

## 第三次千葉県地域福祉支援計画に寄せて（コラム）

- 1 「介護者支援カフェ」ケアラズカフェ みちくさ亭
- 2 泉の里公園整備事業
- 3 須賀山城祉再生・公園化に取り組む
- 4 マンション管理組合を町内自治会へ
- 5 町会・自治会加入促進マニュアルの作成
- 6 自治会加入促進の取り組み
- 7 地域子育て支援センター20年「街おこしに貢献する母親達」
- 8 一人ひとりの幸せに向けて「わたしの望みノート」
- 9 地域社会づくりと災害ボランティア活動
- 10 心豊かに暮らせる地域を目指して
- 11 ITを活用した独自の防災ネットワークを構築



# 1 『介護者支援カフェ』 ケアラーズカフェ みちくさ亭

介護者支援の会みちくさ

介護が必要なご本人と介護者が、おしゃべりや息抜きができるケアラーズカフェを柏市で行っています。介護者同士のつながりだけではなく地域の方々と、同じ生活者同志としてつながる場です。介護を担う家族は地域から孤立しがちで、介護を背負い込んだり、近隣の理解がなかなか得られないことが、住み慣れた街で自分らしく暮らせない一因と感じます。

これからの高齢社会で『自分らしく暮らす』には介護家族を地域で支え合うことがとても大事になると感じています。

この活動のきっかけは自身の多重介護、遠距離介護を一人で抱え込んでしまい、介護うつになってしまった体験から『一人で抱え込まないで』というメッセージを発信したくてカフェを始めました。

カフェという馴染みのある居場所で、気兼ねなく話し、相談や息抜きができる場所として利用いただき、介護者と地域をつなぎ、地域に理解者を増やす事に取り組んでいます。

## ～みんなの声～

- ★『カフェに来ると自分の心の空間、余裕がだんだん増えてきた』
- ★『友達がいても話すことができない。ようやく話せる場所で人につながる事ができた』
- ★『この先どうなるのか不安。ここに来るとほっとする、肩の力が抜ける』
- ★『なんでもしゃべれる。介護体験を聴けて参考にできてありがたい』
- ★『話したら一人じゃないんだと感じた』

## ～みちくさの活動～

※開催内容は日程が変更になる場合があります

- ◎ケアラーズカフェ 毎週 火・水・木 (11時～17時)
- ◎介護者同士のおしゃべり会 第2土曜日 (13時半～15時半) 【医師アドバイザーあり】
- ◎つながりワークショップ第2月曜日 (13時半～15時半) 【介護に関する情報や講習の場】
- ◎いきいき元気くらぶ 第3月曜日 (13時半～15時半) 【認定前、要支援者向け介護予防】



みちくさ亭の看板



活動の様子

## 2 泉の里公園整備事業

泉の里整備計画友の会(通称:泉会)

私たちの地域では、酒々井町の南部開発に伴い、地域の約半分が開発され市街地となりました。残された古村は、昔ながらの整備がされていない地域であり、山林、竹林が多く空家も出てまいりました。

この状況を見るにあたり、私たちが生まれ育った故郷の風情を癒しの里として整備して、地域の住民をはじめ広く町民皆様に立ち寄っていただける交流の広場を造ることを考えました。

幸い、村の中心となる処に神社やお墓があり、その前に荒廃した山林や竹林が、2,600㎡ありましたので地権者の同意を得て、行政の支援や区民皆様の協力を得ながら泉の里公園として整備しております。公園としての荒れ地の整備は4年目を迎え完成に近づいております。

今後は、公園の環境に適した草花や、アジサイ等の花木を植えて特徴ある交流の広場を造ってまいりたいと思っております。

今後の課題として、泉会の運営資金と人手の問題がありますが、南部開発により造られた町が所有する公園の草刈り等の管理を、泉会が引き受けることになり報奨金により運営資金の拡充が図れます。

また、人手に関しましては、地元の女性を中心に、すずらん会(老人クラブ)が発足し(平成26年7月)、花壇の花植えや手入れ等の軽作業を手伝ってもらえる計画もあり、男性だけの活動から女性を含めた活動となり組織の拡充も図られコミュニケーションの輪も広がることを期待しております。

泉会の設立・平成23年8月 会員数23人



基礎整備がされた泉公園(遊歩道は竹チップで)



町所有の公園の草刈り

### 3 須賀山城址再生・公園化に取り組む

社会福祉法人さざんか会 北総育成園

千葉氏の祖、千葉常胤(つねたね)の六男で、東庄町名の由来にもなった東胤頼(たねより)が鎌倉初期に築いたとされる須賀山城。その城跡は何時しか忘れ去られ荒れ放題になっていました。その由緒ある城跡の再生を当園40周年事業の一つとして位置付けました。

北総育成園が香取郡東庄町の遥かに鹿島灘(太平洋)、大利根の流れを俯瞰する丘の上に開園したのは昭和49(1974)年のこと。その源流はさらに遡ること20年、昭和29(1954)年、船橋市手をつなぐ親の会の発足にあります。障害を持った我が子の行く末を案ずる父母の切ない思いが船橋市の手によって実現しました。その後、北総育成園はこの香取郡東庄の地に40年の歳月を刻み、それはこれからも続きます。

この地は純然たる農村地帯。「ここで何をして生きるか」と考えた時、「百姓するしかあんめ一や」と言うことになり、地域に小さな畑をお借りして、50人の利用者の暮らしが始まりました。その40年の歳月は“遠くの親戚より近くの他人”で香取東庄地域の皆様の陰に陽に沢山のご理解とご支援を頂いた上に成り立ちます。時が経ち40年の歳月への感謝を形に表すことを意識した時、当園林産班椎茸貯木場としてお借りしている小山の隣に須賀山城址(約2000坪)があったことに気が付きました。篠竹と雑木に覆われたその城址は人は勿論、兎も狸も踏み込むことは出来ない程の荒れようでした。「よし、この城址を再生しよう」地主さんの了解を頂き、須賀山城址再生事業を25年度当園事業に組み入れました。篠竹のジャングル片付けは想像以上に困難で途中何度も投げ出したいとなりましたが、町の皆さんがその取組に注目してくれていることを知り引くに引けなくなりました。約1年、片付け延べ日数は50日。職員利用者の手伝い延べ人数は450人。結果、岩田東庄町町長他大勢の地域の皆さんに再生なった須賀山城址を見て頂く日に辿り着きました。平成26(2014)年5月24日、須賀山城址開山祭りがそれです。ささやかな地域貢献。以後、この城址公園を保守することが当園の仕事に加わりました。



須賀山城址開山祭り



活動の様子



## 5 町会・自治会加入促進マニュアルの作成

船橋市市民生活部自治振興課

船橋市には現在約 860 の町会・自治会があり、行政と連携を取りながら、各地域で環境美化・福祉・防犯・防災など様々な分野で活躍しています。

しかし、近年は新しい住宅地や集合住宅も増え、人々の価値観やライフスタイルの多様化が進んだことで、地域の活動に無関心で町会・自治会に加入しない人も増えており、その結果、市内の町会・自治会加入率は年々低下し、地域の連帯感や相互扶助意識の希薄化が懸念されています。

また、各町会・自治会においても、加入促進の必要性は感じつつも具体的などのように加入呼びかけなどを行えばよいか？ノウハウが無く苦慮する役員の声が聞かれていました。

そこで、船橋市自治会連合協議会（市内の町会・自治会の連合組織）では、加入呼びかけに関する基本的な事項をまとめた「町会・自治会加入促進マニュアル」を平成 26 年度に作成し、各町会・自治会へ配布しました。

このマニュアルは、加入呼びかけの事前準備や訪問時の注意事項、よく聞かれる質問への回答例、あいさつ状の作成例など、具体的な加入呼びかけの方法に関する事項の他、市内町会・自治会から寄せられた加入促進成功事例も掲載しており、今後、それぞれの地域特性に合わせた活用が実を結ぶことが期待されています。

The image shows the cover of the 'Town and Village Association Joining Promotion Manual' on the left and a page of success stories on the right. The cover features a colorful illustration of a diverse group of people and the title '住み心地のよい地域社会を目指して 船橋市町会・自治会 加入促進 マニュアル' (Aiming for a comfortable local community, Choshi City Town/Village Association Joining Promotion Manual). The publisher is '船橋市自治会連合協議会' (Choshi City Town/Village Association Union Council).

The success stories page is titled '5 加入促進成功事例' (5 Joining Promotion Success Stories) and lists three categories:

- 地道な活動・呼びかけ** (Thorough activities and calls)
  - 区内にできた新規分譲住宅の入居者に対し、会長・地元理事で 1軒1軒丁寧に訪問し、入会に繋がった。
  - 転入以来「近所づきあい」が面倒と未加入だった世帯があったが、事業者が毎日の通勤（バス）際に助けを求めたこときっかけとなり、町会加入となった。
- 世帯の事情に合わせた呼びかけ** (Calls tailored to household circumstances)
  - 子供のいる世帯へ少年野球などスポーツ活動を通じて声掛けをし、加入を呼びかけると無理なく進んだ。
  - 同じ地域に住むことになったご縁（地縁）を大切に挨拶や防災対策の協力が加入に効果的だった。
  - 訪問時にインターフォン面会中に女性がいることでドアを開けてくれる確率が断然高くなる。呼びかけ人の中に女性がいることは不可欠。
- 事業者との連携** (Cooperation with businesses)
  - 不動産会社や建設業者に町会加入の説明をお願いし、入居時の加入に繋がった。
  - 区内の自治会未結成マンションへ町会イベントの招待状や地区情報を送るなどの啓発活動をしたところ、自治会結成に繋がった。
  - 区内で大型開発があり、開発業者と連絡をとりながら、住宅販売開始に合わせて「願意書」を開発業者に配布してもらい、8割程入居した頃に加入説明会を開き、スムーズな加入に繋がった。
  - 区内でマンション建設があった場合、計画段階から話し合いを持ち、加入を呼びかけることでスムーズな加入に繋がっている。

### 加入促進マニュアル

## 6 自治会加入促進の取り組み

木更津市市民部市民活動支援課

木更津市におきましては、自治会加入促進を図るため、平成26年7月1日付けで、「一般社団法人 千葉県宅地建物取引業協会南総支部」、「木更津市区長会連合会」、「木更津市」の三者で自治会への加入促進に関する協定書を締結しました。

近隣市でも千葉県宅地建物取引業協会南総支部と協定書を締結したお話を伺いましたので、木更津市区長会連合会でも、ぜひ協定を結び自治会加入促進への一助になればと締結するに至ったところです。

この協定に基づき、木更津市内に所在する南総支部会員事務所を協力店として、自治会加入促進用チラシの掲示及び市内の住宅の販売、仲介、賃貸等をする場合に、入居者に対して当該チラシを配布し、自治会加入促進を促すよう努めています。区長会連合会の会員である区長、自治会長等は地域において当該チラシを活用して自治会加入の勧誘を行っています。また、木更津市では、市民課窓口において転入者に対して当該チラシを配付し、自治会加入の促進を呼びかけています。

本市においては、新しい宅造住宅地があり、いくつかの地域では新たに自治会が設立されています。

協定書を結んだからと言って、すぐに自治会加入に反映されるものではありませんが、今後も引き続き、自治会加入促進を図ってまいります。



加入促進のポスター

## 7 地域子育て支援センター20年「街おこしに貢献する母親達」

木更津社会館保育園

平成26年11月15日(土)木更津駅西口一帯は大勢の親子であふれかえりました。普段静かな駅前商店街が、1日だけ人で一杯になっている風景を見た人達からは「いまから40年前の木更津を思い出す」と言われました。

平成6年4月厚生労働省は、子育て中の親たちを保育園が支援することを提案し始めました。核家族化と新興住宅地など地域社会のつながりの希薄化が孤立無援の子育てを招いていること。親たちは子育ての不慣れ、不安から精神的に追い詰められているらしいこと。保育園が持つノウハウがとても有効であること。それを親たちに教え伝えることで、保育園は育児不安の解消に貢献できること。厚生労働省はこの様に指摘していました。木更津社会館保育園は平成7年4月地域子育て支援センター「ゆりかもめ」を開設。電話相談など子育て支援事業を始めます。「ゆりかもめ」を際立たせていたのは、「待っているよりこちらから出ていこう」の精神でした。電話相談に応じることと並行して、市内の公園に担当者が出て行って、そこに集まっている親子達に直接会ってみよう。親たちと一緒に子供達を遊ばせながら、直接親たちの気持ちに触れて見よう。

週に1度2時間ほどの「出張保育」「青空保育」は大当たりでした。1年で市内4ヶ所の公園に「ゆりかもめ」の幟が立つようになります。「青空保育」と「保育所保育」の違いは、保育士達が誰に働きかけるかにありました。「保育所保育」はお子様達をお預かりして直接保育します。「青空保育」では母達に働きかけるのでした。母達に遊び方を教える。「保育士は助手席、母達が運転席」この原則に加えて、「母達を市民として自立させる」「母と母を繋げる」の2つの行動原理が加わって、「ゆりかもめ」の母達の自律的な姿勢は年々洗練されていったのであります。

母達が、指導者達よりも「少し先輩の母達の言うことにより耳を傾ける」と言われ出すのは数年後のことでした。いまそれは「ピアカウンセリング」と言われます。専門性よりも同調性が優先だということです。「ゆりかもめ」はスタッフの交代に際して、直前まで子育てに奮闘していた親たちの中から、後任候補者を探す様になっていました。その母達が平成16年「木更津こどもまつり」を開始。平成26年11月第11回の参加者合計7千名。内スタッフだけで千名。子育て中の母達の才能を「ゆりかもめ」は引き出すことに成功したのでした。母達は凄いです。



ゆりかもめ寺町分館内部



こどもまつり学童の肩叩き隊



## 8 一人ひとりの幸せに向けて「わたしの望みノート」

柏市社会福祉協議会

「わたしの望みノート」は、沼南地域包括支援センター（柏市社協受託）で関わった高齢者への支援から誕生しました。身寄りがなく在宅で介護を受けるその女性は、自身の最期に大きな不安を抱えていました。その不安は、その方だけではなく、地域が抱える課題かもしれないと考えた私達は、地域ケア会議を開き、多くの専門職の協力・連携のもと、平成26年2月に第1版「わたしの望みノート」を作成いたしました。

同様のノートは今では沢山見られますが、手に取った後、活用いただけるものにしていくのが難しいところです。そこで、平成26年9月から東京大学との共同研究として市内の高齢者に調査を行いました。調査結果を踏まえ、よりニーズに合ったものにするため改訂作業に取り組み、平成27年度に改訂版を発行することにしました。

今後は説明会の開催等を検討し、「わたしの望みノート」をきっかけにより多くの方が自分の将来について考え、今の生活を豊かにしていける地域の実現を目標にしています。

### ○主な内容

- I わたしの基本情報
- II わたしを囲む人
- III わたしの財産
- IV 介護が必要になったら
- V 認知症になったら
- VI 終末期に自分が受ける医療についてあらかじめ考える
- VII 自分の最期をあらかじめ考える
- VIII 大切な人へのメッセージ

### ○使い方

これまでの人生を振り返り、大切な「今」を整理して、未来への望みをノートにまとめます。各ページをコピーして、信頼のおける家族や友人、主治医の先生などに思いを託せます。

### ○特徴

- ・ これからの生活に役立つミニ知識の掲載
- ・ 市内の相談窓口の掲載
- ・ 好きな所から無理なく書きやすい



『わたしの望みノート』作成のための活動の様子

## 9 地域社会づくりと災害ボランティア活動

千葉県社会福祉協議会

大地を振り回し、海をつかみあげ、原子力発電所の安全神話を粉々に打ち砕き、東日本大震災は人々の生命、健康、生活、社会基盤を根こそぎ破壊しました。震災後のプロセスが明らかにしたものは、近隣同士の助け合いや支え合い、地域住民一人ひとりが課題解決に向けて取り組みながら、自分たちの地域を住みよい街にしていこうとする「ともに生きる力」の大切さです。

東日本大震災以降も毎年全国各地で大きな自然災害が発生しています。千葉県でも平成25年9月の野田市における竜巻被害、同年10月には台風26号による風水害が発生し大きな被害を受けました。被害が大きかった4市の社会福祉協議会は直ちに災害ボランティアセンターを開設し、24日間で延べ632人のボランティアが災害復旧活動に汗を流しました。

千葉県は、平成26年4月に施行した千葉県防災基本条例において、「県民は、自主防災組織等並びにボランティアが行う防災活動に自発的かつ積極的に参加するように努める」よう定めました。また、平成26年12月19日に政府の地震調査研究推進本部が発表した「全国地震動予測地図」によると、千葉市の場合、今後30年以内に震度6弱以上の揺れに見舞われる確率は73%で、横浜市に次いで全国で2番目に高い確率となっています。

人はひとりでは生きられません。誰も排除しないし差別しない、つながりのある地域社会づくりが必要です。お互いのおかれている立場を認めたらうで、自分自身も地域社会の一員であることを認識し、地域社会をともに支えていることを実感する力が育まれることで、住民相互の支え合いや活動が行われる地域へと変わっていくことができるのです。



活動前のオリエンテーションの様子



床上浸水で濡れた畳を外へ運びだす

## 10 心豊かに暮らせる地域を目指して

### NPO法人青葉台さわやかネットワーク

青葉台さわやかネットワークは、青葉台を中心にして市原市西部地区など私たちが暮らしている地域を、“安全で安心して心豊かに暮らせるまちにしたい”との理念のもとに平成6年に設立され、平成12年にNPO法人を取得しました。会員がお互いに助け、協力することによって、子どもから高齢者・障害のある人までそれぞれが交流し合える温かいまちづくりを目指して活動しています。

活動については、掃除・洗濯・炊事、庭木剪定・草取り、車での送迎、ふれあい昼食会、地域でのさわやかまつり・餅つき大会等や子育て支援を実施しています。また、居場所づくりとしては、青葉台ふれあいサロンを設立し、現在は町会・老人会等も参加していただく中で管理運営され、地域の方々誰もが立ち寄り集い合える楽しい居場所となっています。

一方、青葉台地区の高齢化率は、市原市の23%に対して33%と約10%も高い状態となっているのが現状ですが、平成27年4月からは要支援1及び要支援2を対象とした介護保険の介護予防給付のうち、訪問介護と通所介護が、市町村の実情に応じた多様な主体によるサービスの提供を可能とする制度へ段階的に移行することが決定されています。

市民の多くの方々は、住み慣れた地域で、住み慣れた家で、住み続けることの出来る社会を望んでいます。今回の介護保険制度の改正に伴い、地域での暮らしを守るにはNPO法人やボランティア団体、地域の地縁組織（町会や老人会、民生委員・児童委員等）が対応していく必要があり、各団体が連携し合い、ネットワークをつくる中で軽度な要介護者や障害のある人等を支え合っていくことが必要です。今後、目指す地域像として、ぶらっと立ち寄り、お話ができる居場所（サロン）が各町会にあり、その中核には、デイサービスやショートステイを備えた複合型の小規模多機能の施設があつて、夜間随時巡回サービス対応ができることにより、24時間365日を支えることの出来るモデル地域を形成したいと考えます。これに対し青葉台地区は、姉崎東中学校を中心に、約3千5百世帯数のモデル地区としては理想的な条件が整っていることから、早期に実現化に向けて取り組んでいきたいと考えます。



ふれあい昼食会



餅つき大会

## 11 ITを活用した独自の防災ネットワークを構築

習志野市保健福祉部保健福祉調整課

本大久保ホームタウンは昭和55年から入居が始まった420戸余りの一戸建ての新興団地です。平成10年に、自治会役員兼務の自主防災会が設立されましたが、消火器使用訓練や救急救命訓練、非常食の備蓄などの断片的な活動にとどまっていた。

そこで、平成20年に地域住民自身による自助・共助活動の具現化と、より実践的な活動を目指し、任期1年の自治会役員とは別立ての「専任防災委員」による自主防災会を新たに組織化しました。

組織化にあたっては、専任防災委員に加え、緊急時に出動する後方支援の協力委員、さらには自治会役員・班長も含めて統制できるよう「地域ブロック制」を導入しました。

防災委員については防災活動の中心の人材とすべく、外部講習会、外部視察、災害図上訓練を繰り返し実施し、災害時の対応能力の向上を目指しています。女性や多忙者が多い協力委員には、日常的負担を減らしながらも、被災時に活躍ができるよう、意識付けや、救援・救護訓練、備蓄食品利用訓練を実施しています。

また、ITに関するノウハウを持つ役員らのスキルで、簡易無線機やIT技術を活用した情報収集と指示・発信ができる体制の構築を目指しています。簡易無線機は各ブロックに配備し、災害時には、発電機を整備した自治会館内に設置される「防災センター」などとやり取りを行うこととしています。自治会専用の掲示板では、緊急防災情報の確認や、「助けて！メール」の送信ができ、実際の災害時にこれらITツールがスムーズに利用できるよう、講習会や訓練などにも積極的に取り組んでいます。東日本大震災時には、ITを活かしたこの体制により、迅速な被害状況の収集を行うことができました。

さらに、災害時に安全が確保できた場合に軒先に掲げる「安否確認プレート」を全戸に配布しており、平成25年度の習志野市総合防災訓練では8割近い世帯がこれを掲示していたことから、一部の役員だけではなく、まち全体として防災意識が高くなっていることが確認できました。

今後も、専任防災委員が高齢者に片寄らないよう、若い世代や転入者を積極的に受け入れ、世代間の広がりや活気のある組織を目指しています。



簡易無線機を使った通信訓練



参加者体験型防災訓練