

「誰もが安心して暮らせるまちづくり」を  
目指した  
住民主体の  
生活支援サービス・活動  
実践事例集

社会福祉  
法人 大阪府社会福祉協議会

「誰もが安心して暮らせるまちづくり」を  
目指した  
住民主体の  
生活支援サービス・活動  
実践事例集

社会福祉  
法人 大阪府社会福祉協議会

## 目次

● はじめに	2
● 事例集の活用	3
● 取り組み・実践事例	
▶ 不動ヶ丘高齢者等生活支援プロジェクトほっとらいふ(富田林市)	4
地域生活を支える住民発の仕組みとサービス	
▶ 和泉市鶴山台北校区高齢者サポートセンター(和泉市)	6
暮らしの困りごとを抱える高齢者を支える助けあいのしくみ	
▶ 磯長台の福祉を考えるつどい(太子町)	8
自治会から生まれた「自治型福祉NPO」の挑戦	
▶ ハッピークラブ特定非営利活動法人(池田市)	10
住み慣れた地域で暮らし続けたいとの思いから	
▶ たかいし生活支援サポーター「町の便利屋さん」(高石市)	12
住民相互の助ける助けられる地域づくり	
▶ コープのお買物便(和泉市)	14
「お買物便」が地域の暮らしに安心感をもたらす	
▶ お茶のみ休憩所「いこか」(大東市)	16
気軽に・気楽に参加できる地域の休憩所	
▶ 特定非営利活動法人くらしのたすけあい えぶろんの会「茶ノ間ギャラリー」(阪南市)	18
居場所による生きがいづくりと生活支援	
▶ 京阪ひろ野シルバー会(枚方市)	19
住民同士で助け合う「チョットお助け活動」	
▶ よどがわ 暮らしの助け合いの会「ほのぼの」(吹田市)	20
“一人ぼっちにしない”心の通い合いが生活を支える	
▶ 砂川地区福祉委員会 小地域ネットワーク部(泉南市)	21
あたたかい福祉のまちづくりを目指して	
▶ カフェほのぼの(柏原市)	22
大学と連携した認知症カフェ	
▶ リビングほしがおか(岸和田市)	23
誰もが集える居場所を通じたふれあいの町づくり	

# はじめに

少子高齢化の進展や単身世帯の増加、ライフスタイルの変化、経済格差の進行等により、地域では社会関係・人間関係の希薄化が進み、社会的孤立や、生活困窮、子どもの貧困、買い物難民・老老介護と呼ばれる状態など、生活課題を抱える人が増えています。

このような多様な生活課題を解決するために、同じ地域の住民同士が助け合い、関係機関・団体とつながって、「誰もが安心して暮らせるまちづくり」を目指した住民参加による様々な活動が行われています。

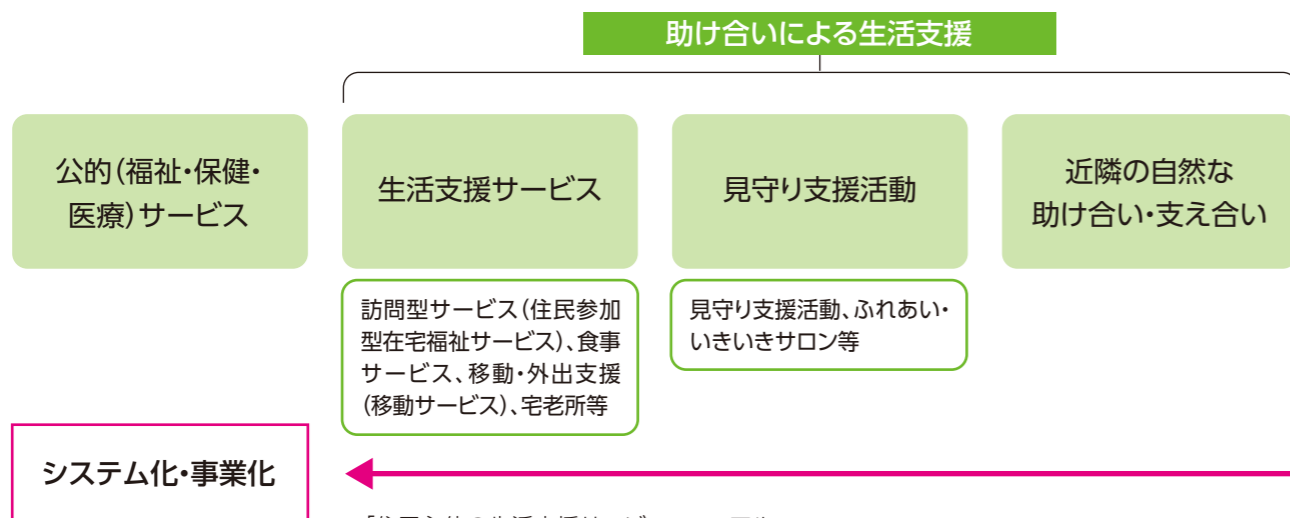
地域での見守りや居場所づくり、暮らしのちょっとした困りごとに対する助け合い、移動・買い物支援の活動から、これらの活動をより安定的・継続的に行うためにシステム化された「生活支援サービス」まで、その取り組み内容や形態は様々で、実施主体も多岐に渡り、地域特性に合わせて実施されています(以下、イメージ図を参照)。

近年、介護保険制度の改正により新しい地域支援事業が開始され、高齢者の多様な生活支援ニーズに対応するため、住民主体の生活支援サービスの拡充が目指されていますが、住民同士の助け合いは公的サービスを補完するものではありません。

これまで取り組まれてきた活動は、「困った人を放っておけない」「自分たちで地域を良くしたい」といった住民の思いと、人と人とのつながりによって支えられています。

地域における安心で豊かな暮らしを支える仕組みとして、住民の助け合いによる、その地域に合った柔軟な形で行われる生活支援の広がりに期待が寄せられます。

## 助け合いによる生活支援のイメージ図



※「住民主体の生活支援サービスマニュアル」  
①助け合いによる生活支援を広げるために～住民主体の地域づくり～  
社会福祉法人全国社会福祉協議会(2015年9月7日発行)P9より一部改変

# 事例集の活用

本事例集では、府内各地で行われている様々な住民主体の生活支援の活動・サービスに焦点を当て、実践に至る経緯やプロセス、活動内容、工夫等を紹介しています。

いずれの取り組みも、地域に根ざし身近な困りごとの解決に向けた、住民発の助け合い・支え合いを基本としています。

地域特性や社会資源、慣習等の違いにより、あらゆる地域で一律に、同様の活動に取り組むことは困難ですが、みんなの思いを形にする数多くのヒントが隠されています。

まずは、関心のある活動内容や、気になる生活課題、近しい環境のものから事例を読み進め、実践者の思いに触れてください。

「誰もが安心して暮らせるまちづくり」を目指した取り組みが、より一層進むことを期待するとともに、これから新たにチャレンジする多くの皆さんの参考となれば幸いです。

## ●取り組み・実践事例の団体名と、活動・サービス種別

団体名	見守り	居場所	訪問型	食事	移動	買物
不動ヶ丘高齢者等生活支援プロジェクトほっとらいふ		●	●		●	●
和泉市鶴山台北校区高齢者サポートセンター			●			
磯長台の福祉を考えるつどい	●	●	●		●	●
ハッピークラブ特定非営利活動法人	●	●	●	●	●	●
たかいし生活支援サポートセンター 町の便利屋さん			●			
コープのお買物便						●
お茶のみ休憩所「いこか」		●				
特定非営利活動法人くらしのたすけあい えびろんの会「茶ノ間ギャラリー」		●				
京阪ひろ野シルバー会			●			
よどがわ 暮らしの助け合いの会「ほのぼの」			●			
砂川地区福祉委員会 小地域ネットワーク部	●	●	●			●
カフェほのぼの		●				
リビングほしがおか	●	●	●	●		●

■見守り…見守り支援活動 ■居場所…サロン・居場所づくり ■訪問型…訪問型サービス(日常の困りごと支援)  
■食事…食事サービス ■移動…移動・外出支援 ■買物…買い物支援

# 地域生活を支える 住民発の仕組みとサービス

## 不動ヶ丘高齢者等生活支援プロジェクトほっとらいふ

富田林市 自治会内のボランティアグループ

### 団体概要

- 団体設立 ▶ 2014年4月 活動エリア ▶ 不動ヶ丘町内
- 活動実績(2016年度) ▶ 活動者の実人数 / 15人(会員28人) 利用者の実人数 / 会員47人  
年間件数 / 894件(移動支援) コーディネーター / 3人
- 主なサービス・活動 ▶ 移動支援、日常生活における困りごと支援、催し物や朝市の開催など
- 費用 ▶ 入会料 / 年会費3,000円 利用料 / 100P(円)(単位10分)

### 事例の特徴

#### 自治会内のボランティアグループ

「不動ヶ丘高齢者等生活支援プロジェクトほっとらいふ」(以下、ほっとらいふ)は、地域住民の暮らしのちょっとした困りごと支援や、憩いの場づくりなどを目的に、自治会内に設立されたボランティアグループです。

不動ヶ丘町は、約40年前に山を切り開いて造成されたニュータウンで、最寄駅が徒歩圏内にある反面、町内はもとより、駅周辺にも商業施設や病院がなく、車がないと生活に不便な場所です。高齢化が進み、独居世帯も増え、病院への通院や買い物に不便を感じる高齢者が多くなりました。

そうした中、暮らしの課題を何とかしようと、自治会の中に、福祉委員会や老人クラブが参画するプロジェクトチームを立ち上げ、勉強会や先進事例の視察など、検討を重ねた結果、2014年4月にほっとらいふを立ち上げました。

当初は、NPO法人化の話もありましたが、自治会活動の方が、地域との調整もしやすい点から、ボランティアグループとして活動しています。



坂が多く、緑に囲まれた閑静な住宅街

#### 住民が我がごとを感じるアンケート調査

実際、どれくらいの人が生活に不便を感じているのかを調べることになり、65歳以上を対象にした住民アンケートを実施。その結果、移動支援に関するニーズが高いことが浮き彫りになりました。

特に、アンケートで工夫した点は、自分自身の将来を考えてもらうこと。「現在の移動手段の利用がいつごろ難しくなるか」などの具体的な質問を用意。地域課題を、我がごととして感じてもらうことができ、「賛助会員※」の獲得にもつながりました。

※賛助会員と利用会員の費用  
賛助会員は1,000円 / 1口、利用会員は3,000円 / 年の仕組みとなっています。



毎月発行し、会員や自治会住民に対し、活動内容を丁寧に報告しています。

#### 有償による生活支援・移動支援

ほっとらいふでは、支援を受ける心理的な負担を減らし、対等な関係をつくるために、「利用券」の仕組みを導入しています。

利用会員は、事前に1,000ポイント1,000円の利用券を購入し、10分につき100ポイントを目安に、受援内容に応じて利用料(謝礼)を支払います。

また、支援会員には、利用料の半分を1ヶ月分まとめて支給し、残額は車両の維持費などの事業経費に充てています。

具体的な活動としては、病院への送迎や、部屋の掃除、ゴミ出し、携帯電話の使い方講習、交流イベントの実施、買い物支援を目的にした朝市の開催など、多種多様な活動に取り組んでいます。



メンバーのデザインしたキャラクターがかわいい利用券

#### 住民ならではの機動力と創意工夫

突然、代表の梅田寛章さんの携帯電話に、「水道が止まらないので、何とかして」という電話がかかります。すぐに支援会員につなぎ、その後、パッキンの取り替え作業を行ったとの報告がありました。

他にも、「冷蔵庫が閉まらなくなった」や「テレビが見つからない」など、一人暮らしの高齢女性から、ちょっとした困りごとの相談が増えているそうです。

梅田さんは、「時間をかけず、すぐに現場へ駆けつけることができるのが、助け合い活動の良さ」と、近隣住民ならではの強みを話します。

また、自治会館を会場に料理教室やフラワーアレンジメント講座、「ノルディックウォーキングの集い」や、「西友・ばんばんお買い物ツアー」など、多彩なプログラムが実



住宅街の公園で開催される朝市。地場産のとれたて野菜と果物が並び、たいへん好評。

施されており、「人が集まってチームをつくれれば、色々なことにチャレンジできる」と梅田さんは語ります。

さらに、毎月「8」のつく日には朝市を開催。近隣農家の老人会の方から、新鮮な野菜を安く提供してもらっています。

#### 移送ニーズの高まり

移動支援は、利便性の高さから住民の足として親しまれており、2014年当時から比べると、利用者数は倍になっています。

特に病院への移送が8割を占めており、タクシーなら片道1,200円かかるところが、200円で済む点や、市が運行するコミュニティバスは市内限定であるのに対し、市外の病院も対象にしている点が喜ばれています。

なお、利用者のほとんどは女性となっており、男性の利用は少ないようで、過去に車を保有していた人は、車の維持費と変わらない点から、タクシーを使う人が多いのだということです。

ほっとらいふの取り組みは先進事例として注目されており、府内の各地から視察や講師依頼が絶えません。

### 事例から学ぶ

#### POINT 1

##### ▶ 住民アンケートの実施

地域の現状や課題を調査し、将来イメージを共有することで、住民自身が他人ごとではないと実感。課題解決に向けて、活動の動機付けにつながっています。

#### POINT 2

##### ▶ 住民発の挑戦と無理のない活動

車による移送はリスクがある反面、不便を感じている高齢者を「放っておけない」思いから、行政との協議や研究を重ね、移動支援に取り組んでいます。

#### POINT 3

##### ▶ 活動の見える化

活動を継続していくためには、財源の確保が肝心です。賛助会員や利用会員の仕組みを設け、活動内容をしっかり見える化することで、仲間を増やし、年間30万円ほどの収入につながっています。



「肩ひじを張らず、無理なく活動を続けたい」と、今後の抱負を語る梅田さん

# 暮らしの困りごとを抱える 高齢者を支える助けあいのしくみ

## 和泉市鶴山台北校区高齢者サポートセンター

和泉市 ボランティアグループ

### 団体概要

**団体設立**▶2016年4月 **活動エリア**▶鶴山台北小学校区内

**活動実績(2017年度)**▶活動者の実人数/20人 利用者の実人数/40人 年間件数 60件 コーディネーター/1人

**主なサービス・活動**▶日常生活における困りごと支援(家具移動、粗大ゴミ搬出、草刈り、草抜き剪定、電球の取替、日曜大工、ペットの散歩、見守り・話し相手など)

**費用**▶入会料/0円(年会費不要) 利用料/1人活動30分500円、1時間以内800円

### 事例の特徴

#### 仲間との話し合いの場から

和泉市鶴山台北校区高齢者サポートセンター(以下、センター)の代表を務める佐藤正浩さんは、60歳で退職すると地元であった和泉市へ移り住み、自治会の役が回ってきたことをきっかけに、自治会長、校区の社協会長、ボランティア代表、自治会連合会会長など、地域を基盤とした活動に携わってきました。



自治会長をしていた6年前、「孤立死」について取り上げられたある新聞記事を目にして、地域のつながりや見守りの大切さを強く感じ、自治会に自主防災組織を立ち上げ、日頃からの近所同士の声かけや、普段からどのように動くか具体的に決めておくことができるよう、地域で避難訓練などの活動を始めました。

そうしたなか、和泉市社会福祉協議会(以下、社協)の呼びかけた地域活動計画策定のワークショップに参加し、地域(校区)の生活課題を地域の仲間と共有し、課題解決に向けた具体的な取組みを一緒に考えました。

#### 助け合いのできるまちをめざす

自分たちがめざすまちの姿として掲げた目標の1つが「高齢者の日常生活の中でちょっとした困りごとを助ける

手助けをする」というもの。困りごとの声に応えるとともに、元気な活動者(人財)が活躍できる、ご近所のたすけあいの仕組みをつくらうということになったのです。

そこで、市内や府内の同様の取組みを行っている団体を視察するなど研究、協議を重ね、2016年4月にいよいよ活動をスタートさせました。

対象者は、校区内在住の60歳以上で介護認定を受けていない人、受けていても介護保険外の支援を必要とする人となりました。地域のサロンや歌体操などでPRして、口コミで徐々に利用者が増え、2年目となる2017年度は、12月末時点で60件程度の依頼に応えました。

ボランティアは校区全体へチラシでも呼びかけましたが、これまでの地域活動で培った人脈で声をかけた人たちもたくさん集まってくれ、20人がそれぞれの得意分野で活動しています。



困っている人の力になれるのがうれしい。喜んでもらえるのがやりがいです。

### 困ったときに頼る先のある安心感

「夫が亡くなり、畑にあった小屋を撤去したかったけれど、シルバー人材センターでも、業者でも対応できないと言われ、ずっと頭痛の種だったのですがほっとしました」と感謝されたことがあったそうです。

実は、活動を始めるときに、体のいい便利屋になってしまうのでは、と危惧する声もありましたが、「とりあえずやってみて、ぶつかったら対応しよう」とフットワーク軽く柔軟に活動しながら、お金があってこれまでも業者に頼っていた方はできるだけそちらを勧めたり、府営住宅の草むしりなどは若い住民に声をかけてやってもらうように促すなど、「困っている高齢者のサポートをする」という活動の趣旨を理解して利用していただくように努めています。

「何か困ったことがあったら、依頼できるところがあるということで、心丈夫に思ってもらえることが大切だと思うのです」と佐藤さん。



視覚障がいのある方のお宅の周囲を、通やすくするため剪定しました。

### 移送サービスにも目を向け研究中

校区内には、スーパーや病院、診療所も比較的近くにそろっており日常生活に不便を感じることはないようですが、「自分で買い物をしたいが足が不自由で、他人に迷惑をかけたくないの、近くのスーパーに行くのにタク



シーを呼んでいる」といった方や、「風邪をひいたので病院に行きたいが、急な通院になるのでガイドヘルパーが頼めない」といった視覚障がいのある方の声を聞き、今後、ますますこうした移動支援の

ニーズが増えてくるのではないかと考えています。

そこで、校区内もしくは中学校区程度のエリアでのちょっとした通院や買い物などに利用できる移送サービスに取り組んでいこうと、移送サービス団体の集まりに出かけるなどしながら、他団体の取組みを参考に研究しているところ です。

### 事例から学ぶ

#### POINT①

##### ▶地域の未来を話し合う

地域の生活課題と、自分たちの地域がどのようになればいいか、また規約や活動内容などを協議する過程でもとことん話し合い、思いを共有したうえで、具体化を進める。



#### POINT②

##### ▶とりあえず動くやってみる

視察先の団体の方や身近にいる仲間など、まずはやってみたら!と背中を押してくれる存在があったことは大きかった。

子どもにケガをさせてしまったら心配ということについて話し合うなかで、ひとまず子どもを対象にした活動はやめておくなど、自分たちのできる範囲で動いてみる。

#### POINT③

##### ▶行政・社協等との連携

社協が実施する「協議の場」(校区社協で地域課題を話し合う場)や、行政による情報提供や補助金などうまく活用しつつ、活動に必要な人とのつながり、情報、お金などを集めていく。



ボランティアの皆さん(ここには写っていない方もいます)。背面に「高齢者サポートセンター」の文字が入ったおそろいのビブスを着用して活動しています。

# 自治会から生まれた 「自治型福祉NPO」の挑戦

しながだい  
磯長台の福祉を考えるつどい

南河内郡太子町 自治会内の任意組織「自治型福祉NPO」

## 団体概要

団体設立 ▶ 2004年3月 活動エリア ▶ 磯長台自治会内

活動実績(2016年度) ▶ 活動者の実人数/117人 利用者の実人数/85人 年間件数/758件(移動S) コーディネーター/2人(移動S)

主なサービス・活動 ▶ 一人暮らし高齢者の安否確認活動、高齢者交流サロン、移送サービス、買い物ツアー、ほっと一息コーヒータム、学習会、地域福祉計画づくりなど

費用 ▶ 入会料/年会費1,200円(賛助会費は年額500円) 利用料/移送サービス:1回利用240円

## 事例の特徴

### 自治会から生まれた「つどい」

「単身高齢者の孤独死が発生している。自治会も高齢者問題に取り組むべき」-2004年1月、自治会総会で出された会員の意見をきっかけに、「福祉に関心のある自治会の会員」が自発的に集まって「磯長台の福祉を考えるつどい」(以下、つどい)が誕生しました。

第1回目の「つどい」の交流会は、わずか12人の参加者でスタート。以後14年間毎月開催し現在では自治会の30%にあたる117人にまで会員が増加しました。困った時にはお互いに「助けて」と気軽に言えるご近所づくりを目指しています。

代表を務める佐藤貞良さんの「日本一の地域を創りたい」という信念が自治会員にも伝わり、各々が活動に責任を持ち、磯長台を誰もが暮らしやすいコミュニティにしようと住民ニーズに応じた柔軟で幅広い活動を行っています。

### 誰もが集える「きたじりさんち」

2017年6月、町の「高齢者交流サロン推進事業補助金」と個人や団体からの寄付金により、空き家を活用したみんなが集える交流サロン「きたじりさんち」をオープン



ンしました。毎週水曜日と第1・2・5金曜日の午後を開店。サロン担当のお手伝いボランティア(41名が9班に所属)が淹れたコーヒーをゆっくり飲み、ワイワイガヤガヤとおしゃべりする。ただそれだけのサロンです。葛城山や金剛山を一望できる高台にある「きたじりさんち」では、毎週笑い声が絶えません。



「きたじりさんち」でほっと一息

### 「つどい」がなければ磯長台では生活できない

ひきこもりが社会問題となっていますが、特に高齢者のひきこもりが年々増加しています。

磯長台は約40年前、ぶどう畑を切り開いて造られた新興住宅地で、坂道が多く最寄駅にも車がないと不便なところにあるため、買い物や病院に行きたくても行けない高齢者が増えています。

「つどい」では、そのような高齢者が磯長台で生活し続けるために、移送サービス(買い物や医療機関、最寄駅な

どへの自家用車による送迎)を行っています。会員内の助け合いとして時間通貨「つどい券」を発行し、買い物ツアー(毎週1回)や、リハビリツアー(毎週金曜日にプールで歩く)、各種サロンへの送迎も実施しています。

「移送サービスがなければ、磯長台ではもう生活できない方たちがいる。何があっても止めるわけにはいかない」と語る佐藤さん。移送サービスを利用する会員と運転ボランティアさんの調整は本来コーディネーターの役目ですが、利用者自らが利用する会員の取りまとめをするなど、一方的に支援を受けるのではなく、お互いに助け合うという「つどい」の理念が反映されています。

### 365日の安否確認

「『孤立死』という悔しい思いは二度と繰り返したくない」という思いから、365日の安否確認(電話リレーとメール)に取り組み始めました。現在は毎朝7人が順番に電話をかけお互いに無事を確認しています。電話は苦手という方はメールで確認。この活動を始めるにあたり、本当に毎日できるだろうか、という不安はありましたが、今では遠方にいる親族よりも家族のように親しくなり信頼関係が深まっています。

### 子育て支援にも取り組む

佐藤さんは、「『つどい』の活動を引き継ぐ若い人材の確保が課題となっている。若い世代が住みたいと思えるような磯長台にするためには、子育ての環境を整える必要がある」と話します。

「つどい」では、問題が起きてから対応するのではなく、その問題を未然に防ぐために「地域福祉推進計画」を立て、コミュニティづくりを前提とした子育て支援や学童保育支援などにも力を入れていく予定です。

さらに、皆の願いである公共交通の実現にむけ、「予約型乗合ワゴン車本格実施に向けての要望」や「循環バスの実現に関する要望」などの要望書を町へ提出し、磯長台に住み続けるための地域環境の整備にも積極的に取り組んでいます。



## 事例から学ぶ

### POINT 1

#### ▶ 失敗してもいい、とりあえずやってみる

活動に失敗はつきもの。誰でも失敗はするものであり、それを許し合える関係づくりが大切。コツコツと粘り強く

積み重ねていくことが「つどい」の力。

### POINT 2

#### ▶ アンケートから知る

毎年、年度総会前に必ず「会員アンケート」を実施し、事業・活動の評価を行い事業計画の基礎資料にしています。全会員にアンケート結果を伝え、思いを共有し、各活動の充実にもつなげていきたいとしています。

### POINT 3

#### ▶ 会員相互の信頼関係

14年にわたる地道な活動は、会員相互の信頼関係をより強く深いものにしています。住民自治は相互の信頼関係がなければ成立しません。この「信頼」を基にこれからも活動を続けていきます。

### 「つどい」の全活動

命を守る	①ひとり暮らし高齢者の安否確認
	②災害時要援護者支援
	③こども安全見守り隊
	④PTA交通安全旗当番
健康を守る	⑤元気ぐんぐんトレーニング
	⑥ラジオ体操
	⑦リハビリツアー
生活を守る	⑧移送サービス
	⑨生活支援(修理や取付など)
	⑩買い物ツアー
交流を図る	⑪高齢者交流サロン「きたじりさんち」
	⑫ほっと一息コーヒータム
	⑬男のコーヒータム
	⑭癒しの場
	⑮ご近所喫茶
	⑯単身者さずなの会
	⑰もちつき大会
	⑱新年互礼会
	⑲一泊親睦旅行
趣味	⑳パソコン倶楽部
	㉑コーラスグループ「ムジカの会」
計画づくり	㉒地域福祉計画づくり
その他	㉓キッズクッキング
	㉔つどい告知ビラの作成・全戸配布
会議・学習会	㉕例会・学習会
	㉖ひとり暮らし高齢者のつどい
	㉗要援護者支援担当者会議
	㉘運転ボランティア会議
	㉙磯長台のこれからを考える懇談会

# 住み慣れた地域で 暮らし続けたいとの思いから

## ハッピークラブ特定非営利活動法人

池田市 特定非営利活動法人(伏尾台地区福祉委員会 事務局)

### 団体概要

団体設立 ▶ 2003年8月 活動エリア ▶ 池田市内

主なサービス・活動 ▶ 介護保険サービス、街角デイハウス支援事業、介護予防教室、地区福祉委員会事務局(ふれあいサロン、カーボランティア、ワンコインたすけあい)など

### 事例の特徴

#### 地区福祉委員会をもとに発展

ハッピークラブ特定非営利活動法人(以下、ハッピークラブ)は、2003年に当時の伏尾台地区福祉委員会のメンバーが中心となり、福祉サービスを行うことを目的に設立したNPO法人です。

それまで、地区福祉委員会では1996年から月1回、1998年からは週1回、ふれあいサロン※1を伏尾台コミュニティセンター第1会館で開催していました。その後、メンバーで「こんなデイサービスがあったら良い、こんなデイサービスだったら行きたい」といったことを話し合い、「親世代をいつまでも地域で支えていきたい」との思いから、ハッピークラブを設立しました。

設立以前、地区福祉委員会には拠点がなく、元委員長の自宅や担当者宅に直接連絡が入る状況でしたが、ハッピークラブが事務局を担うことで、ニーズの取りまとめや調整を行い、地域とボランティアをつなげる大事な役割を果たしています。



街かど・ふれあいサロンでは、参加者のリクエストに応じて、ボランティアがキーボードを演奏しみんなで歌います。

現在は、地区福祉委員会の元委員長が住んでいた空き家を借り、1階では定員11人のデイサービスを、2階では居宅介護支援事業を実施し、地区福祉委員会の事務局も担っています。

#### 様々な住民が集う場づくり

地区福祉委員会主催のふれあいサロンと、ハッピークラブ主催の街かどサロン(街角デイハウス支援事業)※2や介護予防教室(池田市地域介護予防活動支援事業)※3は、対象者が異なるだけで同じ場所で同様のプログラムが行われています。

運営スタッフは、「3つの事業を同時に行うことで、会計管理は大変です。しかし、参加者同士が垣根を越えて知り合う機会となり、声の掛け合いや休んだ人を気遣う関係が生まれています」と3事業を合同で実施するメリットを話されました。

介護予防教室には、90歳を超えた元気な参加者もあり、介護予防教室に来るようになってからは、段差などの



街かど・ふれあいサロンでの手作り昼食は好評です。3つの事業を同時に開催しています。

歩行が楽になり手足の柔軟性も改善されているとのこと  
です。

#### ちょっとした困りごとを解決したい

「伏尾台には坂道が多く、高齢者の移動は大変です。自宅からふれあいサロンの会場まで、たどり着くのに3回休憩をとる方もいます」と話すハッピークラブ代表理事の菊池順子さん。



伏尾台は、高台に開発された坂道の多い住宅地。近年、高齢化が進み65歳以上の高齢者の割合は39%を超えています。

「せめて、伏尾台内の移動だけでも気軽にできたら」との思いから地区福祉委員会で話し合い、約20年前から、車での移動を必要とする高齢者を対象にカーボランティアを実施しています。

ハッピークラブが事務局を担い、今では1ヶ月に50件ほど、ボランティアの調整を行い、バス停や病院、薬局、美容院などへの移送を行っています。

また、地区福祉委員会では、ちょっとした困りごとを解決する「ワンコインたすけあい」として、30分500円で簡単な家事援助(家具の移動や電球の取り替え、草抜き、ゴミ出しなど)を行っています。

菊池さんは、「誰もが抱えるちょっとした困りごとを解決し、高齢になっても、認知症になっても、いつまでも住み慣れた地域で暮らしていける仕組みをつくりたい」と思いを語ります。

また、「高齢者が必要としているのは、何気ない会話と困ったときにすぐ相談でき、助けてくれる相手です。認知症や要介護状態になっても、今までの関係を壊さず、お互い対等な立場で話し合える相手が必要です」と、住民同士の支え合いの重要性を話します。

#### 受け手から担い手に転換

これまで健康体操や健康麻雀などの介護予防教室に参加していた方の中には、街かどサロンでご自身の特技や経験を活かし講師役を担うケースがあります。

例えば、英会話を学ぶプログラムでは、日常会話や誰でも知っている歴史上の人物の話を英訳するなど、楽しく本格的な英会話を教えています。

反対に、演奏講師として長く関わっている方が、健康の維持を目的に介護予防教室に参加するようになるなど、

一方的に支える・支えられる関係ではなく、受け手と担い手が入れ替わる双方向の関係が生まれています。

#### 財源や担い手の確保を目指して

菊池さんは、「災害が多発する中、活動拠点の民家の老朽化が心配です。安心して事業を行うためには移転が必要になりますが、財源の確保が課題です。また、ボランティアやコーディネーター不足の悩みも抱えていますが、メンバーと知恵やアイデアを出し合いながら、今後も継続して安定したサービスを提供していきたい」と意気込みを語ります。

### 事例から学ぶ

#### POINT①

##### ▶ 地区福祉委員会との協働

ハッピークラブが地区福祉委員会の事務局を担い、全ての職員が福祉委員も兼ねています。そのため、事業や活動の連携がスムーズに図られ、補完し合う体制・仕組みになっています。

#### POINT②

##### ▶ 地域の課題を真ん中に

福祉サービスの立ち上げや、カーボランティア、ワンコインのたすけあいの実施など、地域が抱える課題を中心に据え、その解決に向けて住民・社会資源の力を活かし取り組んでいます。

#### POINT③

##### ▶ 社会参加と出番づくり

様々な住民が集い知り合う場をつくり、活動への参加と新たな役割を促すことで、活動の利用者からボランティアへと転換する、双方向の関係づくりに取り組んでいます。

※1 ふれあいサロンは、65歳以上の要介護認定の方が対象で、伏尾台地区福祉委員会の事業。午前には脳トレや健康体操。午後からは歌や麻雀、大正琴や手芸などの趣味活動を楽しんでいます。

※2 街かどサロンは、65歳以上の元気な方が対象で、ハッピークラブの事業。内容は同上。

※3 介護予防教室は、65歳以上の要支援1、2までの方が対象で、

①認知症予防 ②運動機能向上

③口腔機能向上 を実施しています。

# 住民相互の 助ける助けられる地域づくり

## たかいし生活支援サポーター「町の便利屋さん」

高石市 ボランティアグループ

### 団体概要

団体設立 ▶ 2016年4月 活動エリア ▶ 高石市内

活動実績(2017年度) ▶ 活動者の実人数 / 56人 利用者の実人数 / 160人 年間件数 / 700件 コーディネーター / 1人

主なサービス・活動 ▶ 日常生活における困りごと支援(家具移動、ゴミ出し、草取り、枝切り、室内掃除、蛍光灯の交換、話相手など)

費用 ▶ 入会費 / 500円(年会費不要) 利用料 / 1人活動30分500円～

### 事例の特徴

#### ちょっとした困りごとを援助

住み慣れた地域で安心した生活が送れるよう、ご近所のちょっとした困りごとに対して有償の助け合いを行う「町の便利屋さん」が、2016年4月に活動をスタートさせました。

「介護保険では適用外の日常生活上のちょっとした困りごとに関する相談が寄せられる中、どのようにして解決するか、そのつなぎ先が課題でした」と、高石市社会福祉協議会(以下、社協)事務局次長の馬渡浩二さんは、活動を生み出した動機を語ります。

社協では、今後の介護保険制度の改正も見据え、住民主体の有償の助け合いに着目。高石市ボランティア連絡会(以下、ボラ連)と共に先進地域の視察や、支援を担う側の「協力会員」の養成講座を実施しました。特徴は、支援を受ける側の「利用会員」も含めたボランティアグループを組織化し、支援する側にもまわること狙いとしている点です。



町の便利屋さんでは、ボランティアが住民や関係機関からの相談に対応し、自宅訪問や利用料金の提示、活動のマッチングを担っています。

また、社協からボランティア・市民活動セン

ターの一角を執務や相談スペースとして借り、財源はマッチング件数に応じた年間数万円の助成金と会員の入会費で賄っています。

現在、協力会員は56人、利用会員は160人と着実に広がり、さらに相談件数は、2017年4月～2018年1月の合計が238件と、すでに2016年度の2倍の実績に急成長しています。

#### 相談の種類と件数 (2016年度実績)

支援種類・区分	件数	比率(%)	内容
屋外支援	29	26.4	草取り・枝切り等
体力支援・技術支援②	28	25.5	家具移動・粗大ゴミ・網戸障子・家具修理等
屋内支援	19	17.3	室内掃除・衣類の整理等
技術支援①	14	12.7	蛍光灯・水道パッキン交換等
買い物	5	4.5	食品・衣類等
その他	15	13.6	話相手・代筆その他
合計	110	100	

多様な暮らしの困りごとに対応

#### 相談には確実・誠実に応える

活動が広がっている秘訣について、グループの会長でありコーディネーターの銭廣幸壮さんは、「社協に裏打ちされた安心感と、相談に対して『断らない』『迅速に対応する』ことを心がけ、信頼関係をつくってきた成果」と話します。

銭廣さんは、定年退職を機に、初めてボランティア活動

に参加。「感謝されることや、活動中のおしゃべりを通した心の通い合いが、やりがいと楽しみにつながっている」と話します。

グループの立ちあげに関わり、自身も協力会員であるボラ連会長の中村牧子さんは、「独居高齢者への声かけや、地域のサロンに出かけて活動を紹介しますと、困りごとをつぶやく人がいらっしゃる。今後、コミュニティーカフェを通じて、より活動を知らせていきたい」とアウトリーチの大切さを語ります。

また、社協事務局長の福村壽之さんは、「住民が社協へ気軽に立ち寄れる雰囲気づくりや、男性が多い場所へ出向き協力会員の獲得に努めるなど、町の便利屋さんを側面から応援していきたい」と抱負を話します。

#### ネットワークによる市域を越えた支援

現在の活動範囲は市内に限定していますが、困りごとを抱える人は、市外の人や物とつながりを持つ人も多い。そのため、市域を越えた支援を望むケースがあるそうです。

今後の展望について銭廣さんは、「他市にも同様の活動を行っているグループがある。それらとネットワークを組み、協働して困った人を援助していきたい」と夢を語り、これからの展開に大きな期待が寄せられます。

### 事例から学ぶ

#### POINT①

##### ▶ 住民相互の助け合い

支援を担う側の協力会員と、支援を受ける側の利用会員も含めたボランティアグループとして組織化。サービスの担い手・受け手の一方向の関係にならず、住民ならではの温かい心の通い合いが生まれています。



特技を活かして、樹木の枝切りをてきぱきと行います。

#### POINT②

##### ▶ シニアボランティアがコーディネーターとして活躍

専任のコーディネーターが、依頼を受けた利用会員宅を訪問し、困りごとを詳しく聞き取った後、費用の概算額を提示したうえで、協力会員にマッチングしています。このことが、会員双方の納得と安心につながっているようです。

また、会社員時代の経験を活かして、活動内容や実績を丁寧に記録。PDCAを意識しながら、仕組みの継続的な改善を目指しています。

#### POINT③

##### ▶ 関係機関・団体との連携

社協が、協力会員獲得に向けた養成講座の広報や、執務や相談スペースの貸し出し、助成金による支援を行っています。

特に、社協内に活動拠点があるため、地域包括支援センターなどから多くの情報が入り、また社協への来所者に対する活動内容の周知・宣伝に自然とつながっています。



毎週木曜日はボラ連主催の「おしゃべりカフェ」がオープン。会員獲得のきっかけにもなっています。



左から、高山さん(社協)、福村さん、溝部さん(社協)、銭廣さん、中村さん、馬渡さん



# 「お買物便」が地域の暮らしに安心感をもたらす

## コープのお買物便

和泉市 大阪いずみ市民生活協同組合 店舗事業部 店舗支援グループ

### 団体概要

**団体設立** ▶ 2012年6月(「コープのお買物便」の運行開始)

**活動エリア** ▶ 府内14市町村内

**活動実績(2017年度)** ▶ 現在4台の移動販売車が、府内14市町村を巡回している。1停留所あたり、平均7人が利用。

**主なサービス・活動** ▶ 買い物支援

### 事例の特徴

#### 買物が困難な自治会のニーズに応える



大阪いずみ市民生活協同組合(以下、生協)は、過疎化が進む地域や、団地、ニュータウンにおける「買物困難者」への支援を目的に、2012年6月から「コープのお買物便」(以下、買物便)を開始しました。

きっかけは、河内長野市緑ヶ丘(サニータウン)の自治会からの要望でした。サニータウンは約40年前に開発されたニュータウンで、高齢化率が4割を超える中、近隣のスーパーが閉鎖され、高齢者を中心に買い物に不便を感じる人が増えるようになったそうです。

そこで、自治会と市、スーパー、商店連合会、市社会福祉協議会(以下、社協)、生協などで買物問題の話し合いを重ね、その後、移動販売に手を挙げた生協と市との間で協定を結び、委託を受ける形で事業化されました。

#### 事業者の強みを活かして地域に貢献する

「食を通じた社会貢献の一環として取り組み出しました」と話すのは、生協 店舗事業部 店舗支援グループリー

ダーの橋本雅和さん。

当初、十分な利益を出すところまではいってなかったのですが、最近、ようやく黒字化が見えてきました。

橋本さんは、「個別配送のサービスもありますが、品物を実際に見て買う楽しみや、孤立・孤独化の防止、安心の街づくりにも寄与することも目的」と事業の意義を語ります。



買物便は特注の2トン車。新鮮な肉や野菜など、約800品を揃えている。

#### 自然な見守り活動にもつながる

買物便は、町会・自治会と連携して停留所方式を進めています。

和泉市の山荘町第二町会では、町会館前を停留所として活用し、町会有志が来客者を出迎え、番号札を渡して利用状況の把握に努めています。

山荘町エリアの買物便は2014年からスタート。受け入れに尽力した、元町会長の村谷正博さんは、「いつも買いに来て挨拶をする人が来ないと気がかり、安否確認にもなっています」と話し、自然と住民同士の見守り活動につながっているようです。



住民手作りの番号札。

また、村谷さんは、「高齢者は、今は車があっても近い将来免許を返上せざるを得ず、将来に不安を抱えている。買物便は、この地域で住み続けることができる、安心感を生んでいる」と感謝の思いを語りました。

買物便の立ち上げから7年間、専属として関わっている生協職員の西浦博晴さんは、「住民が買い物を楽しみにされ、いつも喜んでくださることが何よりもうれしい」とやりがいを語ります。

また、支え合い活動に尽力している地域住民との関わりは、西浦さん自身にとっても仕事に臨む励みになっているそうです。



山荘町第二町会館前で談笑する、村谷さんと西浦さん(左から)。他府県や遠く台湾からも視察が訪れる。

#### 事業者と地域住民とがタッグを組む

河内長野市と千早赤阪村を巡回する1台からスタートした買物便は、現在、計4台が14市町村175ヶ所の停留所に向けて運行されています。

町会・自治会が主体として受け入れることで、住民は買物便を地域の大事な社会資源として位置づけ、集客にも責任を持って取り組まれています。

事業者が地域のニーズに応え、住民と協働して支え合い活動を創り出す。今後も取り組みの広がりに期待が高まります。



自治会のない市営住宅では、地元の社協が、住民の有志を団体として組織化し、買物便を受け入れたケースも(泉大津市)。

### 事例から学ぶ

#### POINT①

##### ▶ 住民の熱意と丁寧な話し合いが活動を生み出す

山荘町エリアでの買い物便の実現には、足掛け6年かかっています。その間、町会や老人会などの地域団体との話し合い、市の関係部署・社協などとの協議を丁寧に重ね、合意形成を図ることで、地域に根付いた活動になっています。



#### POINT②

##### ▶ WIN-WINの関係づくりが継続の秘訣

事業者と地域住民との協働において、片方だけにメリットや意義があるだけでは長続きは期待できません。特に、住民サイドは、事業者の社会貢献の意義を引き出しつつ、受け入れる側の責任をしっかりと意識し、いかにWIN-WINの関係を築くかが大切です。

#### POINT③

##### ▶ 住民同士の自然な見守り・安否確認

買い物が困難な課題を解決するだけでなく、商品を選んで買う楽しみが生まれ、外に出る機会をつくり、孤立・孤独化の防止につながります。

住民相互の声かけや気になる思いを紡ぎだすことで、自然と見守り活動となり、安否を確認する手段にもなっています。

# 気軽に・気楽に参加できる 地域の休憩所

## お茶のみ休憩所「いこか」

大東市 住道北福祉運営委員会

### 団体概要

団体設立 ▶ 2012年2月29日 活動エリア ▶ 大東市内

活動実績 ▶ 活動者の実人数 / 39人(2017年) 参加者の実人数 / 2,246人(2016年)

活動日 / 毎週水曜日・木曜日(祝祭日開催)

主なサービス・活動 ▶ 会話交流、悩み相談、手芸講習など

### 事例の特徴

#### 空き家を活用した居場所づくり

お茶のみ休憩所「いこか」は、地域の高齢者が気軽に集まり会話をを楽しむ居場所として、空き家となっていた民家を活用して2012年2月からスタートしました。毎週水曜日と木曜日、祝祭日に関わらず開所しています。

毎回20~25人の参加があり、年間平均利用者は延べ2,247人。利用男女比率はほぼ5:5で、男性にとっても参加しやすい居場所であることが特徴です。

立ち上げのきっかけは、地域活動計画に基づきお茶のみ休憩所の開設を企画した大東市社会福祉協議会(以下、社協)による、住道北地区福祉委員会(以下、福祉委員会)への協力要請から。

当時、地域住民が身近な場所に集まることのできる居場所を求めていることもあり、協働して活動を開始。各種の地域活動団体が参画し、住道北福祉運営委員会が発足しました。

活動拠点は、定期的な開催や安心して過ごすことのできる



会場である民家は大東市の中央に位置しており、JR住道駅から徒歩8分と立地の良い場所です。

環境を目指すため、他団体との利用順位が発生する公民館や公共施設ではなく、地域の民家を選定。

建物の広さや周りの環境等を評価する「空き家選定チェックシート」を使用し、市内に数ある空き家の中からより評価の高い場所を活動拠点としました。

#### 地域の様々な団体関係者による運営

住道北福祉運営委員会には、福祉委員会をはじめ、民生委員・児童委員、老人クラブ、自治会、ボランティア、さらには大東市介護者家族の会「サルビアの会」が参画し、それぞれの強みを活かして「いこか」の運営を担っています。社協や地域包括支援センターとも連携しており、活動の中でキャッチしたニーズや困りごとを専門機関につなげるしくみが整っています。

運営担当は男女一人ずつの当番制を設けており、一人の委員に負担が集中しないよう、配慮しています。委員からは「もっと当番を担当したい」との声があり、一人ひとりが活動に意欲的であることが伺えます。

介護者の当事者組織である「サルビアの会」は、介護をしている人や看取りを経験した人へのアドバイスや相談を行える強みを持つものの、普段の会活動では地域の他団体と関わる機会が少なく、介護に困っている人のニーズを拾い切れていな



い状態でした。地域住民が集まる「いこか」に出向くことで、利用者から直接介護に関する相談を聞くことができ、また他団体の活動や地域の情報を知る機会につながっています。

#### 気軽に集まり、楽しく過ごすことのできる居場所

「いこか」は運営にあたり以下の3つの提唱を定めており、参加者一人ひとりが提唱を守ることを心がけています。

- ①細かい規則を設けない。
- ②他人の悪口を言わない。
- ③隣・周辺に迷惑をかけない。

1日のプログラムなどは設けておらず、「なにかしないといけない」と構える必要がないため、参加者は気軽に・気楽に参加することができます。

お盆や正月などの休日だからこそ集まる場が必要であるという運営委員の思いから、祝祭日が重なっていても、水曜日・木曜日には必ず活動しています。拠点である民家が使われるのは「いこか」の活動だけであり、他団体の行事と重なり臨時閉所する必要が生じることはありません。毎週決められた曜日・時間に必ず空いており、自分の好きな時に参加することも、参加者が気軽に集まることのできる要因のひとつです。



落ち着いた雰囲気のと室は、参加者の楽しそうな笑い声で包まれています。

#### 地域に定着した居場所に

開設から5年が経ち、参加者は毎年2,000人を超えており、「いこか」は地域住民にとって安心できる居場所として定着しています。参加者からは「気楽で気を使わず自由に話ができる」「時間に縛られず、自由に過ごしている」などの声があがっています。お茶菓子も各々が持ってきたものであり、活動時には会場から笑い声が絶えません。

福祉委員会委員長の生田哲一さんは「子どもの頃、たばこ屋に地域の高齢者が集まり、お茶を飲んで和やかに過ごしていた光景を見て、とても印象的だった。「いこか」

も当時のたばこ屋のように、地域の高齢者が気軽に集まり会話をを楽しむことができる居場所となることを目指したいと思った」と、活動を始めた動機を語りました。



会場には参加者による手作り作品が展示されています。

### 事例から学ぶ

#### POINT①

##### ▶無理せず気軽に参加できる環境

何かをしななければならない、といった決まりがなく、自由に集い会話を楽しむことができることが参加者にとって何よりの魅力。民家という居心地のいい会場や3つの提唱など、誰もが気軽に・気楽に参加できる環境が整っているからこそ、安心できる地域の「居場所」となっています。



#### POINT②

##### ▶地域を支える多団体による運営チーム

日頃から地域を支えている様々な団体が、それぞれの強みを活かして活動しています。普段の活動では関わる機会が少ない団体が、「いこか」を通して連携体制が整うきっかけにもなっています。

#### POINT③

##### ▶専門機関との連携

社協を中心に、地域包括支援センターなど地域福祉の専門機関と連携しており、運営面で委員が孤立することなく、困ったことがあればいつでも専門職に相談できるため、安心して活動することができます。

# 居場所による 生きがいづくりと生活支援

特定非営利活動法人くらしのたすけあい えぶろんの会「茶ノ間ギャラリー」

阪南市 特定非営利活動法人

## 団体概要

**団体設立** ▶ 2002年12月20日(任意団体設立1995年) **活動エリア** ▶ 阪南市内  
**活動実績** ▶ 活動者の実人数:30人/コーディネーター:3人 活動日:月曜日～土曜日(祝祭日を除く)  
**主なサービス・活動** ▶ サロン活動、介護予防・生活支援サービス事業(通所型サービスB)

## 事例の特徴

### 地域で互いに支えていくために

特定非営利活動法人くらしのたすけあいえぶろんの会は、「住民が主体となって互いに地域で支えていこう」との思いを持ったメンバーが集まり1995年、任意団体を設立し、住民のちょっとした困りごとを解決する有償のたすけあい活動を開始しました。

その後、2008年には茶ノ間ギャラリーをオープンし、住民の居場所づくりを始めました。

茶ノ間ギャラリー代表の岩井俊子さんは、「この新興住宅地に引っ越しをしてきたことで近隣に友達や相談相手がないことや、核家族化が進み、自分たちの老後を心配する住民が多かった」と活動のきっかけを振り返ります。

### 分野を越えた困りごとに対応

当初、1時間600円で、さまざまな困りごとへ対応していき、移送サービスや高齢者宅での食事づくり、幼稚園児の送り迎え、障がい者の外出支援、居場所づくりのサロン活動など、分野を越えて活動してきました。

そうした中、介護保険制度が始まることをきっかけに、NPO法人の認証を受け、現在は、サロン活動の他に居宅介護支援や訪問介護支援も行っています。

### ゆっくりできる住民の居場所

茶ノ間ギャラリーは、月曜日から土曜日の10時～16時まで(祝祭日を除く/水・金は17時まで)、誰でもいつでも気軽に出入りできる住民のたまり場としてオープンしています。

1日2人～3人のボランティアが1杯200円程度のコー

ヒー・紅茶などを提供し、地域住民は趣味・特技を活かし、写真や絵画、陶芸などを展示・発表することもでき、それぞれ生きがいの場にもなっています。

ボランティアの調整役を担うコーディネーターは、「展示を見てもらうことはもちろん、仲間が欲しいときや阪南市を知りたいとき、ゆっくりコーヒーを飲みたいときなどに気軽に来てもらいたい」とさまざまな住民に利用してもらいたいと思いを話します。

### 新しい総合事業の通所型サービスBを開始

茶ノ間ギャラリーでは、2017年7月から新たに通所型サービスBを実施。内容は、週3回10時～15時半まで、ラジオ体操や歌声喫茶などを行っています。

新しい総合事業を始めるきっかけについて岩井さんは、「誰でも利用できる茶ノ間ギャラリーは、住民主体で行っているため、通所型サービスBを行うにはぴったりだった」と話されました。

最後に、岩井さんは「利用者みなさんがもともとずっと元気に健康でいられることをめざしています。また、近い将来は、私たちも利用したい居場所です」と話されました。



茶ノ間ギャラリーの入り口。  
2階建てになっており、  
1階、2階でサロンや展示をしています。

# 住民同士で助け合う 「チョットお助け活動」

京阪ひろ野シルバー会

枚方市 老人クラブ

## 団体概要

**団体設立** ▶ 2016年4月(「チョットお助け活動」の立ち上げ)  
**活動エリア** ▶ 京阪ひろ野自治会  
**主なサービス・活動** ▶ 暮らしの中でのちょっとした困りごとに対する支援

## 事例の特徴

### あいさつ・声かけから始まる、お助け活動

京阪ひろ野シルバー会(以下、シルバー会)は、約30年前に京阪電鉄が広野地区を宅地開発した、総数165戸の閑静な住宅街にあり、交通の便は良く、近くにバス停があるなど、住みやすい環境の中で活動を行っています。

シルバー会は、これから高齢化が進み、住民同士で支え合う地域づくりを目指すうえで、近隣の付き合いが薄く、道で出会っても軽く会釈する程度の地域性について、危機感を覚えました。

そこで、2010年から、隣接する交野市の活動を参考に、「あいさつ声かけ、ご機嫌さん運動」を立ち上げました。シルバー会の会員が中心になって、積極的に声かけを行うことで、街の雰囲気はかなり明るくなったそうです。

1年後の2011年からは、住民の「困っている」という声に応えるために、自分が持つ技能を活かした手助けを行う、「チョットお助け活動」を開始しました。

### 「チョット」は、双方に安心感を生む

具体的な活動内容は、業者に頼むほどでもないが、自分ではできないような「ちょっとした困りごと」。例えば、留守宅の家庭菜園の水遣りや、庭の除草、苗の管理など、入院する高齢者からのニーズが多く、最近は単身女性からの困りごとが増えているそうです。

「活動を開始する前は、しっかり困りごとに応えることができるかどうか不安でした」と話すのは、会長の黒川輝彦さん。シルバー会の活動以外にも、おもちゃ作りや演芸披露などのボランティア活動を行う黒川さんを中心に、会員約10人が年間80件ほどの依頼に応えています。

庭木の剪定など、気を遣う作業もありますが、プロでは

なく、あくまでも「チョット」した助け合いだとお互いが認識しているからこそ、無理なく応えることができます。

また、材料費や交通費などの実費以外は無償で活動を行っており、住民が気兼ねせず「手伝ってほしい」と素直に言えるのも、活動範囲を限定している点にありそうです。

### 「困った時はお互い様」が、地域の絆を深める

活動に関わる動機について、副会長の山上恵三さんは、「困った時はお互い様の、互助の精神で取り組んでいます」と語り、過去に近隣住民から手助けいただいた経験が心に残っているそうです。最近では、自治会内の口コミから活動が伝わり、シルバー会の会員ではない人のニーズにも応えています。

「活動を通じて、ますます近隣の声かけやあいさつが増え、顔の見える関係が進んでいます」と話し、さらにシルバー会への加入者が増え、会合への参加率も7割を超えるなど、本来活動が充実する効果も生まれているそうです。背景には、会員同士の誘い合いがあり、そもそも誘い合える関係に深まってきた証拠だと分析しており、地域づくりに確かな手応えを感じています。

黒川さんは、「同居の高齢女性から、ゴミ出しなどのニーズがますます高まるのではないかと考えています。これからも活動を絶やさず、地道に続けたい」と今後の抱負を語りました。



活動拠点の春日丘自治会館で思いを話す、山上さん、黒川さん、会計の東海林絃(しょうじひろし)さん(左から)

# “一人ぼっちにしない” 心の通い合いが生活を支える

よどがわ 暮らしの助け合いの会「ほのぼの」

吹田市 大阪よどがわ市民生活協同組合

## 団体概要

**団体設立**▶2004年11月(「ほのぼの」設立) **活動エリア**▶北摂、淀川以北の大阪市(東淀川区・淀川区・西淀川区)  
**活動実績(2016年度)**▶活動会員/94人 利用会員/92人 賛助会員/199人 計381人  
年間件数/864件 コーディネーター/4人(4エリア制)  
**主なサービス・活動**▶部屋の掃除、衣替え、草抜き、買い物支援、病院への付き添いなど  
**費用**▶年会費/1口1,000円、利用料/800円(1時間1単位) ※別途、運営協力金や交通費など

## 事例の特徴

### 住民ならでの寄り添った支援

よどがわ 暮らしの助け合いの会「ほのぼの」(以下、ほのぼの)は、誰もが住み慣れた地域で、自分らしく健康で心豊かに生きていけるように、生協組合員が家事援助などを通して暮らしを支え合う互助組織です。

利用会員、活動会員、賛助会員(会の趣旨に賛同する応援団)として登録し、利用する人が気兼ねなく、活動する人も責任を持って対等な関係で行えるよう、有償の助け合いの仕組みで運営しています。

「お話をじっくり聴くことを大切にしています」と語るのは、ほのぼのの幹事でコーディネーターの大江さん。90歳前後の利用会員が増える中、おしゃべりを楽しみにしている利用会員が多いそうです。

介護保険サービスの場合には、活動内容に様々な制限が加わりますが、住民同士の助け合いならでの良さで、ご本人のこだわりや要望に応えるよう、寄り添う姿勢を大事にしています。

### コーディネーターが双方の安心を育む

生協組合員同士という安心感と共に、利用会員と活動会員の双方を支え、運営の中心を担うのがコーディネーターの存在。

初めての活動依頼の際には、まずコーディネーターが活動を試し、時間の目安や要望に合わせた活動方法を決めようとして、活動会員につなぐようになっています。

また、いつ利用会員や活動会員から連絡が入ってくるかわからず、時には旅行中に電話がかかることもあり、気が休まらないそうですが、コーディネーターとして使命感を持って、重要な役割を担っています。

### ほど良い距離感を保ち、信頼関係を守る



活動のやりがいについて大江さんは、「人生の先輩である利用会員の、色々な生き様から学ぶことが多い」と語ります。

ある高齢女性は、いつも活動終了時刻の10分前になると、「そろそろですよ」と声かけをしてくだ

さるそうで、「こんな配慮ができる人になりたい」と感想を話します。

「信頼関係があってこそこの助け合い。個人情報には絶対に漏らさない」と話すのは、ほのぼのの代表幹事の綾さん。利用会員との会話の途中、悪気なくうっかり他人の話をしてしまうよう、注意喚起を図っています。

今後の展望について綾さんは、「この活動を継続していくことが大事。規則を守り、仕組みを改善しながら、助け合いを続けたい」と活動にかける思いを語りました。



定期的に活動会員の交流会や研修を開催。活動に臨む思いの共有、スキルアップを図っている。

# あたたかい 福祉のまちづくりを目指して

砂川地区福祉委員会 小地域ネットワーク部

泉南市 砂川地区福祉委員会(泉南市社会福祉協議会)

## 団体概要

**団体設立**▶1999年5月(地区福祉委員会は1983年から) **活動エリア**▶砂川小学校区内  
**主なサービス・活動**▶グループ援助活動や個別援助活動、世代間交流活動など

## 事例の特徴

### 地域のボランティアによる個別援助活動

砂川地区福祉委員会 小地域ネットワーク部(以下、小ネット)の活動場所は、約40年前に山を造成して開発された静かなベッタウンで、公共交通機関の便が悪く、坂道も多い環境です。

単身の高齢者世帯が増える中、地域の中で温かい支え合いや見守りの輪を育み、誰もが住み慣れた地域で安心して暮らせる、やさしいまちづくりを目標に取り組みんでいます。

現在、18人の見守りボランティアが活動を行っています。ボランティア募集に際しては、地域包括支援センターの協力を得て、主催イベントで案内していただき、シニア男性の発掘にもつながったそうです。

「困っておられる高齢者の方を地域で支えていこう」。そんな思いから、ボランティアがご自宅を訪問し、電球の取り替えや、木の伐採、話し相手、付き添い、代読など、暮らしの中で不便や不安を感じるちょっとした困りごとの支援を行っています。

### 福祉施設と連携した買い物支援

近郊に大型のショッピングモールが開店した影響もあり、住宅街の店舗が閉店。たちまち、買い物が困難になる人が増えました。

そこで、小ネットは、顔なじみの福祉施設に相談し、施設が保有しているマイクロバスを安価に賃借することで、年数回ショッピングモールへの買い物ツアーを実施。

参加者からは、「あれ食べよう!と、自分自身の目で見て好きなものを購入することができ、たいへん好評を得ています。



社会福祉法人長寿会が開設する「砂川サロンいこい」は、専門職が常駐し、住民が相談を持ち込める場にもなっている。

また、別の福祉施設が、住宅街の一軒家の拠点「砂川サロンいこい」で実施する、地元商店の出張販売では、買い物の付き添いや、重い荷物を抱えて坂道を帰る人のサポートを行ってきました。

### 子育て支援から新たな担い手づくりへ

2003年から始めた子育てサロン「すなっきーず」は、毎回40人程度の親子が参加。小ネットのメンバーが会場の設営などの準備を行い、参加の呼びかけや具体的なプログラムづくりは、参加者の親御さんの中から選ばれた5人の役員が中心を担っています。

役員は半年に1回改選され負担が集中しない仕組みとなっており、子育ての不安を解消するママ友づくりの場になっています。

今でも他府県に転居した人から年賀状が届いたり、4人の子育て中に10年間利用したお母さんからは感謝の手紙が寄せられるなど、小ネットメンバーの思いが確実に伝わっており、将来、小ネットの新たな担い手になってほしいと期待を寄せています。



発達気になる未就園児の親子を対象にした「のびのびひろば」も開催。子育てサロンの参加者をつなぐケースもある。

# 大学と連携した 認知症カフェ

## カフェほのぼの

柏原市 柏原市社会福祉協議会、関西福祉科学大学バリエーションプロジェクト

### 団体概要

活動開始日▶2015年9月 活動エリア▶柏原市内  
活動実績▶活動者の実人数/約40人 利用者の人数/平均10~15人 活動日/毎月第1水曜日・第3日曜日(月によって開催週の変更有)  
主なサービス・活動▶参加者間交流、グループバリエーション、紙芝居、手品、演奏会、キャラバンメイトによる座談会、認知症についての情報発信など  
費用▶コーヒー等1杯100円

### 事例の特徴

#### 社協と大学の協働による認知症カフェ



会場は、地域の「まち交流センター」として活用もされている古民家「問屋場亭」です。

「カフェほのぼの」は、2015年9月から柏原市社会福祉協議会(以下、社協)と関西福祉科学大学が協働で実施している認知症カフェです。認知症当事者やその家族、地域の人がお茶を飲みながらホッとくつろげる地域の居場所となっています。中でも特徴的なことは、学生による「グループバリエーション※」の実践です。大学教員や社協職員のフォローのもと、一日のプログラム企画から運営に携わり、大学で学んだ知識を実践で深めています。

カフェの立ち上げは、バリエーションを学んでいる学生から「バリエーションを実践したい」という相談を受けた関西福祉科学大学の都村教授が、柏原市内に認知症カフェの立ち上げを検討していた社協に、カフェの開設を提案したことがきっかけです。

学生によるグループバリエーションの実践は実際に当

事者の感情表出のきっかけとなり、普段聞くことのできない家族への感謝の言葉を話し、家族が驚きと喜びの声をあげることもありました。

※グループバリエーションとは  
認知症の方への共感法として、コミュニケーションを通して感情レベルに訴えるバリエーションを少集団で行うもの。何かの問題解決をはかるものではなく、利用者一人ひとりを刺激して感情の表出を助け、交流を促す。

#### 地域と学生の自主性を伸ばす

第1水曜日は社協のサポートのもと、福祉委員や認知症家族の会、ボランティア団体など、地域を支える担い手たちが主体となって運営しています。

一日のプログラムは紙芝居やハーモニカ演奏など、ボランティアが各自で行えることを持ち寄り企画しています。他にも認知症キャラバンメイトによる座談会の開催など、地域における認知症啓発活動も行っています。

第3日曜日は学生が主体となり、事前準備から当日の運営等を担います。実践を通して大学での学びを深めることはもちろん、住民との交流を通して地域連携の大切さを学ぶなど、大学の授業だけでは得ることのできない様々な地域福祉の実践を肌で感じ取り、学生からはやりがいや喜びの声があがっています。



# 誰もが集える居場所を通じた ふれあいの町づくり

## リビングほしがおか

岸和田市 ボランティア組織

### 団体概要

団体設立▶2008年6月  
活動エリア▶府営荒木住宅内(通称:星ヶ丘住宅)  
主なサービス・活動▶ふれあい喫茶、朝市ほしがおか、街かど保健室、ハッピーランチ、クラブ活動、子ども食堂「DANCHIカレー亭」など

### 事例の特徴

#### 住民ニーズを基点にした居場所づくり

2002年から府営の高層団地内で小地域ネットワーク活動を開始したボランティア組織を原点として、2008年に大阪府の福祉事業により集会所を改修し毎月1回、CSWや保健師の協力を得て、相談窓口「街かど保健室」を開設。

「リビングほしがおか」(以下、リビング)は誕生しました。独居高齢者が増える中、誰も置き去りにせず顔の見える福祉活動を実践するため、住民のニーズを基点に、必要とされることに取り組んでいます。

「ふれあい喫茶を長く続けるために、様々なことに取り組んできました」と、代表の原口正彰さんは語ります。

これまで、「一人を大切に安心とふれあいの町づくり」をテーマに、交流の場である「ふれあい喫茶」の運営や、買い物支援を目的に新鮮な作物が並ぶ「朝市ほしがおか」の開催、昼食を提供する「ハッピーランチほしがおか」の実施、各種教室・クラブ活動など、誰でも気軽に立ち寄れる居場所づくりを進めてきました。

#### 多世代が交流する夜の居場所

2017年11月には、ナイトリビング「DANCHIカレー亭」(以下、食堂)を開設。かねてから子ども食堂に関心があったことや、中学校の校長から要望を受け、メンバーに相談したところ、「じゃあやろう!」という話になり、1ヶ月程度の短い準備期間を経て、子どもが一人でも来られる食

堂としてスタートしました。

食堂の運営に携わるボランティアは12人。うち10人は、これまで活動に関わっていなかった新たなメンバーで、一人ひとりを口説き、担い手の掘り起こしにつながりました。

毎週土曜日のオープン日は、小学生から高齢者まで様々な人が、お目当てのカレーを食べに平均80人が来所。会場は活気にあふれています。



毎回一人でも来る小学生から、「いつもありがとう」の言葉とお菓子の差し入れがありました。

スタッフの好みを意識したお菓子が秀逸



#### 市民・企業の参加を促し、地域の課題を解決する

食堂のメニューはカレーのみ。高校生以下は無料で、他の方には300円で提供されています。このように安価で提供できるのは、リビングが独自に設置している「ロビンフード基金」(以下、基金)を活用しているからです。

この基金は、リビングの活動に共感・賛同した、市民や企業からの寄付により運用しており、カレーの食材費のほか、生活困窮者支援、市が行う学習支援を利用する子どもの夜食代に使用しています。

原口さんは、「これからも、地域の課題を解決するために、みんなで知恵を絞りながら、楽しく、活動を行っていきたい」と、今後の抱負を熱く話します。

