住民総参加の福祉のまちづくりへ向けて
地域グループの役割

助け合える
グループづくり

★本冊子は、実際に助け合えるグループをつくっていくためのワークシートを主体にしてあります。

★どのグループでも適用できるようになっています。できるところから始めてみて下さい。

★いま日本では、「助け合い」の必要性が叫ばれながらも、近所付き合いの希薄化や、困っても「助けて」と言えない人が多数派であるなど、実行に移すのはかなりハードルが高いという状況にあります。
　しかし日本には、「同じグループの仲間」などの身内同士ならつながりやすいという風土があり、それを生かすことが「助け合い社会」への１つの近道になるかもしれません。もしすべてのグループが組織内で助け合えるようになれば、それで福祉のまちはできたも同然なのです。

＜目次＞

⑴活動がらみの助け合い／3

⑵仲良しグループで助け合い／4

⑶同じ「ご近所」同士で助け合い／4

⑷メンバーの共通課題に全体で取り組む／5

⑸要援護の仲間への対応／5

⑸の2　高齢メンバーに活躍の場を／6

⑹活動の対象者との助け合い／6

⑺助け合えるグループへの環境づくり／8

せっかく活動グループに入ったのですから、この中で助け合いもできるようにしておけば、いざ自分が困ったときに助けてもらえます。これも自分の老後対策だと思えばいいのです。

⑴活動がらみの助け合い

新人はだれがどのように導いていくか。技術の遅れた人にだれが支援をするか。休んだ人にだれが連絡するか。退会した人にも、何らかの関わり方があっていいのです。

	助け合いのテーマ	現状	今後の課題
1	新人への対応		
2	遅れた人への対応		
3	休んだ人への対応		
4	退会した人への対応		
5			

⑵グループ内の「仲良しグループ」で助け合い

生活全般で、お互いに助け合いたいことがあるはずです。そこで、グループ内の仲良しグループで助け合えるよう、環境整備をします。

	仲良し会	抱えている問題	支援課題
1	○○さんのグループ	○○さんの△△という課題	福祉機関へ連絡する グループ全員で解決する など
2			
3			
4			
5			

⑶同じ「ご近所」同士で助け合い

同じご近所に住んでいるメンバー同士で、日常的に助け合えるようにしましょう。グループとしてもこれを応援します。

	ご近所グループの案	助け合いの現状	支援課題
1	○○ご近所グループ	○○さん宅でのお茶会	リーダーも加わり、メンバーの悩み事を聞き出す
2			

⑷メンバーの共通課題に全体で取り組む

夫婦関係の問題や介護の問題、子育ての問題などに皆で取り組んでいきます。

	メンバー共通の問題	取り組み課題	支援課題
1	親の介護で大変		
2	多くが高齢に		
3	子育てで苦労		
4	一人暮らし		

⑸要援護の仲間への対応

年をとったり、病気になったり、心身に障害を抱えたメンバーもいるはず。そうなっても、退会させるのではなく、皆で支えていくことが大切です。

	要援護者のメンバー	課題	支援課題
1	最近、認知症の症状が出てきた〇〇さん	①行き帰りが心配 ②一人では戸惑ってしまうことがある	①メンバーで送迎をする ②メンバーから１人「介助人」をつける
2			
3			

⑸の2　高齢メンバーに活躍の場を

高齢メンバーにどのような役割を担ってもらうか、アイデアを出し合います。受付やチラシ配りなど。

	活動・イベント	担える役割
1		
2		
3		

⑹活動の対象者との助け合い

①対象者を活動グループに加えての助け合い

視力障害者を仲間に加え、点訳の校正をしてもらうなど。

	だれに参加してほしいか	担ってもらいたい役割
1		
2		
3		

②対象者とメンバーが個人的おつき合い

ボランティアと対象者が活動の場面以外に、個人的におつき合いを始める場合もあるでしょう。それをグループとして積極的に勧めていきます。

	個人的おつき合いの事例	どんな助け合いが？
1		
2		
3		

③同じご近所でボランティアと対象者が助け合い

ボランティアと対象者が同じご近所に住んでいれば、そこで助け合いができます。その輪に、ご近所の他の人も加えていけばもっといいでしょう。

⑺助け合えるグループへの環境づくり

趣味グループなどで助け合いを起こしていくには、それなりの環境条件を整えていく必要があります。ではどんな課題があるでしょうか。

①わがグループの「助け合い」の人材

助け合いが始まるには、そのための人材が必要です。例えば、困っている人がいたら、サッと手を出す世話焼きさんがいれば、否応なく助け合いが始まります。そういう人材を外から誘い入れるのも、一つの方法です。

	人材	どんな人？	わがグループの場合
1	世話焼きさん	困っている人がいたら、そのことにいち早く気付いて、関わってしまう人。	○○さん
2	仕切り屋さん	助け手と助けられ手を結びつける仕掛け屋さん。	
3	助けられの呼び水さん	超高齢者などで、率先して仲間に助けられることで、他の人に「私も助けてもらおう」と思わせる人。	
4	見込まれ屋さん	いろんな仲間に見込まれ、悩みを打ち明けられる人。これも高齢者が多い。	
5	ニーズ発見人	仲間の悩みがよく見える人。それを皆に「あの人、こういうことで悩んでいるのでは？」と提案する。	

②悩みを出せる場、機会づくり

「遠慮なく助けを求めなさい」と言われても、良好な機会や場がなければ、なかなか言い出せないものです。そこでそうした場を積極的に作り出します。

	場・機会の提供	具体的には？（例）	わがグループの場合
1	場の設定	・喫茶コーナーを設ける	
2	機会の提供	・活動の後に、「なんでも語ろう会」を ・「グチを出し合おう」タイム	
3	人材	・悩みを何でも聞く人を指名	

③メンバーの悩み事を素早く拾い上げ、対応する仕組み

メンバーがそれとなく悩みを吐露したとき、それを素早く取り上げ、解決へ導いていくような仕組みがあるといいでしょう。

	悩みを拾い上げる仕組み	わがグループの場合
1	小グループごとに悩みの担当者を配置してキャッチする	
2	小グループで出された悩みを定期的に担当者が報告し合う場の設定	
3	問題解決に関わるべき福祉関係機関の人とのネットワーク作り （報告会に出席してもらえばベスト）	
4	メンバーの悩みに対応する担当グループを編成	

④濃密な人間関係づくり

グループ内に濃密な人間関係が生まれれば、悩みや困り事を言いやすくなります。では具体的にはどうすればいいのか。

	濃密な関係づくりへのアイデア	わがグループの場合
1	メンバーが家族ぐるみの交流をする	
2	趣味活動の他にさまざまな懇親の場を設ける（ハイキングなど）	
3	互いに家を訪問し合う関係になる	
4	相性の合う者同士で仲良しグループを作る	
5	ご近所同士で仲良しグループをつくり、日常的なおつき合いをする	

⑤グループ内の「助け合い」を意図的に推進する

一人ひとりに「助け合い手帖」を手渡し、日頃の助け、助けられの実践を記録してもらい、それを「発表会」の場で発表する。さらに、良い助け合いを表彰するといったことをすればどうか。

	具体的推進法	わがグループの場合
1	「助け合い手帖」を作り、メンバーが各自、記録する	
2	助け合い実践の発表会を開く	

⑥リーダーが率先して仲間に助けを求める

助け合いで難しいのは、なんといっても「助けを求める」こと。人を助けるのは気持ちの良いものですが、助けを求めることは、だれでも気が進まないものです。それを、グループのリーダー格の人たちが率先してやってみせれば、メンバーも「それなら私も助けてもらおうか」と思うようになります。

	リーダーの助けられチャンス	わがグループの場合
1	自分の身の回りこと(家庭)を頼んでみる（リーダーは多忙なので)	
2	リーダーシップをとるのを仲間に分担してもらう	
3	仲間の悩みに、他の仲間を差し向ける（「あの人を助けてあげてね」）	

⑦当事者グループづくりを支援

同じ悩みを抱えた人に助けを求めるのなら、だれでもできます。メンバーで悩みを抱えている人がいたら、そういうグループをつくってあげるのも一つの方法です。

	当事者グループが作れそうな問題	対策（グループ作り支援、または地域の既存のグループを紹介）
1		
2		
3		

⑧いつも助けられる一方の人に、人を助ける機会を提供

助け合いが発展しない理由の一つに、助ける人は常に助ける一方、助けられる人は助けられる一方、という関係ができてしまう点が挙げられます。そこで、いつも助けられる一方の人に、他の人を助ける機会を意図的に作り出すことが大切です。

	助けられることが多い人	担える役割
1		
2		
3		

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１４７６－１
TEL049-294-8284
kiharas@msh.biglobe.ne.jp
http://juminryu.web.fc2.com/