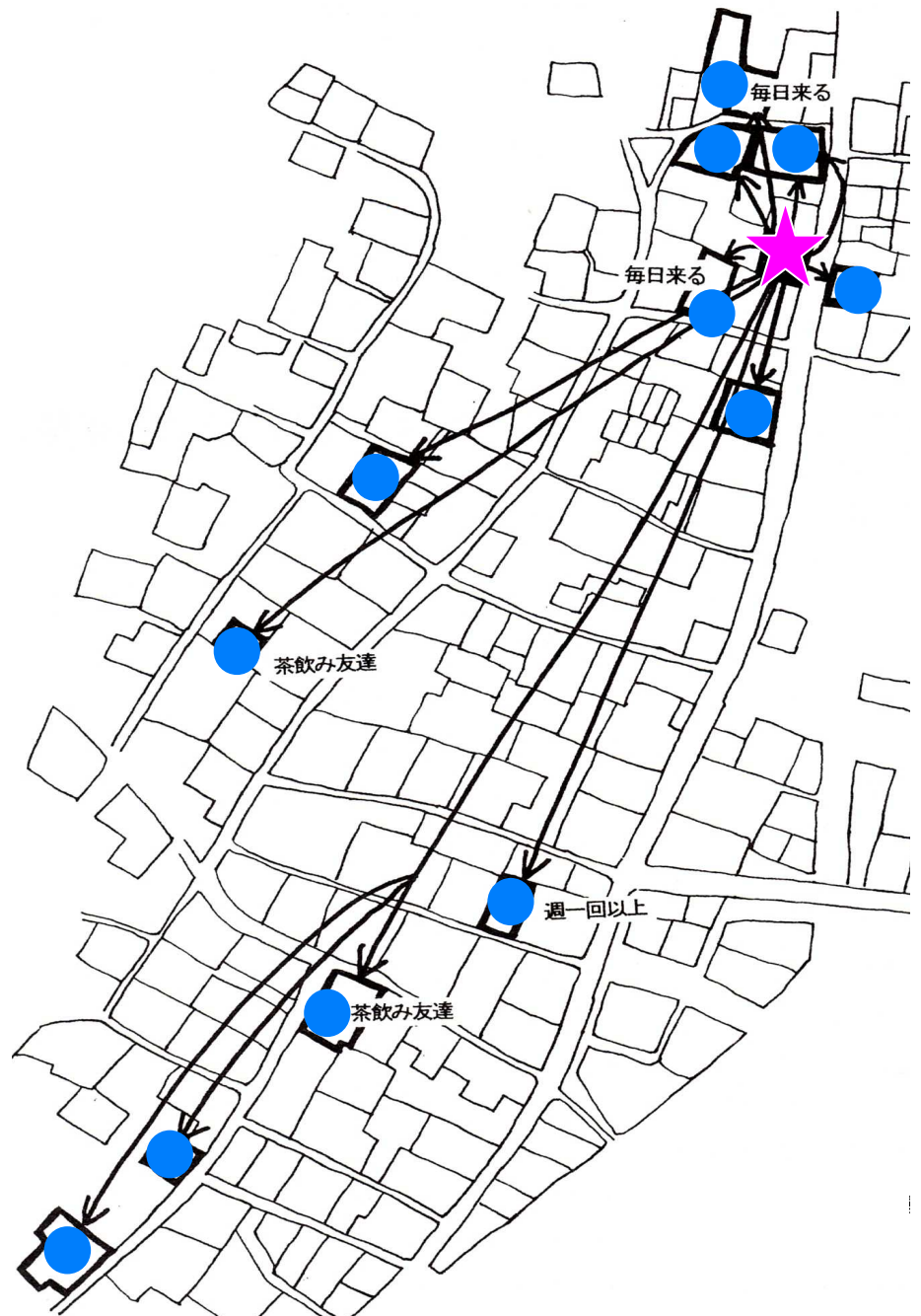
★元看護師も1人いました（●印）。マップ作成後、個人的に聴取してみたら、この人がこのご近所内のほとんどすべての人の健康相談に乗っていることが分かりました。看護師が世話焼きさんだと、凄い福祉・医療資源になるのです。



- …介護中の家庭（線は関わっている人）。
- 介護経験者がサポートしている。
- は元看護師。

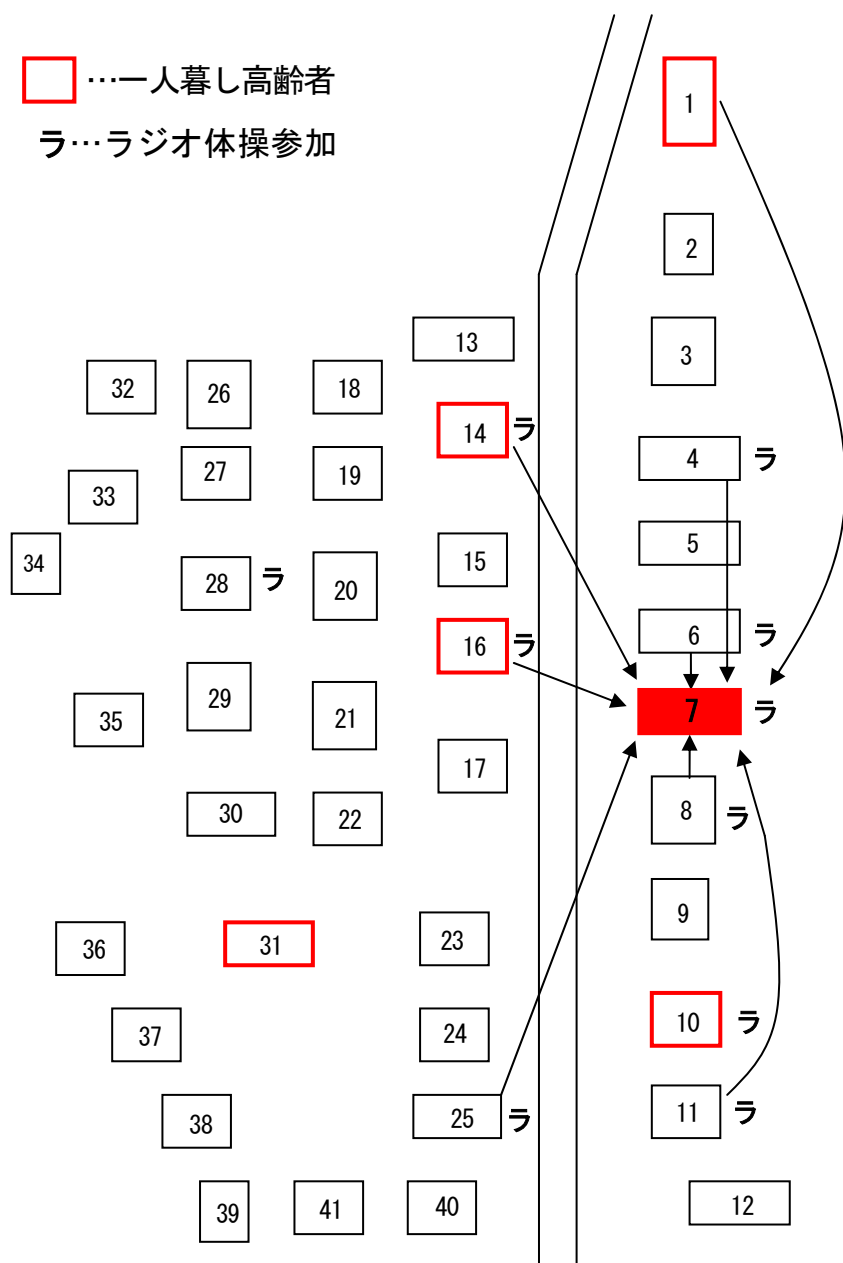
迷惑かけられ屋

- ★このマップの●印は、★印の高齢女性が頻繁に訪れる相手です。
- ★その●印の人々に聞いてみると…例えば早朝5時ごろ、玄関のチャイムが鳴る。何事かと出てみると、女性が立っている。「おしんこの作り方を教えて」。そんなことなら昼間来ればいいのにと言うと、「今知りたい」。相手からすれば迷惑なことですが、女性も悪気があるわけではないのです。
- ★「断ると悲しい顔をするので、できない。後でお礼におすそ分けも持って来るし…」と、11人は今日も彼女の訪問を辛抱強く受け入れています。これも一種の福祉活動では？



「ウチに来ない？」

- ★この界限では朝の決まった時間にラジオ体操が行われています。
- ★主催者（4番）が持ち出したラジオから体操の歌が流れると、参加者（ラ印）が家から出てきます。玄関の前で体操をし、終わると引っ込みます。
- ★体操が終わると、8番の人（90歳の一人暮らし女性）が「ウチに来ない？」と周りに声をかけます。常連は8名。お茶菓子を振舞い、世間話をします。
- ★これも「見守られ」の知恵なのかもしれません。一人暮らしの女性が90代になると、こういう活動を始めるという事例が、各地で見られます。



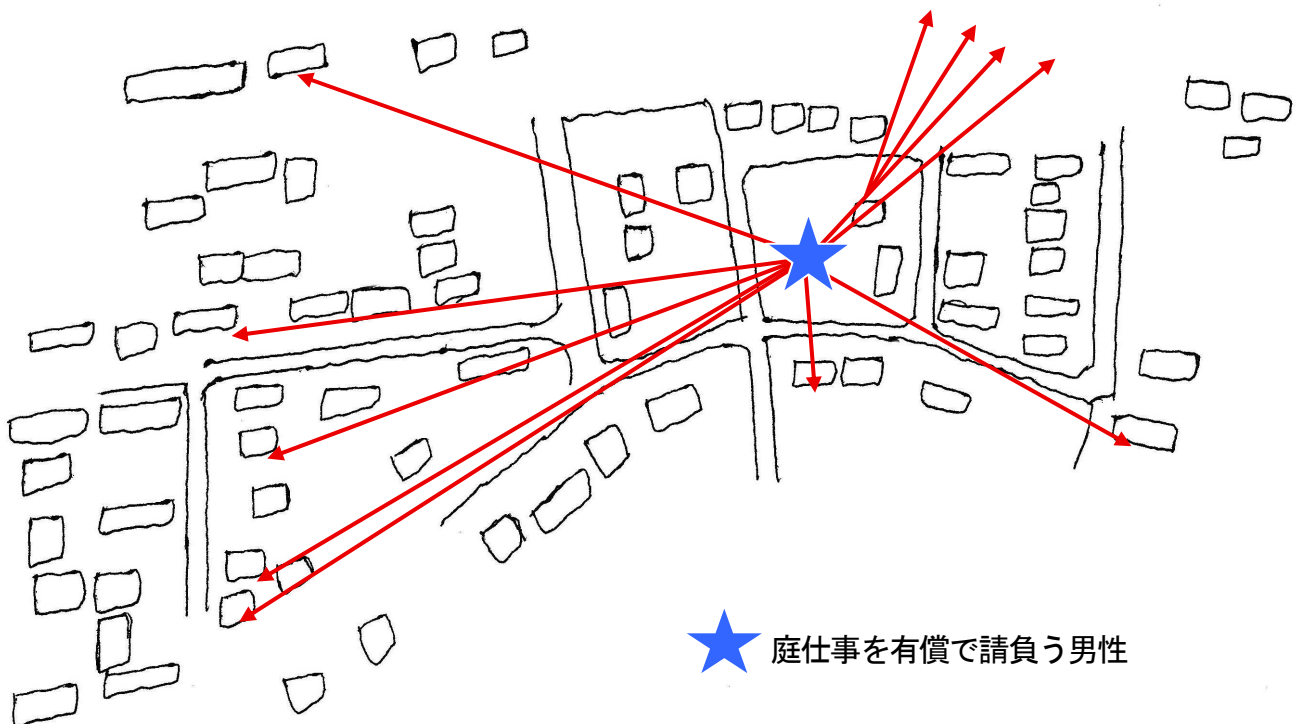
資源の共同活用

★ここは北陸地方のあるご近所。家も庭も広いので、一人暮らしの女性の場合、庭木の剪定や草取りが重労働になります。

★この問題をどう解決しているのか。1人の女性に尋ねたら、★印の家を指さして、「この人に頼んでいる」。大手企業を退職した後、庭木の剪定を学んだという男性です。気軽に応じてくれて、お礼は両者の話し合いで決めたということです。

★この男性に同じことを頼んでいる人は？と聞いたら、10人もいました。お礼の仕方は、両者の関係の深さや経済状態などで、全員異なっていました。

★ご近所内の限られた資源を、当事者たちが「共同活用」していたのです。



おむつ替えの名人

- ★「私は、おむつ替えの名人なのよ」と言うS子さん。ポイントは、対象者のプライドを傷つけないテクニックだと言っていました。
- ★S子さんは毎日、地元の要介護者宅を回っておむつ交換をしていました。当時、各地にこのような名人がいましたが、介護保険が始まってからは、すっかり見かけなくなりました。
- ★S子さんがしていた活動を、「おむつ替え」に絞ってご紹介しましょう。
- ★K家には寝たきりの高齢者がいて、大便をしても家族には触らせないので、S子さん呼びにやります。
- ★A家には認知症の女性がいて、徘徊が始まるとS子さんが先頭に立って探し回ります。この人のおむつ交換もS子さんの役割です。
- ★M家では、一人住まいの女性がほぼ寝たきりで、S子さんが毎晩、ポータブルトイレで用を足させます。S子さんの娘が食事を届けます。
- ★T家にもおむつ替えに行きますが、これをS子さんの娘も手伝います。

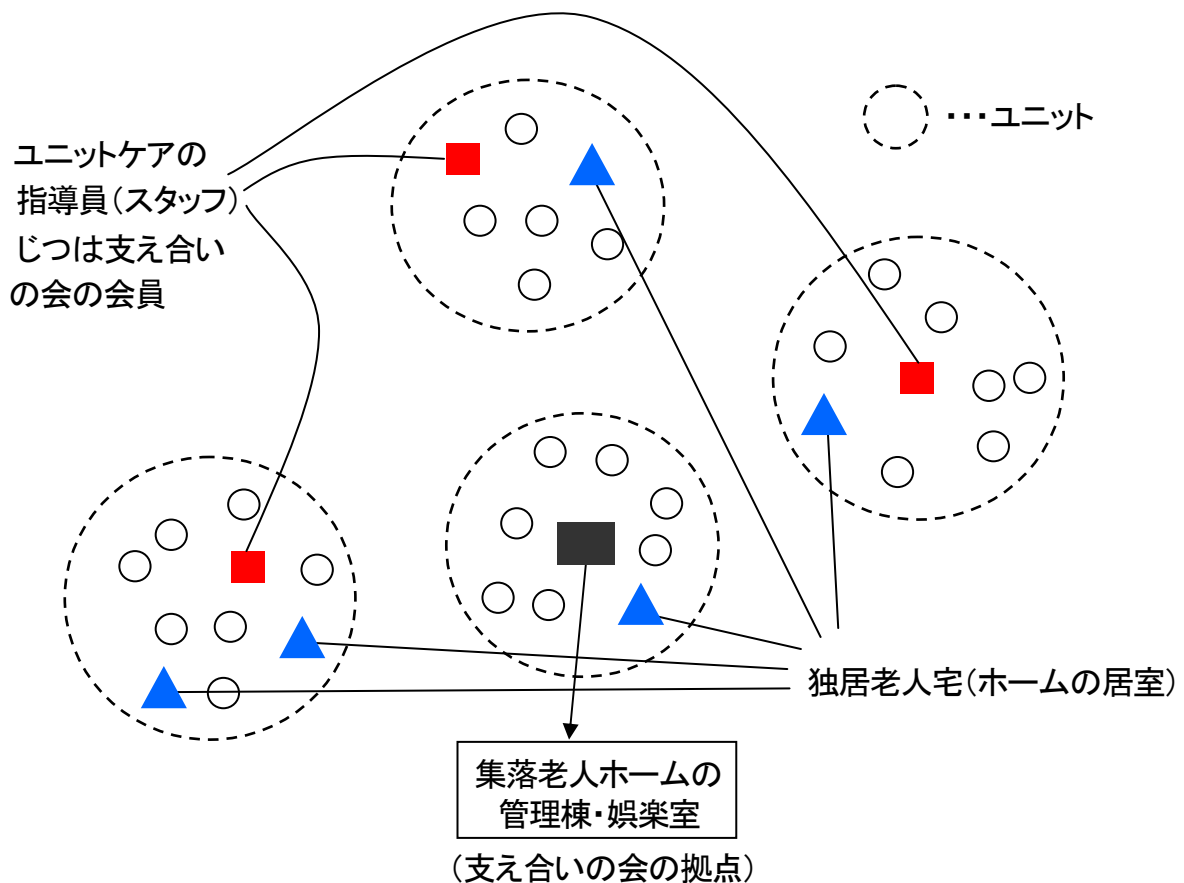


集落老人ホーム

★ここは、見方によっては、集落全体が一つの老人ホームのようにも見えます。しかも4つの小集落に分かれているところが、老人ホームで流行している「ユニットケア」方式によく似ています。

★集会所では定期的にボランティアによるサロンが開かれています。その日になると、各小集落のメンバーが足元の対象者を引率して来ます。終わったらまた地元に帰りますが、サロンのない日は日常的に見守り等も行われています。老人ホームには行きたくないという要介護者も、家族の介護で暮らしています。見方によっては、集落老人ホームの居室（自宅）で生活していると見ることもできます。

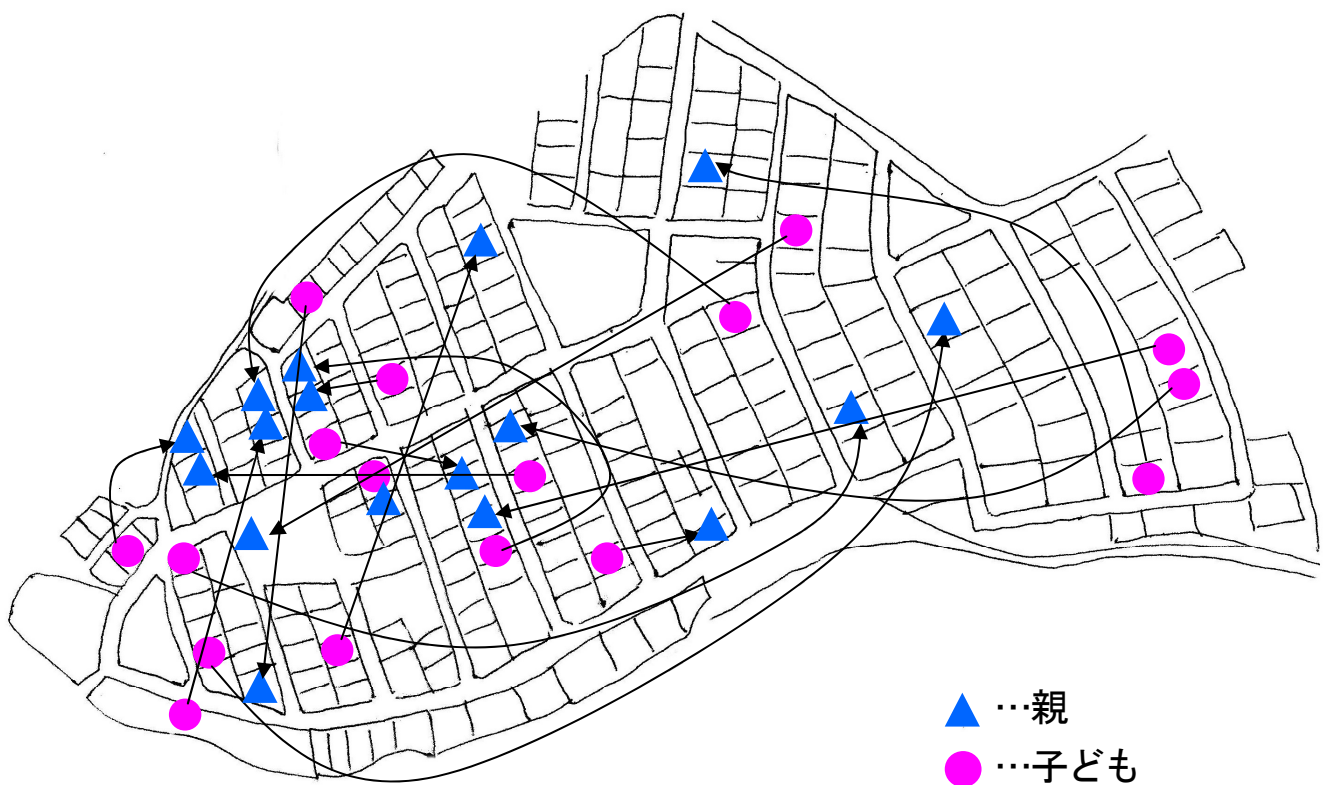
★施設と地域社会を一体と考えるあり方が、限界集落に近づいている地区では、現実的になりつつあります。



近居同盟

★このご近所では、一人暮らしや高齢者のみの世帯が多いので、子供はどこへ行ったのかと聞いてみたら、みんな近居していました。一般的に、若い世代は仕事ができる市街地あたりに住みますが、ここでは同じ集落に住んでいたのです。

★最近では、同居は無理だがなるべく近くには住みたいと、近居をする子供が増えています。これほど近くには住めないのが普通です。ならば、同郷の子供たちでグループを作り、自分が親の所に行けない時は、他の子供が代わりに訪問するといった、いわば近居同盟を結んでもいいでしょう。



それぞれの見守り

★見守りといえば、一般的に、「見守り隊」を編成したり、システムを作るなど、特定の1つの手法を地域全域に当てはめる傾向があります。

★一方で、住民はどのように要援護者を見守っているのか。都内のある団地でのマップ作りで、一人暮らしの人の見守りについてチェックしていくと…

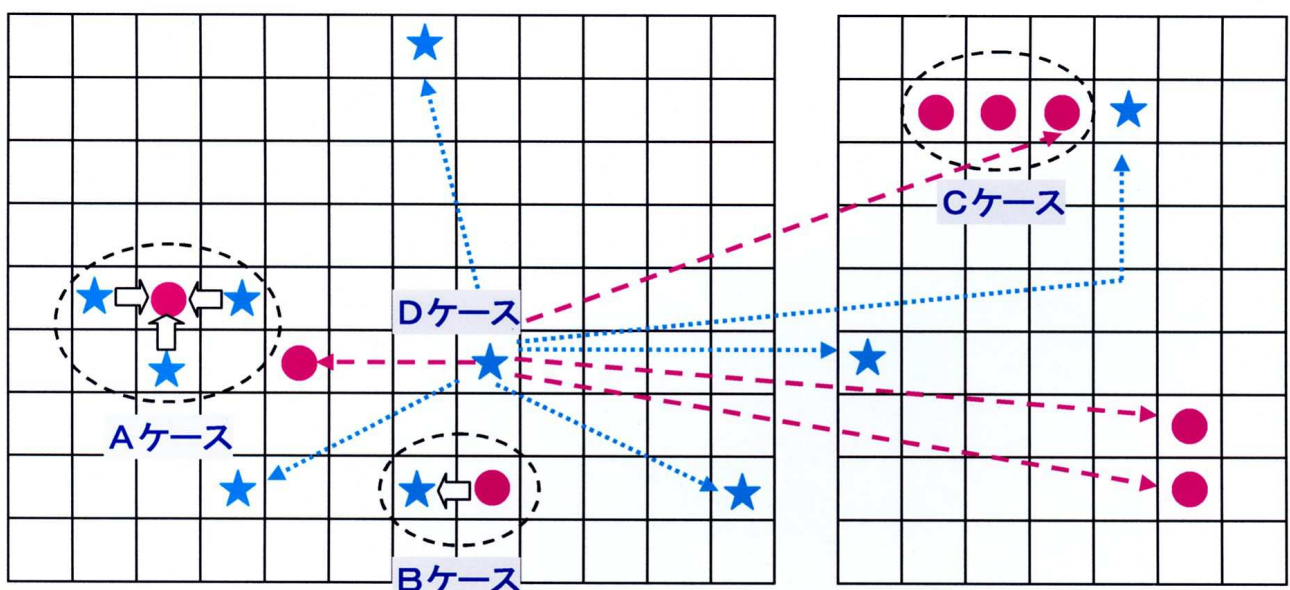
★Aケース。一人暮らしの男性で、本人は「誰にも見守ってもらっていない」と言いますが、マップ作りの際、この男性を見守っている人を探したら、3人もいました。1人は右隣、1人は左隣、もう1人は下の階の人。男性は、3人に見守られていたのです。

★Bケース。80代のこの女性は、出かける時など、隣の人にカギを預けていました。見守られ上手さんです。

★Cケース。3人の一人暮らし女性たちが、互いに見守り合っていました。一緒に買い物に行ったり、カギを預け合ってもいました。

★Dケースは、大型世話焼きさんとその仲間で、複数の人の見守りをしていました。

★このように自然に、個々バラバラに、それぞれの実情に即した見守りが行われていたのです。



● ……当事者

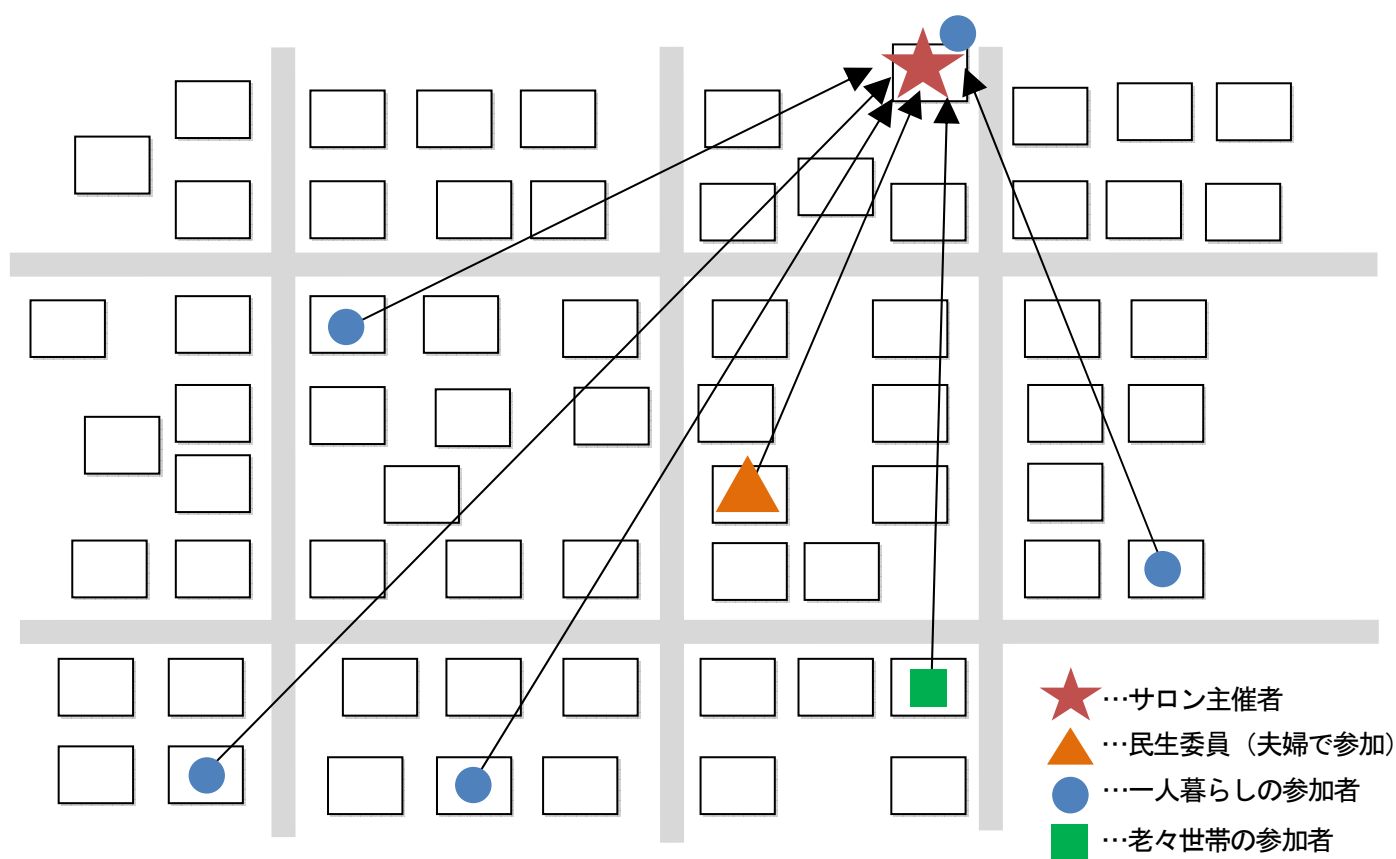
★ ……担い手

見守られ上手な人たち

★最上部の一人暮らし宅でサロンが開かれ、近隣の6軒から毎日集まって来ます。6軒中4軒は一人暮らし。1軒は老々世帯。残る1軒は民生委員。

★民生委員の立場から見るとどうなるか。サロンに参加すれば、このご近所内の一人暮らし（や老々世帯）の人たちの安否をまとめて確認できるし、福祉ニーズもわかります。

★彼らがこういう仕組みを意図的に考えたのかどうかはわかりませんが、とても効率的な見守られ方法です。これからの大介護時代には、要援護者の側も、担い手が見守り易いような努力をしていく必要があるかもしれません。



世話焼きさんの里帰り

★ご近所で世話焼きさんとして助け合いのまとめ役をしていた人が、老人ホームに入所したらどうなるか。じつはよくあるケースなのです。

★約50世帯を束ねていた世話焼きのAさんが、娘さんの住む都会の施設に入所することになりました。Aさんを頼っていた小型世話焼きさんや高齢者は困ってしまい、ご近所福祉は大ピンチに。

★そこでAさんは、娘さんや施設と話し合い、盆と正月には里帰りする約束をとりつけました。世話焼きとしての役割を果たし続けるための里帰りです。

★世話焼きさんは一生現役、と福祉関係者は認識を改める必要があります。と同時に、要援護者であっても、担い手か受け手かのどちらかに区分けすることは絶対にしてはならないということです。

