

# つながる福祉 高齢者見守り隊

我が国の65歳以上の高齢者人口は、平成25年(2013)10月1日には3,190万人となり、総人口に占める割合は25.1%で、過去最高となった。単純に周りを見回した時、4人のうちの1人は高齢者という計算になる。65歳以上の高齢者のいる世帯は、全世帯(4817万世帯)の43.4%に当たる2093万世帯(平成24年現在)。この高齢者がいる世帯、若い世代と同居しているとは限らず、一人暮らしの高齢者、高齢者のみの世帯もあることを頭に入れて考えなくてはならない。

(参考資料 内閣府平成26年版高齢社会白書)

## 元気な高齢者の活用

最近の高齢者は、高齢者と呼んでは失礼かな?と思えるくらい65歳を超えても元気な人が多い。団塊の世代が65歳を迎え、かつ健康で過ごす高齢者が増えたことは、まだまだ現役で活躍する場を求める「若い高齢者」が多くなっているといえそう。

そろそろ年齢だけで高齢者と判断する社会の固定観念を、変えていかなくてはいけない時期にある。意欲や能力を持つ高齢者を、地域社会を支える人材として活用していけば、地域や社会、あるいは高齢者を取り巻く問題の解決を図ることも可能ではないだろうか。

## 孤立する高齢者

ただその反対にうまく地域に溶け込めない高齢者や、一人暮らしで家族や地域との繋がりが希薄な高齢者がいることも事実だ。

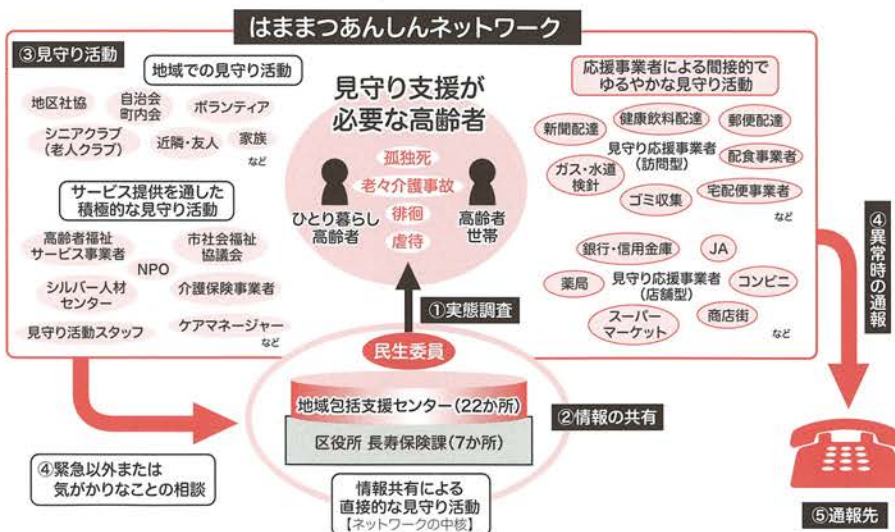
高齢者に限ったことではないかもしれないが、こういった人たちは日常生活に不安を抱え、見守りを必要としていることがある。その問題を解決するために近年、国の指針を基に各自治体が「見守りネットワーク」を構築し、様々な団体が協力し合って見守りを行う取り組みが、全国各地で行われるようになった。

## 浜松市の場合

日常生活に不安を抱える高齢者をさりげなく見守り、支援する仕組みとして「はままつあんしんネットワーク」がある。民生委員や地域包括支援センター、区役所長寿保険課が情報を共有しながら直接的な見守り活動を行い、ネットワークの中心を担う。

見守りを必要とする高齢者(ひとり暮らし高齢者や高齢者世帯)に対しては、自治会や町内

「はままつあんしんネットワーク」のイメージ



会、地区社協などによる地域での見守り活動、新聞配達や金融機関など応援事業者による間接的でゆるやかな見守り活動、介護保険事業者や市社会福祉協議会などによるサービス提供を通じて、積極的な見守り活動などがある。

また、助けがほしい高齢者と積極的に社会参加をすることで生きがいを求める高齢者などが助け合う互助ネットワークが、行政の作った枠組みを基本にできあがりつつある。



月1回のミーティング

月1回の情報交換の場。和やかな雰囲気の中でも情報共有はしっかりと行います



窓拭きや網戸の張り替えの家事支援。男性も活躍します

### 富塚地区社会福祉協議会

浜松市中区富塚町1740-1 富塚協働センター内  
TEL 053-472-8868  
浜松市社会福祉協議会  
TEL 053-453-0580

## 地域福祉は地域の人材を生かしながら

毎月1回、「家事支援ふれあいサーブिसミールディング」に集まる浜松市中区富塚地区社協のコーディネーターの皆さん。年間650件に及ぶ支援依頼を取りまとめ、44人（男性10人・女性34人）の地区内に住む協力員につなぐ。会議は、笑いあいの和やかな雰囲気の中で、事例検討や情報の共有化を進める。もともと地縁血縁が少ない地区で、地区社協が助け合いの受け皿になりやすかった。そして設立時から人材育成に力をいれ、仕事に対して責任やモラルの教育を行ってきた成果が、支援依頼の数に表れる。また、家事支援を行う協力員として人の役に立ちたいという人が多く、人材に恵まれていたことも活発な活動につながってきた。

支援を担うのは60代から70代が中心。草取り、掃除、洗濯、ゴミ捨て、調理をはじめ様々な支援依頼がある。「活動を通して高齢者から教わることも多く、地元を知る機会も増えた」「自分の親を看取った後、支援を通して親にできなかったことを別の形で返すことができているようで、うれしい」という声も聞かれる。地域内で支援が必要な人を支える体制は、地域に貢献したいという人の思いがあつてこそ。そこに人と人とを繋ぐコーディネーターがいることでうまく回り出す。民生委員との連携や積極的な情報発信で活動の輪を広げ、安心して暮らすことのできる地域づくりの一端を担う。



朝のゴミだし。ちょっとした家事支援にも出向きます

## 地域のアクティブ・シニアの力を生かす「現役っこクラブ」

### 健康寿命を延ばそう！

元気なシニアの活動の場として、浜松市南区に「現役っこクラブ」がある。健康をキーワードに、地域の人に運動や学び、社会参加の場と機会を提供する。コミュニティキッチンを備え、健康長寿食も提供している。

近隣住民の交流の場としての青空市、コミュニティカフェは毎月開催。会員同士で教え合う教室や作品の展示（ギャラリー）は、随時開催。ウォーキングや健康輪投げ、エアロビーションなども人気だ。今年4月から7月までの4カ月間で開催されたイベントは157回、のべ1996人が参加した。口コミで、参加者数は

うなぎのぼり。足を運ばば誰かに会える。人とつながり、健康になれる。参加者の笑顔は印象的で、年齢を感じさせないほど元気だ。

毎月1回、運営するNPOライブケア浜松が会報誌「よつこらせ」を発行、近隣へ手配りする。8月には通算125号目が発行され、楽しみにしている住民も多い。地域内のコミュニケーションが広がりに、まちや人が元気になってきた。

NPOでは会員による草取りや掃除、洗濯、通院のお手伝い、簡単な修繕といった生活支援サーブिसもあり、安心のよりどころにもなっている。定年退職して時間がある会員が、特技を生かしながら有償ボランティアで作業を行う。ここに来れば誰でも「現役」。健康寿命を延ばし、生涯現役を目指して、日々、活動を続ける。



現役っこクラブ朝市

月1回、地元の人たちが朝市にやってきました



現役っこ腰痛ケア

理学療法士と一緒に腰痛・膝痛ケア講座。みんな真剣に取り組めます

### 「現役っこクラブ」問い合わせ先

〒430-0814  
静岡県浜松市南区恩地町263  
TEL 053-544-7788

# つながる地域力 in 島田

ここ最近、市民活動が活発な島田市。日頃感じている問題を見つめ、出来るところから思いをカタチにする、多彩な団体の活動の一部を紹介します。

## シマダの女子カアアップ応援委員会

### SHIMA JYO

代表 土屋宏美さん

8人の若手女性経営者が、ひと味違う町づくりと自分自身の脱皮を目指し発足。女性経営者へのバックアップ体制がまだ十分でない島田。出来たばかりのロゴマークには赤いバラ。やる気を胸に花咲かせます!



## 「重度障がい」という垣根を越えて

### しまだリアンの会

代表 坂田美智子さん

「リアン」はフランス語で「絆」。重度障がい児(者)の居場所を作ろうと親たちが設立。「キモイ、ヤベー、身障じゃん!と話す子どもたちにこそ知ってもらいたい」と映画上映やふれあい活動を展開。重度障がいを持つ子は生まれて一度も人の悪口を言ったことがない、感性が豊かで人の心を読む力があると伝えると、子どもたちの表情が変わっていく。重度障がい者も自然に暮らせる町を目指す。



## 誰もが居心地いいと感じる地域へ

### 広報しまだ

島田市企画部広報課  
広聴広報係 鈴木克典さん



平成23年以降、全国・県広報コンクールで最優秀賞等を連続受賞する「広報しまだ」。民間での経験を生かし市民目線で取材・編集を担当するのが鈴木さん。「広報とは行政と市民の溝を埋め、協働や行動の種を蒔く存在」と語る。多くの取材を通じ「人とつながることが楽しいと思える自分になった」。現場で得た感動をどう伝え、信頼をどう築くか。その眼差しは穏やかで温かい。



## まさに ZOO(動物園)のような多彩なバンド

### 島田ミッドナイト・ズー リハーサル・オーケストラ

二代目バンドマスター 岩本昭彦さん

初代バンドマスターの遊び心で命名された創立24年のジャズ・ビッグバンド。浜松や清水のメンバーも含め、男女問わず幅広い年齢層の20人が集う。「皆で音楽を作っていく感じがいい」と岩本さん。「日頃のつながりはゆるく、練習は厳しく、本番は楽しく」がモットー。自由な雰囲気ときっちり仕上がったジャズをもっと多くの人々に届けたい。



## 島田をおしゃれに盛り上げたい!

### おしゃれボーイズ

代表 櫻井望さん

地元青年の熱意で初開催したキャンドルナイトから2年。現在メンバーは男女計35人。持ち前の団結力とチームワークで若者向けイベントを次々展開中。「自分たちに刺激を受けた若者や、デートする若者が増えたら嬉しい」。未来の子どもたちのために。市民がもっと心から好きな島田に!

## 一人ひとりのハートに「I LOVE 川根」

### Univer-City KAWANE

代表 田村善之さん

住み続けるためには、今考えないと! 20代の頃友人にいわれた一杯のお茶が絶賛され、川根茶の美味しさ、自然、仲間を残したいとUターンを決意。「町の誰もが先生であり生徒、町全体が一つの庭であり学び舎」という構想を基軸に、外部からグローバル視点を取り入れる「川根ワールド・フォーラム」を開催。郷土愛と学びの精神で地に足のついた中山間地域づくりを目指す。



## 空港の魅力と可能性を伝えるホームページ

### 静岡空港シティニュース

代表 廣木武夫さん

静岡空港から同心円状に広がる市町をボーダーレスにつなぎ、人や空間の連携、その魅力や利点・欠点を見据え「空港シティ」という新たな付加価値を共有し、地域発展の糸口にしたい。



## 人と人、笑顔と心をつなぎます

### 島田市レクリエーション協会

理事長 小澤康恵さん

会員は若い世代からシニア世代までの61人。スポーツ・レクリエーションをはじめ、ダンス、ゲーム、歌遊びなどの様々なレクリエーションで「人づくり和づくり地域づくり」を目指し元気いっぱい活動中!



## 母の力は無限大

### 島ママDream

～ママの夢をカタチにする会～

代表 杉本真美さん

子育て支援が充実するにつれ、受身の母親が多い中、自分たちがやりたい・知りたいことを実践。「子育て真っ最中だからニーズは自然と分かるので調査も不要!お母さんの選択する(生きる)チカラをアップしたい」。



## 魅力あるショップをハシゴしよう!

### シマアツ

島田がアツいプロジェクト実行委員長  
藤田嘉士さん

子どもの頃賑わって遊んでいた商店街。あの頃のように人がわざわざ足を運ぶ特別な町にしたいと、若手店主に声を掛け魅力ある店のハシゴ企画「シマアツ」が誕生。現在約50店が参加。店主らの連携や異業種交流から新コラボ商品も次々と誕生。市外からも「遊びに行こう!」と言われるよう各店の質とモチベーションを上げたい。第6回は、今年11月開催予定。



## 足もとから 多様性を生かす時代へ



4年前長期海外生活を経て島田市に来た時、なんて恵まれた町なんだ！と感動した。まず安全、美味しい食べ物がたくさん、自然が豊か、独自の伝統文化がある、都市圏に近く適度に田舎、お茶が美味しいなど島田の持つ「素材の良さ」にしみじみ感動した。ところが町の人々と接すると印象は違った。どこか遠慮気味、挨拶が苦手、自分の思いを話さない。私がよそ者だからかとも思ったが、単に大人しいだけでなく閉塞感や諦めのようなものを感じた。

もともと熊本で生まれ育ち、カナダのイヌイット・コミュニティやメキシコ生活を含め国内外で10回以上引っ越し経験のある私は、「その土地の本質は人々に表れる」と実感していた。風土や文化に育まれた気質もあるが、地域の状況は住民の言動となって良くも悪くもその土地の今を伝えるのだ。なぜこんなにも恵まれた町で閉塞感を感じるのだろうか。機会あるごとに島田の人々と接しながらその背景や要素がいくつか垣間見えた。

同じ頃、久々に生活する日本で見えていたのは「超少子高齢化・人口減少社会」の現実。私にはそれが異様に映った。GDP世界第2位(当時)の先進国なのに、子どもを生みにくい、働きづらい、生きづらい空気がどこもなく漂い、さらに人々がそれに気づかないふりをしている空気すら感じ、危機感を覚えた。そもそも日本には各地特有の愛すべき豊かな自然・歴史・文化があり、国民は世界トップレベルの教育を受け、世界からの信頼もある。国家発展の土台はあるのに、なぜか人々は幸福感が薄く共鳴し合っていない。こんなにもったいないことはない。

私は子育てのかたわら、少しずつ知り合いを開拓した。最初こそ扉を開けるのに苦労したが、話してみると一人ひとりの個性、熱い思いが伝わってくる。大丈夫、閉塞感を打破するカギはやっぱり島田の人々の中にある、と確信した。失われたアイデンティティを取り戻そうと、苦悩しながらほそぼそと活動を続けていたイヌイットと重なった。私は男女共同参画とダイバーシティ(多様性)の視点から様々な地域づくりに携わった。今、日本に最も欠けている、日本の底力を生かすために必須の視点である。

その後、島田では女性市長が誕生し、市民の中にも島田を見直そう、変えようという新しい風が次々と生まれている。地域の価値はタダでは手に入らない。そこに住む人々が創り上げる。足元に抱える問題に住民自らが目を向け、考え、行動することが大切だ。

そこには誰が参加してもいい。男も女も、大人も子どもも、若者も年輩者も、障害者も外国人も、元から住んでいる人も新しい人も。立場の違いを越え、互いの多様性を尊重しあう豊かな連携から、健全で層の厚い地域が生まれる。一人ひとりの能力や個性が繋がればつながるほど、無限の可能性と未来が生まれる。

日本全体が超少子高齢化・労働力不足社会に突入しながらも、今私にはこの町の未来が4年前より確実に明るく映っている。

(園部真由美)