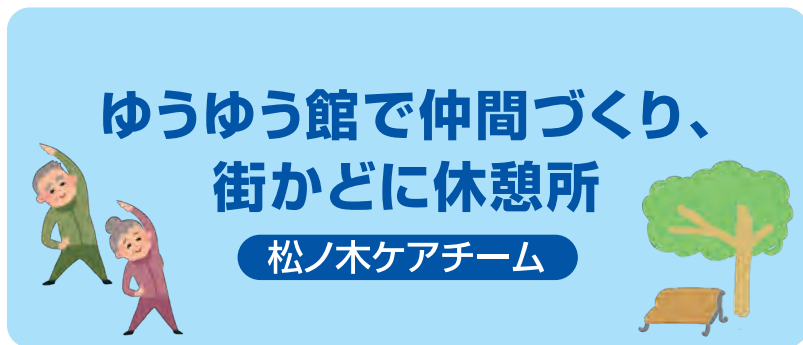


杉並 づるる

つなく ひろがる
ささえる

2020年11月発行 vol. 18

- ゆうゆう館で仲間づくり、街かどに休憩所
—松ノ木ケアチーム— 1～2面
- 第1弾「第2層生活支援コーディネーター」を
ご紹介します! 3～4面



杉並区松ノ木を中心にした地域で、住民、民生委員、医療・介護・保育関係者、ゆうゆう館運営者や企業の方で構成される「松ノ木ケアチーム」(第2層協議体、以下「ケアチーム」)が2つのプロジェクトを立ち上げ、活動を展開しています。

1つはゆうゆう館の活用を促進し、情報交換や仲間づくりができるようにする「ゆうゆう館デビュー」、もう1つは坂が多い松ノ木地域に、買い物などの途中にちょっと座ってひと休みできる場所を確保する「ほっ!!～愛する地域にほっとタイム～」です。新型コロナウイルス感染への警戒が解けない中、少しずつ歩みを進めています。

このプロジェクトは、「地域の課題を探るには、まず住民の皆さんの生の声を聞いてみよう」とケアチームで平成30年に企画し、第9号でも取り上げた「元気自慢大会」で地域住民から出された意見や思いを基に取り組み始めたものです。

まずは知ってもらおう —「ゆうゆう館デビュー」—

元気自慢大会で出された意見の共通点の一つは「人と交流がない」こと。参加者からは「話し相手がない」「まちのイベント情報などがほしい」「地域で見守られている気がしない」などの声が聞かれました。そこで、ケアチームでは、この地域には体操教室を始めいろいろな活動が実施されているゆうゆう堀ノ内松ノ木館(以下「ゆうゆう館」)があり、活用することで課題を解消できないかと具体案を考えました。

このプロジェクトの中心メンバーでゆうゆう館スタッフの



ゆうゆう堀ノ内松ノ木館の体操教室

原田考さんは「近所の人でさえゆうゆう館がどのような施設なのか知らない人が多い。グループホームやデイサービス施設なのかと勘違いする人もいます。まずはゆうゆう館を知ってもらうことから始めることにしました」と話します。ゆうゆう館を利用したことがない人にゆうゆう館デビューしてもらい、仲間をつくり、情報交換するなど、つながりの中で見守り合う関係をつくる。“一石三鳥”なプロジェクトです。

見学会とパブリックビューイング

ゆうゆう館にデビューしてもらうきっかけの具体策を練り、「スポーツのパブリックビューイング(テレビ中継の観戦)」と「ゆうゆう館見学会」の2つの企画案にたどり着き、昨年11月と12月に実際に開催しました。パブリックビューイングは、タイミングよくラグビーワールドカップ日本大会で日本中が盛り上がっていた頃でしたので、ラグビーを観戦しましたが、ラグビーは高齢者にはなかなか馴染みがなかったのか、参加者はわずかでした。「大相撲や野球の方がよかったかも」という反省の弁も聞かれましたが、一緒に観戦することでゲームの熱を共有し、終わった後はおしゃべりすることで自然と仲間となっていくといった、その狙いは変わっていません。

見学会では、杉並区外出支援相談センター「もび〜る」の企画に参加した中から5名の方が、ゆうゆう館で行われている体操教室を見学されました。



ラグビー TV観戦のチラシ

「今後の最大の壁は、コロナ禍で高齢者が対面でおしゃべりをどこまでできるか。そこが一番の悩みです」とゆうゆう館の原田さん。一方、近隣の保育園・診療所・デイサービスなどとうゆう館が連携して、「リモートを使った企画を考えてみたい」と新たな取り組みに意欲的です。

「ケアチームには人脈など地域のいろいろな資源を持っている人が集まっています。今は辛抱の時ですが、この活動を続ければ何かができると確信しています」(原田さん)。その言葉に今後の明るい展望を感じました。

“一息処”がつなぐ人と地域の輪 —「ほっ!! 愛する地域にほっとタイム」—

松ノ木地域は坂が多いこともあり、歩いて買い物や通院するのも一苦労。歩行能力が低下すると外出が減り、人との関係も切れてしまうことがあります。集いとのマッチングとそこへのアクセスは車の両輪と考え始めたプロジェクトが、「ほっ!! ~愛する地域に ほっとタイム~」です。高齢者が出かけやすいまちにするためには地域のあちらこちらに一息つける場所が必要と考え、イスの設置など他地域の取り組みを参考に方法を探りましたが、住宅街にはイスを置ける場所があまりなかったり、イスの管理などの課題がありました。

しかし、その頃、偶然にも、生け垣のブロックの縁に腰掛けて休んでいる高齢者の姿を見かけ、「イスがなく



松ノ木集会所で意見を交わすプロジェクトメンバー

てもこうやって工夫しているのか」と気づかされたそうです。さっそく高齢者と一緒にまちを歩いてみると、これまでに座ったことのある場所がいくつかあること、1~2分腰掛けて息を整えるだけで十分であることがわかりました。この発見でプロジェクトの進む方向が定まりました。イスやベンチだけでなく、街かどに点在する一息つける場所を地域住民の理解と協力で増やしていき、大変な外出時も1~2分の「ほっ!! とする時間」が得られるよう、地域にプロジェクトを広げていきます。

活動が生む地域人材のつながり



建築塗装会社に作られたベンチ (中央が佐藤さん)

このプロジェクトを進めていく中で新たな出会いもありました。松ノ木1丁目の街かどの坂に、突然新しいベンチが登場したのです。それは、松ノ木にある建築塗装会社の事務所前に作られたベンチでした。建築塗装会社の代表取締役、佐藤政夫さんに、すぐに声をかけてケアチームでの活動に協力をお願いしました。佐藤さんは、「この辺りは大雨になると冠水しやすい場所で、以前はずっと土嚢を並べていましたが、土嚢の代わりにブロックを置き、板を載せてベンチにすれば、景観が良くなり、地域の役にも立てるのでは、と考えつきました」とその理由を明かします。これをきっかけにプロジェクトに迎え入れられた佐藤さんは、活動の広げ方や広報の仕方など様々な提案をしてくださる心強いブレインです。一息処がつなげてくれた貴重な出会いです。

チームはすでに、地域の“一息処”の候補箇所として挙がっている、デイサービス事業所などへ訪問を開始し、一息処としての了承を得たそうです。近くロゴシールがつけられ、活動の一体感もつくっていきたいとのこと。地域の思わぬ資源が再発見されたり、地域活動の新たな担い手とつながったりと、地域の力を育み始めている様子が伺えました。

第1弾

「第2層生活支援コーディネーター」をご紹介します!

杉並区内のすべてのケア24（地域包括支援センター）には、第2層生活支援コーディネーター（以下「コーディネーター」）が各1名配置され、地域の皆さんとともに地域づくりを進めています。

今号と次号（第19号）では、地域づくりを進めるコーディネーターの皆さんを、日々の取り組みで感じている「楽しかったこと」、「苦労したこと」、「自慢したいこと」などご本人の声とともにご紹介します。地域づくりにご興味のある方、地域のコーディネーターにお気軽にお声かけください。（※取り組みの詳細はP4【注釈】を参照）



ケア24下井草 長嶋朋子さん

「地域の集いの場に」と提供していただいた家でのカフェ活動。コロナ禍で休止状態ですが、カフェ・メンバーの「何かせずにはられない」気持ちがガーデニング活動となって動き始めています。どんな活動に進化していくのか乞うご期待!

ケア24上井草 渡辺由女さん

若年から高齢者まで各世代を支援する団体の方々と1年間話し合いを重ね、第2層協議体『上井草 結いの会』を立ち上げました。「みんなが笑顔で暮らせるまちをつくる」を目標に、地域が結びつききっかけや広がりと共に考えていきたいです。



ケア24清水 北川奨さん

今年度は「防災」をテーマに、地域の皆さんと昨年同様に会議を重ねていく予定でしたが、コロナ禍でできなくなりました。現在は新しい会議の形を模索しつつ、地域の課題や必要な物について改めて皆さんと話し合っています。



ケア24上荻 斎藤誓良さん

やっと再開したサロンでは「ここがあるからつながってられる」「認知症になっても来たい」などの声が聞かれました。どんな場所にすれば認知症になっても来られる? そんなことを皆さんと一緒に考えている時間が一番楽しいです!



ケア24善福寺 小川玲実さん

「ちょこっとご近“助”会」と名付けられた第2層協議体では、住民が中心となって地域のサロンを盛り上げる企画を考えたり、統計資料を読み込んだりするなど、地域の色々な出来事について和気あいあいと話し合っています。





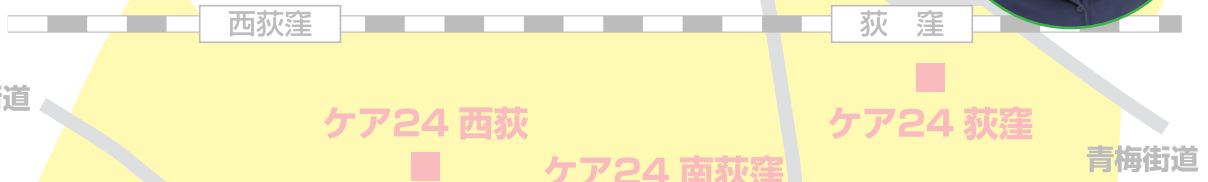
ケア24西荻 黒松利砂さん

アンケートで「地域ならではのことができることがある」「協力しあうことで解決につながるかも」「災害が大規模になり地域のつながりが必要」などの声が寄せられています。地域の人となんでも気軽に話せる機会を作っていきたいです。



ケア24荻窪 桃井孝子さん

今回のコロナ禍では、80～90代の方もスマホを覚えて、いち早くZOOMを導入するなど、地域の皆さんの新しい環境に挑戦する姿に頭が下がりました。いろいろと教わりながら、姿を変えていく地域に関わっていけることが楽しみです。



ケア24南荻窪 田中南菜子さん

「声をかけ合える街」「誰もが自由に散歩できる街」「サポートの輪を広げる」をテーマに地域づくりに取り組んでいます。「地域活動って楽しい」「つながりができて嬉しい」等といった住民の方の声が私のやりがいになっています。



ケア24久我山 中村綾子さん

事業所や関係機関の方たちと「久我山つなぐ会」を作っています。地域の課題や強みを話し合ったり、教わったりする活動が楽しいです。コロナ禍でも昨年に続き、介護フェアを開催できるよう、みんなで検討しています。



ケア24高井戸 尾関久子さん

町会・自治会の皆さんが、安心して暮らしやすい地域づくりのために色々な活動をされてきたことを知りました。町会に限らず、多くの人との出会いを通して、小さな活動が生まれてきています。心の触れ合いが実感できる素敵な仕事です。



【注釈】 杉並区では、杉並区全域（第1層）とケア24の各担当地域（第2層）の2つの圏域を設定し、地域の支えあいの仕組みづくりに取り組んでいます。第1層、第2層のそれぞれに生活支援コーディネーターと協議体を配置しています。第2層協議体では、地域の活動者や団体などが集まり、既に地域にある支えあい活動など地域の情報を共有しています。また、将来に向けて「自分たちのまちをどのような地域にしたいか」などを話し合い、その地域ならではの支えあいの仕組みづくりの推進を目指します。