残り続ける懸案に、この際
思いきって挑戦してみよう

支え合いマップ

取り組み課題集

【上級編】2021／12／31版

住民流福祉総合研究所
木原孝久

はじめに

本研究所ではこれまでも、本書と同じようなタイトルの冊子を発行している。しかし、それから時間が経過し、社会状況や福祉の状況も変わってきて、それに対応した新しい取り組み課題を提案していく必要が出てきた。

⑴超高齢社会への対応

全国をマップ作りで行ってみると、同じ高齢者でも、今は８０代がざらで、むしろ９０代が目立つという地区もある。それなのにサロンは相変わらず数百世帯に１か所の集会所で開かれている。超高齢者のことを考えれば、これでは自宅からの距離が遠すぎると私が言っても、反応は弱い。超高齢社会の到来を、住民はまだ意識していない。だが、このことを真剣に考えたら、小地域の規模も思い切って小さくしていかねばならないのだ。

⑵災害が日常化する社会。自助に目覚めよう

このことはお互いに身に染みているはずだが、だからどんな備えをしなければならないのか。自助である。今回のコロナ禍で政府や医療関係者は、日本人の自助力の弱さに神経をいら立たせてきた。災害もそうだが、自分で身を守ることを、見守りや日常生活の中で、今まで以上に意識的にやっていかねばならない。見守りも、これからの超高齢社会では、今までのように担い手だけで見守りを考えるのではなく、まず当事者１人ひとりが、積極的に見守られる努力をしていかねばならない。

⑶成熟社会へ向かって、「豊かな生き方」を支援する福祉へ

厚労省は、どんなに重い要介護でも、住み慣れた家や地域で自分らしく生きていけるようにしようと言っている。そこに私たちの目標が設定されているのに、そちらへ

向かおうという意欲が、関係者や住民に感じられない。そろそろ一歩ぐらいは踏み出そうではないか。

⑷地域の懸案がいつまでも懸案のまま

私がマップ作りを提唱してから30年になるが、昔の懸案が、解決のための取り組みがされないまま、いまだに懸案のままになっている。住みにくい地域、ゴミ屋敷、ご近所に迷惑をかける人、引きこもりの男性の問題など。そろそろ問題解決へ向けて、本気で腰を上げなければならない。いつまでも「困ったものだ」と言っていても解決しないことは明らかなのだから。

⑸障害者福祉が相も変わらず…

いろいろな福祉の中で特に遅れているのは、児童福祉と障害者福祉ではないか。いずれも、他人事になりがちという点がその背景にある。しかしその遅れた障害者福祉にも大きな変化が現れつつある。この機会を捉えて、思い切った手を打つべきではないか。

以上のような問題意識のもとに、マップの作成や取り組み課題の抽出に際し、頭に入れておくべき事柄を取り上げてみた。これらは、ほんの一部に過ぎない。これらをヒントに、特にここに挙げた⑴～⑸の５つのポイントを念頭に置いて、テーマ探しをしてみていただきたい。

目次

＜第1章＞「ご近所」はどこだ？／6
＜第2章＞助け上手（世話焼きさん）と助けられ上手をさがせ／10
＜第3章＞サロンはご近所毎に／16
＜第4章＞市街地での「ご近所」づくり／20
＜第5章＞集会所も公民館も、老人クラブも子ども会も、みんなご近所毎に／25
＜第6章＞困り事の解決はまずは自助で／38
＜第7章＞「気になる人」にどう対処する？／51
　～引きこもりの人やゴミ屋敷などの問題への対応
＜第8章＞要介護者をどう支えるか？／67
＜第9章＞障害者に誇りある人生を／84
＜第 10 章＞住み良い町づくり／88

＜第１章＞

「ご近所」はどこだ？

本書は「ご近所」にこだわっている。助け合える地域を作りたいのならばだが、それなら「ご近所」でなければならないのだ。

⑴果たしてこれが「街」か？

大抵はただ、家が規則正しく並んでいるだけ。業者がまとめて作って、住民に売り出したからそうなる。その場合、住人個々の願いや事情を顧慮しない。しかも、住人に特別な問題が生じないという前提だ。住人が「ただ生きていく」ことだけを考えた街づくりと言える。その後住民がこれでは不都合だとして、作り変えている事例はあるか。まずない。

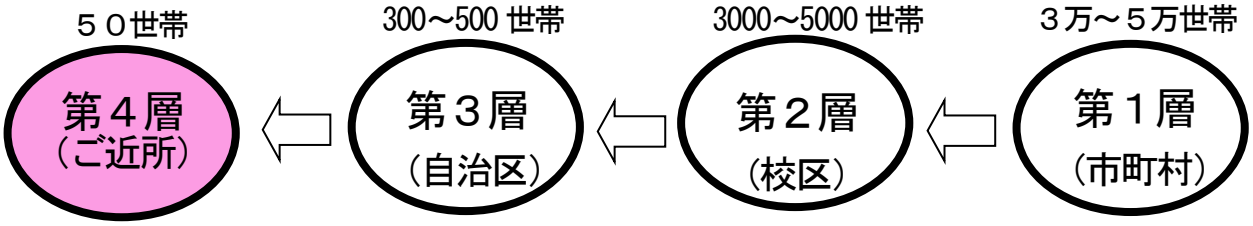
⑵「街」とは何だったか？

私たちが理想の街を作ろうとするとき、どのような街をイメージするだろうか。
①安心して暮らせる街。②ふれあい・助け合いのある街。③豊かに暮らせる街。
④高齢・要介護でも人間らしく生きられる街。

いろいろあるだろうが、まず大事なのは、その広さではないか。

⑶街の要件に合致した圏域は？

地域は第１層・数万世帯、第２層・数千世帯、第３層・数百世帯とされている。しかしこれらはあまりにも広すぎる。上記の街の要件の中の、特に②を大事にするのなら、もっと小さな範囲がのぞましい。助け合いができるための「顔が見える」範囲は第４層・およそ５０世帯なのだ。ここを「ご近所」と呼ぶことにした。



実際にマップを作ってみると、例えば１５０～３００世帯になると、お互いの顔が見えなくなる。もう助け合いはできないということなのだ。

都市部と周辺部ではちょっと異なる。５０世帯というのは周辺部で、１５０世帯というのは都市部と言っていい。都市部では家々がぎっしりとくっついているから、１５０世帯と言っても、そんなに広い感じはしない。周辺部だと、150 世帯でもかなり広くなり、これではたして助け合いができるのかと心配になるほどだ。

⑷街のモデルづくりは「ご近所」から

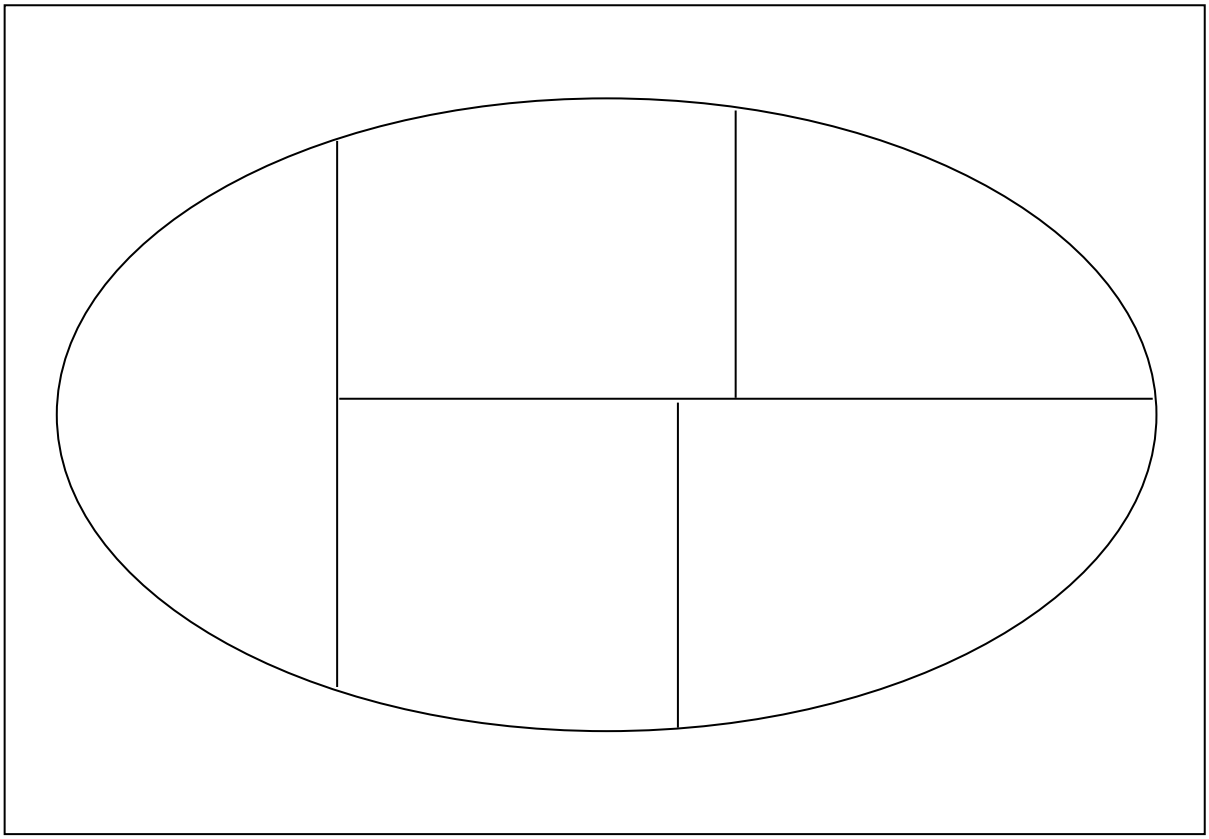
そこで理想的な街を描くには、ご近所から始めることだ。そして街のつくり方や、人々の交流の範囲を見て、複数の「ご近所」を併せた範囲を、その地区の「ご近所」と言ってもいい。マップを作る時はそれでも、５０世帯単位でないと、マップ作りは失敗してしまう。

⑸まず「ご近所」を特定しよう

数百世帯の町内では、助け合いはできない。助け合いが可能な規模にしなければならない。おおよそ５０世帯を目安に、町内を区切ろう。

そしてマップ作りは、それぞれの５０世帯の中に在住の人だけでやるのだ。町内の役員なら他の地区でもだいたいわかっていると思われるが、実際にやってみると、分か

らない。人々の行動は、ちょっと離れるとわからなくなるものなのだ。



ある地区では町内が全部で１５０世帯だったのだが、これでは助け合いがしにくいということになり、住民の合意で、５０世帯ずつの３つの地区に分けた。そして運動会をやったりして、それぞれの住民の連帯を強めることにした。

福岡のある地区では、それぞれの地区が５０世帯程度で、行ってみると、その５０世帯ごとに、自分たちで集会所を作ってしまった。一人うん十万円も出資してである。

⑹ご近所はどうなっているのか？

あるご近所（75 世帯）で支え合いマップを作ってみたら、こうなった。

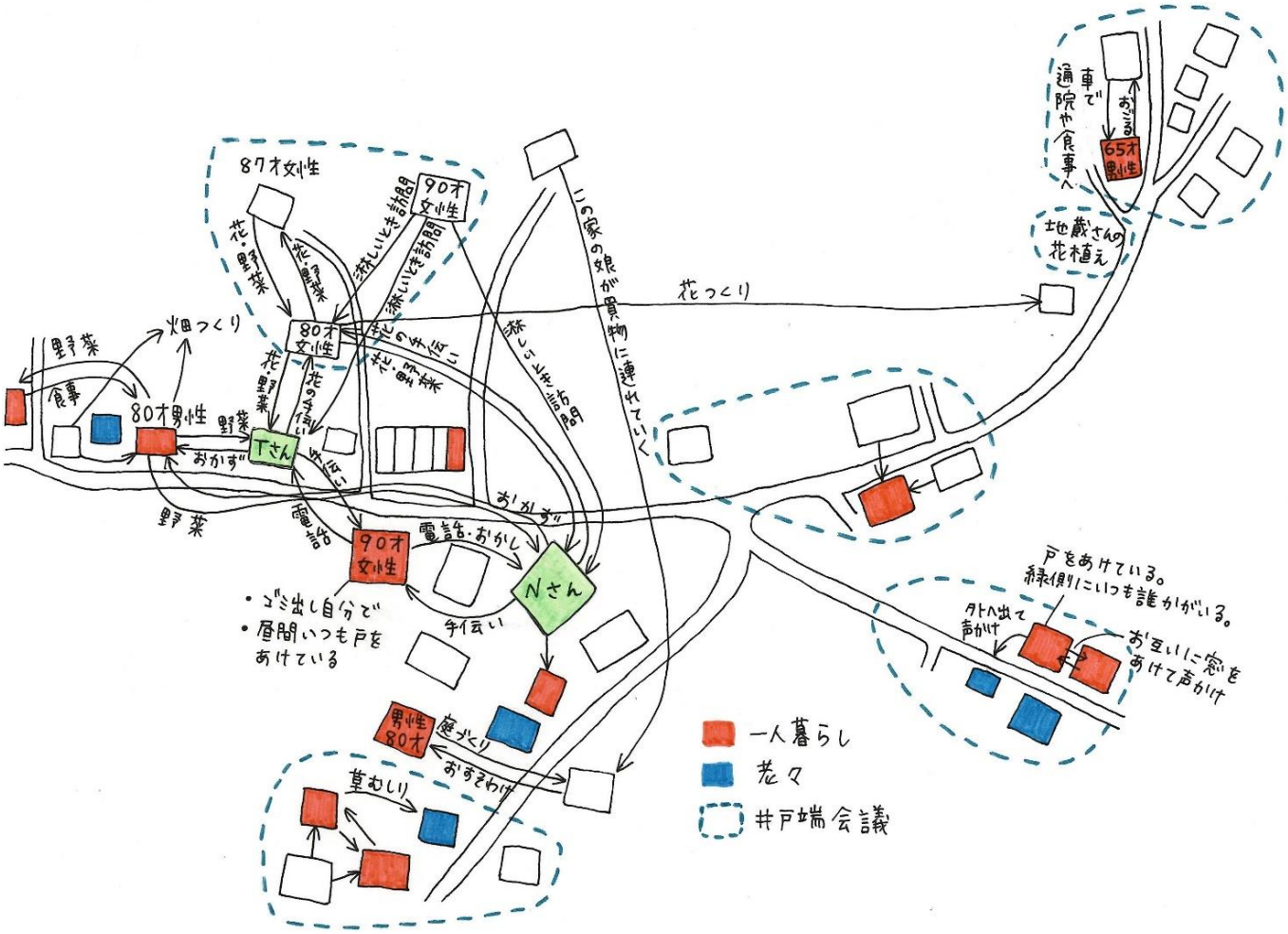
ここからモデルとして使えそうなパーツを探してみると、

①大型世話焼きさんが２人いる。

②小世話焼きさんがたくさんいる。

要援護者とペアになって送迎やおすそ分けなどをしている。

③要援護者が自宅周辺に自助エリアを持ち、助けてもらっている。



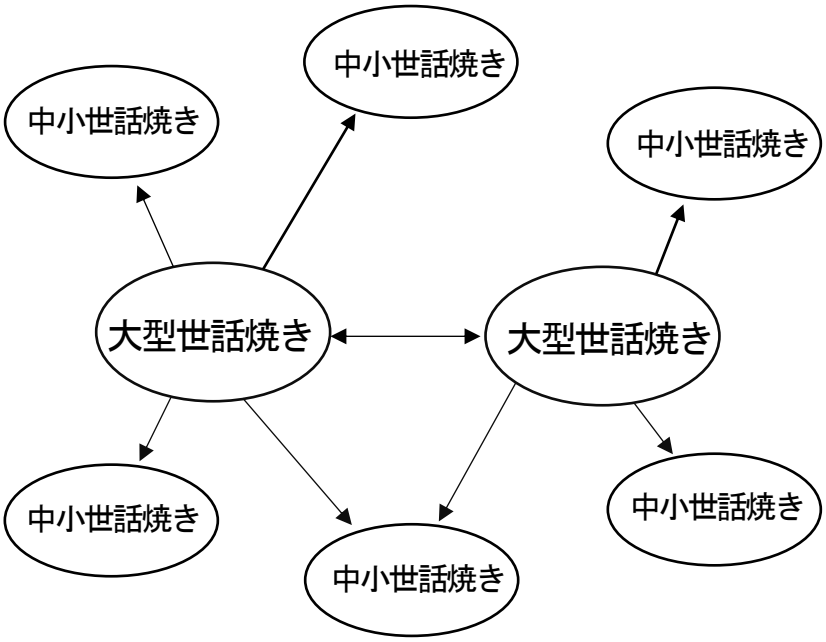
＜第２章＞

ご近所作り成功のカギ－助け上手(世話焼きさん)と助けられ上手をさがせ

助け合いのご近所づくりに欠かせないのが、助け上手さんと助けられ上手さん。この２種類の人材が助け合いのご近所を事実上牽引している。大小含めると数名ずついるはずで、マップでその分布が分かれば、このご近所の助け合いの潜在力が見える。まずこの人たちを探そう。

⑴大中小の世話焼きさんはどこに？

大型世話焼きさんが最低１人。できれば、あと１人か２人。この人たちがご近所の助け合いをリードする。そして、中小規模の世話焼きさんは、多ければ多いほどいい。



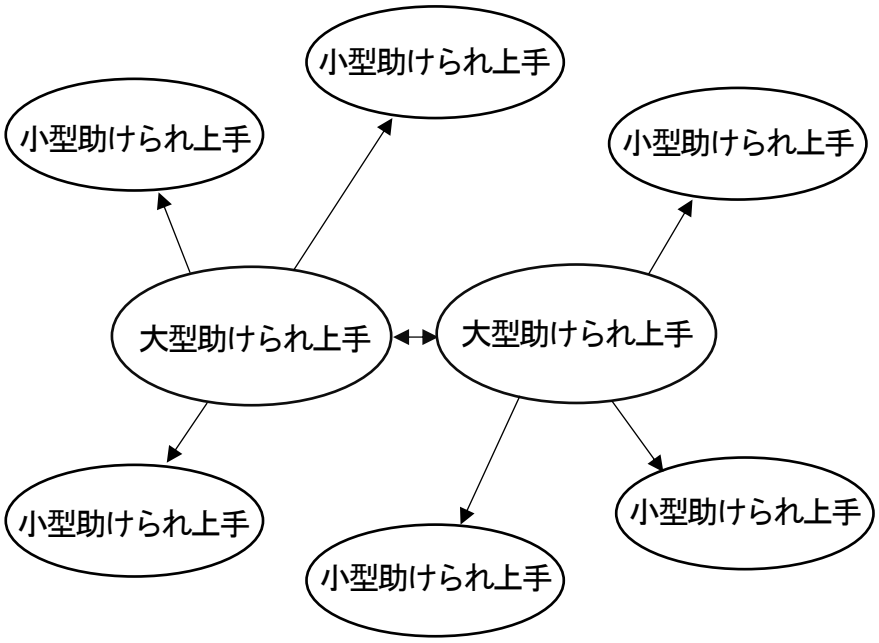
⑵世話焼きさんの種類

一口に世話焼きさんと言っても、いろいろな役割の人がいる。

	世話焼きさんの種類	役割	
1	こじあけ屋さん	引きこもりの人がいても、強引にこじあけてしまう。それで相手が受け入れるのだから不思議だ。	
2	入れさせ屋さん	「この人をグループに入れてあげなさいよ」と上手に仲介する。	
3	受け入れ屋さん	悩める人、誰からも嫌われている人を、受け入れてあげる。	
4	つなげ屋さん	いわゆるネットワーカー。人や組織同士を結び付ける。	
5	家をひらく人	自宅を開放して、人を受け入れたり、悩みを解決してあげたりする。	
6			

⑶大型の「助けられ上手さん」も１人はほしい

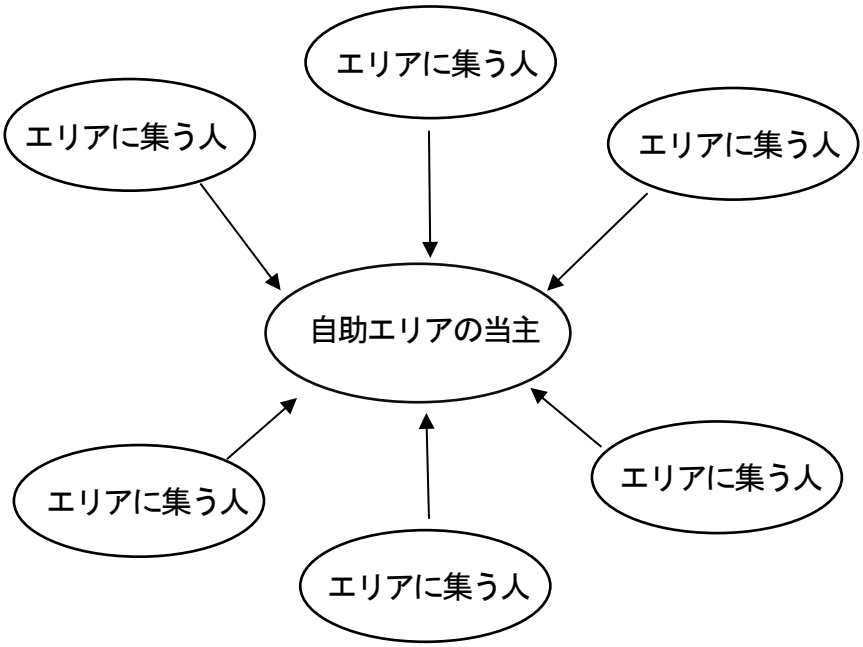
この人が当事者の助けられをリードする。小規模の助けられ上手さんはできるだけたくさんいてほしい。この人たちが事実上、担い手を掘り起こしながら、助け合いを起こしていく。



⑷助けられ上手さんは自宅内外に自助エリアをつくる

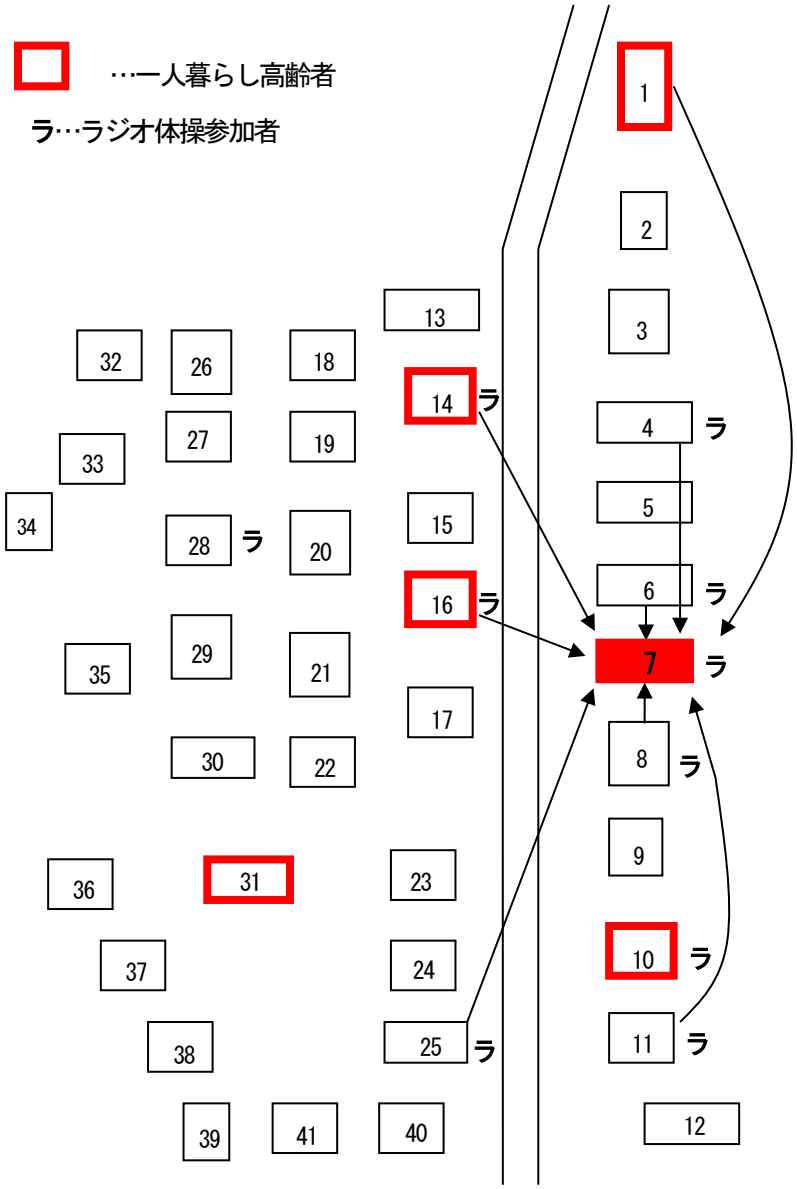
　そこに周りの人を引き寄せている。自助エリアに集う人（その当事者に関わっている人）から、線を引いてみよう。

自助エリアに集う人



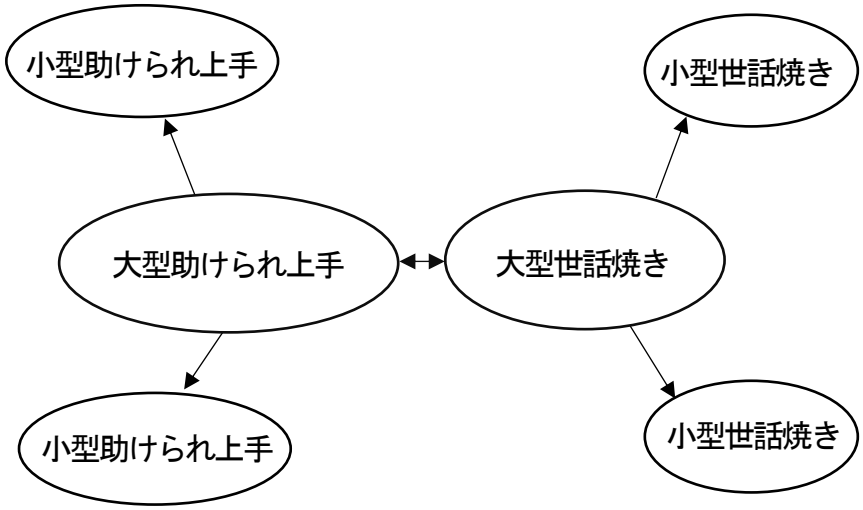
これが（次のマップの）７番の人の自助エリア

90 歳を過ぎて一人暮らしの人（特に女性）は、多くが自助エリアをつくっている。家を社会化してあるだろうから、その状況を調べると面白い。こういう家に来る人に理由を聞くと、よく「見守りがてら」という答えが返ってくる。



(5)助けられ上手さんと世話焼きさんが連携しているか

これができていると、ご近所の助け合いは一挙に進む。大型の世話焼きさんなら、おそらく他の世話焼きさんとはつながっている。


小型助けられ上手
小型世話焼き
大型助けられ上手
大型世話焼き
小型助けられ上手
小型世話焼き

＜第３章＞

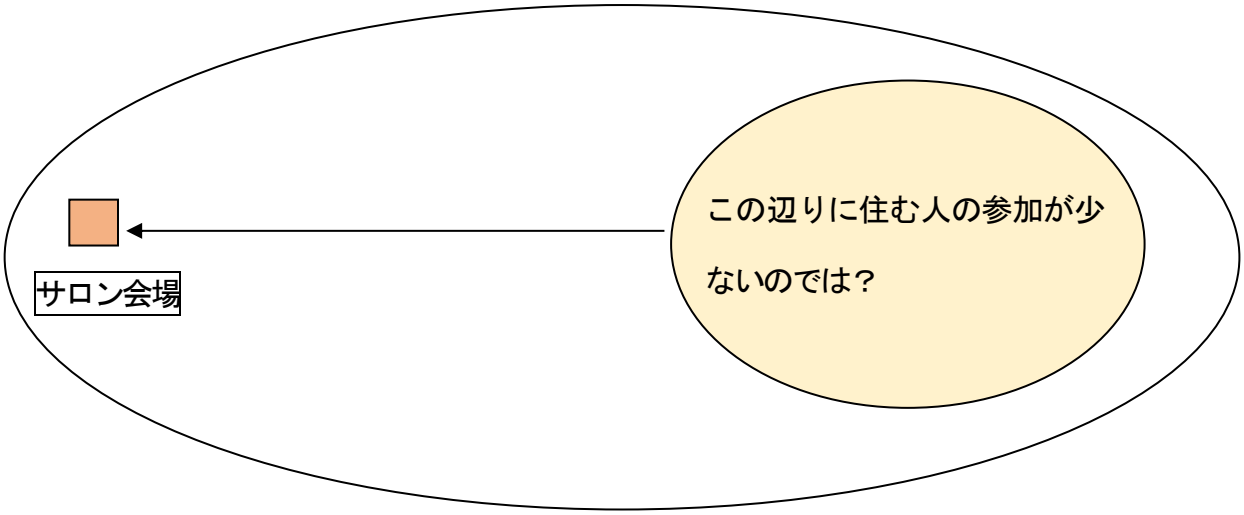
サロンはご近所ごとに開く

数百世帯で１か所だけサロンを開くということは、超高齢者などを排除することになる。これから超高齢社会が来る。だからサロンは、できるだけ小地域ごとに開く。本来、50 世帯ごとに分けるべきだ。しかも開催場所は、50 世帯の真ん中あたりとする。例えば５０世帯の右端で開くと、左端の人たちは来れない。それが超高齢社会なのだ。

⑴マップ上にサロン参加者の分布を記入

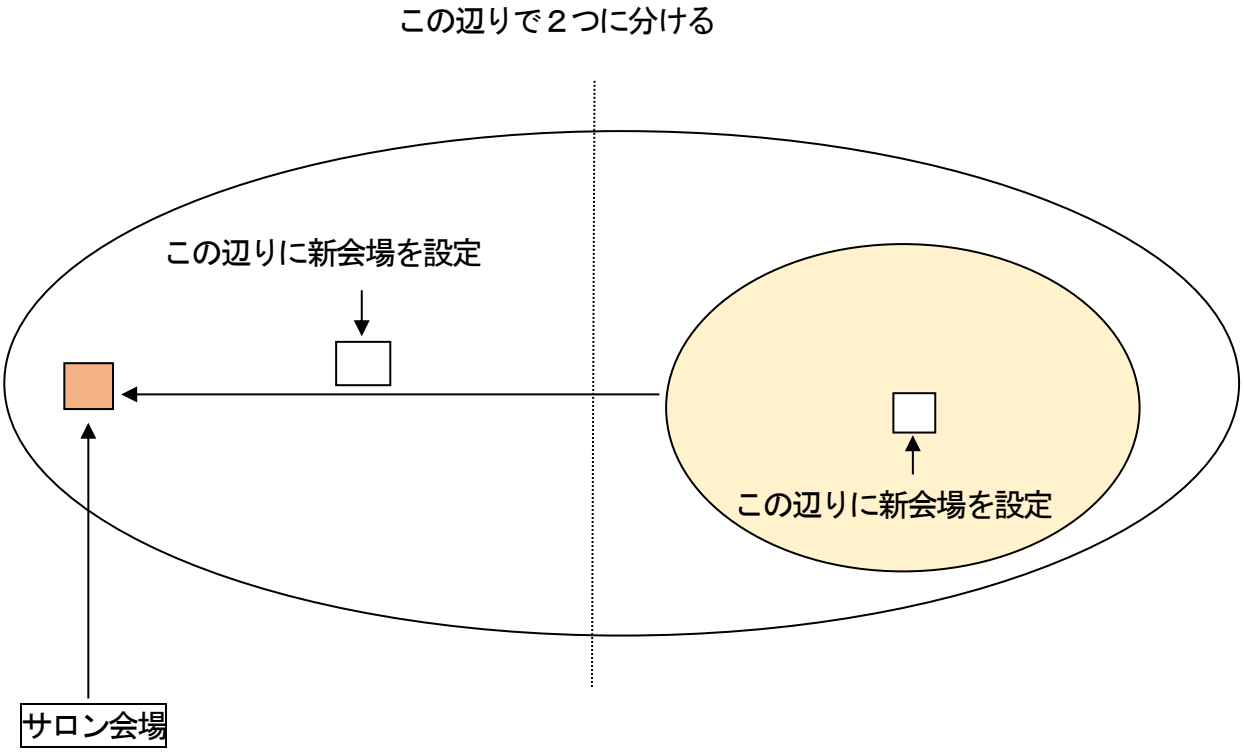
大抵は、数百世帯の町内に１か所のサロンできている。まずその参加者の居住分布を確認しよう。

数百世帯のご町内にできているサロン



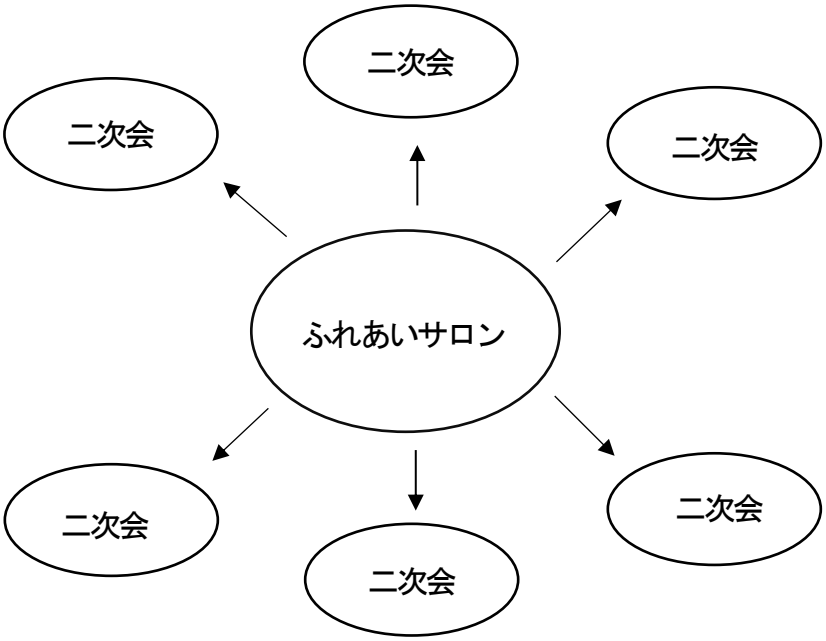
⑵サロンは 50 世帯のご近所毎に

数百世帯に１か所あるサロンは、まず２つに分ける。参加者の分布図を見れば、分け方が見えてくる。そして会場は５０世帯の真ん中辺りにだ。



⑶二次会もあちこちで開く

サロンが終わると、誰かが「うちへ寄らない？」と気の合う人たちを誘う。この小さな二次会が、ご近所内の各所で開かれればいい。自分のサロンでは、何か所の二次会が開かれているか、調べるといい。

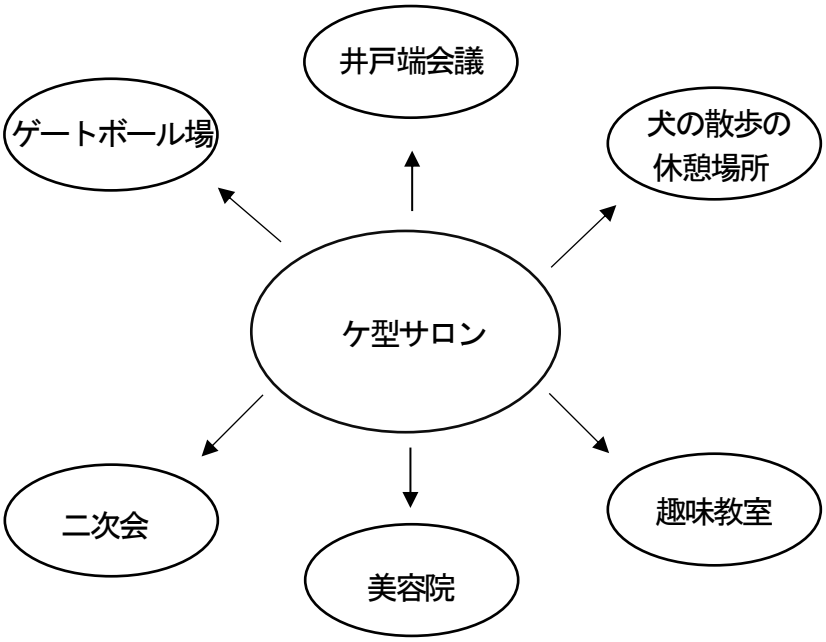


⑷ケ型サロンとハレ型サロン

サロンには２種類ある。ハレ型サロンは、開催趣旨を定め、主宰者で内容を協議しといったやり方。ほとんどのサロンはこの方式。

ケ型サロンは、何も定めず、何かをするということもなく、なんとなくおしゃべりをしたり、食事をしたりと、井戸端会議のようなもの。

ケ型サロンを探そう　どんな人が集まっているか。福祉的な働きは？

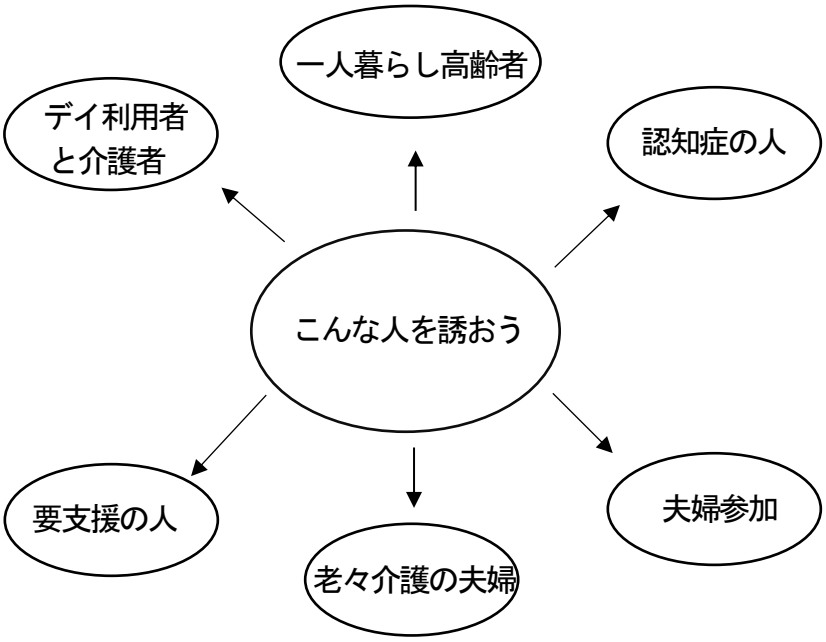


⑸サロンに誘うべき人

今はなぜか、棲み分けが流行している。「私たちは元気な人の集まり。要援護の人は来ないで」というサロンが多く、要援護になった人はデイサービス等へ行っている。

重度の要介護者の場合などに、本人宅の近くにある二次会に参加するという手もある。必要なら看護師などに参加してもらう。メンバーにも元看護師といった人材がいないか探そう。

一人暮らしの人は、サロンに参加すれば、安否の確認や健康状態を把握するのにもいい。夫婦一緒の参加は、夫の地域デビューとして役立つ。



⑹重度や引きこもりの人には「押し掛けサロン」

サロンへの参加はしり込みする人も、数名で自宅へ押し掛けて井戸端会議を始めると、初めは良い顔をしなくても、意外に受け入れる。本人に了解を求めるよりも、一気に入り込んでしまうのがコツ。

＜第４章＞

市街地での「ご近所」づくり

⑴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で、国郡里の「里」は５０戸と規定されていた。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も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ているのではないか。

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５０世帯という所もある。初めからまとまっているのだ。しかし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。

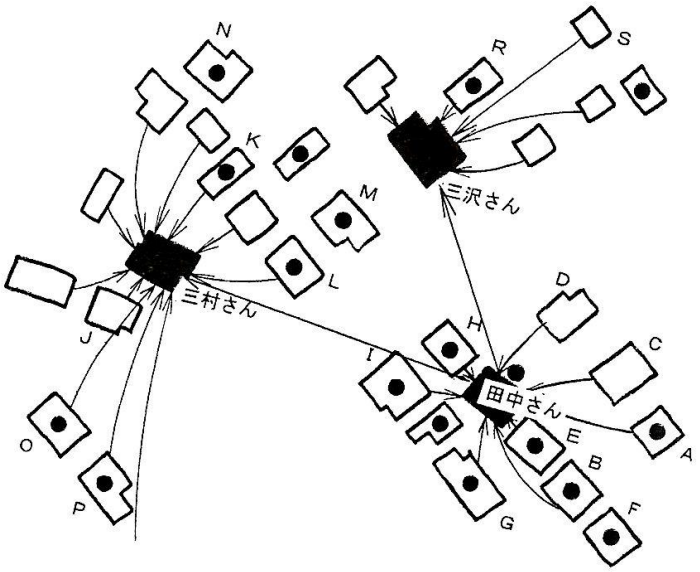
⑵各世話焼きさんの領域に沿ってご近所作り

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。

川崎市の地域グループ「すずの会」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。

ミニサロンをアメーバのように広げながら



● …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

この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てくる。

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。

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	その人のサロンやネット	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

＜第５章＞

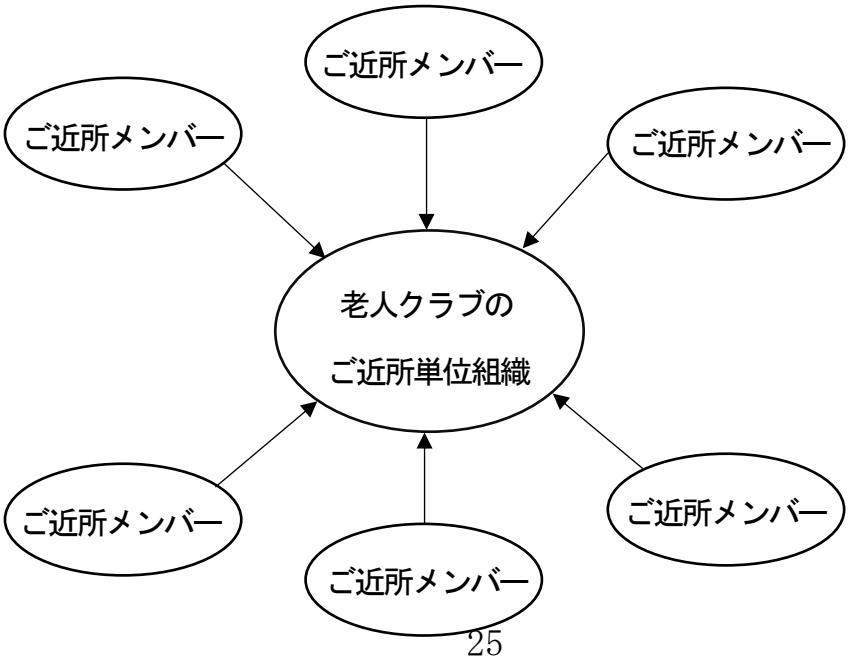
集会所も公民館も、老人クラブも子ども会も、ご近所ごとに

今のように、老人クラブにしても集会所にしても、全て町内ごとにつくられているのは、行政サービスの都合であって、これを住民の都合に切り替えねばならない。助け合いをするためにはどうしても、５０世帯の単位に区切る必要があるのだ。

⑴老人クラブ

① 老人クラブにご近所毎の単位組織をつくるとすれば

住宅地図を広げてメンバーに印をつけ、交流の状況を確認する。誰と誰が交流しているか、誰と誰が助け合っているか。要援護者は？ リーダーはだれ？ それぞれの個人的な課題は？



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。

❶５０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とどこにいるか。

❻その人に老人会の誰が関わっているか。

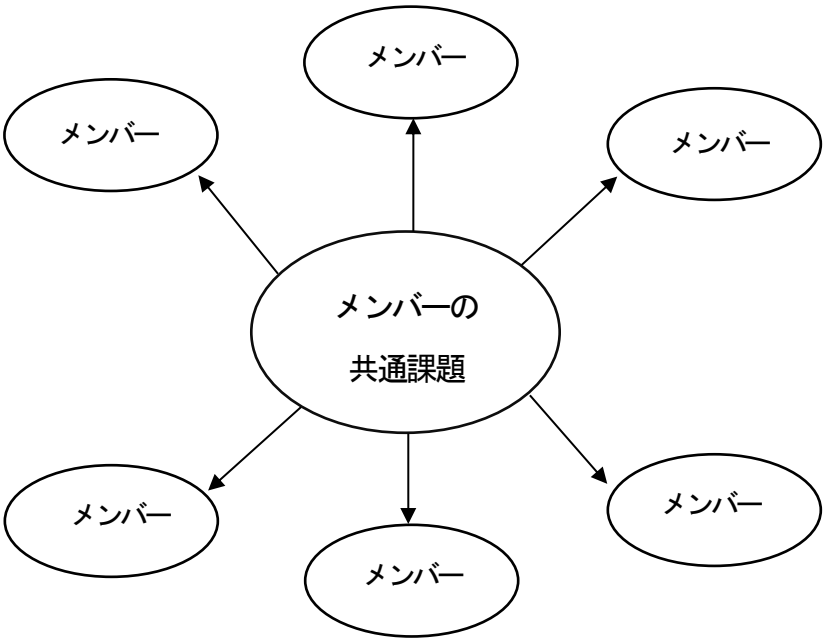
❼だれも関わっていない人は誰か、などを調べる。

マップを使って確認する。助け合いが実際に行われているかが大切なポイント。

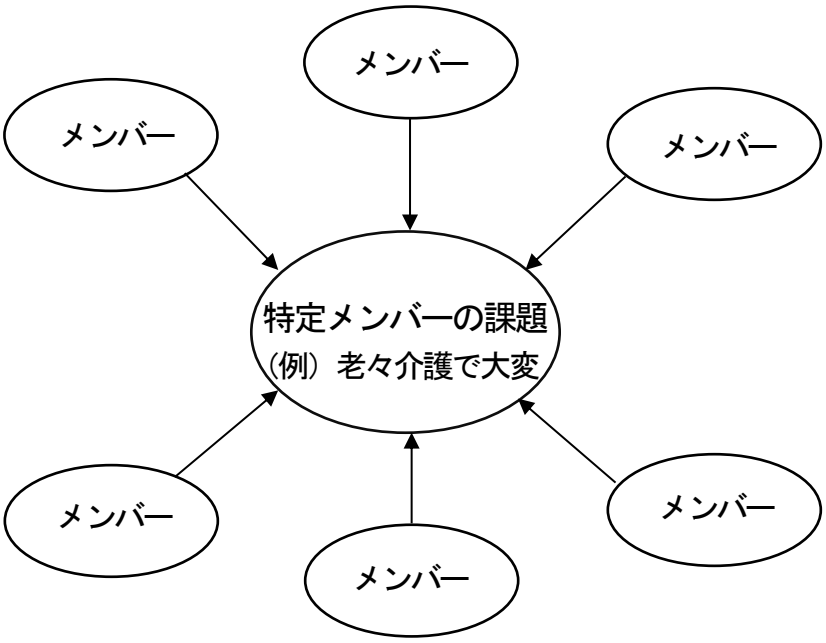
	調べること	
1	メンバーは誰と誰か	
2	誰と誰が助け合っているか	
3	どの人が要援護で、　誰が関与しているか	
4	未加入の要援護の高齢者は？その人に関わっている人は？	

②メンバーの共通課題は？

それに各自どのように対処しているか。



③特定メンバーが抱えている課題に他のメンバーはどういう関わりを？



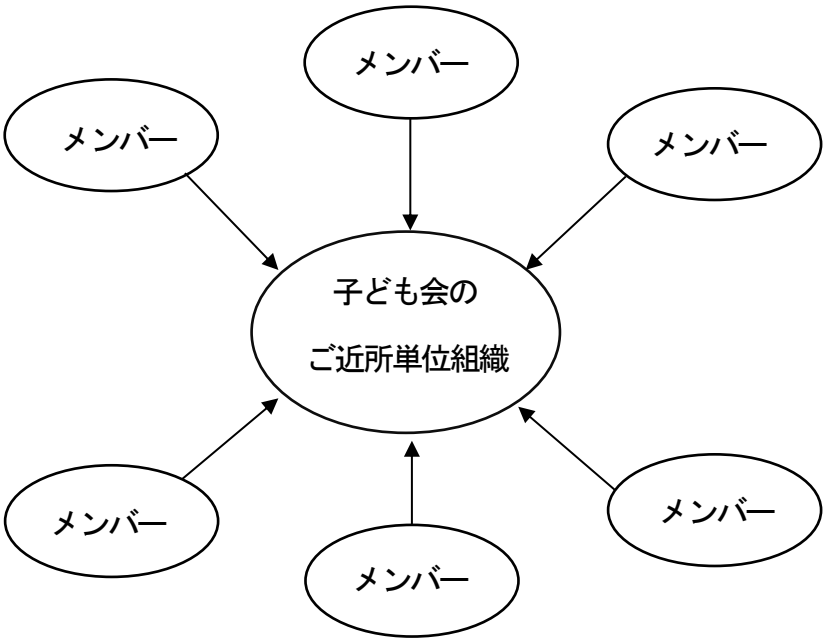
④老人クラブで助け合いができるために欲しい人材

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代の人も仲間に	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	

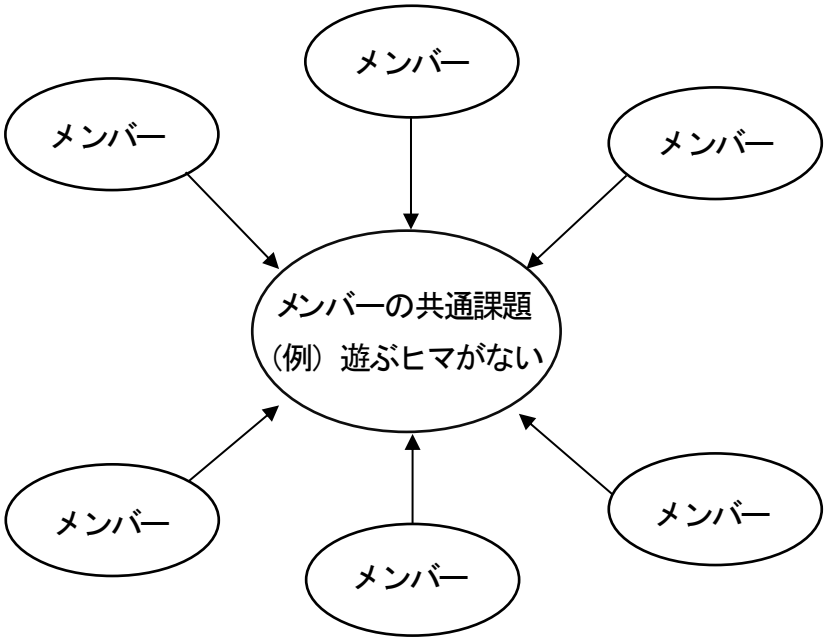
⑵子ども会

住宅地図上でメンバーに印をつけて、交流の状況を確認する。誰と誰が交流しているか。親同士の助け合いは？　要援護児童は？　リーダーはだれか？

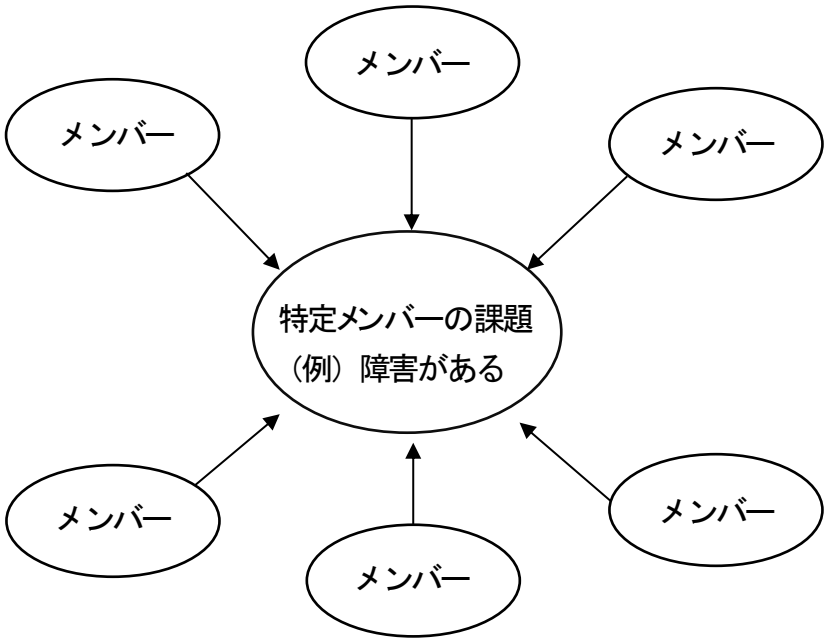


①メンバーの共通課題は？

それに各自どのように対処しているか。



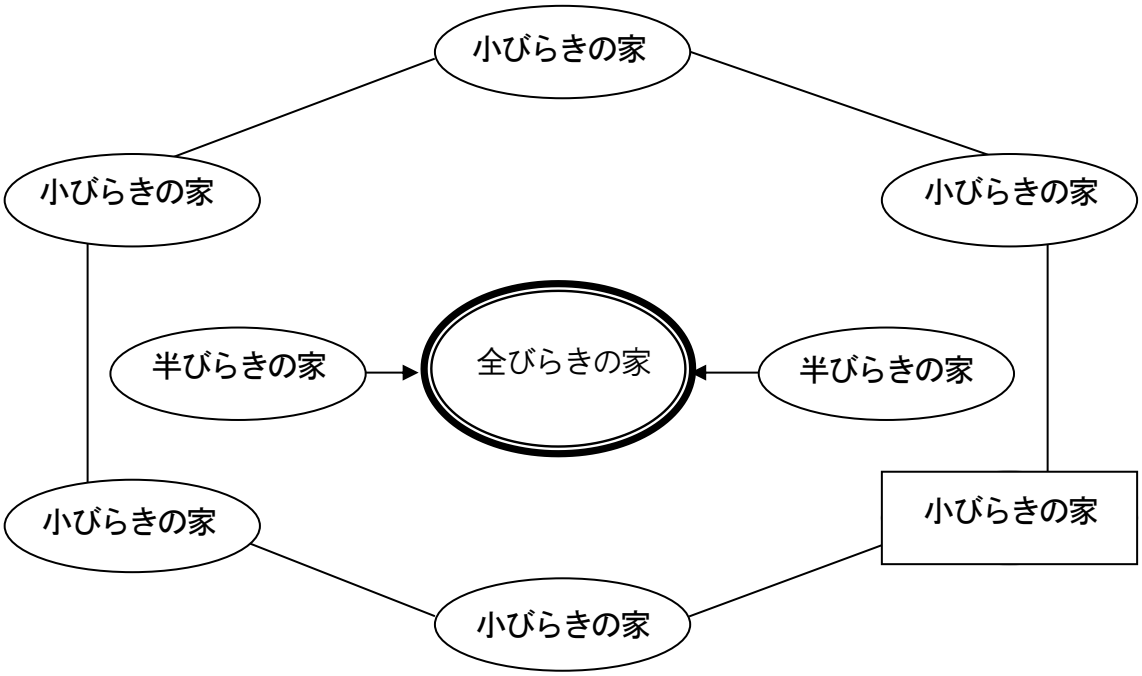
②特定メンバーの抱えた課題に他のメンバーはどういう関わりを？



⑶子どもにやさしいご近所にするために

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だ。K子さんが空き地でイベントを開くときなどに、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らない。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らないとしたら、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。

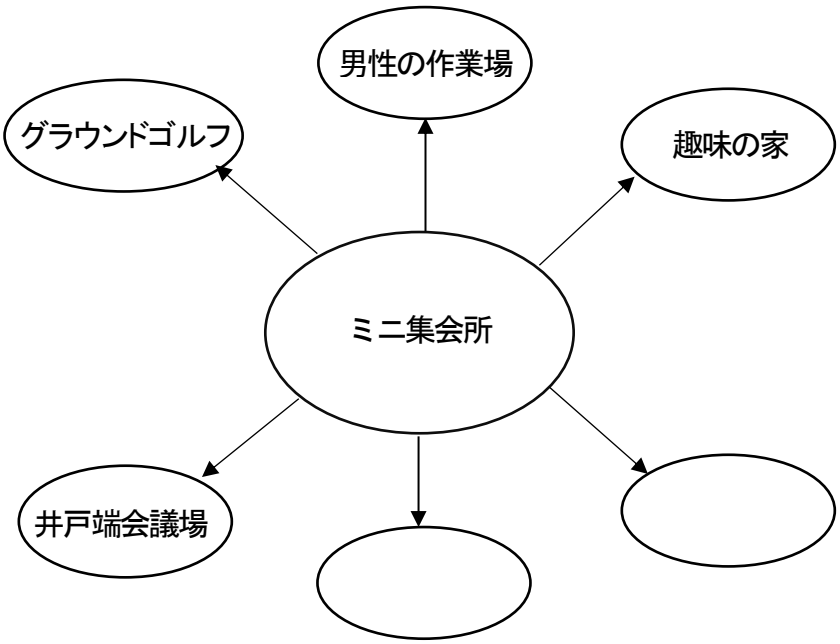
ひらいた家の活動は一見小さな活動でも、実質は多様で、いろいろな活動に発展する。

	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	

⑷集会所もご近所に最低１か所

集会所もご近所に最低１か所は必要だ。しかもご近所の中央部に。隅の方にある場合、中央部でできないか調べる。空き家や広い部屋を持っている家など。隅の方の集会所でサロンを開くと、反対側の方の人は来ない。来られないことはないけど、段々と足が遠のく。

ご近所の各所にミニ集会所も

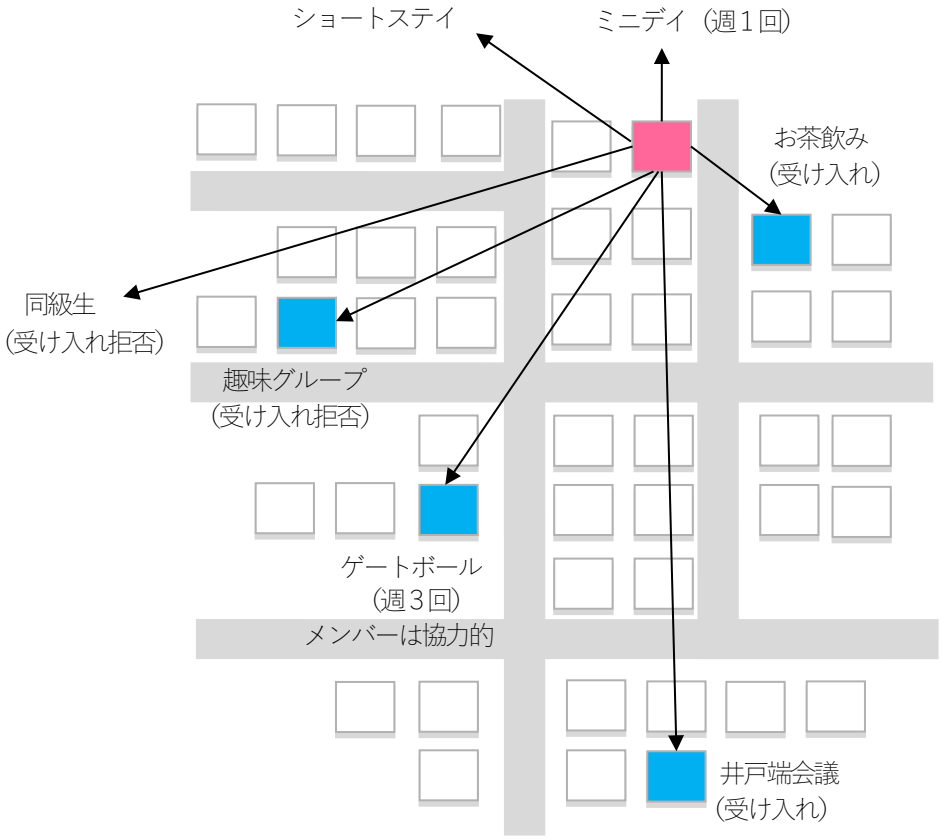


⑸趣味活動ができる家などがご近所内の各所に

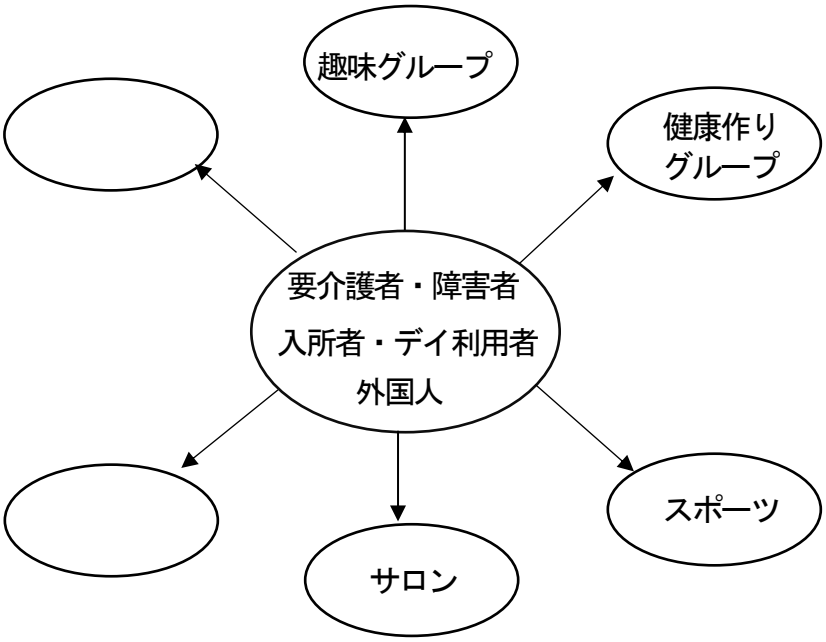
ご近所に１か所だけの公民館は非現実的。ならば「公民館らしき機能」を持っている個人宅などがご近所内の各所にあればいい。

大事なことは、そこに要介護者などを受け入れること

次のマップでは、認知症の女性がご近所内の各所に行って「私も入れて！」と言っている。今は趣味グループなどが、女性が来るのを拒否しているが、みんなが受け入れてくれれば、彼女はご近所の中で豊かに生きることができる。



⑹「お楽しみの場に私も入れて」



⑺ 「卒業」させない

①超高齢になれば地域活動は卒業？

マップ作りをしていて、地域にはある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。

そうなると、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きた「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。

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、その人が要介護になった	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
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

＜第６章＞

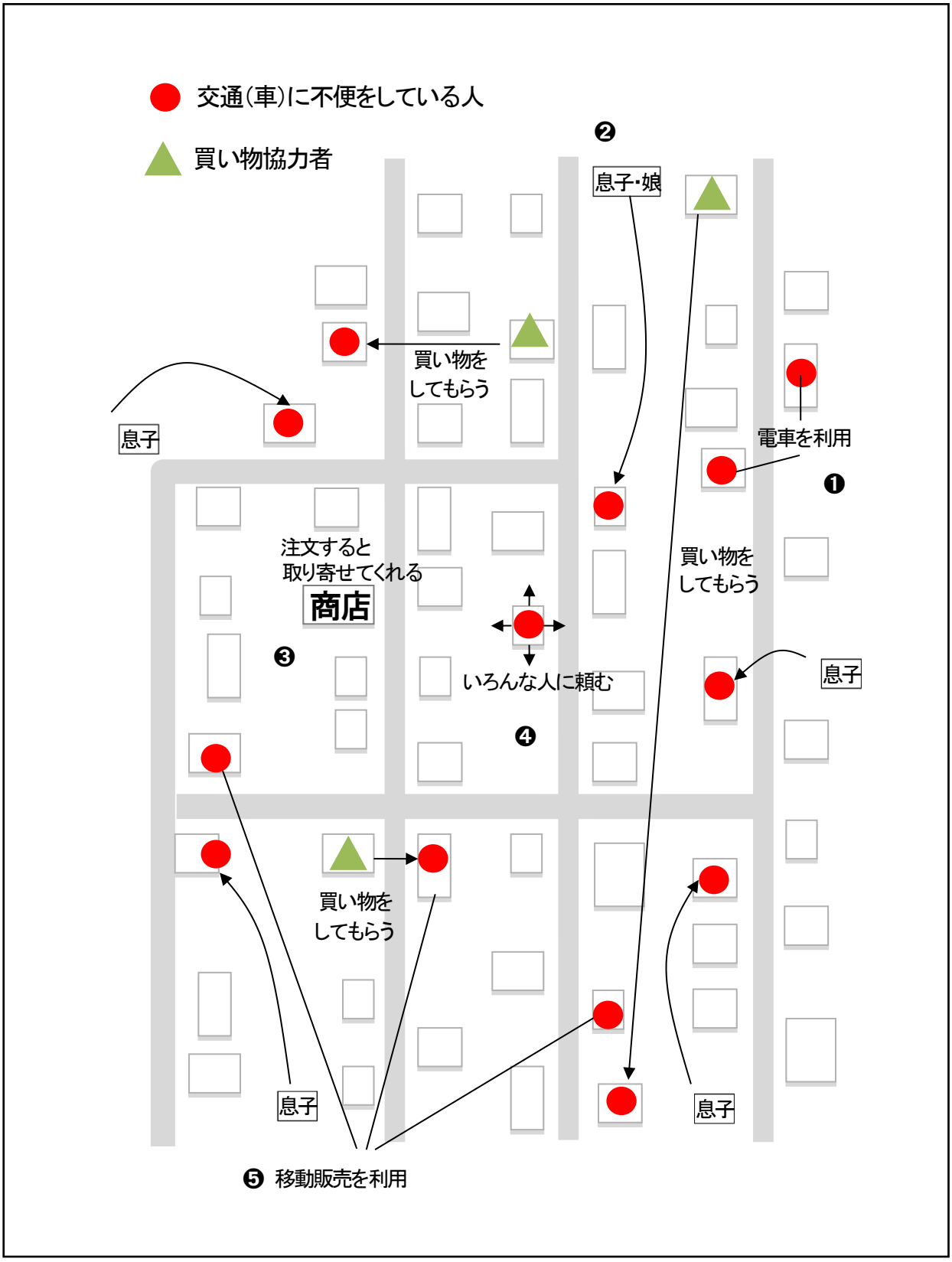
困り事の解決はまずは自助で

困り事の解決と言えば、すぐに福祉サービスやボランティア活動に委ねることとなっているが、これからはまずは自助同士の助け合いで、しかもご近所を舞台に、取り組もう。

⑴例えば一人暮らしで車のない人の買い物問題

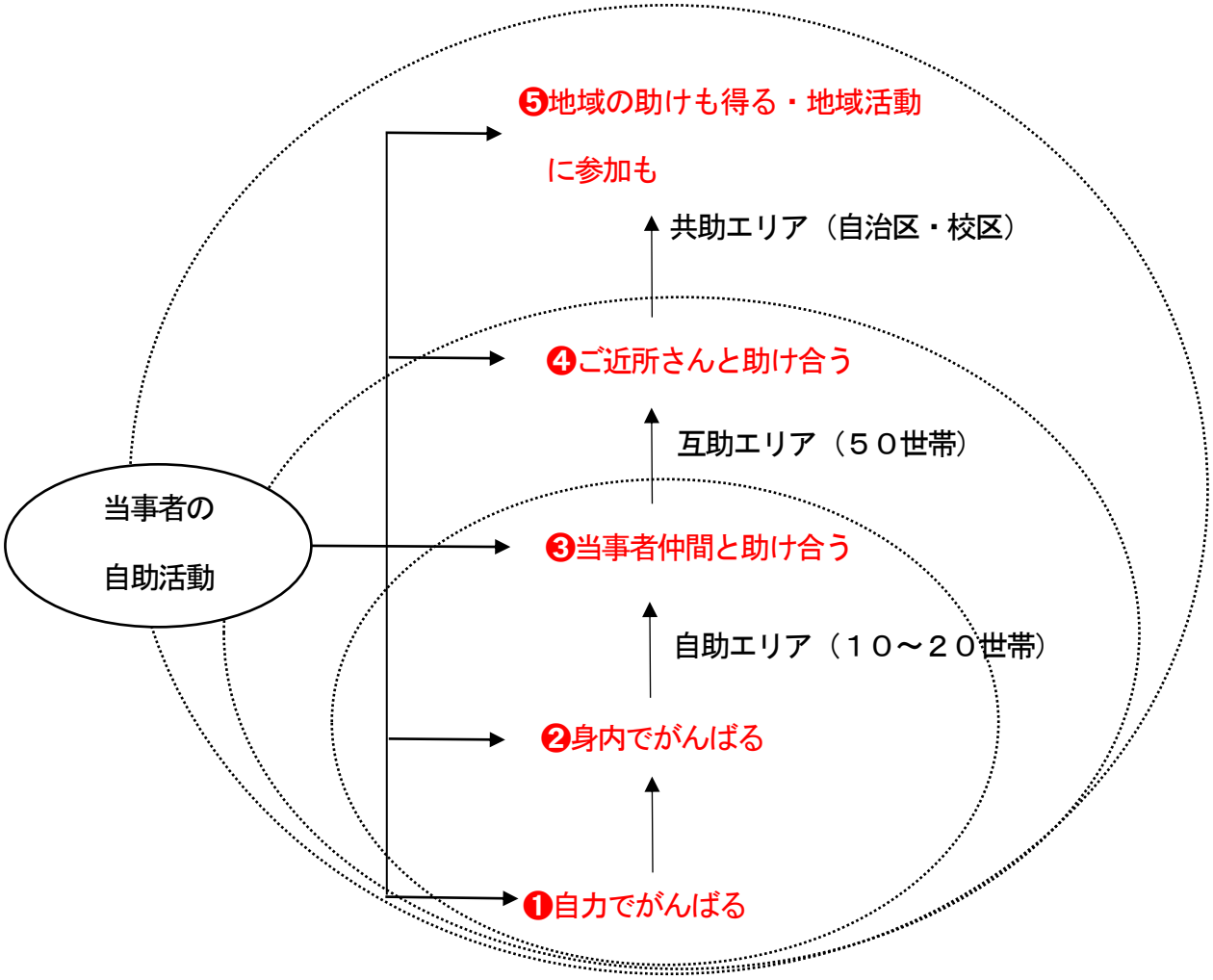
ある地区で、一人暮らしで車のない人はどうやって買い物をしているのかを調べてみたら、以下のように様々な方法で解決していた。

当事者は、自立解決と身内解決しかしていないと思っていたら、たしかにそれもしているが、他にも当事者同士で助け合ったり、ご近所さんと助け合ったり、広く地域の支援を求めることまでやっていた。


交通(車)に不便をしている人
買い物協力者
❷
息子・娘
買い物を
してもらう
息子
電車を利用
❶
注文すると
取り寄せてくれる
商店
買い物を
してもらう
❸
いろんな人に頼む
息子
❹
買い物を
してもらう
息子
息子
❺ 移動販売を利用

⑵当事者は自助から入る地域福祉活動をしていた

彼らのやっていることをパターン化してみると、以下のようになる。これは私たちがやっている地域福祉活動と同じではないか。ちょっと違うのは、自助から発していることだ。つまり当事者も、一般住民もおなじようなことをやっていた。ちょっと違うのは、一般住民は自力解決と身内解決を省いていることだが、これを省くこと自体おかしい。それぞれが、当事者も健常者も、皆自力と身内解決から入ればいいのだ。



⑶生活の困り事対策は「自助マップ」を利用しよう

例えば、以下のように。

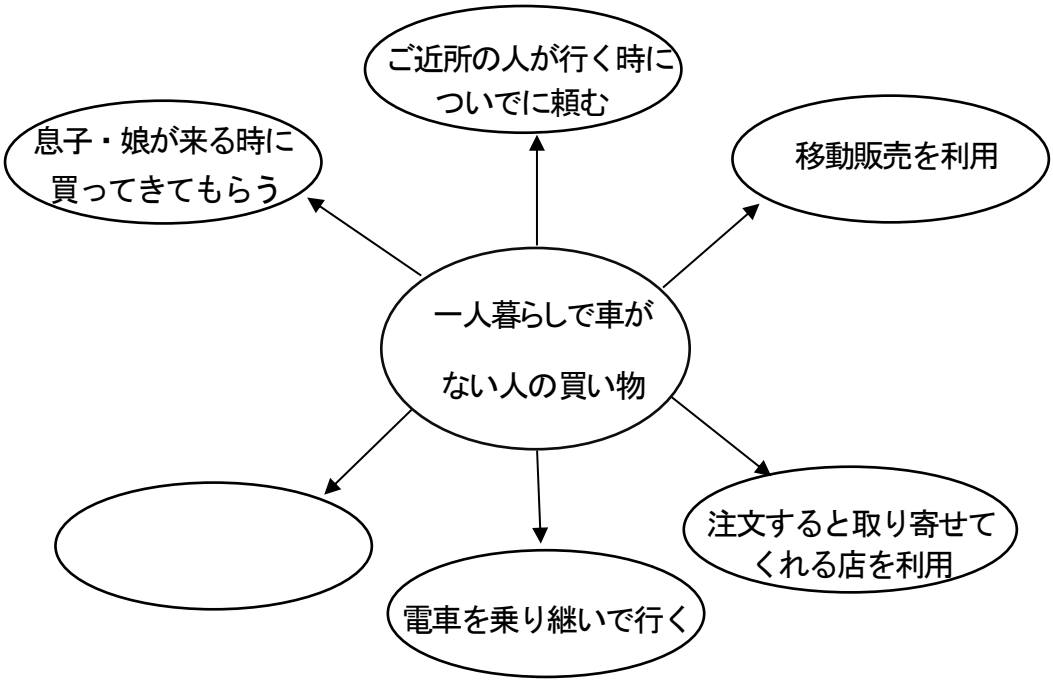
①ご近所毎に、困り事に対して当事者たちはどうしているのかを聞いてみる。例えば以下は、ある地区で、一人暮らしで車がない高齢者に、買い物はどうしているのかを聞いた結果だ。

②解決策が出そろったら、困り事がまだ解決していない人は、どの解決策が使えそうかを確認する。

③使えそうな解決策があれば、それを実践している人と繋げるなりして、本人が取り組む。

④取り組めそうな解決策がなければ、他の地区で実践されている方法も使ってみる。

⑤これらのプロセスの中で、当事者同士、協力できることがあれば協力する。



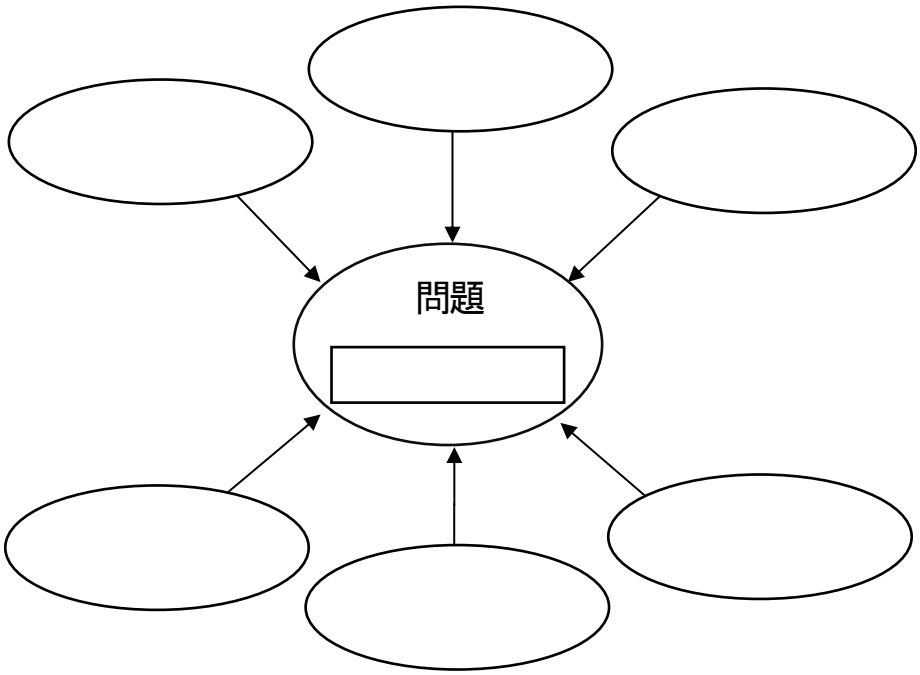
⑷解決事例を未解決の人に生かす

ここまで調べたら、これを未解決の人に生かせばいい。

	車がない人の対策	これを生かした方法
1	子どもが来る時に買ってきてもらう（５人）	調整役の人が、何日に誰さんの息子さんが来るといった情報を集約して、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）	誰かついでに買ってきてほしい物があるか、地区内に声掛け。
3	隣人が買い物をしてあげる（３人）	買い物をしてあげてもいいという人に立候補してもらい、その人が協力できる日や行かれる場所などをオープンにする。
4	注文すると取り寄せてくれる店（１店）	どういう品物を取り寄せてくれるのか、条件は何かなどを公開。 他の店も同じことをしてくれないか交渉する。
5	その時々でご近所の人たちに頼む（１人）	頼み上手さんのコツを聞く。
6	移動販売を利用（３人）	移動販売の予定日、場所、品物などを公開。

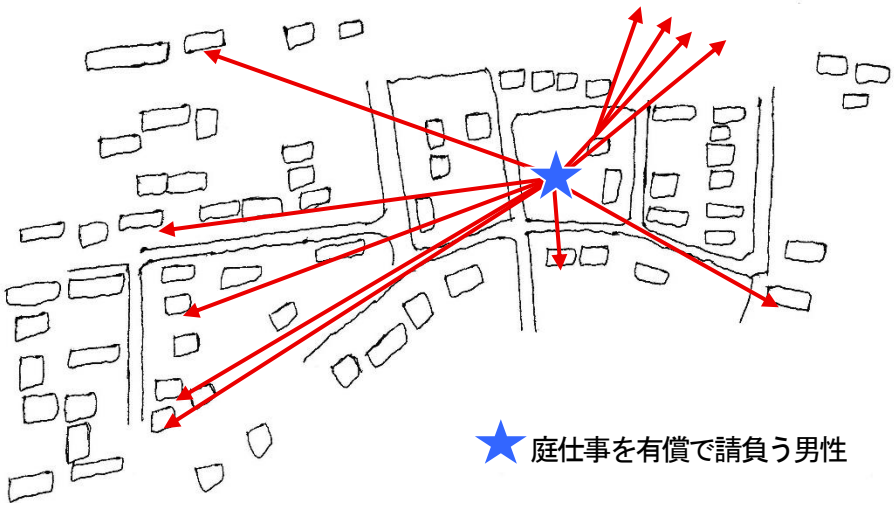
⑸当事者が困っていることを図に載せてみよう

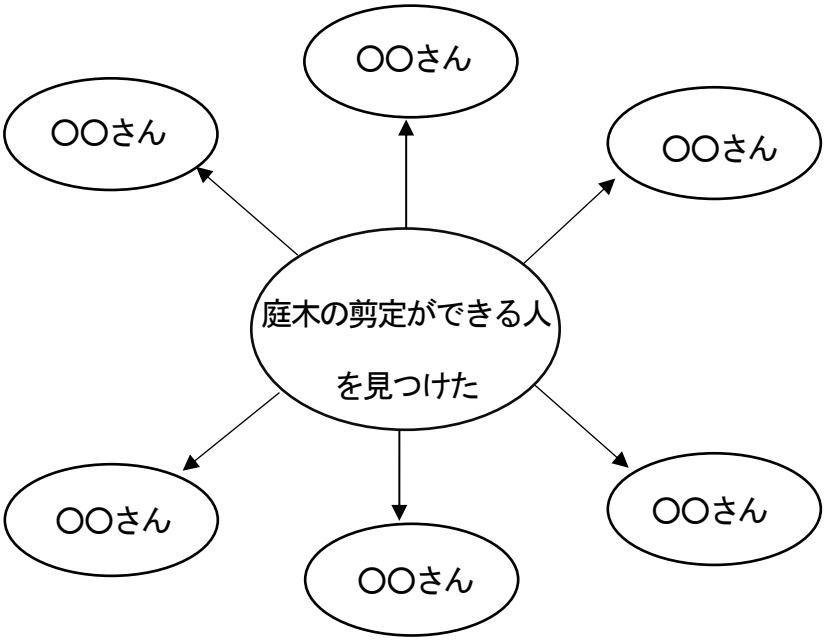
そして、彼らの解決努力を、発見次第、図に載せていく。これを未解決の人に生かせばいい。当事者たちが自助努力の一環でやってみたらどうか。



⑹誰かが見つけた福祉資源をみんなで活用

一人暮らしの高齢女性は、庭の草取りや庭木の剪定に困っている人が多い。もし誰かが人材を見つけたら、みんなにその情報を教えてあげれば助かる。生活問題で、個人ではなかなか頼める人材が見つからないケースがある。その時に、このマップのように、「みんなで活用」の手法を生かしてみたらどうか。





⑺自助型避難の時代

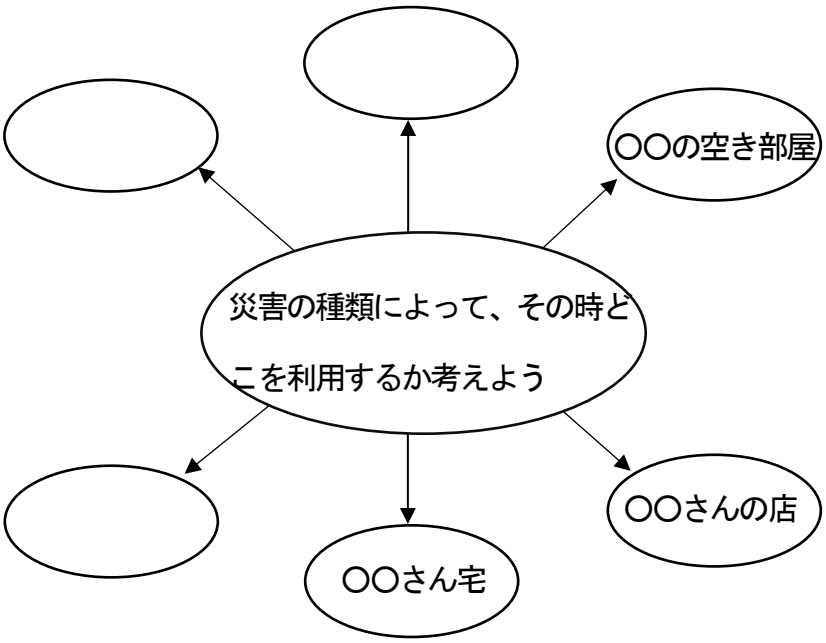
災害が頻発する時代になった。いつどんな災害が来るかわからない。

小学校等の大規模な集団避難所は、ストレスや不眠等で体調を崩す人が多く、ペット連れの人などは利用しにくいため、やむを得ず車内泊をする人も少なくない。コロナ禍で問題はさらに複雑化し、最近では災害時に被災地近くのホテルが避難者でいっぱいになった。

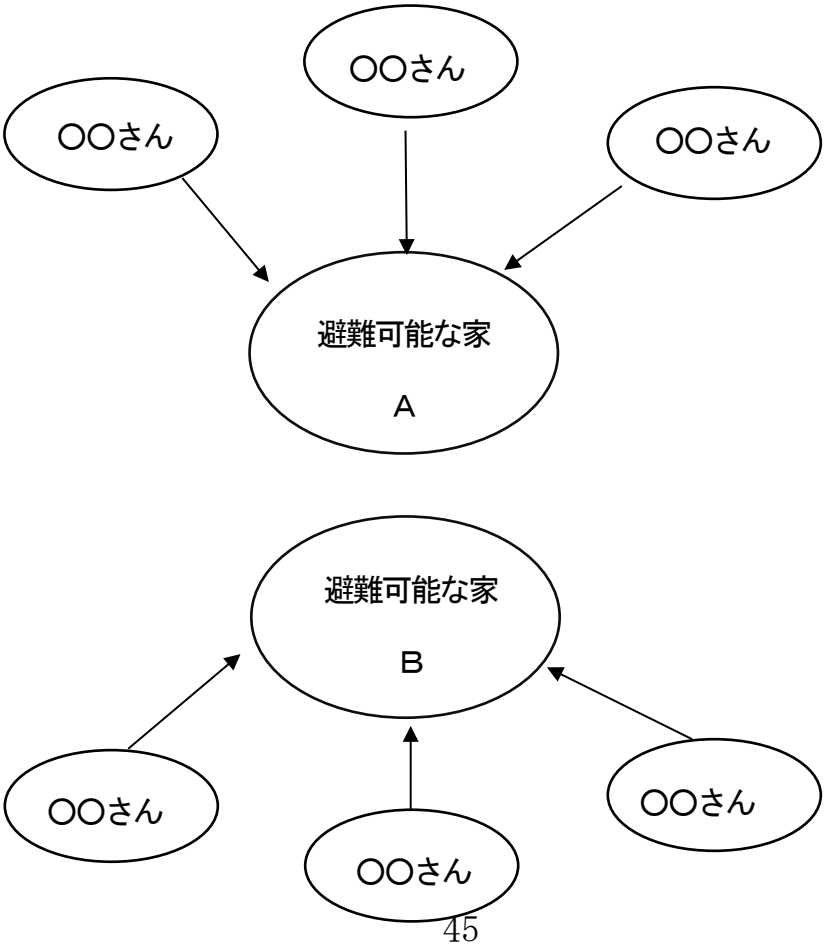
そこで、あらかじめ個人的に避難できる場所を確保する動きが出ている。集合住宅の低層階の人と上層階の人が交流してペアを作るとか。これからは、災害の種類ごとに、各自がどこへ避難できるのかをご近所内や当事者同士で話し合っておくといい。

例えば豪雨が来た場合、高い建物や高台にある所に避難するが、あらかじめ候補となる場所、受け入れてくれる家などを探しておく。そして誰と誰が一緒に避難するかも協議しておく。

私の避難所探し



助けられ上手さんと世話焼きさんの合議で避難所探しが行われるといい。



⑻見守り対策は、当事者と担い手の共同作業で

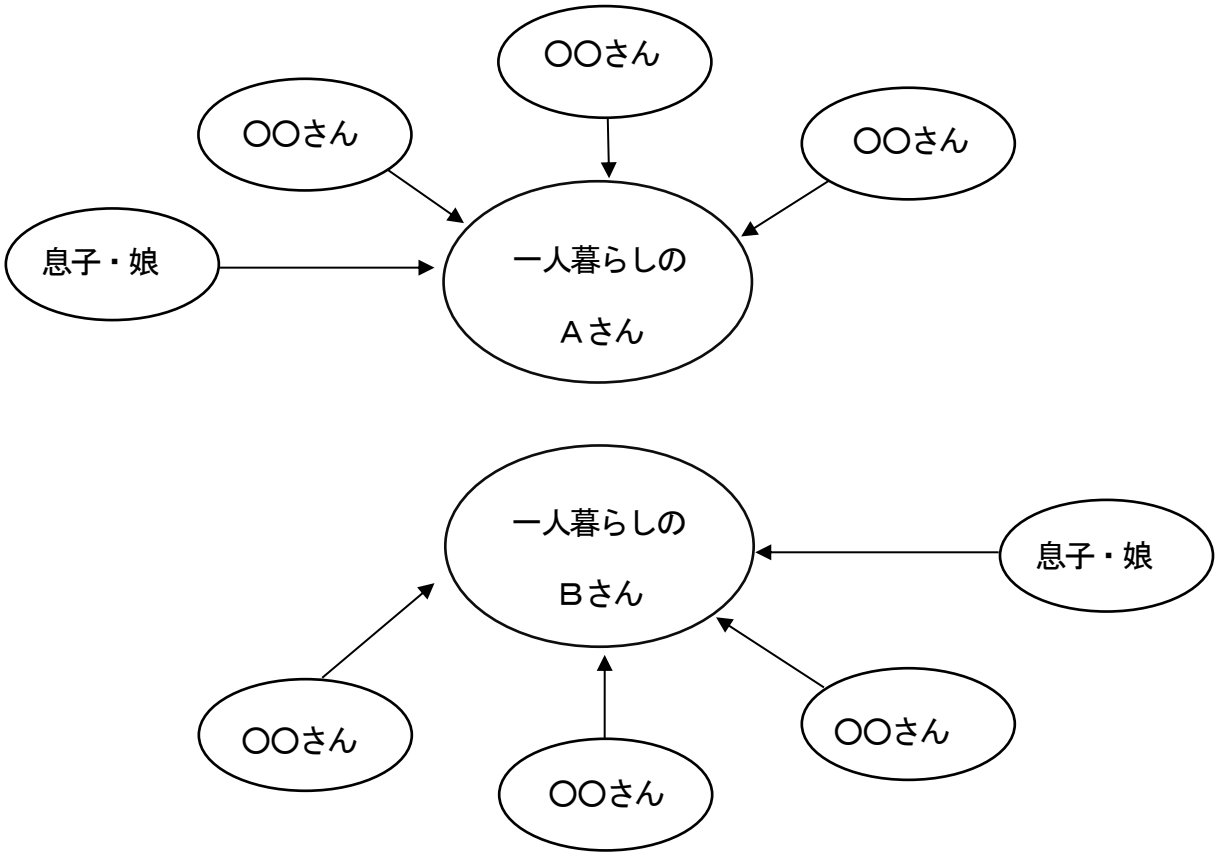
①それぞれの人はどういう見守りが望ましいか（見守り不要も含めて）。

②誰に見守ってもらいたいのか、その際、特にどういう点に気を付けてもらいたいのか。

③当事者自身はどんな見守られ努力を？

④災害があった時のために、息子や娘がご近所さんと協議しておくことについても話し合う。

⑤当事者の見守りに対する期待と、隣人の見守りの実情にズレがないかどうか。



①当事者の見守られ努力の一覧

名前	どんな見守られ努力を？
Ａさん	自宅を開放してサロンを開き、ここに隣人を招き寄せている。
Ｂさん	毎朝同じルートをウオーキングしながら、出会う人毎に声をかけている。だいたい同じ個所で同じ人に出会うので、一種の見守られウオーキングとなっている。

②見守り・見守られの一覧表

こういう欄を作り、記入してみるとどうか。

名前（当事者）	当事者が見守りに期待すること	当事者の見守られ努力	見守る人の名前	見守りの努力特に心得るべきこと

③独居の親を訪れる子どもはご近所に挨拶しているか

これが子どものやるべきことである。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	親をときどき訪ねているか 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			

④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。一人暮らしの高齢者と、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、普段の見守りのお礼など、いつかはしなければならない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、今後も何かあったときにお願いやお礼がしやすくなる。

企画されている事業とは、１つのご近所または町内の、一人暮らし高齢者たちとその子ども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情報交換もできるし、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。

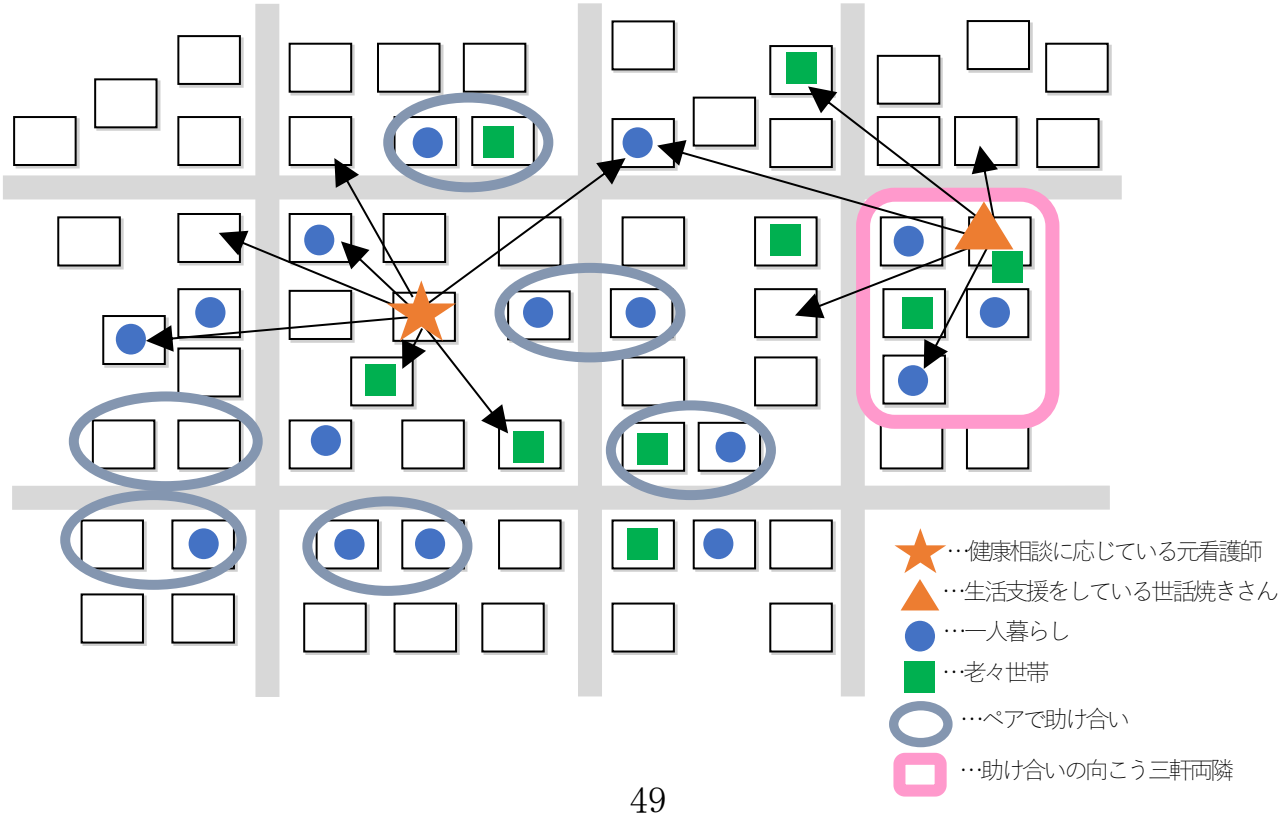
今までこういう企画が行われてこなかった背景には、福祉は担い手だけで努力するものではなく、本来は当事者の役割というものもあるということが理解されずにきたということがある。福祉というのは、担い手と受け手の共同作業なのであって、支援を必要とする人（家族も含めて）もまたやるべきことがあるのだ。その１つが、親を見守ってくれている人への挨拶である。

三者歓談のメンバー（候補）

	一人暮らし高齢者と子ども	ご近所さん	その他
1	○○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			

⑼向う三軒の独居高齢者は助け合っている

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。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



①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。

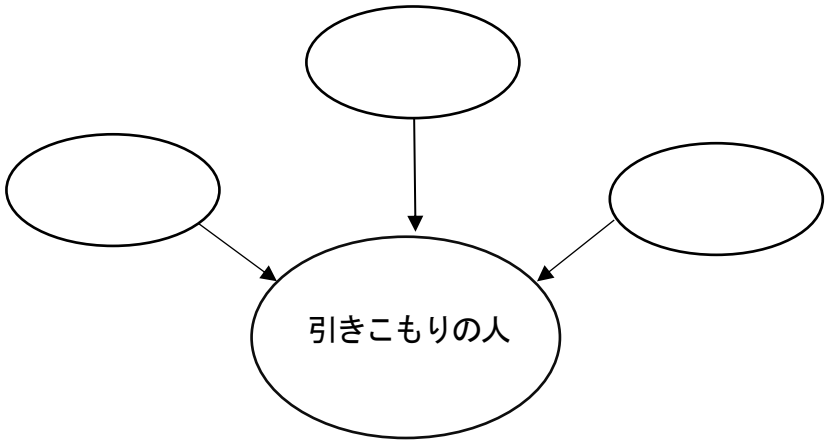
	だれとだれが？	どのような助け合いを？
1	隣り合った同士のＡさんとＢさん	一緒に買い物に行ったり、一緒に食事をする。 災害の時は一緒に避難することになっている
2	同じ集合住宅の５名	何かあるとＡさんの部屋に集合
3		

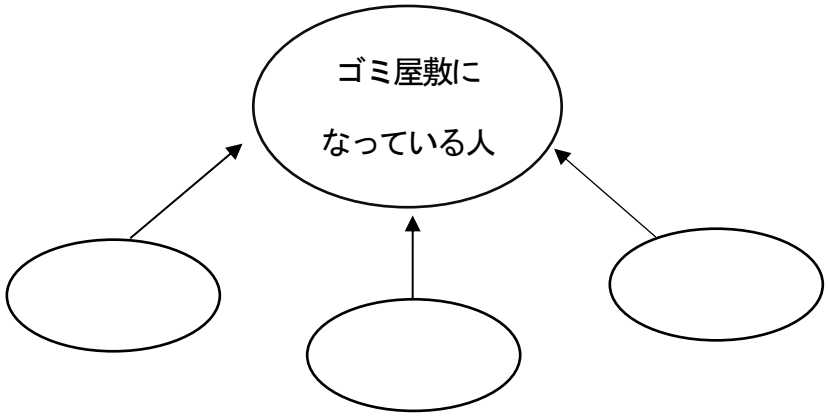
＜第７章＞

「気になる人」にどう対処する？

～引きこもりの人やゴミ屋敷などの問題への対応

どのご近所にも必ず、数名の「気になる人」がいる。引きこもりの人、家がゴミ屋敷になっている人、「迷惑な人」と言われている人、暴言を吐く人など、いろいろな人がいる。対応が難しく、放置されているケースが多いが、どのような方法があるか考えてみよう。





⑴引きこもりの人とその対応

マップを作ると必ず出てくるこの人への対応法を考えてみよう。

名前	どうすれば接触できるか

①引きこもりの人にも楽しみ事がある。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ないかということだった。

住民は初めは、そんなものはないと言い合っていたが、「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。❷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う。自分で作ってみたいというのだ。料理が好きなら、会食会のレシピづくりに協力してもらうとか、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など。

②地域デビューという、引きこもり対策

「夫の地域デビュー」のノウハウを以下に整理してみた。

⑴退職後、すぐに働きかけを

調査によれば、退職後１年以内に地域デビューをすれば定着するという。

⑵夫婦で一緒に

なかなか地域に溶け込めない夫の場合は、まず妻が加入しているグループに入るこ

とから地域デビューするという方法がうまくいっている。

⑶妻だけでなく第三者からの働きかけも

地域で活動している世話焼きさんなどが、妻に協力して夫の活躍の場を見つけたり、背中を押してくれるとうまくいきやすい。

⑷先陣の夫が他の夫を誘う

既に地域デビューを果たした男性が、他の男性を誘うという形で男性の地域デビューが発展する。

⑸多様な入り口を用意

あるご近所ではゴスペルの会や下校ボランティア、ヨガ、カラオケなど、様々な入り口を用意したため、男性たちはその中から好きな入り口を選ぶことができている。

⑹ご近所圏域を大事に

まず、同じご近所で出会う人たちと交流する方が入りやすいのではないか。

⑺初めはシンプルな参加を

たとえば収穫祭に、各自が持ち寄りで、しかも夫婦一緒に参加するのならハードルが低い。そうした単純な参加を繰り返した後に、だんだんと本格的な活動に踏み出してもいい。

⑻まず１人から始める

まず１人の地域デビューを実践してみる。それから、次はだれとだれを誘うかという風に広げていけばいい。

⑼妻たちで地域デビュー支援ネットワーク

わずか５０世帯のご近所で妻たちが手をつなげば、その機運も生まれてくる。

⑽気になる人に気を配るご近所に

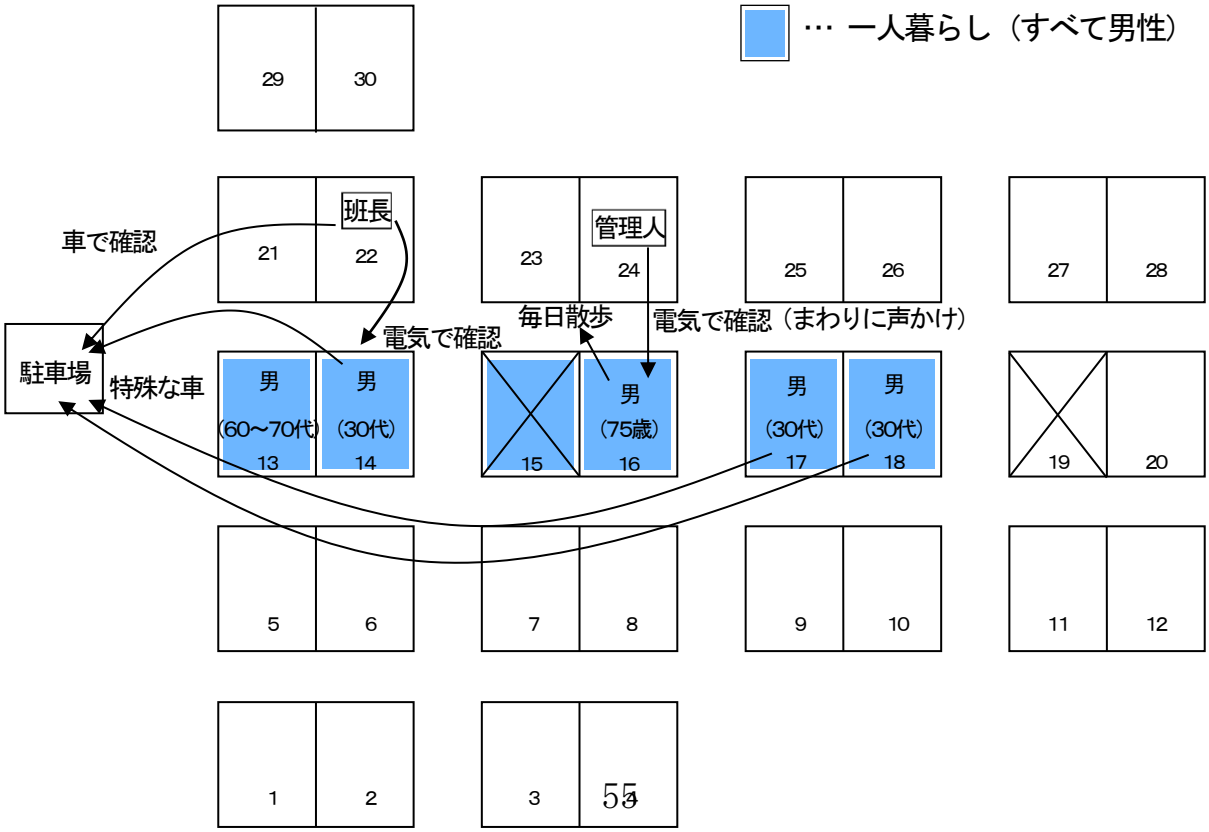
ご近所に、引きこもり気味の夫も含めて、「気になる人」を日常的に気に欠ける気風があるというのも、大事な要件になる。

男性の地域デビュー作戦

	地域デビューしてほしい人	妻はどんな対策行動を？	課題
1			
2			

③独身男性の引きこもり対策

ここは仮設住宅である。御覧の通り、住民を悩ましているのは、いずれも男性の一人暮らしだ。ふれあいをしようという気がない。仕方なく、駐車場で彼ら存在と安否を確認していた。



地方で独身のまま高齢化し孤立してしまう男性たち

まず別図のようにフローチャートにしてみた。考えてみたら、今の地方では、若い時代に男性が同世代の人たちと交流できる機会が極端に少なくなっている。子ども会や青年団はなくなっているか、有名無実化している。婚期が近づく頃には、女性の多くは都市部へ働きに行ってしまう。地元に残った男性（長男）は、もうこの段階で結婚の機会をほとんど失ってしまう。

そうこうしているうちに、親の介護が回ってくる。これでますます結婚相手が見つからなくなる。父親は亡くなり、母が認知症や要介護になると、１人で介護も家事も担わなければならない。男性は地域に支援を求めるのが難しく、１人で抱え込んで追いつめられれば、虐待も生まれやすい。その母も亡くなると、一人暮らしで引きこもる人が多く、孤独死の危険が増す。

結婚のチャンスはないことはないのだが、地域にこれを生かそうという体制ができていないのだ。例えば、子どもは故郷を去っても、懐かしくて時々戻ってくるし、都会にいても故郷のことは考える。そんな彼らにしてあげられること、彼らと故郷をつなぐためにできることはないか。また、親の介護などのために定期的に故郷に戻っている子どももいるし、都会に出て結婚したが、その後に離婚し、故郷へ戻ってきている女性がいるが、故郷は彼女に冷たい目を向ける（「出戻り娘」などと呼ばれる）。

故郷に戻ってきた彼女たちを、故郷はどう遇しているか。①前述のように、地元で独身の男性（長男）には要介護の親がいる。つまり彼と結婚すれば、嫁として介護を担うことになる。それに②嫁は「よそ者」扱い（身内にしてもらうには２０～３０年かかるとも）。さらに③畑仕事もある。

こう見ると、つらいことだらけである。そうした女性を、介護も含めて地元ぐるみで支えるぐらいのことをやらねば、お嫁さんが来るはずがない。その前に、親の介護に通って来ている子どもや、離婚して戻ってきた子どもを支える体制もまったくできていない。こうしたハンディキャップを１つ１つ除去するために、地元ぐるみで行動

を起こしていくことが、この問題への根本的な対策になるのではないか。

そこで、ある地区で実施したグループワークの中で出てきた案を、１５項目ほど並べてみよう。

①「青年団」の再組織

若い頃に男女が交流する機会がなくなっている。子ども会（これもなくなりつつある）を卒業すれば、学校生活が中心になり、地域の男女が交流する機会がない。集落単位が無理ならば、もっと広い区域－市域やそれ以上の区域でもいいから、そうした機会を設ける必要がある。以前の青年団はどうなったのか。今の時代に合った、しかも学生時代から参加できる新しい「青年団」を考えてもいい。

②行事に青年男女も参加へ

今では、町内会の行事などに児童生徒が参加することがなくなった。道普請も大人だけの活動になっているが、地域の一員として、小学生の段階から子ども（中高生も含め）も町内会行事に参加するようにしていったらどうか。そこで男女の出会いも生まれる。

③子ども版の町内会

昔は子どもだけの町内会組織があって、子どもなりに町内の問題解決に動いていた。子どもたちの手で主体的に集落の問題を考え、取り組んでいくことができれば、当然、婚活の問題もテーマに上るのではないか。中高生などは、自分たちの将来の問題として意識し、積極的に若者同士の交流の場をつくっていくなどの対策に取り組むこともできる。

④家庭介護を支援する集落に

今の集落は、親や夫の介護をする人を支援しようという気風がない。「嫁が介護しているからいい」と思っている。長男が家を継ぐとなると、いずれ親の介護が巡ってくる。長男に嫁げば、介護の役割が待ち構えている。それでも結婚しようという女性は年々少なくなっている。介護家庭を集落ぐるみで支えられるようにならねば、状況は

変えられない。お嫁さんが出かけるあいだ看ててあげるとか、家事支援とか、要介護者または介護者の話し相手に行くなど、地域でできることはいろいろある。

⑤親元に通ってくる子どもの支援

高齢で一人暮らしの親のもとに、都会で暮らす子どもが通って来ていて、自分が来られない間に何かあったらと心配している。この子どもの親を、隣人たちが支えていくことも期待されている。「あんたの親は私たちが面倒みてるからね」とでも言われれば、故郷への愛着も生まれるし、子どもも近所の人に手土産を持ってきたりして、地元と交流が生まれる。その中で地元に戻る人や、地元の男性と結婚する人が出てくるかもしれない。

⑥故郷を去った子どもへ「故郷通信」

故郷を出たら、もう他人だと突き放すのでなく、まだ集落の一員という考え方で、継続的に故郷のことを「通信」で伝え続けていくことも大切だ。そうやって気持ちを集落につなぎとめておけば、いずれは故郷へ帰る子どもも出てくるはずである。

⑦故郷へ戻った時に泊まれる家を

若者が故郷に戻った時に泊まれる家を用意するのもいい。空き家がたくさんあるのだから、その一軒をこのために活用して誰かが管理できればいい。数名の若者が一緒に戻って思い出話をしながら過ごせば、若者同士のつながりも生まれるし、故郷への愛着も強まる。

⑧離婚で戻った女性を温かく迎える

離婚して子どもと一緒に故郷へ戻ってくる女性がいる。問題は、集落がその女性を「出戻り娘」などと白い目で見ることだ。しかも仕事がない、家がないという問題もあるし、子どもを預けられる所や学校などの問題もある。これらの問題を解消してあげれば、戻って来る人はもっと増えるはずだ。高齢者が多い地域には介護の仕事があるから、ヘルパー資格を取得して収入が得られる集落にすれば、高齢者も助かる。

この女性が地元の独身の男性と結婚する可能性もある。その場合に、嫁だからと家

に縛り付けるのでなく、自立した女性として解放してあげるぐらいでないといけない。男性の親の介護は集落の人たちで全面的に支えるのだ。こういう環境ができていることがわかれば、女性たちが子どもと一緒に戻ってくる可能性があり、地域の子どもも増える。

⑨中高年以降の「合コン」をセット

わが国では男女の交流は、結婚をするか、または一切交流しないかのオール・オア・ナッシングといった感じがまだ残っている。合コンといえば、学生や青年の時代のものといった固定観念があるが、これを生涯にわたって、いつでも可能な行事にすればいい。中高年になっても、男女が交流できる機会をいろいろ設定するのだ。そうすれば結婚には至らなくても、生涯にわたって異性との交流ができるし、孤立化・引きこもりの防止にもなる。

⑩入籍に縛られない柔らかな夫婦

マップ作りをしていると、一人暮らしの高齢者(男性)のもとに女性が通ってきて、あれこれと生活の面倒を見ているというケースが、全国各地でみられる。また、男性が親の介護をするのを支援しに女性が通ってくるというケースも。

このように、結婚とか、入籍といったしきたりに縛られることなく、両者の合意による「やわらかな夫婦」というのもありうるのだ。そういうあり方を思い切って広げていくのである。

⑪独身男性向けに人生設計講座

結婚の機会がないまま、あるいは結婚を選択しないまま老後を迎える男性が増えている。彼らにはさまざまな困難が待ち構えている。要介護になった親を１人で支えなければならないし、家事もこなさねばならない。認知症などの親の介護を１人で抱え込めば、虐待の危険も出てくる。親を看取った後は一人暮らしになり、引きこもる男性が多く、孤独死の危険が特に高い世帯になる。

これらの困難に対処するためには、４０，５０代の頃から、彼ら自身が今後どんな

人生を歩んでいきたいのか、そのためにどういうことができるのかを考える機会があるといい。彼らのための人生設計講座を開いたらどうか。参加者同士で交流を続ければ、介護などで助け合うこともできる。

⑫老後に備え自立生活訓練も

一人暮らし高齢者といっても、多くの場合、心配なのは男性である。周囲の人と交わることをせず引きこもりがちな人が多く、困っても周りの人に助けを求めることができない。家事など生きていくのに最低限必要な技術も欠いていれば、それだけで問題が生じる。こうした問題を克服できるような自立訓練を、元気なうちからやっておかねば、老後はもっと困難なことになる。

⑬独身男性の自助組織作りの支援

前項の「講座」をどのような形で実施するかと考えた時に、1つの効果的な方法は、彼らで自助グループを作り、老後の備えという共通課題に共同で取り組んでいくということである。

最近はありとあらゆる課題に対する自助グループができていて、共通の悩みを持つ仲間同士で助け合い、問題を解決していっている。独身男性の場合も、ここで挙げられた活動の多くは、本来はこの自助グループが主導して実行していけばいいのだ。

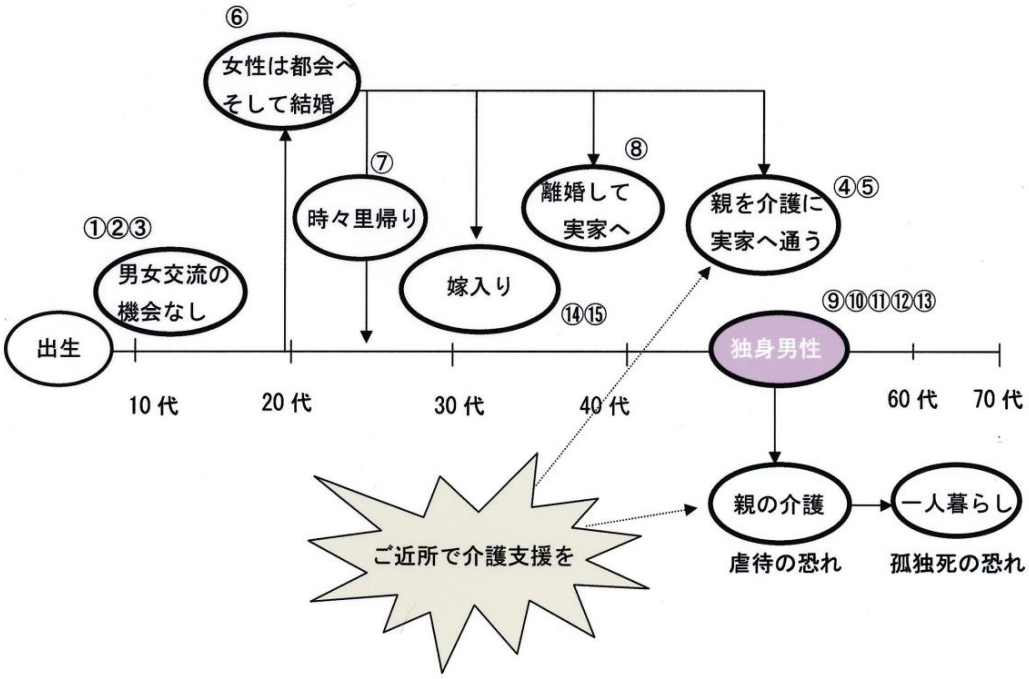
⑭「よそ者扱い３０年」を短縮

ある地域に他地区から嫁いできた女性が、「この土地でよそ者扱いから解放されるのに３０年かかる」と言っていた。これでは嫁いできたい人などいない。もっと早く身内として受け入れられる方法を、話し合ってみたらどうか。

⑮女性の苦痛にならない畑仕事を

都市部から嫁いで来た人に聞くと、畑仕事も苦痛の種であるようだ。ところが同じように結婚して都市部から来て畑仕事を何十年としている女性から、意外な声が出された。「畑仕事って、意外と楽しいのよ。それにいくらでも休息が取れるし、その分好きなこともできるの」。そんなベテランたちで、都市部から来た女性でも楽しく畑仕事

ができる方法を伝授してくれるといい。



⑵ゴミ屋敷

①ゴミ屋敷対策の事例

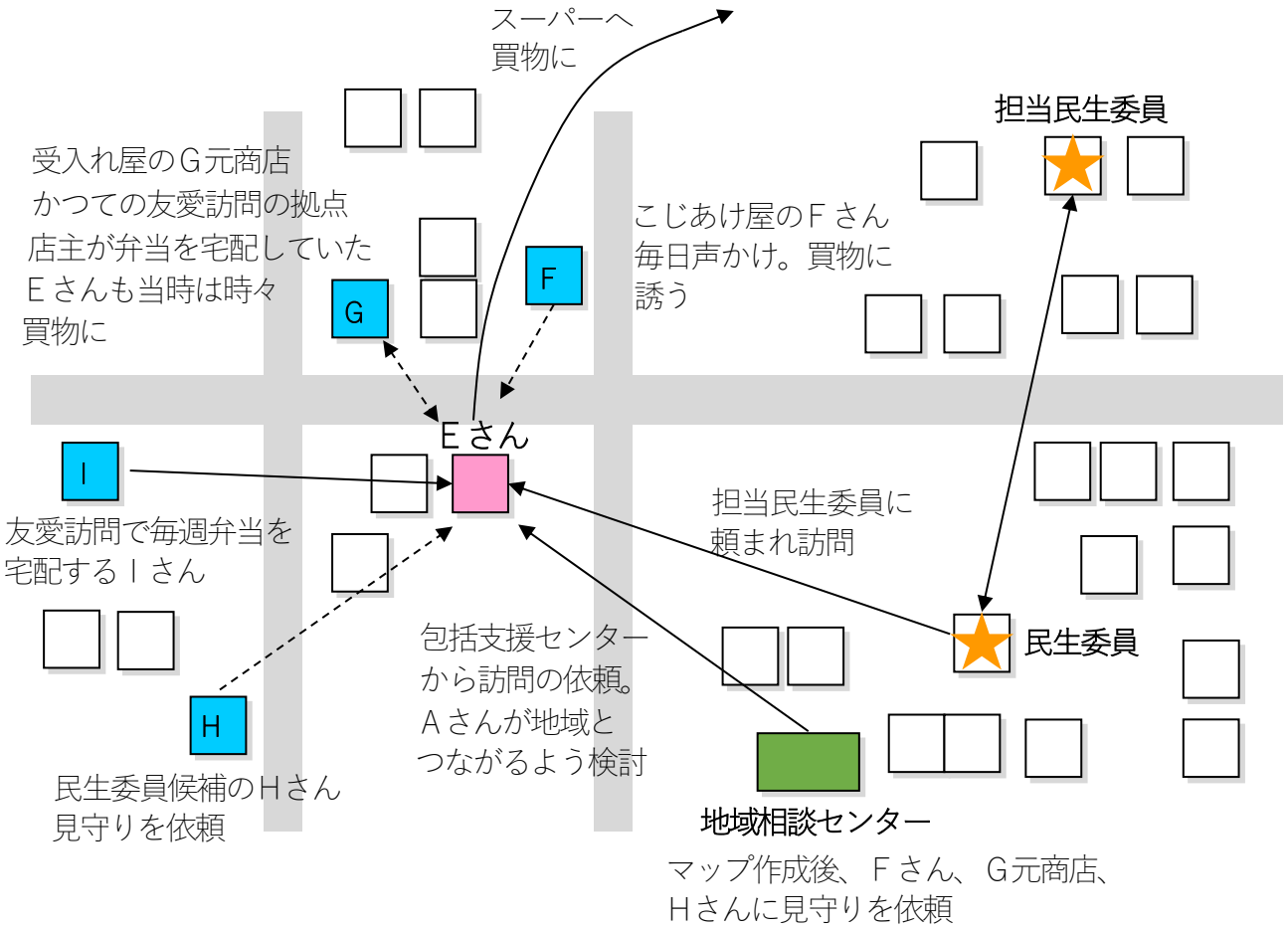
自分の活動例、または他の誰かのと取り組み例を記入していこう。

②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Ｅさんで、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る時に、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。

③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、まさに千差万別だが、それでも何か共通項がないか検討する余地はある。

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。自分の地域で生じたケースは、このどれが該当するか考えてみたらどうか。

④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？	自分の地域のケースでは？
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？	または本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	やっぱりきれいな方がいいと実感してもらう	元のゴミ屋敷に戻させない	
8			

支え合いマップ作成後、民生委員と住民がゴミ屋敷に入り込んで片付け

島根県・津和野町の木の口地区では、民生委員が中心になり、マップから出てきた課題の取り組みをすすめる中で、ゴミ屋敷に住民と一緒に入り込んで、きれいにしてあげたという。興味深いのは、これに参加した住民の声だ。

あるセミナーで、この経過を主に担当した民生委員が報告したのだが、ゴミ屋敷の掃除に参加した住民が会場に数名来ていたので、感想を聞いてみた。いずれも大変な仕事を皆で協力して成し遂げたという満足感が声の調子にも表れていた。「『やった！』という感じ」と表現していたが、１つの大事業をやり遂げたという満足感の後に、これからも他の課題にも挑戦していこうという強い意欲が感じられた。

⑶迷惑な人（大音響でラジオ・大声・荒れた庭等）

その人は何を求めているのか？

　あるご近所では、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「迷惑な人」と見ていたが、視点を変えて「ふれあいを求めているのでは？」と見直し、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。

「少し迷惑だけど、私たちのふれあいの輪に受け入れてあげよう」と言えないか

	ちょっと迷惑な人	なぜ？　何が望み？	対策
1	ウロウロして通る人にちょっかいを出す	ふれあいを求めている？	新しいサロンやイベントに誘ってみる
2	鳩などの餌付け	淋しい？　動物好き？	一緒に観察したりしながら、生じている問題解決も一緒に
3	テレビやラジオを大音量で	聴覚に問題？	補聴器が使いにくい？ 調整してあげる

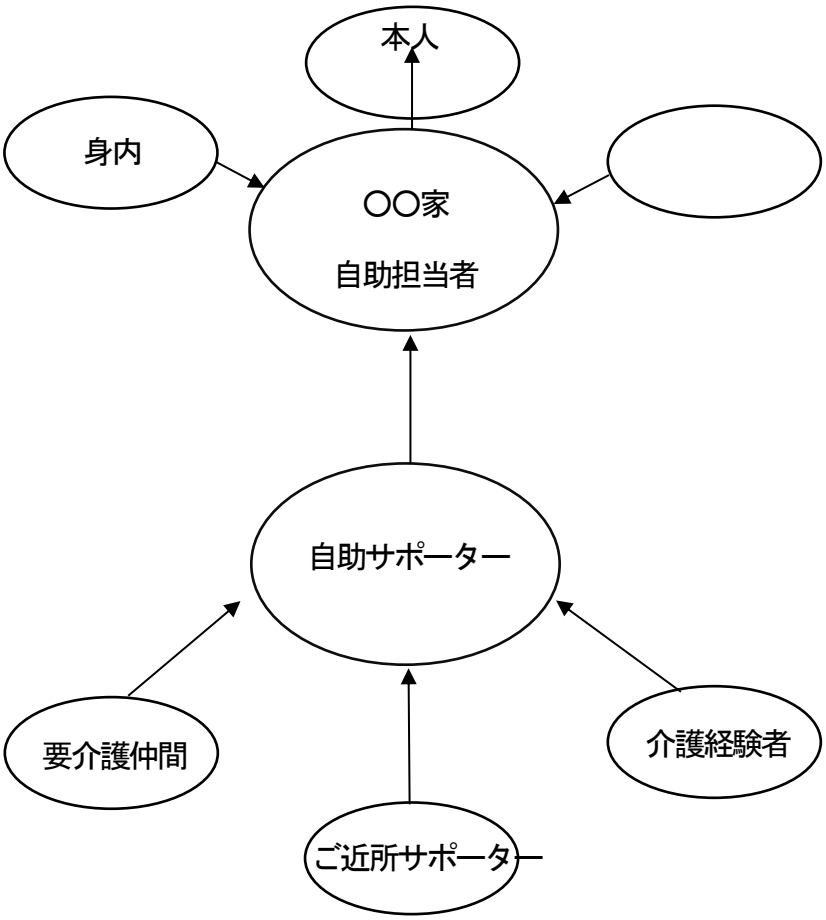
４	ご近所の庭の花を切って持っていく	家に飾りたい？	花をプレゼント
５	大声で怒鳴る	職業柄身についた？ 子供は好きらしい	子どもを連れて訪問してみる

＜第８章＞

要介護者をどう支えるか？

⑴自助サポーターとご近所サポーター

ここでは、自助サポーターは本人とその家族をサポートする人、ご近所サポーターは、ご近所内の要介護家族を後方から支援する人。

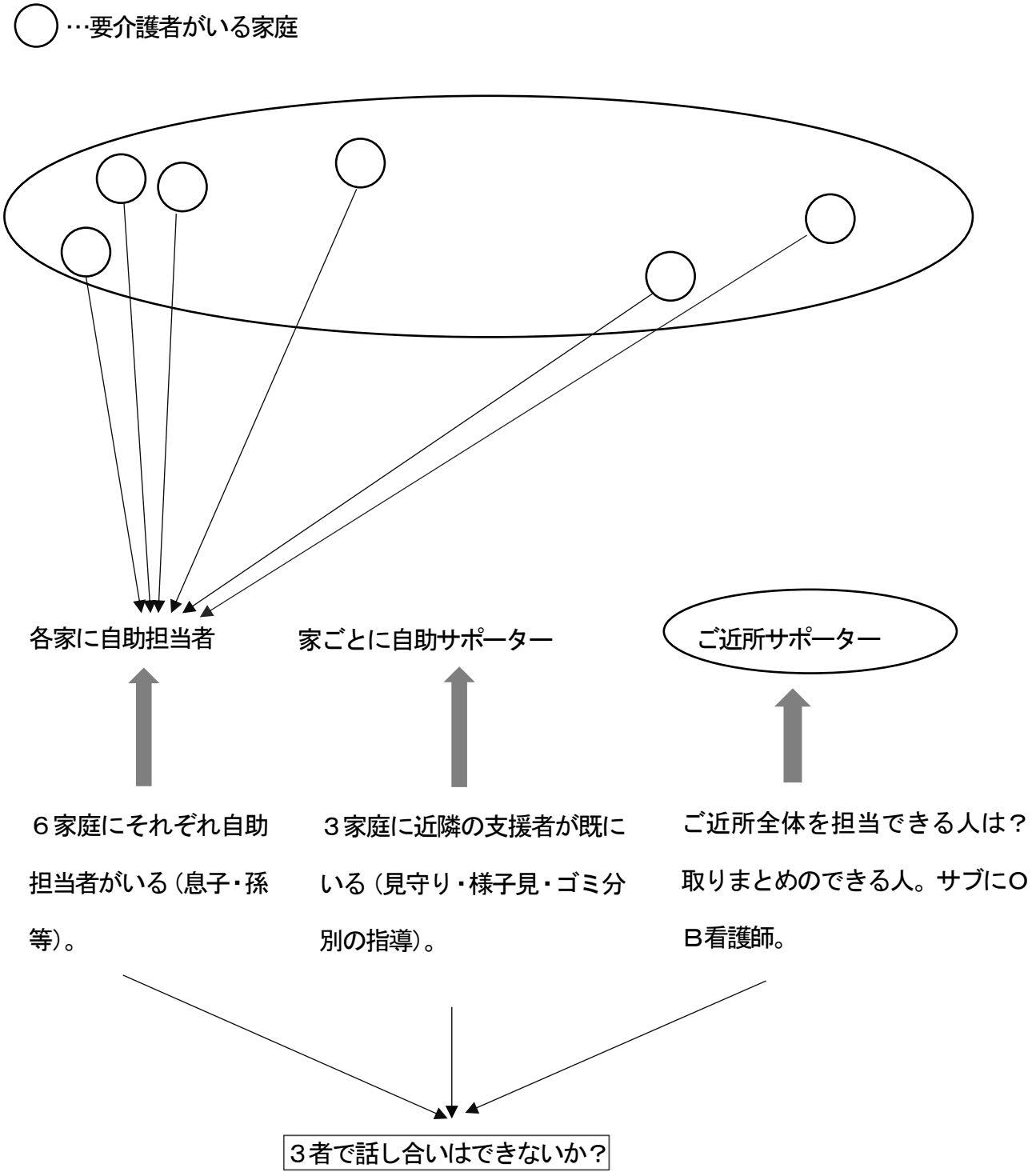


ある地域を例に、考えてみよう。

①ここは既に、集落全体が１つの老人ホームになっていると見るべき状況で、そのために、住民が協力してのケアの仕組みを作る必要がある。

具体的には以下の通り。

②要介護者がいる６家庭すべてに、自助担当者（その家の自助を担える人）がいる。息子や孫など。



③３家庭に実質的に自助サポーターの役割をしている人がいる。様子を見る人、ゴミ出しの指導をする人など。
④ご近所サポーターは、ご近所内で要介護者のいる６家庭の全体を見る人。この人材がいるかどうか。
⑤これらの人材に求められる資質は、ただ様子を見るとか、見守るといったことではなく、困り事を見つけて、それにすぐに対処できる人、要するに「動く人」である。
⑥この通りにするということではなく、こういうことを頭に描きながら、例えば既に自助サポーターがいる家庭については、一度会って、具体的な話ができないかということだ。
⑦また自助サポーターがいる３家庭については、その三者を含めて合同の話し合いができないか。そうすることで、息子たちも自助を担っているのだという自覚ができるかもしれない。
⑧繰り返すが、この地区はかなり危機的で、様子見とか見守り程度で済ませられるものではなさそうだ。
⑨できれば、この地区を支援できる看護師または元看護師を配置できないか。地区内にいないか。また、ここに世話焼きさんがいなければ、他の地区の優れた世話焼きさんに手当を支給して、当分の間、この地区に出向してもらうという手もある。空き家はあるはずだ。
⑩福祉がめざすものは何かと考えたとき、要介護の当事者がただ「生きていればいい」ということなら、おそらくサポーターの出番はほとんどないだろう。しかし、もっと人間らしく、もっと豊かに生きるには、何が欠けているかを考えなければならない。例えば「私もみんなと一緒に敬老会に参加したい」とか、「要介護だけど買い物に行きたい」といったニーズを引き出す人がいなければ駄目である。その役は、誰が担えるのか。
⑪「要介護だから、どうせ無理だ」と諦めている本人の要求水準を思いきり上げるよ

うな選択肢を並べた質問用紙を配り、こういうことをやりたくないかと聞いてみたらどうか。または豊かさのダイヤグラムを一緒に記入していくのもいい。その対象は、本人だけでなく、家族も同様に扱うのだ。

⑫こういう危機的な集落が町内にいくつあるのか。もし複数あると思われるのなら、超高齢社会へ向けてのモデルケースとして、この集落でこういうサポーター配置をやってみてはどうか。

⑵サロンや老人クラブに夫婦で参加しているか

１人が要介護でもサロンや老人クラブへ参加

夫婦どちらかが要介護になる前に夫の地域デビューを実現することが大切だが、そのためには、まず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。

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。その人も地域活動に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。

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）

⑶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。

妻と２人きりで孤立しないよう、家をオープンにして人が入れるようにすることが大切だ。

	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（閉じている家に入っていける人）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する
3			

⑷こじあけ屋さんを探そう

東京のある自治会の会長が、在宅の要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したのである。自治会長は、「おかげで奥さんは助かりました」と胸をなでおろしていた。

こじ開け屋さんとは、閉じている家にも入れる人で、初対面でも上手に相手の心を開いたり、引きこもりの人の家を根気よく訪れ、なんとなく会話や掃除をしながら、

だんだんと家の奥まで入ってしまうという人もいる。そして、このまま放置すれば相手が危険な状態だと思えば、強引にでも入り込んでしまう。そういう人なのだ。

この人材はあなたの周りにもいるはずだ。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ったことがある	難しい相手が出てきたらお願いしよう

⑸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。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。

共に要介護の夫婦を引き離さない

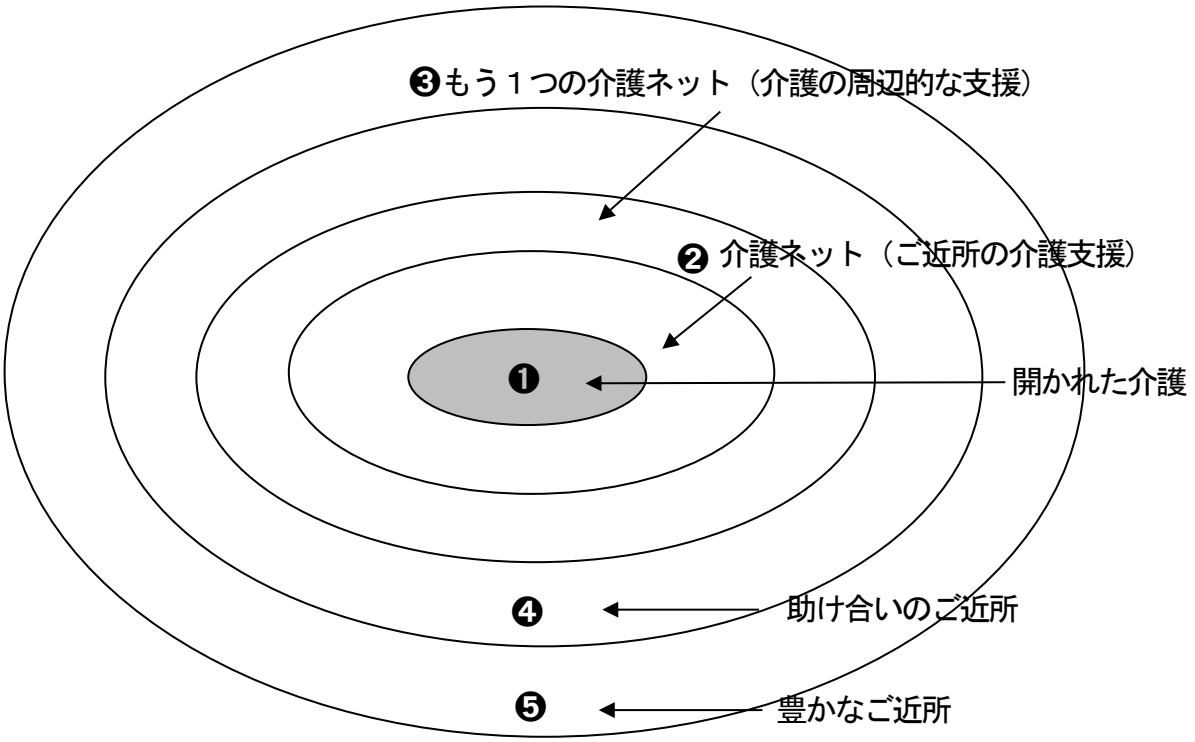
可能な限り夫婦で支え合えるよう、支援方法を考える。

	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			

⑹ご近所老人ホーム

介護家族を核にして、それを支えるネットの全体が一つの老人ホームと考えられる。ひらかれた介護家族が存在するのが条件だ。



自宅に「介護中」の看板を掲げた家がある。地域の皆さんに手伝ってほしいというわけだ。

こういうことを実現するには、あらかじめご近所の皆さんと親しくしておく必要がある。手伝ってくれる人はここで介護の技術が学べるし、介護されている本人も、上

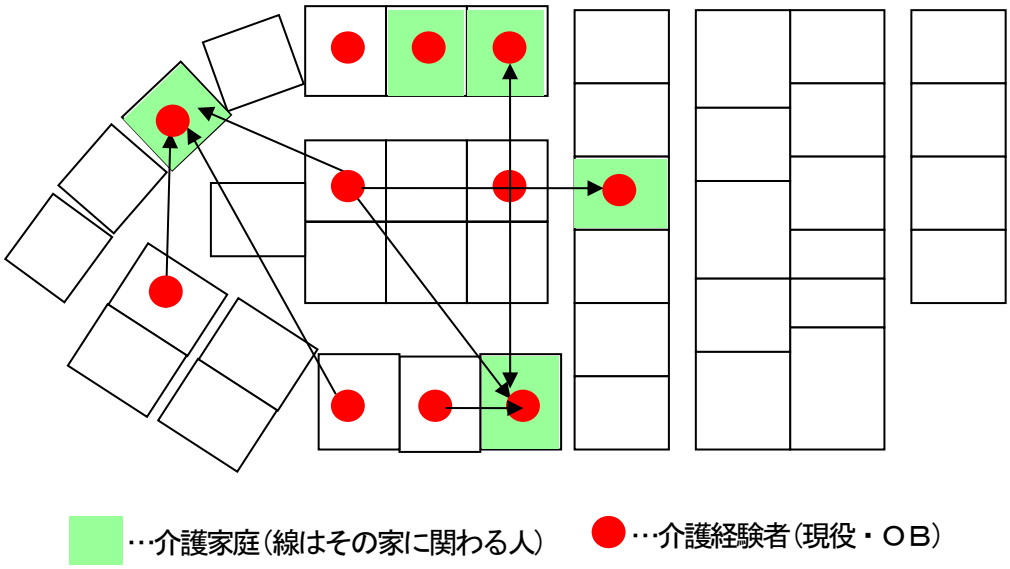
手に介護されるコツを教える。介護している人たちのネットワークも作る。家庭介護者の自助エリアづくりである。そのエリアはどういう構図になるのか。

❶ひらかれた介護者の家

これが自助エリアの核になる家。

❷介護ネット（ご近所の介護支援）

次のマップを見ると、家庭介護中の家を、介護経験のあるご近所の人が支援していることが分かる。マップ作りの場で、介護を１度は経験した人に手をあげてもらうと、大抵５～１０名はいる。



❸もう１つの介護ネット（介護の周辺的な支援）

介護中の主婦が、近況や困っていることを新聞にして知り合いに配っていたが、「介護で忙しくて子どもを遊園地に連れていけない」とか、「夕食作りができない時がある」などと書かれていた。それが周辺的なニーズだ。介護そのものだけでなく、そういう支援も助かる。

❹助け合いのご近所

そのご近所に介護に熱心な人がいる、というだけでは足りない。ご近所全体で助け合いが行われていれば、それが「もう１つの介護ネット」にもなる。要介護の人がその助け合いの一角を担うことだってできないことはない。それが結果として、要介護者にとっての資源ともなる。寝たきりの高齢者の家に、赤ちゃんを連れて来る人もいる。両者にとっての相互資源になるはずだ。

❺豊かなご近所

ご近所の中で豊かな生活が営まれていれば、その活動（ふれあい、趣味活動など）に要介護者も参加することで、それが介護予防にもなるし、場合によっては、要介護度が下がることだってある。これもまた、介護資源なのだ。

❻要介護でも豊かに生きられるご近所に

⑺介護経験者が介護者の相談に乗っている

先ほどのマップで、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。

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たりし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	○○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。	

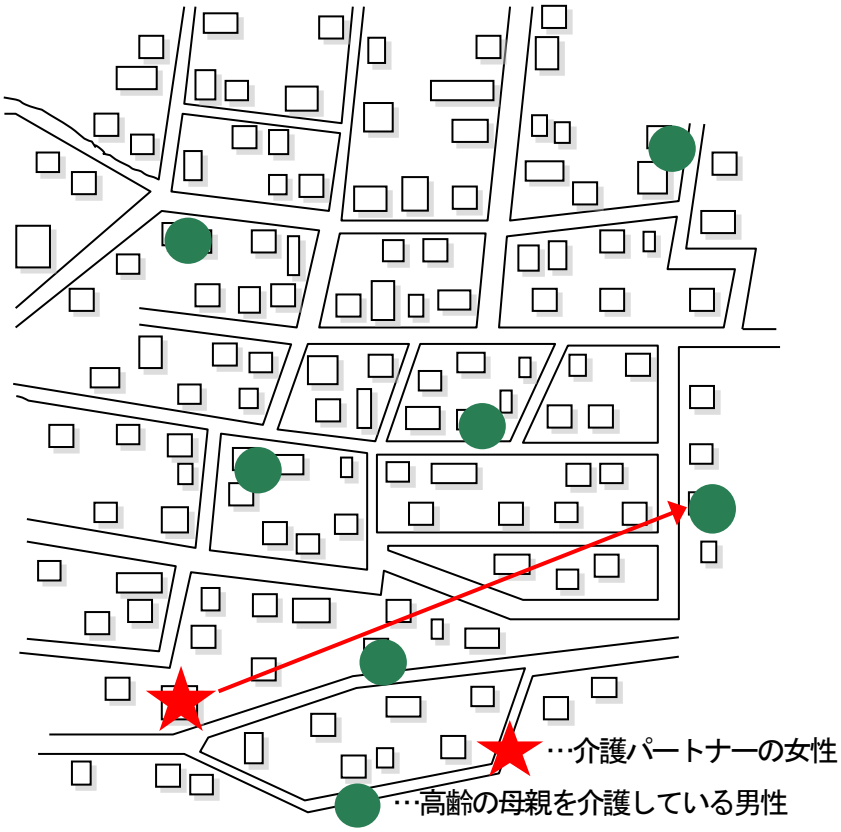
⑻複数の要介護者に関わる「介護の名人」

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。家事だけでも苦労するシニア男性が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！」と身を乗り出し、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。

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つき合いする。そちらの方に力点を置けばいい。

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			

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			

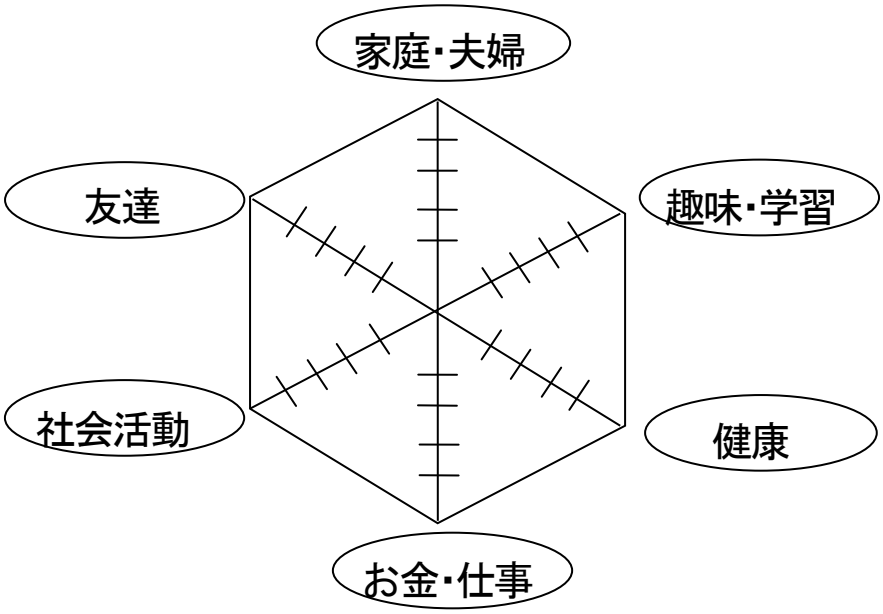
⑼どんなに重い要介護でも豊かに生きたい

福祉といえば、困り事の解決を目指すことになっている。しかし当事者自身は、そうは考えていない。問題対処を超えて、もっと豊かに生きたいと思っている。

厚労省は、福祉とは、どんなに重い要介護でも、住み慣れた家や地域で安全、かつ自分らしく生きていけるように支援することと言っている。自分らしくとは、自分のライフスタイルを全うすること。自己実現である。

豊かになるのに必要なものは？

講座の受講者に「あなたが豊かに生きるのに必要な要素を挙げてください」と聞くと、大体５０項目ほどが出てくる。それを整理していくと、最終的には６つの項目に絞られることがわかった。豊かになるには、その６項目を充足させればいいということになる。これを使って、豊かさを測る目安として開発したのがこの「豊かさダイヤグラム」だ。



豊かさはこうやって測る

豊かさの６つの項目のそれぞれに５段階の印がついている。項目ごとにその人の充足度を考え、５段階で評価する。その個別評価の結果をダイヤグラムにのせる。

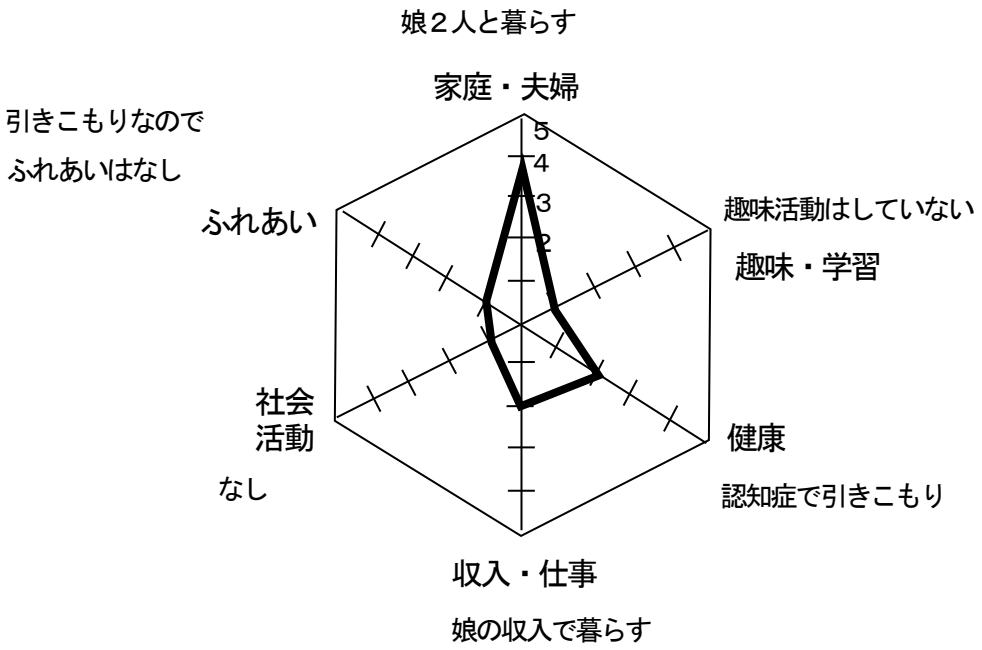
例えば趣味の評価が３だとすれば、ダイヤグラムの趣味の所の３の位置に印をつける。６つの印を線で結べば、それがその人の充足度ということになる。

ある９０歳の女性の豊かさ状況は？

たとえば、認知症で、２人の娘と暮らしているＡ子さん。娘は２人とも看護師で、介護は心配ない。しかし窓に目張りがしてあり、３人で引きこもり気味。

Ａ子さんの豊かさを推測すると、①仕事はしていないので、収入・仕事は２。②健康は、よくはないので２。③趣味活動はしていないので１。④家族は、娘２人と暮らしているから４。⑤友達（ふれあい）は１。⑥社会活動も１。

これをダイヤグラムにのせると、以下のようになる。



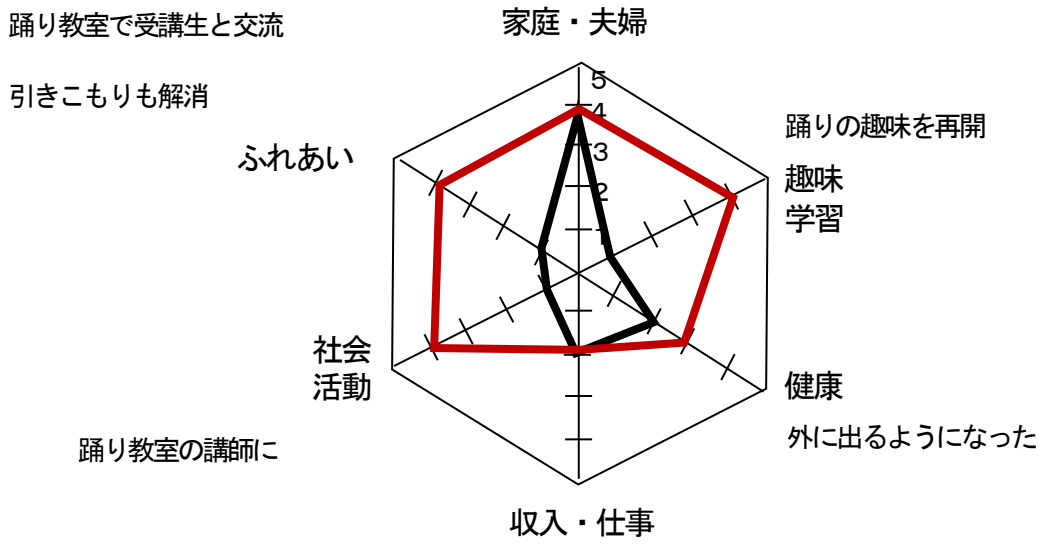
Ａ子さんはその後どうなったか

Ａ子さんは以前、なにか楽しみはなかったのかと聞いたら、踊りの師匠だったという。元教え子も１０人はいる。そこからアプローチしてみた。

「踊りの教室を開きたいので、講師になってくれないか」と頼んだら、承知してくれた。昔の生徒たちに協力をお願いしたら、これもオーケー。

教室は大成功。その後、彼女は地域で踊りのイベントがあると、娘と一緒に参加するようになった。見事に引きこもりは解消された。

その結果、健康は３ぐらいに。趣味は４。社会活動は４。ふれあいも４。



認知症のＡ子さんの豊かさ状況と改善状況

評価項目	本人の豊かさ状況	豊かさへの努力	結果
趣味	なし。 昔、踊りの先生をしていた。	踊りを再開。踊りのイベントがあると出かけるようになり、再び趣味を楽しんでいる。	趣味を通してふれあいやボランティア活動もしているので、豊かな趣味活動と言える。
健康	要介護。認知症あり。	家に引きこもっていたのが、外に出るようになり、踊りもするようになったので、以前よりは健康的な生活に。	
仕事	昔は踊りの先生をしていた。	ボランティアだが、踊りの教室の講師を再開。	

社会活動	何もしていなかった。	ボランティアで踊り教室の講師を。	機会があれば踊りの教室を再開する気はある。
ふれあい	引きこもり。	教室の受講生と交流。その後も踊りのイベントで交流。	引きこもりがほとんど解消された。
家族・夫婦	２人の看護師をしている娘と同居。	出かけるときは娘が付き添ってくれる。	付き添うので、娘も地域の人と交流する機会ができた。

＜第９章＞

障害者に誇りある人生を

⑴障害者福祉にようやく光がさし始めた

日本の福祉が如何に遅れているのかは、障害者福祉を見ればわかる。高齢者福祉は、いずれ自分も通る道だから、誰でもまじめに考える。しかし障害者福祉となると、自分とは直接関係のない他人事として捉えている人が多く、これが進展を妨げる要因になっているのではないか。

マップ作りでも、障害者のこととなると、住民はその人を特別視して、同じご近所に暮らす仲間としてその人に接しようという姿勢が見られない。ある時、参加者の１人の自宅のすぐ隣に、障害者らしき人が住んでいるという話が出た。それで、その人は男性か、女性かと尋ねたら、「それがわからないのよ」と大真面目で言った。何十年も隣に住んでいる障害者の性別さえ知らないというのである。

⑵父親の作った車椅子はどうなったか？

民生委員向けのセミナーで、こんなクイズを出してみた。障害を持つ息子を育てる、あるイギリス人男性。彼はある朝、息子を自分が作った車椅子に乗せて散歩に出た。すると向うから息子の友達が近づいてきて、「おはよう」と言った。今度は息子が挨拶を返す番だ。その時、彼は車椅子にある操作をした。どんな操作なのか。これがクイズである。残念ながら、これに答えられる人は、まずいない。

正解は、車椅子が、ズズズっとせり上がり、父親の背よりももっと高い位置で止まったのである。そして彼の息子は、相手に見下ろされる位置ではなく、その高い位置から、相手の少年に向かって「おはよう」と言った。

この心情は、当事者にしかわからない。障害をも持つ本人と、その身内は、尊厳というものを強く意識している。その意識がこういう車いすを作らせるのだ。

⑶一般よりも遥かに高いレベルをめざす「フェアネス」

下の写真は、車椅子の息子を持つ父親が開発した車椅子用バイクだが、普通のオートバイがかすむほど迫力のある美しいボディーで、ＢＭＷのエンジンを備え、最高時速は170㎞。7.6秒で時速96.6キロまで加速することができる。見れば、左側で、普通のバイクに乗った健常者のライダーたちが羨ましげに見送っている。

モビリティ・コンクエスト社

この構図こそが、欧米人が「フェアネス」と呼ぶ福祉なのである。福祉が提供するサービスのレベルといえば、一般の水準よりも少し劣るぐらいと言われているが、ここで紹介している福祉の水準は、一般よりも下どころか、一般並みの水準でもない。一般よりも遥かに高いレベルだ。つまり、健常者が羨むぐらいのハイレベルの福祉。

なぜなら、障害というハンデがある人に、一般よりも低いレベルのものを提供しても、健常者に太刀打ちできるはずがない。これが、本物の障害者福祉なのだ。

日本で役場などに行くと、その一角で細々と障害児の親たちがミニレストランを開いている。こういう光景を見慣れると、障害者福祉はこれでいいと納得してしまう。

しかし、最近流行し始めているのがこの逆のやり方だ。例えば、海を見下ろす一等地に建てた、一流のシェフがいる高級フレンチレストラン。そこで、ホテルの接客インストラクターの指導を受けた知的障害や精神障害のある人たちが働いている。私たちがそれを見た時、そうか、障害のある人はこういうふうに扱わなければならないのだなと、教えられるのだ。

⑷フェアネスを生かす具体例

身近なケースについて、この発想を生かせる方法を考えてみてほしい。

	困っていること 不満に思っていること	フェアネスはこう実現する	自分ならこんなことをする
①	作業所の菓子が、品質が良いものも低い価格で売られているのはおかしい	ホテルで作業所の焼き菓子コンテストを開催し、優勝した製品はホテルで販売。優勝・準優勝の製品には「ホテル推奨」の称号を。	
②	グラウンドゴルフをもっと誇り高く楽しめないか	プロのゴルファーに参加してもらう。彼らを交えたコンペも。	
③	デイサービスの利用者が、デイの送迎車に乗るところを近所の人に見られたくないと言う	ベンツやリムジンを借りてきて迎えに行ってみよう	
④	車椅子に乗せられるとプライドが傷つけられる気がする	車椅子の兄を「健常者の男性も羨むカッコいい車椅子に乗せたい」と、海洋レスキュー隊の座席で、どんな地形にも対応でき、４．５ｍの炎を噴射できる「火炎放射器付きの車椅子」を制作した男性	
⑤	脳性麻痺でもスポーツやダンスを楽しみたい	脳性麻痺の動きを生かしてダンス講師になった人がいる	

⑸イスラエル軍に自閉症の人を集めた「エリート情報部隊」が。障害は才能だった

情報部隊で衛星写真の分析を行う自閉症の兵士
（BBCニュース映像）

近年、目覚ましい発展を見せているのが、障害特性を仕事に生かせるよう支援する動きだ。

イスラエル軍の情報部隊では、自閉症の人の細部へのこだわりや映像思考能力を生かすため、衛星写真の分析官として多数採用。これで多くの兵士の命が救われ、今では「エリート部隊」と呼ばれるまでになっている。

このように、日常生活では「障害」になりがちな特性を、逆に「能力」として生かす方法を考え、社会に貢献できるようにしていく。これこそ、障害者の誇りを守れる視点ではないか。欧米ではＩＴ、サイバーセキュリティ業界での優秀な人材不足を背景に、自閉症スペクトラムの人がＩＴ企業や銀行、政府の防衛局や厚生局など、様々な分野でテスト･アナリストやサイバーセキュリティの技術者等として活躍している。

⑹障害特性を生かす―に挑戦

身近なケースについて、この発想を生かせる方法を考えてみてほしい。

	障害の特性	特性として生かせないか	具体的にはどういう職種が
①	壁の細かいシミなどが気になる	小さなシミを瞬時に見つける力を生かせないか	わずかな印刷ミスでも見抜けるため、印刷所で活躍
②	同じことを繰り返すと落ち着く	同じ作業に何時間取り組んでも間違えない、飽きない	コンピューターのテスターとして活躍
③	何事も完璧にやりたい	正確性が求められる仕事に生かせる	薄切り豆腐作りの名人になった人も
④	落ち着くことが苦手	発想力や行動力がある	起業家やスポーツ選手として成功している人が多い

＜第１０章＞

住み良い町づくり

どの地域にも「住みにくさ」の原因がある。それをどのように除去していくか。限界集落や消滅集落、空き家、人口減、超高齢化などが複雑に入り混じっている。

⑴住みにくい町をどうするか

ＫＪ法でアイデア会議

まず、自分たちの地域の住みにくさの原因を出し合う。

出たところで、対策のアイデアを出し合う。できるかできないかは考えないで、突飛なアイデアでもいいから、思いついたことを出し合う。

その中から、できそうなものを選び、取り組んでみる。

	住みにくさの原因	対策（アイデア）	
1	急勾配の坂が多い（特に雪の時に困る）	ハードな地形を生かしてウォーキングレースを開催	
2	通学に不便	高校生のためのアフターヌーン送迎ボラ	
3	買い物の場がない	町民による農園。町民による店経営。町民の作品を販売	
4	車がないと生活できない	送迎ボランティアを町ぐるみで	
5	消防車が入れないところがある	青少年の消防団。高校生や中学生をリーダーに編成	

６	病院がない	町内の病医院関係者で住民診療所を立ち上げ	
７	災害で陸の孤島	籠城の訓練。町民オールボランティアの町づくり	

⑵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

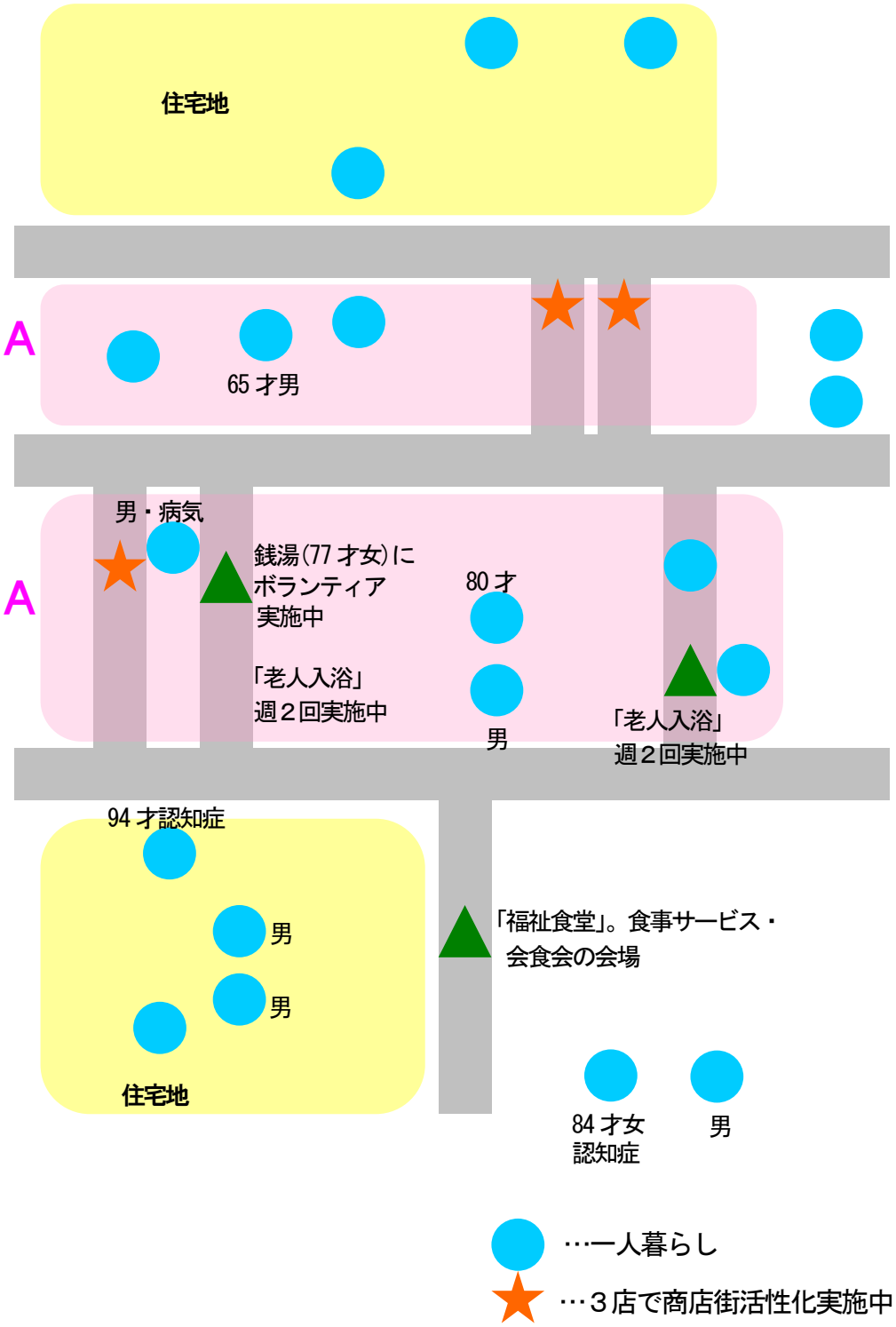
次頁のマップを見ていただきたい。この中のＡ地区が商店街。その周辺（上下）の部分が住宅地だ。集まっていただいたのは主に商店街の方たち。

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っている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。


住宅地
A
65 才男
男・病気
銭湯(77 才女)に
ボランティア
実施中
A
80 才
「老人入浴」
週２回実施中
男
「老人入浴」
週２回実施中
94 才認知症
男
男
住宅地
「福祉食堂」。食事サービス・
会食会の場
84 才女
認知症
男
…一人暮らし
…３店で商店街活性化実施中

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。住民が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ていない。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―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。「コミュニティセントー」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（高齢者のために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。

❶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。

❷住民と商店街の定期対話

住民から「こういう品物やサービスが欲しい」。

❸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。

❹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。ないものは種別に取寄せ。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

援する必要が出てきた。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経営しているが、それをボランティアが手伝っているという事例があった。

❶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。

❷商店街助け合いの一環で人材派遣。

❸仕入れ、品ぞろえ、ご用聞き、宅配などを部分的に支援。

❹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。

❺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ねばならない。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ねばならない。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。

❶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？

❷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？

❸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？

❹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？

❺商店の高齢化対策

福祉の側に何ができるか

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１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			

⑶空き家をどうするのか？

①まず実情の把握

❶空き家の持ち主は、すでに出てしまって、戻る気はないのか、まだはっきりしないのか、この意思を確認する。

❷または別荘のような使い方をするのかも確認する。別荘にしたとき、そういうことができる地域なのか。観光資源が近くにあるのか。

❸空き家の管理はどうしているのか。ときどき来て、空気の入れ替え、草取り、墓参などもしているのか。したいけどできないのか、地元の人が代わりにやってあげている事例はないか。

❹一方で、この空き家を地元の人は何かに使わせてほしいと思っているのか、または必要ないのか。

❺ときどき来ているときに、地元の人と交流しているのか、していないのか、したいと思っているのか、そのあたりを確認する。

❻地元の人たちは、できれば戻ってほしいのか、そういう関心はないのか。

②やれることは何か

❶空き家の管理を地元の人がやってあげる代わりに、空き家を使わせてもらう。

❷地元の人と空き家の主の交流を企画する。

❸ときどき戻って交流できる場をつくる。または、場はともかく、交流イベントを企画する。

❹ある地区には「区費半額」という制度がある。この地区を出て行っても、半額は払い続ける。つまり、いつかは戻るかもしれないという意思の表れだ。

❺いつかは集落を出ていきたいと思っている人、出ていこうか迷っている人はそれぞれ何人いるのか。その人たちを引きとどめる方法は何かも考える。

❻この集落にとどまりたいと思える魅力は何か、なければつくる。例えば超高齢になっても、要介護になっても、みんなで支えてもらえる集落にするとか。これが次の⑵のことに関連してくる。

❼魅力づくりの１つが交流・ふれあいある集落だが、サロンはないのか、開く気はないのか、魅力ある集落イベントを催す気はないのか。

❽外部の人から見たら、そういうことをやろうという意思があまり感じられない所が多い。廃れていくのに任せているという感じがある。それでいいと思っているのか、いや、なんとしても踏みこたえたいと思っているのか。それがこのような集落の最大の課題ではないのか。

❾踏みこたえたいということであれば、これらの１つでも、思い切って取り組んでみ

るのだ。

❿ポジティブな見方をしたとき、この集落の利点は何か、他地区にない魅力は何かを考える。ある町内では、大災害があったときの避難場所にしようと、空き家を「住める住宅」につくり直している。

⓫そこで、現在、空き家を誰かが使っていないか、一度丁寧に調べてみるのだ。そこにヒントがあるかもしれない。広島ではＮＰＯの活動拠点として使っていた。学習塾として使われていた事例もある。若者が新しい生き方を求めて移住している例も。

⓬空き家はまだ使えそうなのか、もう無理なのかも調べる。

⓭ちなみに、集落を出ていった人たちへ、定期的にお便りを出している地区もあった。

⓮定時制住民という発想がある。ここに定住している人が全日制住民。ときどき戻って来る人や祭りの時だけくる人、家の掃除に来る人、ときどき知り合いに会いに来る人などを全員合わせると、意外に大人数になる。これらの人を「定時制住民」として遇するのだ。そしてイベントなどの時に歓待する。そうすることで、この地区に愛着が出て、いつか戻ってくるかもしれない。

③空き家の実態と対策

	空き家の実情	対策の実態	今後の課題
1			
2			

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/