

# 月刊 地域支え合い情報

東日本大震災の被災者の生活を支援するあなたのための情報紙です。



岩手県一関市で開催された「ふるさと お茶っこ交流会」

特集

## 住民が考える課題と支援

● つながりを生むガイドブック ③  
片平地区まちづくり会 (宮城県仙台市)

● 交流会はつながりが生まれる場 ⑤  
ふるさとお茶っこ交流会 (岩手県一関市)

● 支援は特別なことだけじゃない! ⑦  
涌谷町民生委員児童委員協議会、  
涌谷町社会福祉協議会 (宮城県涌谷町)

☆ 専門家に聞く地域づくりのヒント ⑧  
(高崎健康福祉大学教授 金井敏さん)

● 東北の元気⑨ ⑨  
スマイリーおやつ工場 (山形県米沢市)

● まちの仕組み⑩ ⑩  
仮設住宅も集団移転も「住民が主役!」の復興計画  
(宮城県岩沼市)

● 事例をとおして考えよう! ⑫  
【今月の事例】みんなで支え合うには?  
阪神・淡路大震災のとき、私たちはこうした

● 防ごう! 生活不活発病⑬ ⑬  
社会参加で自然に身体と頭を働かす  
(国立長寿医療研究センター部長 大川弥生さん)

● 宮城県サポートセンター支援事務所からのお知らせ ⑮  
ひとりごと サポーターのあなたへ③  
(宮城県サポートセンター支援事務所アドバイザー 浜上章さん)

● 暮らしを支える支援員⑯ ⑯  
仙台市社会福祉協議会・中核支えあいセンター

広域避難者の暮らしを支え合う情報紙  
「つなぐ・つながる・支え合う」vol.6を挟み込みました。  
宮城県 平成25年度みやぎ地域復興支援助成金事業

特集

# 住民が考える 課題と支援

震災を機に、新たな土地での生活を始めた人がたくさんいます。  
そして今、各地で災害（復興）公営住宅の建設もすすめられています。

まったくはじめての土地ではない場合でも、  
多少の不安はつきもの。

「どんな人がいるんだろう？」

「馴染めるかしら…」

新生活はわからないことのほうが多いかもしれません。

今回の特集では、新たな住民たちが心地よく暮らせるようにと  
地域住民たちが考え、実践している活動を紹介します。

一つ目は宮城県仙台市にある片平地区の住民たちの活動です。  
地域にすぐに溶け込めるようにと、まちのガイドブックをつくっています。

二つ目は岩手県一関市の社会福祉協議会が実施している

「ふるさとお茶っこ交流会」。

交流会をとおし、出身地を超えた仲間の輪が生まれていました。

三つ目は宮城県涌谷町の民生・児童委員の思いを紹介。  
震災前の“普通の暮らし”をどうしたら継続できるか、話し合っています。

今、なにができるのか、なにをすべきなのか。

一緒に考えてみましょう。



特集事例ポイントは萩田 藍子さん（兵庫県社会福祉協議会 地域福祉部 副部長）によるものです



完成した「ウエルカム片平」を手に記念撮影

# つながりを生むガイドブック

◎片平地区まちづくり会（宮城県仙台市）

## ポイント

1. 「地域のよさ」を新たな住民に伝えよう。それも、地域住民だからこそできる支援の一つです。
2. いろんな人・機関に声をかけて一緒に動く。この連携がまちを元気にする即戦力に！

### 新たな住民を歓迎

「新たな地域住民たちとともに楽しく暮らせるまちづくりを実現したい」。2013年3月、宮城県仙台市青葉区片平地区の住民たちが、まちのガイドブック「ウエルカム片平」を完成させた。同地区に復興公営住宅（災害公営住宅）が建設されることが作成のきっかけだ。できあがったガイドブックには、復興公営住宅に入居する人たちが歓迎する気持ちが込められている。

制作の中心となったのは、片平地区連合町内会を中心に、片平地区社会福祉協議会や片平地区民生委員児童委員協議会、片平小学校、片平市民センター・児童館などで結成した「片平地区まちづくり会」だ。「はじめての土地での生活は、少なからず不安があると思う。復興公営住宅や借り上げ賃貸住宅（みなし仮設住宅）で暮らす人たちを、同じ地域の一員として歓迎したいと思っています」。そう話すのは片平地区連合町内会の会長であり、片平

地区まちづくり会会長の今野均さん。片平地区では、2014年度からの入居を目標し、地区内の霊屋下町内会に2か所140戸の復興公営住宅の建設が予定されている。また、地区内の借り上げ賃貸住宅には、約40世帯が入居。そういった経緯を受け、片平地区まちづくり会では、借り上げ賃貸住宅や復興公営住宅に入居する人たちなど、新たに住民となる人たちが地域に馴染みやすいようにと、地区内にある医療機関や防災マップ、まち案内などを掲載したガイドブックの作成を決意した。

### 住民だからこそわかる

#### 地域の情報

「私たちは長年この地域で暮らしているからね。地域のよいところをよく知っている。ただ、ずっと暮らしているからこそ、なにを紹介したら新しくこの地域に来た人たちに役立つか、どんなことを知りたいか、どんなことを考えることが難しかった」と今野さん。

2012年6月から開始さ

※この記事では、災害公営住宅を復興公営住宅と表記しています。



## 片平地区連合町内会・片平地区まちづくり会

ひとし  
会長 今野 均さん

「復興公営住宅や借り上げ賃貸住宅（みなし仮設住宅）で暮らす人たちを、同じ地域の一員として歓迎したいと思っています」

れたガイドブックの作成委員会には、21人の住民が委員として集まった。「やっぱり病院の場所は知っていたほうがいいよね」「場所だけでなく、連絡先も入れないと」「バス停がどこにあるかも知りたいんじゃないかな」。新たに暮らす人たちのことを考えながらの話し合いが重ねられる。転居してくる人たちの目線に立った誌面づくり。ガイドブックには、震災時に町内会が担った避難所運営やその後の防災活動の経験を生かした「地域防災マップ」を含め、「病医院マップ」「生活便利マップ」といった3つのマップを掲載した。生活に役立つ情報のほかにも、6地区8町内会ごとのまちの名所や歴史、お店などを紹介。ウォーキングコースが掲載されているページもあり、それぞれのまちの個性を感じとることができている内容だ。地域を知り尽くしている住民自らが取材したからこそその情報が盛り込まれており、味わ

い深いものになっている。完成したウエルカム片平は、復興公営住宅への入居が始まるまでの間もどんどん活用をすすめていく予定だ。「今年度は社会福祉協議会や中核支えあいセンターをとおして、借り上げ賃貸住宅に暮らす人たちとの懇談会を開く計画をしているんです。そのときに、ウエルカム片平を配布しようと思っています。個人情報に関係もあって、借り上げ賃貸住宅に暮らしている人たちの情報が私たちがわからず、これまでにならなかつた。遅くなつてしまつたが、これを機に交流を深めていきたい。また、

まちの魅力を知らう！



完成したウエルカム片平は66ページ・オールカラー

ウエルカム片平を生活のなかで少しでも役立ててもらえればと思います」と今野さん。2013年5月10日には、片平丁小学校に児童全員分にあたる420部を寄贈。子どもたちが地域について学ぶ副読本として活用される予定だ。「子どもも大人も含め、より多くの人たちにまちを知ってもらい、みんなに『ここで暮らせてよかった』と思つてほしい。一緒にまちを活気づけたい」と、今野さんは目を輝かせる。そのほかにも片平地区では、建設される復興公営住宅がよりよいものとなるよう、住民としての想いを市に伝えている。地域との差ができないよう、住宅のまわりに高い塀はつくりたくない方がいいのではないかと、住んでいる場所に関係なくみんなが使えるような集会所を設置してほしい……などだ。地域の一員として迎えようという強い気持ちがかがえる。ガイドブックのあとがきには、「居住期間は違つても、共有する時間と場所があればつながっていき

ると確信している」と、書かれていく。住民たちの手をつくられた地域のさまざまな情報をちりばめたウエルカム片平は、人と人がつながるきっかけを生む「ガイドブック」になるだろう。



綿密な打ち合わせを重ねる

### DATA

#### ウエルカム片平

A4判、66ページ、オールカラー。  
仙台市の被災者サポート・コミュニティー担い手づくり事業の助成を受けて、2000部作成。  
詳細は、仙台市片平市民センター  
022(227)5333まで  
お問い合わせください。



「わが家の味」を話しながら手際よく調理をすすめる

## 交流会はつながりが生まれる場

◎ふるさとお茶っこ交流会（岩手県一関市）

### ポイント

1. もとの地域との関係性を途絶えさせないためには、なにができるか考えよう。
2. 全員の意見を取り入れながら活動をする中で、参加者が主役（担い手）になれる。

### ふるさとお茶っこ交流会

「人参はいちよう切りでいいかなあ?」「うちでははっと汁つくるるとき、半日ぐらい寝かせたのよね」「やっぱり寝かせたのは違うよね」。調理室に飛び交うにぎやかな声。エプロンと三角巾をつけた人たちが料理づくりを楽しんでいる。岩手県一関市にある保健センターで開催された「ふるさとお茶っこ交流会」の真つ最中だ。

一関市では、東日本大震災により市内に避難してきた人たちの交流の場をつくるようと、2012年3月より、ふるさとお茶っこ交流会と名づけたお茶っこ交流会と名づけたお茶会が毎月実施されている。活動の主体になっているのは、一関市社会福祉協議会。お茶を飲むだけでなく、体操や講話、お花見などの季節行事を取り入れるなど、月によって内容はさまざま。取材に伺った日は、「みんなが料理をつくって食べよう」と題した交流会が開催されていた。メニューは、ホタテの炊き込みご飯、はっと汁、魚のホイル焼き、

わかめの酢の物、フルーツヨーグルト。参加した女性たちは「わが家の味」を話しながら、男性たちはお互いの手元をのぞき、「どんなのできるかわかんねえよ」「いいがらいいがら、大丈夫だ。やってみっぺし」と笑い合いながら料理をして、ひとときを過ごした。

### つなぐ場所は一つじゃない

参加者は宮城県と岩手県の沿岸部から避難してきた人たち。同じ地域から避難してきた人同士の方が共通の話題も多いだろうと、当初は交流会の開催日を震災前に暮らしていた地域で分け、それぞれに対し月1回行っている。参加者には、実施しているアンケートには、「月1回の楽しみ」「感じていることや同じ思いをしていることを話せてよかった」といった声が寄せられている。交流会の費用に関しても、「参加している」という意識がもてるよう、参加者と相談し、活動内容によって200円〜500円ほどの参加費をもちょうことを決めた。参加費

# ふるさとお茶っこ交流会

## 参加者の声

### 「こういう会があってうれしい！ 月1回の楽しみ」



はどのくらいがいいか、大きな行事のときはどうするかなどの細かなことも、参加者の意見を取り入れながら一緒に考える仕組みをとっている。

「一関市に避難している住民の人数が少ない地域の交流会だと、それぞれの予定参加者が数人しかないなんてこともあったんです。みんなで楽しんでほしいという思いもありましたし、参加者から他県の人と一緒にできればという意見も寄せられました。出身が同じ人だけでなく、今住んでいる場所が近い人との交流もあったほうがいいのではないかと考え、合同の交流会も開催したんです」と話すのは、一関市社協地域福祉課主幹の菅原敏さん。

2012年10月19日、初めての合同交流会「芋の子会」が行われた。「出身に関係なく、みんな和気あいあいと過ごしていた。口には出さないだけで、出身地を超えた人とのつながりをみんな求めていたのかも知れない」と菅原さんは話す。

実はこの日、もう一つ初めての取り組みが実践され

た。それは、被災元の地域の社会福祉協議会のスタッフを交流会に招いたことだ。「交流会でいろいろ話しているうちに、地元から取り残されたように感じているのではないかとという印象を受けることがありました。なにか私たちにできることがあるんじゃないかと思っ、被災元の社協に声をかけました。このときは、気仙沼市社協のスタッフが来てくれました。あとから話を聞いたら、最初は関係がぎくしゃくしたけれど、帰り際に、また来てほしい」と言われたそうです。よかったなと思いましたし、つながりことの必要性を感じました」と、菅原さん。

避難してきた人同士の関係を結ぶことだけでなく、以前暮らしていた地域との関係を途絶えさせないようサポートすることも、避難してきた人たちを支えるうえでの重要なポイントなのだ。

### つながりを広げよう

交流会で出会ったことをきっかけに、参加者の自主グループも立ち上がった。

「毎月1回だけのお茶飲みじゃ足りないよね、なにかつくりながらお茶を飲めればいいよね」と、女性参加者たちが手芸サークル「なでしこ」を発足。一関市社協の協力も得て、サークル活動に市内の住民を講師として招いたり、ここでもまた「つながり」が生まれている。

多くのかかわりが生まれ、広がりをみせている交流会。「この前どっか出かけてた？」「またあんだんち（あなたの家）に行ってみつから」。新たな土地で交わされる、そんな何気ない会話も縁が結ばれた一つの証だろう。

言

※1 岩手、宮城、山形など、東北地方一帯で食べられる郷土料理で、小麦粉を水で練った「すいとん」のような食べ物。汁仕立てにした「はっ」と汁は、身体があたたまる定番料理。

※2 東北で行われる季節行事で、秋に河川敷などの野外に集まり、サトイモを使った鍋料理などをつくらせて食べる行事。「芋煮会」とも呼ばれている。



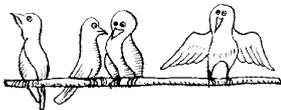
確認しながら慎重に調理



和菓子でケーキづくり



青空の下で芋の子会



町内のスーパーマーケットの前にて（民生児童委員の活動）

# 支援は特別なことだけじゃない！

◎ 涌谷町民生委員児童委員協議会、涌谷町社会福祉協議会（宮城県涌谷町）

## ポイント

1. 日常を継続するためには、「みんな一緒」の気持ちがたいせつ。
2. 地域によってニーズは違う。地域性に合わせた支援を住民間の話し合いからつくろう。

### 災害公営住宅の建設

宮城県の内陸に位置する涌谷町。緑豊かな平野が広がる町内に、被災された県内外の人たちのための災害公営住宅の建設が計画されている。

2014年度の入居開始を予定し、町内の3地区に建設。従来から町内で生活している被災者だけでなく、沿岸部などで被災し、町内へ避難してきた人たちも入居対象とする方針が決まっている。

これにともない、まずは涌谷町民生委員児童委員協議会の西地区会が入居者や地域住民等を支える仕組みを考えようと、2013年4月末に「集合住宅と被災者支援」と題した話し合いを開催した。

新たな住民たちを迎えるべく、今どのようなことを感じているのか。涌谷町民生・児童委員の今野武則さん、和泉光秋さん、青木貴子さん、涌谷町社協地域福祉部の福祉活動専門員である稲川雄久さんにお話を伺った。

### 今日から同じ住民

現在涌谷町で発表している計画では、渋江地区に28戸、六軒町裏地区に8戸、中江地区に12戸、災害公営住宅の建設を予定。入居が始まれば、民生児童委員は入居住民との接点が多くなることが予想される。

「町外から来たから、被災者だからにか特別なことを」というのではなく、同じ住民として受け入れたい」と話す和泉さん。和泉さんの担当する地区の自治会では、1年間は自治会費が無料、2年目から自治会費を納め、ごみ出しなどの地区の当番も担当することが決まっている。和泉さんは、新たに入居する人たちにも、同じ流れで自治会に加わることがよいのではないかと話す。「たとえば、災害公営住宅の入居者だから自治会費を無料にしますとしたら、こちらから地域との間に線を引いてしまうことになり。縁あって涌谷町で暮らすことになったんだ、

「みんな一緒がいいんじゃないかな」と、和泉さん。今野さんと青木さんも同様の考えだと話す。

そういった取り組みを、借り上げ賃貸住宅などに暮らす住民に対して実践しているのが、青木さんの担当する地区だ。震災を機に新たに転居してきた人たちが、ほかの地域住民たちと同じ流れで加入している。「自治会への加入や担当など、もし避難してきた人たちに対してだけ違う方法をとっていたら、地域に馴染めなかったんじゃないかなと思うんです。自治会や地区の人たちも、避難してきた人たちを特別視するわけではなく、今日から同じ地区の住民だね」と自然に迎えて。地域住民みんなが同じ思いだったことがよかったですかもしれない」と青木さんは振り返る。

しかし当然、すべての地区がそういった形になっていくわけではない。もともと、自治会組織のない借り上げ賃貸住宅もあり、今後災害公営住宅が建設された際にもそういった場所が出てくることも考えられる。

「自治会のない借り上げ賃貸住宅に対しては、自治会を立ち上げたほうがいいんじゃないかと、住民だけではなく、行政にも相談しています。今後、いろんな問題や課題が出てくると思うのですが、自分たちだけでなんとかしようとするのではなく、いろんな人たちの協力を得ながら、なにかその地区にとって一番いい方法なのかを考えていきたい」と、今野さんは語る。

### 普通の暮らしの

### 継続を支える

「当たり前前の空間をどうつくれるかが重要だと思う」と、稲川さん。大きな震災を経験し、つらい思いもたくさん味わってきた人たちに、なにかしたい」と思う気持ちは当然ある。けれども、特別な取り組みを行うことだけではなく、その人たちにとっての「普通の暮らし」の継続を実現することも、迎える側の地域にできる支え合いの活動になるのだと感じた。

言

高崎健康福祉大学健康福祉学部 教授

## 金井 敏 (かない・さとし) さん

地域福祉実践、社会福祉協議会活動、民生委員・児童委員活動など、地域福祉に関する実践や理論の研究を専門とする。

日本地域福祉研究所理事、ひろば編集委員、群馬地域福祉ヒューマンネットワーク会長等、多くの社会活動に携わっている。



### 専門家に聞く地域づくりのヒント!

## “新しい住民”を歓迎する 雰囲気と具体的な仕かけづくりを!

震災から2年以上が経過し、仮の生活をしている人々と元の生活が維持されている人々との間のコミュニケーションが非常に少ないことが懸念されています。今回は、新旧住民の新たな関係づくりの架け橋になる事例です。

●片平地区まちづくり会では、新たに建設される災害公営住宅に入居する住民に対して、在住の市民が必要な生活情報を丁寧に届ける「ガイドブック」を作成しました。決して押し売りではなく、温かく迎え入れる熱意にあふれています。全国どこでも必要とされる情報活動ではないかと気づかされました。

●ふるさとお茶っこ交流会は、同じ郷里の安心した人間関係と同じ経験をした感情の交流により、地域は異なっても共感できる関係性があることがわかります。わだかまりや閉塞感から抜け出せる機会の創出に役立っています。

●宮城県涌谷町における民生委員・児童委員協議会と町社協の取り組みは、新たな入居者を特別視しないで接することをたいせつにしています。“普通の暮らし”を気遣

うことが、ストレスを軽減し、生活力を取り戻す前向きな気持ちへの支えとなります。

わが国は高度経済成長期以降、人口の流出が多くなり、新旧住民の交流が減少してきました。新しく地域に入ってきた人たちへの支援は、お節介として疎まれてきた感すらあります。新住民は挨拶をしない、旧住民は挨拶を待っているという状況が、顔の見えにくい近所づきあいを助長してきました。さらに、この大震災はお互いの遠慮と戸惑いを生み出し、新たな人間関係を築きにくくしています。

今回の事例は、震災を契機にして、新旧住民の交流を促進する新しいコミュニティづくりへの挑戦です。日本が長年にわたり培ってきた顔の見える地域づくりが、人間関係が寸断された現場から今始まっていることを心強く思います。生活のしづらさを正しく理解した者にしかできないさりげない支え合いは、福祉教育の側面からもたいせつな視点です。町内会・自治会、地区社協、地域内の団体・機関、そして専門職がこの事例から多くのヒントを得て、実践をすすめることを期待します。

無料  
発行：2013年7月20日  
発行：全国コミュニティライフサポートセンター（CLC）  
〒981-0932 宮城県仙台市青葉区木町16番30号 シンエイ木町ビル1F  
TEL: 022-727-8730 FAX: 022-727-8737 joho@clc-japan.com

## 全国に避難した約29万8千人の暮らしを支える

2011年3月11日に発災した東日本大震災から2年が経過し、被災した地域では少しずつ復興に向けた取り組みが進んでいます。その一方、全国47都道府県、約1,200の市区町村で、いまなお29万8,033人が避難生活を送っており、そのうち、自県外に避難している人の数は、福島県から5万3,960人、宮城県から7,644人、岩手県から1,555人です（2013年6月6日現在、復興庁発表）。

宮城県が2013年2月に実施した県外避難者へのアンケート調査結果によれば、回答した世帯の6割の自宅が津波による流出などで入居不能になっており、34%が東北で、33%が関東で避難生活を送りながら、

郷里の復興情報の提供と避難生活上の不安解消を求めています。避難先で支え合う取り組みを紙面で紹介するとともに、避難者と支援者が交流して手をつなぐための媒体として、この情報紙をご活用ください。

### 都道府県別の避難者等の数

(2013年6月6日現在、復興庁、単位：人)

北海道	2,839	関東	32,154
東北		東海・北陸	2,792
青森県	919	近畿	3,995
岩手県	38,780	中国	2,021
宮城県	101,328	四国	493
秋田県	1,179	九州・沖縄	3,312
山形県	9,083		
福島県	93,915		
新潟県	5,223	合計	298,033

## 山形へ避難している宮城県人の会を設立 山形ボランティア隊（山形県山形市）



無料バス「うるかむ号」

2011年4月に発足した「山形ボランティア隊」は、山形県内で暮らす福島県の避難者を対象に移動支援バスを企画し、翌年1月からJR山形駅と福島駅を結ぶ無料バス「うるかむ号」を運行してきた。その活動のなかで、山形県内にいる避難者の5%程度（500人弱）である宮城県人の横のつながりが少ないことに気づいた代表の本田光太郎さんは、避難者がつながり、悩みや情報を共有する機会をつくるため、今年4月1日に宮城県人会を設立。宮城から山形へ避難する人に、県人会への登録を呼びかけている。

具体的には、山形ボランティア隊が県人会登録世帯の避難先を訪ねて、悩みや不安を聞き、解決に向けた手助けを行っており、宮城県の「みやぎ地域復興支援助成金」を活用して運営している。訪問すると、年齢層の高い世帯が多く、近隣に同じ境遇の人がいないため孤独感を抱き、「見放された」と思っている人が多いという。現在も週1回宮城県を訪ねて在宅被災者の支援に携わる本田さんは、県人会会員の故郷を訪ねて写真に撮り、それを会員に見せて故郷の復興状況を伝える役目も果たしたいと考えている。

避難者向けの情報紙の発行や交流会も企画しており、第1回目の集いは7月13日（土）に山形市内で開催された。今後は会員を増やして、山形での避難生活を支えると同時に、避難者自身の避難・帰還・転居という選択に向けて情報提供を行う予定だ。



代表の本田光太郎さん

DATA

山形ボランティア隊  
090-3756-9755  
(本田さん)



山形県  
山形市



岩手県  
一関市

# 出会った仲間は一生の仲間

◎手芸サークル「なでしこ」(岩手県一関市)

女性たちが結成したサークル

地元の人も一緒に

「今ではメンバーみんなが家族のようなの」。ふっと目を細め、微笑みながらそう話すのは、東日本大震災により、岩手県大船渡市から岩手県一関市へ避難してきた阿部登久江さん。2012年11月、阿部さんは同じように震災によって一関市に避難した女性たちと、手芸サークル「なでしこ」を立ち上げた。メンバーは50〜70歳代の女性31人。月に1、2回集まり、小物づくりをしながらの交流を楽しんでいる。



「次はなにをつくらうか…」相談中

結成のきっかけは一関市社会福祉協議会が開催している、ふるさとお茶っこ交流会での出会いだ。「交流会で仲良くなっただけに、もっと会いたいね」「女性だけでわいわい話すのもいいんじゃない?」「手芸もやってみたいよね」って話が盛り上がったんです。社協さんにも相談した」と阿部さん。当時はまだ市内に知り合いも少なく、心細く感じることもあった。少しでも多くみんなが集まり、打ち込めるものがほしい、そんな気持ちもあったという。「私もね、手芸が得意だったってわけじゃないの。ただ、とにかくみんなでなにかしたかったんだよね」阿部さんはそうつぶやく。

毎回、集まる場所は、その月の活動内容に合わせて、一関市社協と相談して決めている。2012年11月28日に一関市総合福祉センターで行われた第1回目の活動は、生の葉を使ったクリスマスリースづくり。そのときには、一関市内のフラワーショップポプリ大町店の千葉生都子さん(国家検定1級フラワー装飾技能士)が材料を持参し、講師として参加した。「地域の人が協力してくれて、すごくありがたいと思った。地域の人たちとも仲良くなりたかった」と、阿部さん。地域住民のそういった心配りに心があたたかくなった人は多かっただろう。つくり終わったあとはみんなで見せ合い。「やっぱりそれぞれの個性が出たんだよね」「同じ材料でもでき栄えが違ったもんね」そう、リースづくりの思い出を話してくれた。

## つながっていられる

気仙沼市出身の大内圭子さんは、「なにをするかっていうのも楽しみの一つなんだけど、一番はこうしてみんなが集まって、言いたいこと言い合って、ゲラゲラ笑って…っていう、この時間なんですよね」と、笑みを浮かべる。もともとは知らない人。けれども今は、かけがえのない友だちだ。会を重ねるにつれ、手芸以外の活動もするように。料理教室や日帰りの温泉旅行も計画中なのだという。「次はなにをしようか」。夢はふくらむ。



なでしこのメンバーでつくったティッシュケース

メンバーのみなさんの笑顔はなでしこの花のように素敵でした



# 感謝の思いを手仕事に込めて

◎ちくちく工房（岩手県一関市藤沢町）

## 世界に一つの小物たち

岩手県一関市藤沢町にたたず

む、とある一軒家。開放された玄関を入ってすぐの居間には、3台のミシンが並んでいる。鮮やかな手つきでミシンを動かすのは昆野桂子さん、阿部八代子さん、阿部里子さんの3人。部屋のなかには3人がつくったカバンやティッシュケース、小物入れなどがところせましと飾られている。色も形もさまざま。つつい手に取って、じっくりと見たくなるものばかり。「どれも世界に一つのよ」。



左から）阿部八代子さん、昆野桂子さん、阿部里子さん



岩手県一関市

まるでわが子を見るようなまなざしで、女性たちは作品を紹介してくれた。

## 手仕事は元気の源

3人は町内にある雇用促進住宅藤沢宿舎に暮らしている。震災を受け、昆野さんは宮城県気仙沼市から、阿部さんたちは宮城県南三陸町から避難してきた。手仕事に携わるきっかけをつくったのは、ボランティア組織「ふんばろう東日本プロジェクト」が実施した「ミシンでお仕事プロジェクト」だ。ミシンやアイロン等の無償提供を受け、使い方の講習にも参加。団体とおし、仕事として商品の注文も受けている。「生地は支援でいただくのがほとんど。生地を見てまず感動。なにをつくらうか考えるたびに夢がふくらんで、できあがると感動が倍になるんです」と昆野さん。「元気の秘訣はミシン」と微笑む。

## ありがとうの気持ちを込めて

ちくちく工房と名づけ、2012年2月より活動を開始。活動場所として、町内の空き家を借りることができた。「藤沢町の人はみんな心があたたかい。ここに来てよかったと思います」と里子さん。作品はプロジェクトから委託されるものほかに、ちくちく工房内で販売。近隣の住民たちが、「今日はなにがあるかな？」と足を運ぶ。訪れた人たちから、こういったものがほしいというリクエストを受けることもあるようだ。「住所や電話番号を載せるということはしてないんです。ホームページもない。一度にたくさんつくると、流れ作業になりそうでしょう。震災後支えてくれた、たくさんの人たちへのありがとうの気持ちを含めながら、楽しんでやっていきたいから」と、八代子さんは話す。集まる時間や帰る時間も特に決めていない。気負うことなく自分たちのペースでつくるからこそ、世界に一つしかない、思いの込もった作品が生まれるのだ。

「ここに来て、ミシンの前に座



ミシンの前が一番落ち着く

読者プレゼント

## 今月の読者プレゼント!

抽選で一人に、ちくちく工房のバッグをプレゼント。お名前・ご住所・TELを明記のうえ、本紙への感想・ご意見をお書き添えいただき、下記の宛て先まで、ハガキ、FAX、メールのいずれかでお申し込みください。締め切りは8月20日です（当選発表は発送をもってかえさせていただきます）

### 申込先

全国コミュニティライフサポートセンター（CLC）  
〒981-0932 仙台市青葉区本町16-30 1F  
FAX 022-727-8737 / メール johoc@clc-japan.com

るとほっとする」3人はそう話す。そう思っているのは3人だけではない。ちくちく工房には、新たな作品を見ることやメンバーのおしゃべりを楽しみに訪れる地域の常連さんもいる。ちくちく工房は単なる仕事場ではない、メンバーも住民もほっと一息つける、安らぎの家になっているのだ。

ダダダダダ……とミシンの音が聞こえる一軒家。そのミシンの音をかき消すように、女性たちの朗らかな笑い声が響き渡っていた。

# 広域避難者の暮らしと課題

昨年度、独立行政法人福祉医療機構の助成事業としてCLCが全国10か所で開催した「東日本大震災における広域避難者・支援者交流会」では、地域ごとに異なる暮らし方や課題が見えました。今回は、被災地を含む東日本の会場で特徴的だった発言をピックアップして紹介します。

## 北海道会場（2012年12月21日）

- ・北海道への避難者の内訳は、福島県から約7割。さらに全体の7割が母子で避難をしてきた自主避難者。相談内容は、住宅、就労、健康の問題に大きく分かれる。
- ・避難者を雇用する企業の事例を増やしていきたい。
- ・交流会などで避難者同士が出会い懇親を深めるだけでなく、チャリティイベントなどのなかで、東北の郷土料理を避難者が調理して提供するなど、主体的に関われる場面をつくる。
- ・避難者や移住者、行政、市民、支援団体が垣根を越えてともに考える場を設けている。
- ・精神疾患を患う30〜40歳代の男性避難者が急増しており、避難者の孤立化が問題。
- ・広域避難者が避難先に定住するという選択肢を奪わないでほしい。

## 一関会場（2013年1月21日）

- ・県外避難者支援としてではなく、受け入れた自治体の地域づくりとして考える必要がある。
- ・県外避難者は孤立感、見放された感がある。被災元の自治体や支援団体との協働、過度な個人情報保護の壁を破る対応が必要不可欠。
- ・福島県から放射能の心配の少ない場所へ一時保養に来ている親たちは、福島県にいるときには話せない放射能への不安を話せてうれしいと言う。
- ・宮城県気仙沼市からは約1,400人が、隣の岩手県一関市へ転居しており、仮設住宅を退去し一般の住宅へ転居した方への追跡支援が難しい。
- ・被災3県においては、自らも被災した支援者が被災者を支援するという難しさを感じる。
- ・被災地では仕事がないために、子育て世代を中心にまちから流出してしまっている。被災地からみ

ると、復興に向けてがんばっても、まちを継ぐ世代がないという問題が発生している。

## 山形会場（2013年1月31日）

- ・山形県内の借り上げ賃貸住宅（みなし仮設）を訪問しても不在が多いという話を聞く。けれど、たとえば仕事の関係で平日は福島で暮らしているが、土日は放射能の不安の少ない山形で子どもとゆつくり過ごすためにみなし仮設を借りている、それが心の支えにつながっている世帯もいることを理解いただきたい。

## 福島会場（2013年2月12日）

- ・福島県内外で避難生活を送る人に加え、避難先から福島県へ戻ってきた人への支援が必要。
- ・避難先から福島県へ戻る理由は、意思だけでなく、経済的・社会的な理由があり、そのような人たちが自由に話せる場が求められる。
- ・地域で避難者を受け入れる体制を整えるにしても、避難者に地域活動へ参加することを強制するものにならないように、避難者と支援者の考えをすり合わせることをたいせつ。

## 新潟会場（2013年2月18日）

- ・新潟県内の避難者6,000人のうち、国からの指示によって避難した強制避難者と自主避難者の割合は1…1。東京電力管轄の柏崎原発があるため、柏崎市にはその関係者を中心に1,500人ほどが避難している。
- ・強制避難と自主避難では、東電の賠償や福島県の支援策に格差がある。

この先は避難者の自立を目指し、就学・就労、定住もしくは帰還の支援が必要。

### COMMENT

広域被災者支援における情報共有の必要性  
仙台北百合女子大学 教授 大坂 純さん



広域に避難した被災者の存在は認識されてきましたが、広域被災者の避難生活について情報の共有は十分ではありません。結果として、避難者の間に格差が拡大するなどの課題が生じています。広域被災者の生活再建ための支援方法を確立するために、基本となる情報の共有がなにより重要と考えます。

DATA

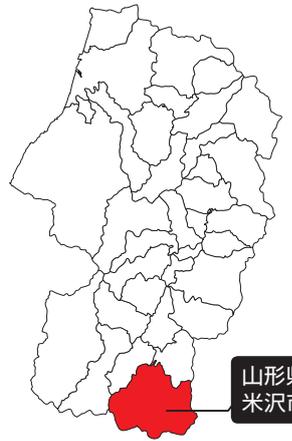
スマイリーおやつ工場  
 〒 992-0039 山形県米沢市門東町 3-3-7  
 おいたまサロン 2F ふわっと内  
 TEL 070-5457-7498  
 (10:00 ~ 16:00 / 土日祝除く)  
 URL <http://www.smiley-factory.jp>

9回目

市民リレー

# 東北の元気

東北の力をつくりだす人・団体を紹介します。



山形県  
米沢市

今回は...

## スマイリーおやつ工場

◎山形県米沢市



ほうれん草&ごぼうケーキ。  
にっこり笑顔のチョコバナナ風味



野菜フルーツ大豆ドーナツ。かわいいドーナツ3兄弟



右から代表松本和彦さん、パティシエ工場長  
関向あつ子さん、店長茂木由美子さん

2013年5月5日、山形県米沢市に、「スマイリーおやつ工場」がオープンした。原発事故により、福島市から幼い子どもを連れ避難してきた父親や母親が中心となり、子どもたちのことを考えて、無添加・放射能汚染の心配のない安全な食材を用いてつくってお菓子の企画と販売を行っている。お菓子は、市内のオーガニックレストラン2店舗で販売され、市内2か所の保育園と幼稚園でおやつに採用されているほか、福島県、東京都、宮城県など、山形県外からも注文を受け、全国へ届けられている。

販売されているお菓子は、2012年12月頃から試作をはじめ、さまざまな人たちの協力を得ながら完成へと至った。米沢市にある、福島県からの避難者のためのコミュニティスペースで試作品のお菓子の試食会を開き、母親や子どもたちから感想をもらった。また、市内の幼稚園の教諭と子どもたちにも試食に協力してもらい、多くの感想をもと

に100回以上の試作を重ねた。その苦労が実を結び、園のおやつとして採用され、購入してもらえることにもなった。そのような完成したお菓子は、砂糖を控えているが、野菜や果物などの素材の甘みを活かしてつくられていることで、子どもにも食べやすいとなっている。市内の保育園の栄養士からは、食育まで考えられていると絶賛された。そして、市内にある老舗の製菓店が、無添加で手づくりである手間もいとわず、そのお菓子のレシピをもとに製造を請け負ってくれた。食の安全に対して共感を得られたからだ。

代表の松本和彦さんは、将来スマイリーおやつ工場の売り上げの一部を、被災地の子どもへの支援や海外で飢餓に苦しむ子どもへの支援へつなげるという目標を掲げている。「子どもたちの心とカラダをニコニコ笑顔にするのが私たちのミッションです」。

その力強い思いが、たくさん子どもたちを笑顔にするに違いない。

塩



# 仮設住宅も集団移転も 「住民が主役！」の復興計画

宮城県岩沼市



いち早く移転地を造成

宮城県の中央沿岸部に位置する岩沼市は、仙台空港の所在地であり、商工業都市として発展してきた。東日本大震災では、沿岸市町村で最大の規模となる市域の約48%が津波で浸水。津波被害を受けた東部6地区（相野釜、藤曾根、二野倉、長谷釜、蒲崎、新浜）は、元のコミュニティを保ちながら仮設住宅に移り、集団移転先にも元の地区ごとに入居すべく、住民主体で検討が進んでいる。宮城県内でいち早く移転先の開発許可を受けた岩沼市では、早ければ今年12月から宅地造成が順次完了する予定だ。

## 住民主体で集団移転

岩沼市では、震災復興計画を策定するにあたり、専門的意見や提言をもら

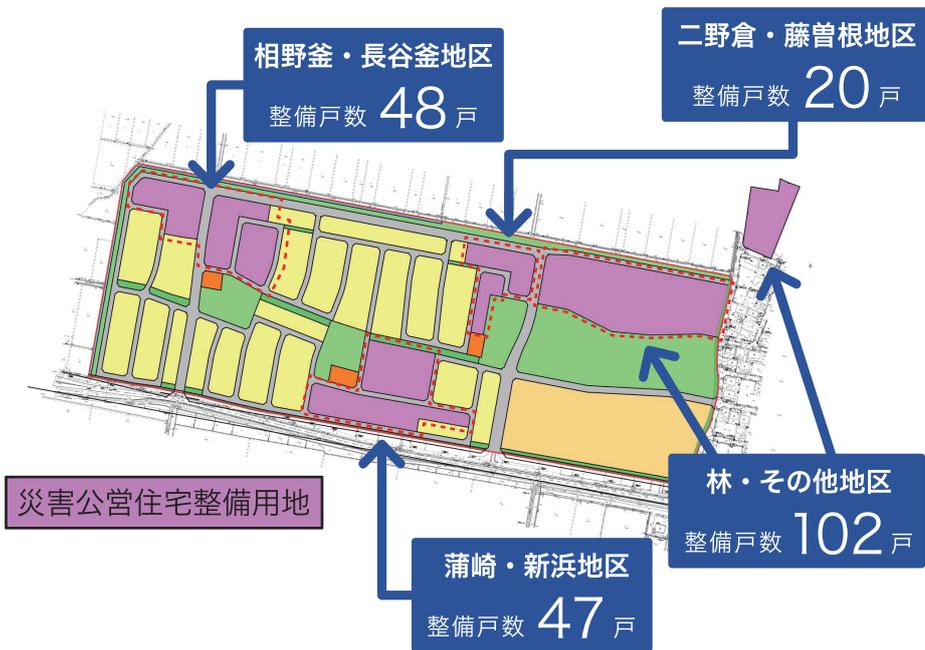
う「市震災復興会議」を2011年5月に設置。同年8月の第4回会議では、がれきの再利用で沿岸部に津波よけの丘陵を整備する「千年希望の丘」構想など、7項目を基本方針とするグランドデザインを被災地で最も早く決定した。

また、津波被害を受けた東部6地区と集団移転に関する意見交換や個別面談調査を重ね、全471戸のうち328戸が新たに造成する玉浦西、三軒茶屋西の2地区（計約20ha）に移転する計画をまとめた。そのうち、223戸は災害公営住宅だ。集合住宅は長屋型の平屋建てにする計画で、高齢者が多いため、誰もが快適に過ごせるユニバーサルデザインを採用する。

2012年6月には、移転地で生活する人やその周辺に住む人の思いを反映するために、「玉浦西地

区まちづくり検討委員会」を設置。東部6地区から各3人、有識者2人の計23人で構成され、まちづくりのヒントや助言をいただくアドバイザー3人を加えて、2週間に1回のペースでまちづくりの方針や主要な施設の配置などの検討を重ねている。近所づきあいを保つために元の地区ごとに移ることとし、区画割りも昨秋に地区ごとに決めた。隣家との垣柵はどうするかという景観のルールづくりから、3か所に設置する集会所の運営方法まで、すべて住民が中心となり合意形成を図っている。この6地区の代表者は、避難所の運営や仮設住宅への入居・運営だけでなく、集団移転においても中心的な役割を果たし、岩沼市のスピードリーな復興計画を後押ししているといえる。

## 災害公営住宅整備計画図



## 生活に寄り添う支援

岩沼市には、2013年5月末現在、里の杜仮設

住宅に353世帯が暮らししており、「里の杜サポーターセンター」が5人体制で、見守り活動を中心



上)岩沼市で被災者の生活支援を行う皆さん。お話を伺った佐藤吉毅さん(後列左)、佐藤俊輔さん(後列右)、杉山さとみさん(前列左)、平みどりさん(前列右から2人目)  
下)被災者に配付している各種広報紙(右から発行元は市、サポートセンター、復興支援センター)

## 仮設住宅 入居者

## みなし仮設 入居者等

里の杜サポートセンター  
(青年海外協力協会)  
生活支援員等 5人

【プレハブ仮設支援】  
見守り活動(訪問)  
地域との連絡調整  
生活相談サポート

復興支援センタースマイル  
(岩沼市社会福祉協議会)  
生活支援相談員等 6人

【みなし仮設等支援】  
見守り活動(訪問)・交流の場の提供・支援情報の提供

【地域活動支援】  
コミュニティづくり支援

都市計画課

仮設住宅の  
施設管理

介護福祉課  
地域包括支援センター

高齢者の生活  
支援・介護予防

健康増進課

健康相談  
訪問指導

社会福祉課

心のケア  
民生委員

子ども福祉課

子どもの心のケア  
子育て支援

復興整備課  
復興推進課

集団移転  
住宅再建

被災者生活支援室

被災者生活支援窓口(各種支援制度受付)、仮設住宅運営(維持管理等)、被災者支援調整

岩沼市役所

### 岩沼市支援体制図

地域住民との連絡調整などにあたる(青年海外協力隊のOB・OG組織である「公益社団法人青年海外協力協会(JOCA)」が受託運営)。最近は自力再建した世帯の退去が多くなり、「取り残されたような雰囲気」が仮設住宅内にある。これまでの疲れが出てきて、住民からは『本当にたいへんなのはこれからだ』『移転先の造成が予定より遅れていて、結局もう2年は仮設住宅暮らしになるのでは』という不安の声が聞こえる」と生活支援員の杉山さとみさんは話す。しかしながら、東部6地区を中心に月1回の住民連絡会が開かれ、代表者の多くが「皆さんが退去するまで仮設住宅に残るから」と話すなど、地域のまとまりがあることが心強いという。

一方、借上げ賃貸住宅(みなし仮設)に暮らす544世帯を対象に、見守り活動や交流の場の提供などを6人体制で行っているのが、岩沼市社会福祉協議会が運営する「復興支援センタースマイル」だ。仮設住宅内の3か所で週1回のサロンを開いているほか、昨年度はみなし仮設入居者対象の全体交流会を5回、4学区ごとのサロンを6回開催。生活が落ち着くにつれて参加者数は減っているが、参加した人がその後生け花を教えるボランティアの立場でサロン活動に加わるなど、うれしい変化が見えている。

また、昨年度実施した生活調査からは、「調理がたいへん」「インスタント、冷凍食品が多い」「野菜の摂取が少ない」などの声が寄せられ、市健康増進課による「料理と体操を楽しむ健康料理教室」「ココからごはん」の開催へとつながった。

スマイルでは、今年度はみなし仮設の全戸訪問など、見守り・相談支援活動に力を入れており、「訪問や交流会での要望も被災者に寄り添った支援を進めたい」と復興支援コーディネーターの平みどりさんは話す。

現在月2回、市都市計画課や健康増進課の保健師なども加わり、情報交換を行っている。「今後は、移転後の生活スタイルをどう支援していくのかを考えるとともに、みなし仮設を含む仮設住宅の人たちのニーズや移転先への思いを調査しケアをしてきたい」と同室長の佐藤吉毅さんは語る。

すべての事業で住民が主役であることを貫く姿勢と、市長のリーダーシップのもと市の各部門の職員が協働して着実に計画をすすめる印象を受けた。それが復興計画で被災地をリードする岩沼市の強みと言える。

住民が主役のまちづくり

# 事例をとおして考えよう！

宮城県内の被災市町では、被災者の生活を支援するために、各種支援員を配置して、戸別訪問や相談事業、サロンづくりなどを行っています。支援員の多くは、震災で家や職を失った被災者であり、介護や福祉の知識・経験のない人もいることから、宮城県が設置した「宮城県サポートセンター 支援事務所」が関係機関と共同して、これら支援員対象の研修会を開催しています。期待される役割や個別支援と地域福祉活動の理解を深めることに重点を置いた研修では、基礎知識を学びつつ、グループワークを多用して、毎回さまざまな事例について白熱した話し合いが行われています。

今回は、日常の支援活動における連携の必要性を表した事例を紹介しています。事例をとおし、あなたならどうするか、一緒に考えてみましょう。

## 【今月の事例】みんなで支え合うには？

ある仮設住宅でのことです。支援員の春子さんのもとへ住民の夏美さんが血相を変えて走ってきました。「そこのおばあさんが、ゴミの日でもないのに、何回もゴミ袋を私の家の前に置いていくのよ。なんとかして！」

夏美さんのあまりの勢いに驚いて、春子さんはすぐに上司の秋男さんに連絡しましたが、「ゴミの日を間違えることぐらい年がいつたらある」と言われただけ②。

翌日も春子さんは夏美さんに聞かれます。「どうなった？ ちゃんとしてくれるの？」

春子さんは小さな声で「おばあさんに注意したんですが…。すると夏美さんからは、「だめよ！ それぐらいでは！」と言われてしまいました。春子さんは再度、上司の秋男さんに報告しますが、「一応、今度の会議に報告しておくけど…」と言われただけでした。春子さんは翌日から仮設で夏美さんに出会わないようにと願いました。

一方、上司の秋男さんは、市全体の仮設住宅支援の報告会に参加し、春子さんの報告をしようと考えていましたが、会議は行政からの報告事項が中心で時間がきてしまいました。会議でなにも言えなかった秋男さんには、春子さんの顔が浮かんでいました。

「どうしたらいいのだろう…。私にもわからない！」③。

実は、秋男さんも福祉の仕事をはじめて、とまどいや不安でいっぱいでした。

### 3 住民、ほかの専門職、行政と一緒に課題解決する仕組みづくり

「仕組みづくりなんて私の仕事じゃない」と思われるかもしれませんが、仕組みづくりの第一歩は、「お互いの顔がみえる関係づくり」です。仕組みがあっても、これがなければうまく連携できないものです。

困っている住民、そのことを気にかけている住民、保健師や介護職員や相談員、行政担当職員など、相談できる人を組織以外にもつくるのが、支援の仕組みづくりにつながっていきます。

また、電話だけで済ませず、会いに行き顔を合わせることから始まる仕組みづくりもあります。



### 2 迷ったら仲間・上司と一緒に考える

支援員の春子さんは上司の秋男さんに相談しますが、春子さんが安心して活動に向かえるだけの対応が得られませんでした。なぜでしょうか。

一つには、支援のカギ1であげた夏美さんの訴えの奥に隠された問題が上司に伝わらなかったということが考えられます。もう一つ、上司の秋男さんに、春子さんの不安や迷いを受け止める態度と言葉かけが弱かったのかもしれませんが、どんなベテランの支援員であっても、抱えきれない問題があります。悩んだら、短い時間でも不安や疑問、迷っていることを、チームの中で話し合うようにしましょう。困っていることだけでなく、うれしかったことやよい兆しを共有することも、一緒に支援するチームの力を高めます。

### 1 「なんとかして！」の裏にある住民の不安を受け止め、声を生かす

住民夏美さんの勢いに支援員春子さんは驚き、「なんとかしなければ」と思いました。しかし、ここで少し立ち止まってみましょう。

おばあさんは、どうしてゴミの日を守らないのでしょうか。

もしかしたら、物忘れが始まっているのかもしれませんが、「なんとかして」と訴える夏美さんこそ、おばあさんのことを気にかけて、異変をキャッチする隣人です。夏美さんが話してくれたことへの感謝の気持ちを伝え、具体的におばあさんのどのような言動が気になるのかを聞くことが、支援のカギです。



# 阪神・淡路大震災のとき、 私たちはこうした

明石市 望海在宅介護支援センター  
永坂美晴さん



阪神・淡路大震災時に仮設住宅の支援に奔走  
現在、宮城県サポートセンター支援事務所が主催する、支援員対象研修会の講師も務める

「私たち、これからどうしたらよいのですか？」  
これは阪神・淡路大震災の被災者の声ではありません。  
明石市の仮設住宅を支援していた私たち支援員、行政、専門機関のみんなの声でした。

こんなこともありました。あまりに要望の多い入居者の対応に疲れ果てた私は、仕事を辞めたいと上司に…。すると、「あなたたちだけの問題じゃない！」と上司は行政に伝えました。明石市では、震災2か月目に「仮設住宅ケアネットワークシステム」(下図)が立ち上がり、保健・医療・福祉関係者が毎週集まり、現場の声を検討する場をつくってくれました。なにかあればすぐに相談できる。そして、間髪入れず、医師や保健師や警察や行政が動く。

この仕組みで救われたのは、被災者だけでなく支援者も救われたのです。

社会福祉法人きらくえん あしや喜楽苑LSA リーダー  
城戸昌子さん



阪神・淡路大震災時は、尼崎市内のケア付き仮設住宅の援助員リーダーを務める。  
1998年から、芦屋市南芦屋浜にあるシルバーハウジングに勤務

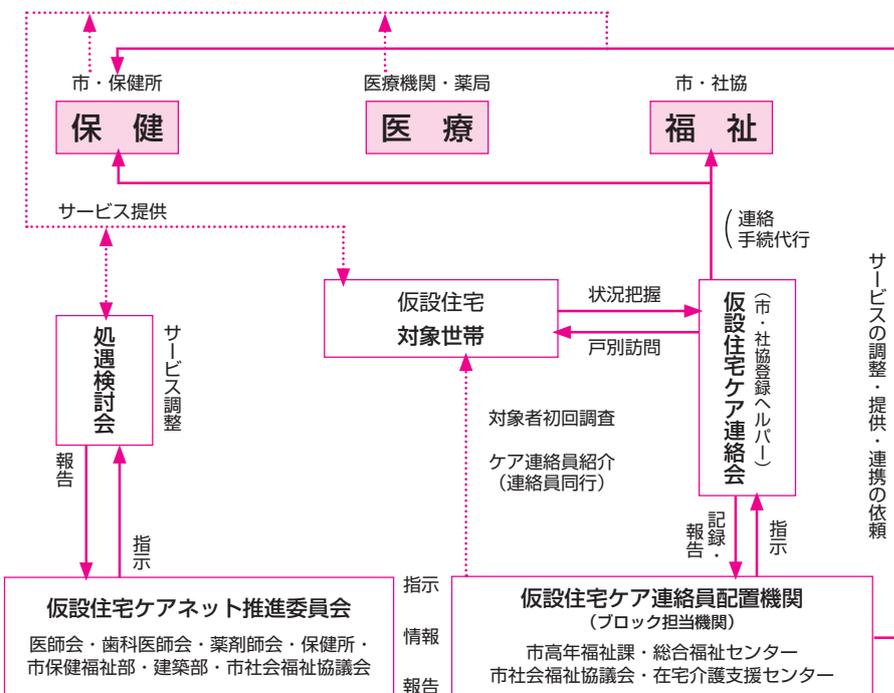
阪神・淡路大震災時の芦屋市の仮設住宅には、市・県の保健師、高齢福祉課担当者、こころのケアセンターが機別に訪問活動を行っていました。

その後、復興公営住宅の集会所に私たちLSA(生活援助員)が24時間常駐したため、各機関の専門職が立ち寄り、課題を抱える人や世帯の情報交換を始めたことがカンファレンスにつながりました。この会議は16年目に入った今も、月2回のペースで継続されています。横の連携は復興住宅へ移ってからでしたが、仮設住宅期から連携できれば、復興公営住宅に移行しても職員として大きな安心感となると思います。また、同じ職種の集まりをもち、経験を共有して互いに高めあう仕組みも必要です。

私も15年前は専門的なことはなにもわからずにこの仕事に入ってきました。15年前の自分に言いたい言葉は2つ。  
「人として、今の私で、素で、住民の方と向き合う」  
「住民に寄り添って」

## 兵庫県明石市が立ち上げた 仮設住宅ケアネットワークシステム

兵庫県明石市では、保健・医療・福祉関係者が中心となり、震災2か月後から「仮設住宅ケアネットワークシステム」(右図参照)を立ち上げました。市内を8つのブロックに分けて、「仮設住宅ケア連絡員配置機関」を設置。「仮設住宅ケアネットワーク推進委員会」を開催し、仮設住宅で起きたこと、被災者の問題、連絡員の日頃の悩みを聞く場が設けられました。



## 専門家が話す★支援のツボ

### チーム支援のコツ

荻田 藍子 さん

(兵庫県社会福祉協議会 地域福祉部 副部長)

支援を抱え込まないために大事なことは、一緒に動いてみることに。今回の事例でいうと、仲間や上司と夏美さんのところに話を聞きに行く、夏美さんと一緒におばあさんの様子を見に行くなど、一緒に動くことが連携を深めます。

支援員だけでなく、上司も、行政の担当者も悩みを抱えているかもしれません。よりよい支援をするには、みんなが一緒に考え、みんながかかわる支援の仕組みをつくること、これからますますたいせつになります。

# 防ごう! 生活不活発病



## 第3回「社会参加」で自然に身体と頭を働かす

大川 弥生 (おおかわ やよい)  
国立長寿医療研究センター部長 医師

「すること」とは、社会参加、すなわち、「社会」(家庭を含む)の中で役割を果たすことです。

Q:生活不活発病の予防や改善のポイントは?

【プロフィール】 宮城県生活不活発病予防アドバイザー。新潟県中越地震以来、各種災害で現地活動や実態把握を実施。東日本大震災でも発生直後から現在まで、行政への助言指導から住民への指導まで、幅広い支援活動を継続中。生活不活発病研究の第一人者。現在、厚労省社会保障審議会生活機能分類専門委員会委員長。中央防災会議専門委員等を歴任



新刊『動かない!と人は病む〜生活不活発病とは何か〜』(講談社現代新書) 定価:760円(税込)

たすこと、楽しむことなど、社会と関わるすべてです。仕事や家庭での役割、友達つきあい・地域活動、趣味・スポーツなどです。

Q:対策は特別の訓練や運動ではない?

生活不活発病の「生活」とは、朝起きてから夜寝るまでの「一日の暮らし方」です。

スポーツや散歩や体操でリフレッシュしながら体を動かすこと自体はよいことです。でもそれが限られた時間に、限られた部位・機能だけを使うことではいけません。それを含めた、一日の生活全体の活発さが大事なことです。

また日々の行事・イベントだけでは、毎日の「生活全体」は活発にならず、生活不活発病の予防・改善には不十分です。

Q:本人が動こうとしないのが問題では?

「とにかくなるべく動く

ように」と、ご本人の努力だけにまかせるものではありません。

例えば、第1回で紹介した調査で、生活が不活発になった原因の第3位は「外出しないこと」でしたが、その理由の一番は「外出の目的がない」でした。ですから、ただ「外出しなさい」というのではなく、外出先での「社会参加」の場所や機会をつくるのが大事なのです。

災害の後は社会参加の機会が減少します。また前号で述べたように遠慮しがちなにもなります。社会参加の機会を作り、それに参加することを遠慮しない環境をつくる工夫や支援が必要です。

Q:イベントも大事?

支援者中心でなく、住民自身で運営していくことが大事です。

災害前には、地域活動や趣味の会、老人クラブや婦人会が大事な社会参加でしたが、今は少なくなっています。

るようです。これらの復活や新スタートが望まれます。

Q:生活不活発病を知ることが自体が大事?

住民の方々自身に知っていただくことが基本です。高齢者自身だけでなく、周りの人たちが接し方、支援の仕方を考えていく上からも大事なことです。

本日は生活不活発病によって体力が低下したり、歩くことが難しくなったのに、「震災の後だから仕方ないよ」「年だから仕方ないよ」とおっしゃる方々が少なくありません。

一方で生活不活発病のことを知って「それなら良くなる!」とか「ならないように工夫しよう」という住民自身による取り組みも出てきました。

仮設住宅で共同で畑仕事を始めた人たちが「こうやって楽しんで畑仕事をすると、生活不活発病予防にもなるんだ」といわれるのを耳にするとうれしくなります。

宮城県サポートセンター支援事務所

〒980-0014 宮城県仙台市青葉区本町3-7-4 宮城県社会福祉会館3階  
TEL 022-217-1617 FAX 022-217-1601

## 高齢者虐待の対応とサポセンの役割

宮城県サポートセンター支援事務所 所長 鈴木守幸

今回は、高齢者虐待の対応についてお伝えします。被災地でも虐待は起きています。虐待を受けている高齢者の傾向として、①後期高齢者、②要介護者、③認知症であることが特徴です。高齢者の介護と密接に関連しているのです。

認知症のある人の言動に、家族が振り回されてしまうことは少なくありません。適切な介護や支援を施さないと、高齢者も家族も心身にストレスを感じやすい状況に追い込まれます。さらに、狭い仮設住宅での生活ともなれば、ことは深刻です。

では、虐待を予防する方策はないのでしょうか。虐待が起きる背景には、高齢者・家族とも「孤立」した状況にあるのが通例で、予防には日々の生活に寄り添う形での周囲の見守りが効果的です。それは、サポートセンターの職員や生活相談員など、支援員の活動そのものであり、日ごろの見守り活動により未然に防げることも多々あります。また、サポセンだけでなく、地域包括支援センターや市町村の担当者と連携を図り、ともに適切な対応を行

うこともたいせつです。

被災者支援従事者研修会でも、虐待対応についての質問が多く寄せられました。受講生の話から、とても丁寧なアセスメントを行っている印象を受けるとともに、関係機関との連携のあり方に躊躇し、うまく機能していない様子も感じました。

「気になる高齢者がいる」「認知症がすすんで、生活に支障が出てきているようだ」と思ったら、直ちに地域包括支援センターに相談を！これが、私から支援員へのお願いです。また、虐待かどうかの判断は、市町村の責任で行いますので、まずは気づきを地域包括支援センターや市町村に相談してください。

サポセンは、仮設住宅などでの被災者支援に留まらず、今後の集団移転・災害公営住宅などの地域移行においても、要援護者などの地域生活をサポートする役割を担うでしょう。サポセン職員がその経験を活かして、今後も地域支援の担い手になることを願っています。

ステップアップ研修Ⅰ 実際の事例を基にグループワークを行い、実践力を高めます。

【名取会場】7月23日(火)・24日(水) 仙台法務局名取出張所  
【石巻会場】8月8日(木)・9日(金) 明友館(石巻市)

スーパーバイザー研修 支援員育成のための共感的理解・教育などの方法を学びます。

【仙台会場】7月29日(月)・30日(火) (株)宮城県建設会館

## ひとりごと 支援目標の設定を考える①

浜上章からのメッセージ(ひとりごと)は、被災地にかかわるなかで日々思い、感じたことを思いつくまま表現し、書いたものです。サポーターの皆さんに少しでもお役に立つことがあればうれしいです。

あるサポートセンターで、「これまで安否確認と、何かあればつなぐ機能を重視してきた。訪問では、ほとんど問題が出てこない」「仮設入居当初は元気だった人が、いつの間にか歩行困難になってきた」「当初、「生きがいをもった暮らし」への支援を目標にしていたが、その視点で十分に見てこなかったのではないか?」「単に訪問して終わりではなく、その人ごとの支援計画が必要ではないか?」との反省の声が聞かれました。また、別のセンターからは、「課題の早期発見の方法をどうすればよいか?」とも。これらに共通するキーワードは、**訪問の支援目標をどこに設定するか?**ということではないでしょうか。

安心・安全を中心に支援目標が設定されていれば、元気で暮らすことができているか、何か異常はないか?などの視点での訪問や聞き取り、状況把握になります。しかし、「元気で、生き生きと楽しく暮らせるように」という支援目標であれば、安否の確認は大前提として、新たにその人の最近の暮らしぶりや関心ごと、特技、かつての趣味や人とのつながり、社会活動などにも思いを馳せ、話題

サポーターのあなたへ!

宮城県サポートセンター支援事務所  
アドバイザー 浜上章



につなげることがことができます。

人とのつながりや居場所があり、趣味や楽しみ、特に人や地域の役に立つことがあれば、夢と希望が生まれ、元気になります。支援の目標を「生きがいや役割づくりの支援」に広げ、本人の状況や希望に沿う支援と一緒に考えてはいかがでしょうか。

被災者が“元気になって、生き生きとしてきた”となれば、支援する側もうれしくなります。そして、いつの間にか生活不活発病が消えているかもしれません。

多くの支援対象者をもち、簡単にはいかないかと思いますが、常に意識をそこにもっていれば、いろいろなヒントや力がつなげてくると思います。

課題の早期発見も、「問題がない」としてきたことも、支援目標が変われば視点が変わり、問題意識も変わり、課題が見えてきます。支援する側の意欲も力合わせも変わってくるのではないのでしょうか。ぜひ、モデル的にでもいいので、チャレンジされることを願っています。



## 暮らしを支える支援員 2



# 沿岸部の市町社協と協働し 同郷サロンを開催

宮城県  
仙台市

仙台市社会福祉協議会・中核支えあいセンター（宮城県仙台市）

仙台市社会福祉協議会が運営する「中核支えあいセンター」では、仙台市内の借上げ民間賃貸住宅（みなし仮設）に暮らす世帯へ相談事業、サロン活動を行い、さらに3500世帯の高齢者、一人親世帯、成人独居世帯へ個別訪問を実施しています。特徴的な事業としては、沿岸部の市町社協と共催して仙台に在住する被災者の同郷サロンを開いています。

きっかけは、南三陸町社協関係者との情報交換でした。南三陸町社協の被災者生活支援センターのみなし班からの「仙台市内に避難した町民170世帯を戸別訪問しているが、不在世帯が多く会うことができない」という話と、中核支えあいセンターの個別訪問で希望が多かった「故郷の言葉で話す場がほしい、仙台市にきた南三陸の住民と交流したい」という声が重なり実現できました。

南三陸町社協被災者生活支援センターがサロンの企画運営を担い、仙台市社協中核支えあいセンターが会場確保や設営、被災者への周知を協力して、第1回の「再会サロン」を開催。47人の参加者が故郷の言葉で生きいきと近況報告し合ったり、友人と久しぶりに再会した場面が見られ、以降順調に回を重ねています。

当日は、南三陸町の様子を映像で写すなど、なかなか帰できない町民に町の復興情報をお知らせする機会となり好評を得ました。

その後、気仙沼市社協、山元町社協とも共催でサロンを開催。「同郷の人と話をしたいニーズが高いため、今後も共催でサロンを開いていきたい」と所長の庄子健一さんは話します。また、被災者が地域で安心して暮らせるように地区社協主催のサロン活動や地域の行事等の情報提供をするとともに、地域と共催で被災者を含めたサロン活動を積極的に支援しています。

先日は、市内で最初に完成した復興公営住宅に移り住んだ世帯が新たな地で住みよい暮らしにつながるように、入居者同士と地域の福祉委員との顔合わせを兼ねたサロンを開催しました。今後の復興期に向けて、被災者と地域に向け細やかな取り組みがさらに必要とされています。小

DATA

### 仙台市社会福祉協議会・ 中核支えあいセンター

宮城県仙台市青葉区五橋2-12-2 仙台市福祉プラザ4階  
TEL 022-217-7234 FAX 022-721-1266

## 購読者を募集しています！

「月刊 地域支え合い情報」を年間購読しませんか？  
お知り合いの方へのプレゼントにもご利用ください。

- 購読会員 年3,600円（年12回、送料込み）
- 支援会員 1口3,600円（年12回、送料込み）

ご指定いただいた先へ、それぞれ年12回お送りします。指定がない場合は、編集部が選定する被災都道府県・市町村の被災者の生活支援担当課、または社会福祉協議会のほか、全国に避難する被災者を支援する都道府県、市町村の被災者の生活支援課または社会福祉協議会に送付いたします。

購読ご希望の方は下記口座へお振り込みください。編集部にて確認次第、情報紙を発送いたします。

＜お振込先＞ ●ゆうちょ銀行振替口座  
口座番号：02260-9-46303  
加入者名：全国コミュニティライフサポートセンター

※通信欄に、「地域支え合い情報紙 購読費」と記入したうえで、  
①お届け先の住所と②何号からの購読申込みか、支援会員の方は③希望する送付先のあて名、または④「指定なし」と記入してください。

## ☆次号予告 特集「地域でつくる子どもの遊び場」

### 読者の声

月刊「地域支え合い情報」は、コミュニティ（地域づくり）から震災・復興を考え、提案していくために生まれた情報紙です。ぜひ忌憚のないご意見・ご感想をFAXまたはメールにて編集部までお聞かせください。

10号を読んで…  
・今回から購読会員になりました。いろんな取り組みが掲載されていて、とても興味深いです。今後もよろしくお願いします。（仙台市・Oさん）  
・活動の様子が目に浮かび、あたたかい気持ちになりました。（気仙沼市・Aさん）

あなたの活動・地域の活動情報をお寄せください！  
TEL 022-727-8730 FAX 022-727-8737  
E-mail joho@clc-japan.com

### 編集後記

スマイリーおやつ工場でいただいたお菓子5個セット。毎日1個食べると、ちょうど平日5日分のおやつになるということらしいのですが…、あまりのおいしさに1日で全部食べてしまいました。これではダイエットできないなと。そのくらいおいしいお菓子なので、ぜひ食べてみてください！（菅原）