

# 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。



宮城県女川町の「こころからだとくらしの相談センター」が町内各地で行っているラジオ体操

## 特集 地域で生かそう 「私」の目線

- 年齢や障害に関係なく、誰もが住みよい共生のまちへ ③  
石巻市中央3丁目地区（宮城県）／高橋博美さん
- 主婦の目線で交流と支え合いの仕組みづくり ⑤  
仙台市青葉区霊屋下地区（宮城県）／菅野恵美子さん
- 顔をつなぎ、隣近所を大切にするまちへ ⑦  
仙台市若林区荒井東地区（宮城県）／大橋公雄さん、今野正志さん

### 東北の元気⑨

特定非営利活動法人仙台傾聴の会（宮城県仙台市宮城野区）

### 心のケアセンター特集 ⑩

みやぎ心のケアセンター（宮城県）  
ふくしま心のケアセンター（福島県）

### ともに「生きがいしごと」の実現を目指して⑭⑮

生きがいしごとサポートセンター神戸東センター長 狩野 仁未さん

### 宮城県サポートセンター支援事務所からのお知らせ ⑬

### 暮らしを支える支援員⑪⑫

こころとからだとくらしの相談センター（宮城県女川町）

### ☆専門家に聞く地域づくりのヒント

（大阪府立大学人間社会学部 准教授 小野達也さん）



特集

# 地域で生かそう「私」の目線

一人ひとりが考え、みんなで取り組むまちづくり

私たちは誰でも、一人の「個人」であると同時に、社会を形づくる「地域住民」でもあります。

たとえひとり暮らしをしていようと、天涯孤独であろうと、私たちは何がしかの「地域」の枠組みのなかで生きています。そうならざるを得ないし、また、そうあるべきなのです。

個人と地域の関係は、千差万別です。

私と町内会、私と行政区、私と公民館、私と子ども会、私と老人クラブ、私とお祭り：

さまざまな「地域」で「私」が果たす役割も、またそれぞれ。

「私」にできることと、「あなた」にできることは、違います。

また、「地域」として行うことと、「個人」が行うことも、やはり違います。

被災地で、災害公営住宅で、あるいは災害公営住宅が建設されるまちで、「私」の目線を生かして「地域」づくりに取り組む人や団体の姿を見ていきます。







お茶屋を営んでいた「みっちゃんち」の美味しいお茶で、心をほぐす

## 年齢や障害に関係なく、誰もが住みよい共生のまちへ

◎石巻市中央3丁目地区(宮城県) / 高橋 博美さん

### ポイント

- 地域の実況と「私」の夢を融合させ、身近にできることから取り組む。
- 「私」が一人で始めた活動が、少しずつ理解者や仲間を増やして、まちづくりへとつながる。

誰もが集えるサロン

石巻駅から徒歩10分。かつてメイン通りだった中央3丁目商店街の一角で、ご主人とお茶屋を営んでいた高橋博美さん。リフォームして自宅のみとなったその場所で、2014年9月から、誰もが集えるサロン「みっちゃんち」を月2回開く。玄関先に置かれた似顔絵入りの看板がオープン目の印。参加は無料。自分の好きな時間に訪ねて、高橋さんの淹れたおいしいお茶をいただきながら、おしゃべりを楽しめる。ときには愚痴や相談ごとも。民生・児童委員でもある高橋さんに、安心して心の内を話せる場だ。震災時は、津波の被害を受け、中央3丁目町内会長だったご主人とともに倉庫の2階で暮らしながら、在宅被災者の安否確認や支援物資の提供などに奔走。土蔵づくりの店舗は地震で崩壊し、また、ご主人が病気で翌年亡くなったことから、お茶屋は畳むことになった。

が、誰もが自由に集える場をつくりたいという思いが、高橋さんの心につつと湧いてきた。生前からコミュニケーションづくりをたいせつにし、町内の人たちが自由に集い、お茶っこ飲みをする場として、「情報交換会」を主宰していたご主人の思いを、引き継ぎたいという思いもあった。

みんなの思いを

引き受ける場に

町内会は、75歳以上の高齢者がほとんどで、60歳以下の人数は片手ほど。限界集落ならぬ、「限界町内会」だと高橋さんは話す。また、商店街の店主



「みっちゃんち」の看板ネコ



## 石巻市中央3丁目地区

# 高橋 博美さん

「みんなの思いを引き受ける場になりたい」



は元気なのに、それを影で支える女性たちの沈んだ様子も気になった。震災から3年が過ぎ、無我夢中で生活再建に突き進んできたが、気持ちの疲弊感は否めない。安心して息抜きのできる場が求められているのではない。重度の障害のある娘をもつ身として、「石巻重症心身障害児(者)を守る会」で弱い立場の人を守るために長年活動してきた経験が、高橋さんをサロン開設へとあと押しした。

毎月第2第4週の火曜日がサロンの日。地元から「みっちゃん」と慕われたご主人の愛称が、そのままサロンの名称となった。町内の人だけでなく、石巻市社会福祉協議会の地域福祉コーディネーターや民生・児童委員仲間も顔を出す。家族の介護から、まちの復興まで、話題は多様だ。何気ないおしゃべりのなかから、生活上の悩みや地域の課題を拾い上げる場でもある。「みんなの思いを引き受ける場になり

たい」と高橋さんは話す。

**共生型の事業所を目指して**

サロンのチラシは、商店街のお店に置いてもらうなど、広く周知をしている。現在、サロンの常連は5人。思うように増えないことに焦った時期もあったが、先輩の実践者に「始めたばかりで5人もいれば十分」と助言され、力んでいた肩の力が抜けた。障害のある子どもとその親が遊びに来ることもあり、少しずつ口コミで足を運ぶ人が増えている。

サロンを初めてから、

高橋さんは長年の夢を具体化したいと考えるようになった。高齢者にもちろんのこと、重度の障害児者が日中通い、必要に応じて泊まることもできる場所を地域のなかにつくりたい。「みっちゃんち」を、誰もが集える共生型の事業所に発展させたい。そのため、共生型の先進地である富山県で「起業家育成講座」も受講した。石巻のさまざまな会合に顔を出して夢を語るなか



自宅前に置かれた看板が、サロンオープンの目印

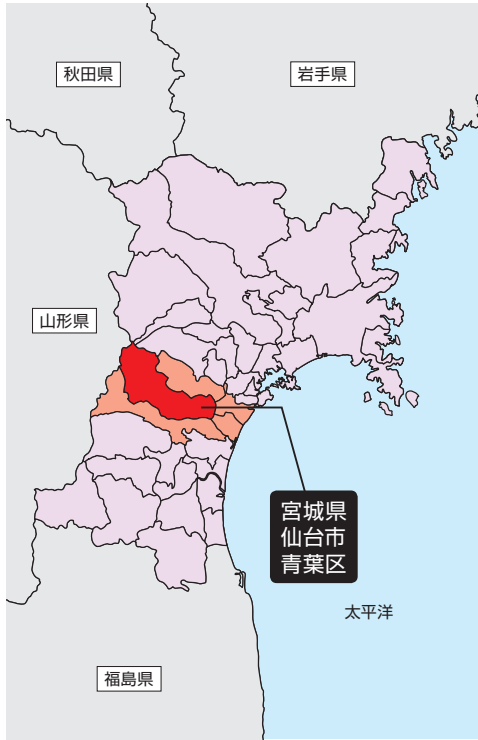


中央3丁目商店街

で、協力してくれる仲間や、高次脳機能障害のある青年などにも出会った。地元で今も「お茶屋の高橋です」と言えば、「ああ!」と理解され信用を得られる関係性は、高橋さんならではの。「祖父がが残してくれた大きな財産です」と感謝する。

来年度は「みっちゃんち」で高齢者対象のミニデイサービスも開きつつ、介護保険サービスと障害者福祉サービスの事業所指定を目指す。年齢や障害に関係なく、ともに暮らせる地域を実現するために、高橋さんの思いが、少しずつ理解者と仲間を増やしながら、誰もが住みやすいと思えるまちづくりに一歩近づく。





『復興公営住宅について考える会』の報告会

# 主婦の目線で交流と支え合いの仕組みづくり 復興公営住宅の入居者受け入れ準備に奔走

◎ 仙台市青葉区<sup>おたまやした</sup>霊屋下地区 / 菅野恵美子さん

## ポイント

- 地域課題は「私」の目線で捉え、課題解決は「町内会」の力で取り組む。
- 被災者支援でつくった支え合いの仕組みは、地域づくりに必ず役立つ！

仙台市青葉区<sup>おたまやした</sup>霊屋下地区で建設中の復興公営住宅（Ⅱ災害公営住宅）の敷地内に、一本のイチョウの大木がそびえている。樹齢約200年。「霊屋下の大イチョウ」として長年、住民に親しまれてきた。

住宅を建設する市は当初、イチョウを伐採する方針だった。霊屋下町内会（長門一彦会長）が、復興公営住宅の入居者受け入れについて検討するなか、市はそうした動きにも配慮し、方針を転換。保存が決まったもの。イチョウの周囲は「コミュニティ広場」となる。

町内会役員を務める菅野恵美子さん（63歳）は、保存の意義について、次のように説明する。

「イチョウが残れば、入居者と地域住民が共同で『イチョウ祭り』などの季節行事を開けます。ギンナン拾いや落ち葉清掃も一緒に行えば、親睦を深めるきっかけになります」

復興公営住宅に立つイチョウは、地域住民の入居者に対する歓迎のしるしであると同時に、「この地域とともに新しい思い



4月以降の入居開始を目指し建設中の霊屋下第二復興公営住宅。中央のイチョウは保存し、周囲を「コミュニティ広場」とする（昨年11月11日撮影）

## 同地区の復興公営住宅

出をつくっていきこう」というメッセージでもある。

同地区ではこのほかにも、町内会が中心となって2013年10月に発足した「復興公営住宅について考える会」が、住民主体の交流と支え合いに向けて、さまざまな方策の検討を進めている。これまでの主な検討項目は、集会所とコミュニティ広場の共同利用、共同花壇・菜園の設置、地域案内マップの作成、高齢者の見守りなど多岐にわたる。

地域案内マップは、町内会と子ども会が共同制作し、このほど完成した。

**コミュニティ分断に危機感**





## 仙台市青葉区霊屋下地区

### 菅野 恵美子さん

「復興公営住宅の入居者を迎え入れるための取り組みは、  
将来の地域づくりにきっと役立ちます」

は、「霊屋下」と「霊屋下第二」の2か所。両住宅は100メートルあまりの距離で近接する。ともに集合型で、「霊屋下」は2階および4階建て計33戸。「霊屋下第二」は、2〜5階建て計88戸で、大イチョウがあるのはこちら。「霊屋下」は来月にも入居が始まる。「霊屋下第二」は、秋ごろ入居開始予定。

同地区の人口・世帯数は1118人623世帯（2014年4月1日時点）。ここに短期間で100世帯あまりが転入することになる。

人口増は地域活力を高める効果がある一方、転入者と地域住民との関係がうまく育たず、コミュニティが分断される恐れもある。

同地区は元々、戸建て住宅に長年住んでいる人が多く、近所づきあいは活発。高齢者の見守りも、日常生活のなかで自然になされていることが多い。それでも、マンションでは少々事情が異なる。菅野さんは、「集合住宅では、孤立しがちな人もいます」と語る。そうした実情を踏まえ、「復

興公営住宅でも同じ問題が生じる心配があります。いまだ被災のつらい記憶に苦しむ人もいますでしょうか、より丁寧な受け入れ対応が必要です」と指摘する。

市が町内会に、復興公営住宅の建設を打診したのは12年1月。町内会は、その翌月から建物の設計や配置に関する市との協議を始めた。自然な交流が育まれるよう、地域住民が入りやすい場所に広場や集会所をつくることなどを提案し、設計に反映させている。

翌年10月には「考える会」を設立。集会所や広場の利用・管理方法、入居者と地域住民の交流のあり方、入居者の町内会への加入、高齢入居者の支援などについて



寿会（老人クラブ）と子ども会は毎年、共同で七夕飾りをつくる。地域活動とご近所づきあいは活発だ

て、本格的な検討に着手した。あすと長町仮設住宅団地（太白区）に向向いて被災者の声に耳を傾け、市との話し合いも継続しながら、具体策を練っている。

#### 「この経験を将来の糧に」

復興公営住宅の受け入れを巡って、当初から地域住民の考えがまとまっていたわけではない。菅野さんをはじめ一部の有志が、入居者との交流や支え合いの仕組みづくりの必要性を、町内会を通じてねばり強く訴え続けたことが、考える会の発足につながった。外部有識者として東北工業大学の小杉学准教授を招いたことも、問題意識の共有や話し合いの気運醸成の大きな力となった。小杉准教授は、住民参加のまちづくりなどを専門とし、震災後は復興公営住宅のコミュニティ形成についても研究している。考える会での検討過程は、隔月発行の町内会報に掲載し、一般住民へ周知を図っている。さらに昨年11月9日には、それまでの検討結果の報告会も開いた。

こうした取り組みは、復興公営住宅に限らず、地域全体の交流や支え合いを促進するはずだ。「この経験が、将来の地域づくりにきっと役立ちます」と菅野さんは声に力を込める。被災者の生活支援は、住みよい地域へと一本道でつながっている。

ところで、菅野さんは、地域では主婦、町内会役員、そして民生・児童委員としての顔を持つ。それぞれの目線で地域課題を見つけ、解決を考え、提案することのできる、いわば「地域生活のプロ」だ。考える会などの運営や協議でも、その実力を発揮している。

地域生活のプロは、どんな小さなまちにもいる。

まずは霊屋下のように、住民がともに考え、話し合える場をつくる。そうすれば、それぞれのまちの「菅野さん」が活躍の場を得て、より暮らしやすい地域を実現するための取り組みが始まるだろう。

住民同士の話し合いなくして、住みよい地域もあり得ない。霊屋下の実践が、それをよく示している。





集会所で開く「縁側倶楽部」

## 顔をつなぎ、隣近所をたいせつにするまちへ

◎仙台市若林区荒井東地区（宮城県） / 大橋公雄さん、今野正志さん

### ポイント

- 町内会役員を含む、住民一人ひとりの思いを町内会の活動にとりこむ。

### 入居者同士で交流

集会所に集い、談笑しながらマフラーづくりを楽しむ女性たち。外では、子どもたちが元気に遊び回る。仙台市若林区の「荒井東復興公営住宅」の集会所で、月2回開くサロン「縁側倶楽部」での様子だ。同住宅内で9月に発足した荒井東町内会が、「特定非営利活動法人冒険遊び場ーせんだい・みやぎネットワーク」の協力を得て、同年11月から始めた。

荒井東復興公営住宅は、2014年4月に入居が始まった。11階建ての1号棟に166世帯が暮らし、2号棟は今春の入居開始を目指して建設中だ。入居者の出身地は、隣接する若林区荒浜地区を中心に、石巻市や岩手県陸前高田市など広範囲にわたる。役員15人と班長11人で構成される町内会もまた、定期的に役員会議を開き、懇親を深めながら、入居者同士の交流事業に乗り出した。

「一生をここで過ごしたい」「いつかは自分もお世話になる。自分にできることがある」と役員になった。「部屋に閉じこもっている人もいるか

ら、集会所を自由に使えるようにしたい」と、それぞれの思いを語る役員の方々。町内会長の橋本公雄さんは「顔を合わせる機会を増やして、周辺の町内会とも協力しながら、笑顔で隣近所をたいせつにするまちにしていきたい」と話す。

### 地域全体で見守る

ゴミ出しのルールの徹底や小学生の登下校の見守り、集会所の活用方法など、町内会による新生活の基盤づくりがすすむ。最近では、宗教的な勧誘や部外者によるエレベーターホールでの飲酒など、防犯面で気になることがあり、町内会の防犯・防災部が目配りを強化している。



マフラーづくりを楽しむ皆さん





大橋公雄さん（左）と、今野正志さん

また、65歳以上の家族がいる世帯が4割を超えることを踏まえ、町内会では民生・児童委員と連携して、高齢者の孤立を防ぐ見守りやサロン活動を始める計画だ。すでに町内会の福祉部長をはじめとする2人が、地区社会福祉協議会の福祉委員となるべく研修を受け、戸別訪問の準備をすすめている。

民生・児童委員の増員も課題になりつつある。福祉委員との連携は不可欠で、七郷地区民児協では町内会や地区社協などと連携を図り、災害からの避難時に支援が必要な人の要援護者名簿を、町内会長を通じて福祉委員とも共有している。

「ここに住んで良かった」

大橋さんと今野さんは、震災前はともに荒浜地区に住み、町内会長と民生・児童委員として顔を合わせていた仲。「要援護者名簿に基づき、いざというときに1人につき2〜3人が協力する体制を整えていた」（今野さん）。「でも津波のほうが早く来て、あつという間に貞山掘りを取り越えてきた」（大橋さん）。被災経験ゆえに、新天地での地域づくりへの心意気は高い。サロン運営のお手伝いや防犯パトロールの隊員を募りながら、志をもつ町内会メンバーとともに「ここに住んで良かった」と思えるまちを目指す。

専門家に聞く地域づくりのヒント

大阪府立大学人間社会学部 准教授  
**小野 達也** (おの・たつや)さん

## 「私」の目線と地域福祉実践のトライアングル

特集テーマの「私」の目線とは、「私」が見て、感じて、活動を起こす基点です。私のなかで完結するのではなく、他者と共有されることで地域実践としての内実を持ちます。ここに「地域福祉実践のトライアングル」を導入して、事例の意味を探ってみます。「地域福祉実践のトライアングル」とは、「やりたいこと（自発性）／満たすべきこと（必要性）／できること（能力性・実践可能性）」という3つの要素です。これらは影響を与え合い、時に連動します。

**私発の目線**

「みっちゃんち」は、「私」発の目線の例です。お茶屋をやめ、亡き夫の思いを引き継いで始めた活動は主宰する高橋さんの目線がこめられています。そこには「誰もが自由に集える場」をつくりたいという思い（自発性）と、「安心して息抜きのできる場」が求められているという意識（必要性）があります。お茶を出すサロン活動は腕の見せどころで、無料でも月数回であれば過大な負担にはならないでしょう（能力性・実践可能性）。3つの要素のバランスの良さがわかります。次のステージに行くうえで、重度の障害を持って通い、泊まれる場をつくりたいという夢＝自発性が先導しています。

**将来への目線**

霊屋下地区では、今後生まれる状況への準備が、地域実践になっています。同地区の復興住宅の入居はこれからですが、迎える住民たちは将来に目線に向け、今から行動を起こしています。復興住宅の建設という事態に対して、将来の住民との交流と支え合いを展望して活動しています（必要性+自発性）。ポイントが地域の合意形成であったことは文面からうかがえます。立場の異なる目線がある時に、どう方向を定めるかが問われます。大学教員を招いて意識の共有化や話し合いの機運醸成をした点は、自分たちだけで対応が難しい場合の参考となります（能力性）。

**必要への目線**

最後の荒井東復興公営住宅は、すべての入居は終わっていませんが、すでに発足した町内会が中心となり、取り組みを進めています。大橋町内会長は、まちの願望を語ります（自発性の萌芽）。しかし同時に生活は始まっていて、課題への対応が迫られています（必要性）。新生活の基盤づくり、見守りやサロン活動などです。そのため研修受講や関係団体との連携を進めています（能力性）。こうした必要に対する目線（必要性）をどのように住民のやりたいこと（自発性）につなげていくかがこれから問われるのでしょうか。



DATA

特定非営利活動法人  
仙台傾聴の会

〒983-0851  
宮城県仙台市宮城野区榴ヶ岡5  
みやぎ NPO プラザ内  
TEL 022-343-9705  
携帯 090-6253-5640  
相談専用電話 080-3199-4481  
moriyama-e@tulip.sannet.ne.jp

23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。



今回は...

## 『傾聴』で生きる力引き出す

◎特定非営利活動法人 仙台傾聴の会



仙台市市民活動サポートセンターでは  
傾聴茶話会が定期開催されている

傾聴茶話会の様子。  
ピンクのピブスを着ているのがボランティア

代表理事の森山英子さん

震災からまもなく4年。いまだ生活再建の道筋を見出せずにいる人たちをどう元気づけ、自立へと踏み出してもらうかが、大きな課題になりつつある。

特定非営利活動法人仙台傾聴の会は、震災直後から傾聴を通じて被災者の生きる力と自立意欲を引き出す活動を続けている。約200人の登録ボランティアが、各地で傾聴サロン（対面相談）や傾聴茶話会を開いているほか、要望に応じて戸別訪問も行う。

傾聴は、精神保健分野の専門職（精神保健福祉士、臨床心理士など）に頼らず、住民同士で行えることが大きな利点だ。誰でもできるが、心のケアとして行う場合、最低限身につけておくべき作法や心構えがある。

「単に話し相手になることではありません。根掘り葉掘り聞き出すこともしないし、助言を押しつけるものでもありません」と説明するのは、代表理事の森山英子さん（66歳）。

基本的な心構えは、「相手の存在を認め尊重する、相手の言うことを受け止め共感する」ことだという。

傾聴者と相手は、一対一で向き合う。相手の話の否定や反論は厳禁だ。

「私たちは皆、誰かに自分の思いを受け止めてほしいものです。その気持ちに応えて話に耳を傾ければ、生きる力を引き出すことにつながります」（森山さん）

場合によっては、聞くだけでなく、相手の言わんとすることを整理して語り返す。それが相手に、自身の置かれた状況への気づきを促す。自分を見つめ直すことが、自立の出発点になる。

同会は、傾聴人材の育成にも取り組む。春と秋の年2回、傾聴の養成講座を開くほか、県内各地への出前養成講座、市民向け公開講座も開催している。

講座を修了し同会のボランティアとなるのは、中高年世代が中心で、なかには80歳代の人も。傾聴は、高齢者が地域で活躍する場でもある。

ボランティアの一人は、「傾聴は、する側にとっても豊かな人生経験です」と語る。支援する・されるの関係を越えた、お互いが成長できる貴重な機会となっている。

木





東日本大震災後、岩手・宮城・福島の3県に被災者の心理・精神的なケアを担う専門組織「心のケアセンター」が開設された。宮城と福島はそれぞれの県精神保健福祉協会が、岩手は岩手医科大学が運営を担う。目的は同じだが、それぞれの取り組みには違いも見られる。各センターの組織体制と活動の様子を紹介する（岩手県は次号掲載）。

● みやぎ心のケアセンター（基幹センター）  
仙台市青葉区本町2-18-21 タケダ仙台ビル3階  
電話 022-263-6615 FAX 022-263-6750  
URL <http://miyagi-kokoro.org/>  
受託団体：公益社団法人宮城県精神保健福祉協会（本部：大崎市）

宮城編



# 「心の復興」目指し被災地密着で活動 現地支援者の負担軽減も

## みやぎ心のケアセンター

震災の強い揺れと津波で甚大な被害が出た宮城県。死者・行方不明者は1万0794人、建物全壊は8万2993棟（昨年12月10日警察庁発表）。震災から3年半以上経った昨年11月末時点でも、県内の仮設住宅や借り上げ賃貸住宅（みなし仮設住宅）に暮らす人は7万0628人に及ぶ（県震災援護室まとめ）。

### 「支援者支援」にも重点

みやぎ心のケアセンターは、心理・精神面に課題を抱える人を対象とした健康・生活相談などを通じて、被災者支援の一翼を担う。

支援機関の多くは、被災者の個別支援を中心に活動しているが、センターは、自治体の保健師や社会福祉協議会の職員など、現地の支援者を対象とした支援、いわゆる「支援者支援」も

含めた活動を行なっている。

その理由について、企画調整部長の渡部裕一さんは、「自治体の保健師や福祉担当職員など、地域住民の健康維持・増進を担う人たちは、通常業務に加え、震災関連業務も負担することになりました。社協では、被災者支援活動を行う新しい部署を設け、職員が戸別訪問やサロン活動を通してコミュニティ再生を図っています。自身が被災者であっても、休むことなく業務にあたっている場合が多く、支援者を支える体制づくりが求められています」と説明する。

センターの開設は、本部となる基幹センター（仙台市）は、震災から9か月経った2011年12月、石巻市と気仙沼市にある地域センターは、その4か月後の12年4月だった。各センターの機能は、基

幹センターの全体統括・調整を除きほぼ同様で、圏別に役割を分担している。

担当圏域は、石巻地域センターが石巻市・東松島市・女川町、気仙沼地域センターが気仙沼市・南三陸町。基幹センターは、地域センターの担当圏域と仙台市を除く全県をカバーする（※仙台市は、市精神保健福祉総合センター、各区保健福祉センターなどが対応）。

要支援者の発見・抽出は主に、県と市町村が毎年1回、仮設住宅とみなし仮設住宅で実施する健康調査に基づいて行われる。

また、現地支援者の日々の見守り活動、サロンやイベントに合わせて開設する相談窓口なども、要支援者発見の重要な機会となっている。

要支援者への訪問や電話相談は、被災者本人および家族が希望する場合を除

き、自治体の保健師や現地支援者からの依頼を受けて行うこととしている。

戸別訪問は、現地支援者と共同で行うことが多い。日常的に要支援者と接する支援者に同行することで、より正確な状況の把握と関係づくりが可能となる。戸別訪問や相談対応を行ったあとも、現地支援者とは連絡を取り合い、情報の共有を図る。

うつ、アルコール、認知症などに加え、経済困窮など複数の生活課題を抱える



基幹センターの執務室の様子



人に対しては、地域の医療機関や専門の支援機関と協力しながら対処する。なかでも、依存症治療を行う東北会病院（仙台市青葉区）とは、常に連携を取っている。

現地の支援者・支援機関との協力体制について、渡部さんは、「要支援者は、地元の地域資源とつながることが最も望ましい。長期にわたってきめ細かく対応できるのは、地元の支援機関です」と、その重要性を強調する。

### 高まる「取り残され感」

センターの相談対応件数は、2013年度の実績で、戸別訪問3807件、電話1310件、来所880件、集団活動（サロン・イベント等）での相談87件などとなっている。

スタッフは、基幹センターと地域センターを合わせて、昨年11月1日時点で計71人（うち非常勤21人）。精神科医、臨床心理士、精神保健福祉士、保健師、看護師、作業療法士、社会福祉士などの専門職と事務職

で構成されている。

職種別の人数を見ると、精神保健福祉士が27人（非常勤含む、以下同）で最も多く、続いて精神科医12人、保健師11人、臨床心理士8人、看護師7人、作業療法士と社会福祉士が各1人となっている。

自治体からの依頼を受けて、これら専門職を出自させる制度を取り入れている点も、みやぎ心のケアセンターの特徴のひとつだ。出向先および出向者数は同日時点で、気仙沼・石巻・東松島・塩竈・名取・岩沼・南三陸・女川の沿岸6市2町と県東部保健福祉事務所（石巻保健所）に計11人となっている。

自治体や支援機関の職員など、支援者向けの研修や講話に加え、支援者同士の交流を目的とする「震災心のケア交流会」を定期的に開催しており、先月には、石巻市で第10回となる交流会を行った。

今後の課題としては、復興がすすむにつれて拡がる被災者の生活再建格差への対応が挙げられる。

渡部さんは、「震災から

時間が経過するにつれ、メディアで取り上げられることも少なくなり、被災者は孤立感や孤独感を抱きやすい状況にあります。今後、そういった人たちが取り残されないような支援が必要です」と指摘する。

心のケアに対するニーズは、時間が経過するほど複雑になっているようだ。

センターの設置は、県から県精神保健福祉協会への補助事業として行われている。設置期間については県は、2011年度から20年度までの10か年を目安としている。

問題は予算。財源は復興関連の国庫補助で、長期安定して確保される性質のものではない。年度ごとに国の予算措置が固まった段階で、県と同会が単年度の

補助交付手続きを取る。これを繰り返している。国には、被災地の実情に

合わせた柔軟な対応を期待したいところだ。木

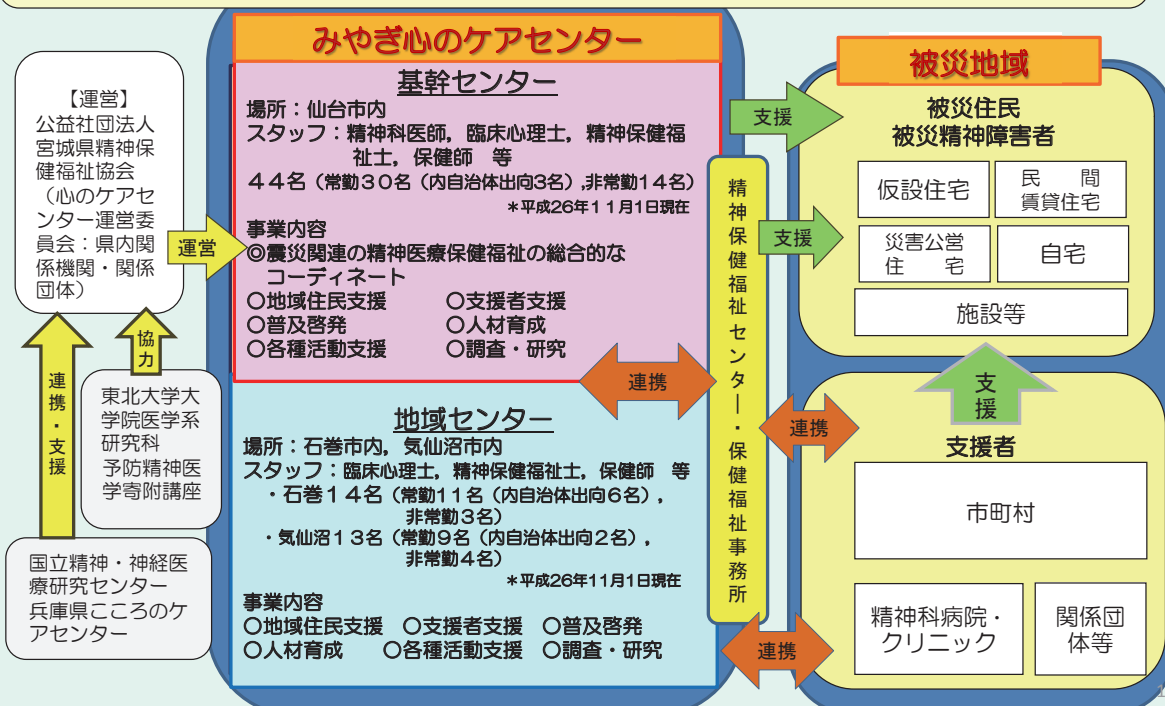
## 心のケアセンター

### 事業の目的

「被災者の心のケアを行う拠点」

○震災によるPTSD、うつ病、アルコール問題、自死等の増加が懸念され、被災者の心のケアは非常に重要であり、長期的な心のケアを担う拠点を整備する。

期間：H23年度～H32年度（10年間）







# 福島県編

## 「体」「心」「暮らし」を多面的に支援 アルコール対策でモデル事業も

### ふくしま心のケアセンター

震災と津波に加え、原発事故に見舞われた福島県。放射線への不安、先の見えない避難生活、補償を巡る混乱、避難先住民とのあつれきなど、被災者にはさまざまな重圧がかかる。震災・津波の直接的な死亡・行方不明は1815人（昨年12月10日警察庁発表）で、被災3県（福島・宮城・岩手）のうち最も少ないが、震災後の心身の疲労や自殺による震災関連死は1817人（昨年12月15日時点）と、岩手449人、宮城902人（各昨年11月末時点）を大きく上回る。

#### 独自の相談対応8割占める

ふくしま心のケアセンターは、2012年2月、基幹センターが福島市に開設され、次いで同年4月に

県北、県中、県南、会津、相馬、いわきの県内6方部（地域）センターと、県庁、南相馬市、埼玉県加須市の3駐在が設置された。方部センターの配置は、

ほぼ県の保健福祉事務所の管轄圏域に準ずる。

駐在は、加須市には原発

事故に伴い全町避難となった双葉町の住民が多く暮らすことから設置。南相馬市では、市の要請を受けて開設された。

基幹センターは、方部センター・駐在の全体統括の役割を担う。また、被災者相談ダイヤル「ふくまココライン」を運用している。

相談対応やサロン活動などで被災者と直に向き合うのは、各方部センターと駐在だ。業務の中心は、個別

訪問による相談。当初は、県や市町村の職員と同行することが多かった。現在は8割程度までが、センター単独対応となっている。

個別訪問のほか独自のサロン活動や相談ダイヤルなどで、被災者と直接つながる姿勢を明確にしている。各方部センターには、来所相談に対応する専用スペースも設けられている。

直接支援に重きを置く背景には、原発事故に伴う避難措置で住民が広域に分散

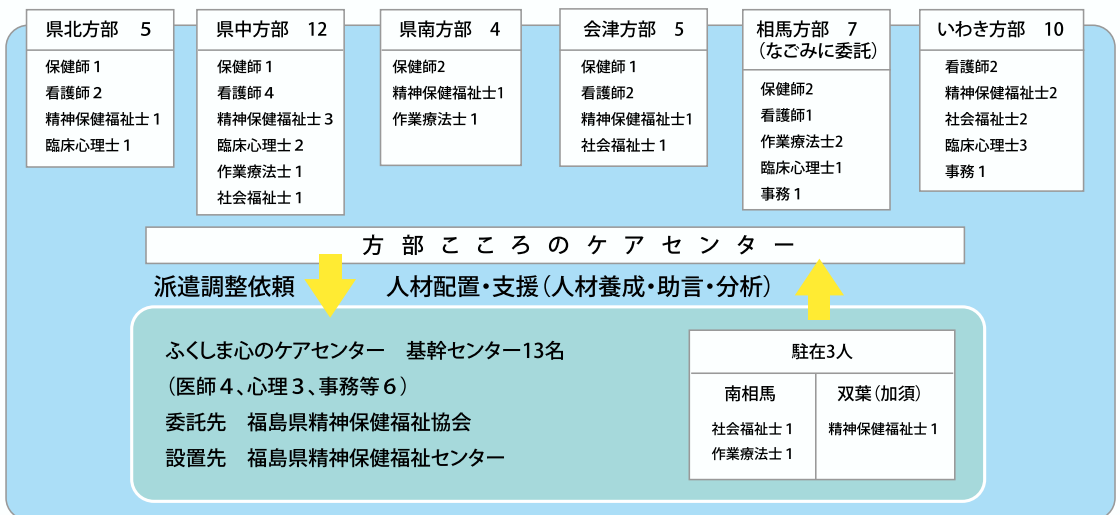
## 福島県心のケア推進体制図

平成26年度

4月1日現在

### 県内の被災者（避難所・仮設住宅・自宅等）

- ①地域の災害関連の精神保健福祉の総合的なコーディネート
- ②人材育成・人材派遣
- ③方部の心のケアに関する普及啓発
- ④被災者・関係者への相談支援
- ⑤その他、地域の心のケアを推進するために必要な事業



したうえで、事故収束の見通しが立たないなかで、被災者の生活課題が複雑・多様化し、従来の自治体ごとの保健体制だけでは対応が難

しいことがあると見られる。また、被災者はセンターを、医療や行政と比べて相談依頼の「敷居が低い」と受け止めているようで、直



接センターを利用しようとする傾向がある。センターが、それに支援体制を合せてきた面もある。

センターは、心理・精神面だけでなく、身体的な健康や暮らしも扱う総合的な相談窓口としての機能を担う。

基幹センター副所長（業務担当）の内山清一さんは、「名称は『心のケアセンター』ですが、被災者の体・心・暮らしを多面的に支援することが、私たちの本領です」と語る。

主に、看護師や保健師、作業療法士が身体を、臨床心理士が心を、精神保健福祉士と社会福祉士が暮らしを担当する。3領域は重なり合う部分も多いことか



被災者相談ダイヤル「ふくこライン」の対応をするスタッフ（基幹センター）

ら、各専門職が連携して対処する「チーム・アプローチ」を基本姿勢としている。

最初の支援アプローチは、身体面をきつかけとすることが通例という。

「血圧測定などの体調チェックや健康相談で、センターのスタッフになじんでもらいます。お互いの心が知れてから、心や暮らしの相談へと進んでいく」と内山さん。

体調チェックや健康相談は、市町村と共同で行う全戸訪問調査や、センターが開くサロンなどに併せて実施している。

センターのサロン活動は活発で、県北方部（福島・伊達・二本松・本宮市、桑折・国見・川俣町、大玉村）だけでも約50か所で開かれる。要支援者の発見はもちろん、住民の交流促進や孤立防止に役立っている。

スタッフは、総勢約60人。職種別の内訳を人数の多い順に見ていくと、今年度当初時点で看護師11人、臨床心理士10人、精神保健福祉士9人、保健師7人、社会福祉士5人、作業療法士5人、精神科医4人（いずれ

も非常勤含む）。事務系職員は6人。

### 「支援者支援」も強化

相談対応状況は、2013年度実績で延べ6216人。対応方法は、個別訪問が87%で圧倒的に多く、その割合は年々高まっている。電話は9%、来所は3%。

相談のきっかけは、自治体の依頼37%、健康調査・全戸訪問などによる抽出23%、本人からの相談・依頼18%など。本人の相談・依頼が、増加傾向にある。

震災から時間が経つほど、被災者だけでなく、行政をはじめ警察・学校・医療・福祉などの支援関係者への支援の重要性も増している。内山さんは、「特に自治体職員は、被災者の苦悩をまともに受けやすい」と指摘する。実際に心身の健康を損なう例が出ているという。

指導や相談といった支援者支援の件数は、13年度701件で、前年度比1.5倍。センターは、指導・相談のほか、交流会やストレスへの対処法を学ぶ各種

講習・研修会など、支援者支援策を強化している。

また、今年度からはアルコール問題への対応を重点事業と位置づけ、センター内に「アルコール対策専門員」（臨床心理士が兼務）を配置。当面、相馬市とい

わき市をモデル地区とし、アルコール対策地域リーダリーの育成、支援者や地域住民を対象とした啓発活動、医療も含めた地域での包括的な支援体制構築などに取り組む。効果を検証し、他の市町村にも広げていく方針。

同県での心のケアは、原発問題を抜きにしては考えられない。除染や事故原発の廃炉が完了するまでは、支援ニーズはなくなるならない可能性がある。廃炉事業は30〜40年続くとされる。

センターの設置期間について、事業主体の県は、明確な方針を示していない。

設置事業は、県から県精神保健福祉協会への委託事業で、その財源は国の復興関連予算。同協会への委託契約は、国の予算措置に合わせ年度ごとに締結し直している。長期的な事業計画

を立てにくく、人材の安定確保にもマイナスだ。事業を所管する県障がい福祉課は、「長期設置の必要性は認識しているが、現状では具体的な設置期間を示すのは難しい」としている。

センターは、被災者の直接支援機関として、また、精神保健を軸に、生活・介護・福祉・医療をつなぐコーディネートとして、すでに大きな役割を担っている。事業継続のあり方については、積極的な検討がなされるべきだろう。木

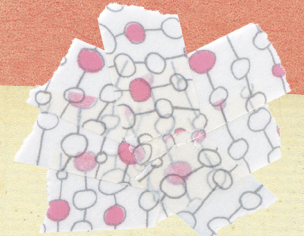
#### ● ふくしま心のケアセンター（基幹センター）

福島市御山町8-30 県保健衛生合同庁舎5階  
電話 024-535-8639 FAX 024-534-9917  
URL <http://kokoro-fukushima.org/>  
受託団体：一般社団法人福島県精神保健福祉協会（本部：福島市）

#### ● 被災者相談ダイヤル「ふくこライン」

電話 024-531-6522  
平日 9:00～12:00、13:00～17:00





# 生きがいしごとサポートセンターの歩み

認定NPO法人コミュニティ・サポートセンター神戸 (CS神戸) か の ひ と み  
 生きがいしごとサポートセンター神戸東 (愛称: ワラビー) センター長 狩野 仁未

阪神・淡路大震災の復興過程で、ボランティアや民間非営利セクターがめざましい活動を展開しました。そうした市民活動を背景に、草の根型のさまざまなコミュニティ・ビジネス(以下CB)が台頭するなか、兵庫県はCBへの積極的な支援策を講じてきました。

CBとは、地域のニーズや課題を、地域資源を活かしてビジネス的に解決する事業です。1998年の兵庫県県民生活審議会で「CBは経済の新たな主体として期待」され、1999年度に助成金事業の「CB離陸応援事業」2000年に「生きがいしごとサポートセンター事業」(以下、生きサポ)が創設されました。いずれも阪神・淡路大震災復興基金を活用し、その後、原資が兵庫県の一般財源に変更されて現在に至っています。「生きがいし

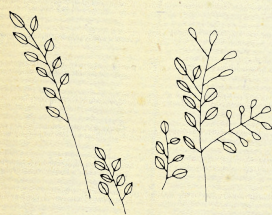
ごと」とは、地域社会への貢献と生きがいのある働き方のことであり、兵庫県はその新しい働き方としてCBを位置づけ、生きサポを基盤整備の核としたのです。

生きサポは、CBやNPOの起業・就業などの相談窓口業務をNPO法人などに委ねる事業です。労働対価の大小にかかわらず、生きがいにあふれた公益的な仕事で働くことにより、自己実現を目指す人の支援を目的に、生きがいしごとへの就業希望者を広く開拓し、就業機会の創出を図るとともに、関連する求人情報を提供するなど役割を担っています。

2000年にコミュニティ・サポートセンター神戸(略称「CS神戸」)が受託したセンター1か所から始まり、次第に拠点が増設されて、2005年以後は兵庫県内に6か所にな

りました。毎年の公募で選定されたNPO法人6団体が運営を担当しています。

活動内容は、起業・就業相談のほか、団体運営に関する相談の比重も大きく、ほかに各種講座・セミナーや6センター合同のフォーラム開催など、広範囲にわたります。当初は委託事業でしたが、2006年以後は補助金による事業になり、経費の一部を法人が負担することになりました。補助金額は年々漸減して、現在はセンター別に、年間1000万円〜600万円弱の範囲内です。各センターとも、経費面での運営の厳しさのほか、事業を取り巻く課題は少なくありません。次号、次々号で、CS神戸の具体的な活動内容をお知らせします。



●プロフィール  
 大学卒業後、中南米で国際協力に携わる。帰国後、NPO法人コミュニティ・サポートセンター神戸に勤務。コミュニティビジネスや生きがいある働き方を総合的に支援する「生きがいしごとサポートセンター神戸東」で、就業・起業相談を担当。2009年から同センター長。

生きサポセンターの展開と運営法人 (ゴシック字上段担当地域、下段NPO法人名)

財源	震災復興基金(委託金)				財源混在		一般財源(18年度から補助金)									
	00	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	
神戸地域	神戸				神戸東		神戸東									
	CS神戸				A		CS神戸									
	A:市民事業サポートネットワーク				神戸西		神戸西									
	B:明石NPOセンター				A		B		しやらく							
阪神地域	阪神				阪神北		阪神北									
					宝塚NPOセンター											
					阪神南		阪神南									
							シンフォニー									
播磨地域	C:コラベユースネット						播磨東									
	D:ウイズアス				播磨		B		シズ加古川		C		D			
							播磨西									
拠点	1				2		4		5		6					
											コムサロン21					



# 宮城県サポートセンター支援事務所からのお知らせ



## サポートセンター行脚

宮城県サポートセンター支援事務所 所長 鈴木守幸

### 「サポ弁」事業①

今回は2014年11月からスタートした「サポ弁」事業を紹介します。

「サポ弁」とは、各地のサポートセンター支援員をサポートする弁護士グループのことです。仮設住宅での巡回相談会などで法律相談対応に尽力をいただいた仙台弁護士会の若手弁護士（若干若手と言えない弁護士もいますが…）からの提案で始まりました。

それは、被災者支援として各種相談会が行われていますが、ここに来て、多様な生活課題を抱え自ら進んで解決することが難しい被災者の数が、私たちが思っていた以上に多いことに気づかされたからです。

高齢者、障害者をはじめとした自らの生活課題を理解しにくい人たち、そして震災で家族や仕事、住まい、社会的な活動を失った人たちが、自立再建や公営住宅への移転などに向けた個別的な課題を誰にも相談できずに、「孤立」した状況で問題を先送りしているのです。

これらの状況について、サポセンの支援員が日常的に関わり、被災者が抱える個別的な課題に寄り添って支援をしていることも少なくありません。そして、現場で支援員の皆さんが悩むことも多いはず。だから、まずは法律家として現場の支援者をバックアップしたい、という提案でした。

支援員の皆さん、弁護士は数居の高い存在ではありません。とりわけ若手の弁護士は解説をいといませんので、ぜひ専門家からの助言や支援を積極的に受けてください。支援員への助言やアドバイスを契機に、相談対応やケア会議、研修などで活動を続けます。弁護士などつながることで、相談者の課題解決のきっかけが広がるはずです。（続く）

## ひとりごと

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

### “被災者支援から地域福祉へ！”① ～求められる意識の変革～

仮設住宅から災害公営住宅や集団移転地への移行が進みつつあります。来年度から本格的な転出・転入が進みます。これまでの仮の住まいと言われ、被災者としてある面特別な支援体制のもとに見守りや相談援助、お茶会などが行われてきました。それが、災害公営住宅や集団移転地へ引っ越しし、恒久住宅での通常の地域生活に移行することで、「被災者から自立した一人の地域住民」として、被災者の意識も支援者の意識も変わっていくこととなります。今、支援者の間で「被災者支援から地域福祉へ」との言葉が言われるようになりました。被災者として、ある面特別に支援されてきた段階から、被災者自身が自立した一地域住民として、「住んでいる住宅や地域を、“自分たちの住宅・地域”として、皆で住みよいものにしていく」という主体的な参加意識が求められるということだと思います。それに伴い、支援者の視点も、これまでのように被災者一人ひとり丁寧に訪問援助していたものを、そこに住んでいる住民自身がお互いに見守り、支え合い活動やお茶会が行われるようになっていくという、「住民主体の活動を支援するスタイル」へ変えていくことが求められます。

ただ、災害公営住宅などへ移ったからといって、要援護世帯への個別支援が必要なくなるわけではありません。住民自身が、より主体的な生き方や地域との関係をつくっていく必要があるということです。支援者にはそのための支援が、より求められるということです。

### 平成26年度 宮城県被災者支援従事者研修

#### 災害公営住宅への移行対策研修Ⅱ

##### <地域生活支援研修3>

◎講師：勝部麗子 大阪府豊中市社会福祉協議会事務局次長

【岩沼会場】1月30日（金）岩沼市総合福祉センター

【石巻会場①】2月9日（月）石巻市ささえあい総括センター

【石巻会場②】2月10日（火）石巻市ささえあい総括センター

##### <地域福祉コーディネーター基礎研修>

◎講師：藤井博志 神戸学院大学教授

【気仙沼会場】2月24日（火）・25日（水）気仙沼市民健康管理センター「すこやか」

【石巻会場】2月26日（木）・27日（金）石巻市ささえあい総括センター





## 暮らしを支える支援員11



### ラジオ体操を活用した コミュニティづくり

こころとからだとくらしの相談センター野球場エリア（宮城県女川町）

宮城県女川町では、地域支え合い体制づくり事業として、「こころとからだとくらしの相談センター」のサブセンターを町内8エリアに設置し、「ここから専門員」と「くらしの相談員」を配置して、訪問活動やサロン活動などに取り組む。この8エリアのうち、女川町社会福祉協議会が3エリアを町から受託。毎朝9時からの住民によるラジオ体操は、仮設住宅や災害公営住宅で行われており、サブセンターのバックアップもあって住民同士の関係づくりにつながっている好例だ。

火付け役となった町民野球場仮設住宅自治会では、2013年7月から敷地内のテント広場マルシェでラジオ体操を始めた。「はじめは町の生涯学習課からの要請で、子どもたちの夏休み期間中に毎朝取り組み始めたところ、大人も参加して顔を合わせる場となり、規則正しい生活にもなると好評で、そのまま継続開催することになりました」と自治会長の木村昭道さんは振り返る。当初は、自治会長らが中心となり6時半に行っていたが、サブセンターの協力を得て、多くの人に参加しやすいように9時開始となった。

5分前になると「川の流れのように」がBGMとして流れ、

30人ほどの住民が集まってくる。ラジオ体操第1と第2を続けて行ったあと、さらに有志が残ってダンベル体操を20分間行う。布製のダンベルは1本300gほどだが、両手に1本ずつ握り音声に合わせてゆったりと体操をすると、かなりの運動量だ。これまでに延べ1万2000人以上が参加。「お通じがよくなった」「体力がついた」「冬でもマフラーをして参加するの」「みんなとやるから継続できる」と、常連の参加者は次々と魅力を話す。体操の前後には、思い思いに井戸端会議に花を咲かせる。「体操をとおして健康意識が高まり、また、顔を出さない人がいると気にかけるなど、さまざまな効果を生み出しています」と、「ここから専門員」の木村朋美さんと「くらしの相談員」の今野優香さん、菊池きくえさんは話す。

隣接する災害公営住宅でも、サブセンターが音声を用意して、屋根のある野外空間で朝9時からラジオ体操に取り組んでいる。台風の時にも「不安なときこそ、いつもの日課をこなしたい」と体操に集まってきて、安否確認の場となったという。ラジオ体操を活用した女川町の実践は、どの地域でも手軽に真似ができる一例といえる。小

☆次号予告 特集「復興と地域包括ケア」

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？

●購読会員 年3,696円（年12回、送料込み）

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を、記入してください。

#### お知らせ

◎平成26年度「復興街づくり支援事業」

被災者生活支援の基礎と災害公営住宅への転居期における研修（福島県）

内容：被災者とのコミュニケーション、地域支援の知識と実践、現場での心構え、阪神・淡路大震災の事例から学ぶ災害公営住宅（復興公営住宅）への転居期における課題など

講師：永坂美晴 兵庫県明石市望海地区在宅介護支援センター長、志水田鶴子 仙台白百合女子大学人間学部准教授、常岡良子 宝塚市社会福祉協議会 地域福祉部 地域福祉コーディネーター

【二本松会場】1月28日（水）・29日（木）二本松福祉センター

問い合わせ：全国コミュニティライフサポートセンター（CLC）

電話 022-727-8730 担当 伊藤、永坂

#### 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。

毎月届くのを楽しみにしております。27号に掲載されていた、お坊さんの傾聴喫茶が被災地を巡る記事は、とても興味深かったです。お坊さんと話せる機会はあまりないので、こういった気軽に話することができる移動喫茶があれば、私も行ってみたいなあと思いました。（仙台市泉区 M・S）

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

東日本大震災からまもなく4年。内陸都市部では、震災が話題に上ることが以前と比べてだいぶ少なくなっているようです。内陸に避難・転居している人たちが、心おきなく思いを吐き出せる場が今後もしっかり確保されてほしい…「仙台傾聴の会」（9ページに記事）のサロンを取材していて、そう願わずにはいられませんでした。（木村）

バックナンバーがホームページで読めます！  
[http://www.clc-japan.com/sasaesai\\_j/](http://www.clc-japan.com/sasaesai_j/)