

コラム5

・ 誰でも気軽に立ち寄れる「居場所」が増えている

「井戸端会議」という言葉があるように、かつて「井戸端」は、自然と人が集まって、世間話をしたり悩みを聞いてもらったり、ときには相談を持ちかけたりする場所だった。井戸は生活の中から消えて久しいが、「井戸端」のように誰でも気軽に立ち寄っておしゃべりできる場所を作る動きが各地で広がりつつある。

現代版「井戸端」は、“サロン” “居場所” “コミュニティ・カフェ” “茶の間” 等々いろいろな名前で呼ばれている。気軽に立ち寄れる場所タイプや食事や喫茶をメインにしたカフェタイプなどの形態があり、高齢者向け、子育て世代向け、多世代対象向けなど対象者もいろいろなら、開催頻度も毎日オープンしているものから月に数回定期的に集うものまでと、実にさまざまである。

運営者は、住民グループや特定非営利活動法人、社会福祉協議会が多いが、お寺や社会福祉法人が主体になっているところもある。形態や名称は多様でも、共通しているのは、人が気軽に立ち寄って、おしゃべりしたり、お茶を飲んだりして時間を過ごせる場所づくりを目的としていることである。

ここではタイプのちがう3つの取組を紹介する。

○ニュータウンの団地住民をつなぐ地域のカフェ「ふらっとステーション・ドリーム」

(住所：神奈川県横浜市戸塚区、運営団体：特定非営利活動法人ふらっとステーション・ドリーム)

横浜市戸塚区の南西端にある「ドリームハイツ」。1970年代初頭、高度経済成長時に建設されたこの団地には、現在、約2,300世帯、約5,600人が生活している。この団地の中に、毎日オープンのカフェタイプの居場所「ふらっとステーション・ドリーム」がある。

400円のランチが人気でにぎわうお昼時、グループ客にまじって、年配の“おひとりさま”のお客さんが、周囲のおしゃべりをBGMにゆっくり食事をとる姿が見られる。

この地域は、建設当時から交通の便が悪く“陸の孤島”と呼ばれ、店舗、医療をはじめ保育園や幼稚園も近隣になかった。この不便さが逆に住民の結束を強めた面があり、住民たちによる自主保育など地域に根ざした様々な活動が始まった。今では子育てや障がい者福祉、高齢者福祉など15の団体が団地を基盤として活動している。

入居開始当初は子育て世帯が中心だったこの団地も、最近では高齢化が進行。高齢者を支援する3つの団体（「ドリーム地域給食の会」（高齢者向けの食事サービス）、「ふれあいドリーム」（介護保険事業 障害福祉サービス事業等）、「いこいの家 夢みん」（介護予防のデイサービス））が活動しているが、「どんな状況におかれても住み慣れたまちで暮らしていける地域にしたい」との思いで、3つの団体が福祉連絡会を立ち上げ、これが居場所「ふらっとステーション・ドリーム」をつくるきっかけとなった。



この「ふらっとステーション・ドリーム」は横浜市の協働事業「地域ぐるみ介護予防の仕組みづくり」として提案・採用され、行政の支援を受けながら、閉店した薬局の空き店舗を利用して平成17年に開設した。平成20年には、活動の幅を広げ、より自立・自律した組織を目指すため、任意団体から特定非営利活動法人となった。

「ふらっとステーション・ドリーム」には、サロン、カレッジ、情報相談コーナーの3つの機能が備わっている。サロンは、喫茶やランチの提供もする高齢者が地域とふれあう場、カレッジではイベントの実施や地域ニーズに合わせた各種講座の開催、また、情報相談コーナーでは区役所に足を運ばなくても知りたい情報、必要な情報が手に入る。さらに、運営資金を確保するために市民の作品を展示販売したり、セレクトショップ（各地の商品の店頭販売）も行っている。平成20年は延べ14,176人が利用した。運営には30人ほどのボランティアが参加している。

今後の課題は、「独居高齢者や夫婦高齢世帯の見守りと地域の活動を次世代に引き継ぐこと」と、このカフェをたちあげた一人島津禮子さんは語る。「高齢化」「一人暮らし化」の問題を見据え、「ふらっとステーション・ドリーム」の役割は何かを今後も問い続けていく。

○商店街の一角にあるみんなの広間「茶話（さわ）やか広間」

（住所：千葉県流山市、運営団体：特定非営利活動法人流山ユー・アイネット）

千葉県流山市、江戸川台駅前から続く商店街の交差点に「茶話やか広間」がある。平日は毎日、午前10時から午後4時まで、お茶・コーヒーを飲みながらの癒しの場として、高齢者、障害者、子育て中のお母さんから子どもまでが自由に集まってくる。

都心に勤めるサラリーマンのベッドタウンとして栄えたこの地域も、現在は、高齢化が進み、高齢者単身世帯も多い。危機感をもった米山孝平さん（特定非営利活動法人流山ユー・アイネット代表）が、住民同士の交流を活性化したいという思いで居場所を始めた。

米山さんは、「家にひきごもりがちな高齢者は、認知症になりやすい。“茶話やか広間”では、利用者が、人とのコミュニケーションを図り脳を活性化させることで現在の介護予防となっているだけでなく、ご近所の方に声をかけて集まったボランティアスタッフも、ボランティアをする事で将来の介護予防になっている。」と話す。

「茶話やか広間」では、将棋をする人もいれば、おしゃべりに花を咲かせる人も、得意な書道を教える人もいる。みんなが主体的に参加できるように、「催し物は極力少なくする。テレビは置かない。自由におしゃべりできるスペースを確保する。」といった工夫がこらされ、自由で活気のある雰囲気が生まれている。利用者が得意分野を他の利用者に教えるなどの自然発生的にサークルができることもある。



スタッフは地元の人が多く、無償ボランティア30名がシフトを組んで運営している。市の遊休施設を無償で利用しているため利用料は無料だが、「こころざし」（寄付）を希望される利用者が多く、そのための箱を入口付近に置いている。

男性の利用者を増やす工夫もしている。定年退職するまで地域との接点が少なかった男性をターゲットに、16時からの「酒（ささ）やか広間」を開始したそうだ。集まってお酒を飲みながらおしゃべりする場が、男性に好評である。

米山さんは、「今後もどんどん参加者を増やし、地域住民自らの手でコミュニティーを活性化していきたい」と語る。

○地域住民と行政、福祉施設が連携して運営する「八城しあわせサロン」

(住所：山口県下関市、運営：八城地区活性化対策協議会)

四方を山に囲まれた下関市豊北町八城地区。人口約220名のこの地区は高齢化率が45%を超え、過疎化も進んでいる。平成13年、自治会がこの地区を元気にするべく発足させた「八城地区活性化対策協議会」が運営するのが、地域の居場所「八城しあわせサロン」である。

サロンが始まったきっかけは、協議会が実施した住民アンケートで「地区住民が楽しく集まれる場所」の要望が強かったこと。これを受け、協議会が豊北町役場（当時）の支援を受けながら、平成16年にサロンをスタートさせた。場所は、JAの協力により元JA出張所を活動拠点として活用し、行政からの助成で施設改修を行った。運営には、特別養護老人ホーム白滝荘が協力している。

サロンは、「利用者が元気で、全員で楽しい時間を創造する」「見聞を広め、趣味をいかした生きがい創造する」「活動できる85歳をめざし、生涯現役の体力を養う」の3つを活動目標にしている。

現在の活動日は月2回(第1・3木曜日)。午前中は主に健康チェックや食事づくり、おしゃべり。昼食後は、白滝荘職員の指導による健康づくり体操、次回の話し合い、といった内容で行われている。

利用者の意見を重視したプログラムづくりがこのサロンの特徴であり、花見やイチゴ狩り、子どもたちと竹を使った「そうめん流し」等も行っている。利用者からは「人と話す機会が増え、楽しみができた」と大変好評。協議会の弘中祥夫さんは「月2回、白滝荘の協力で健康チェックできることが続く要因だと思う」という。

また、白滝荘の入所者がサロンで過ごす「逆デイサービス」も取り入れている。普段は認知症の症状が見られる参加者も、ここには昔を知る人がいるという安心感からか、話し掛けられると、うれしそうに若いころの話をするとのこと。

現在の利用者は支援が必要な高齢者11名、元気な高齢者・ボランティアが8名、白滝荘からの逆デイサービス利用者が2名である。財政は厳しいが、「利用者の負担は押さえない」と、1回の利用料は利用者300円、協議会のメンバーやボランティアも200円支払っている。



運営に携わる小田久子さんは、今後の課題は「後継者の育成と利用者を増やすこと。若い世代が運営に携わってほしいし、他の活動に参加している高齢者とのつながりを増やしたい」と話す。過疎化したこの地区の元気をどのように取り戻すか、地域住民の挑戦は今後も続いていく。

以上、紹介した例は、全国に拡がりつつある「居場所」のほんの一部にすぎない。居場所には“こうでなければいけない”というルールはなく、地域のニーズや環境にあわせてやりたい人がやりたいように運営するのが眼目である。その中には個人が自宅の茶の間を開放しているようなタイプもあり、居場所の全体数を把握することはできないが、全国で数万以上あるとも言われている。

高齢者に対して、制度や契約を通じた様々な支援が行われているが、それだけで人間らしい生活が実現できるわけではない。自発的な人と人との交流があってこそ、生涯を通じて生き生きと暮らすことができる。

ひっそりした一人暮らしの家の中で時間を持て余したときに、ふらっと出向き、おしゃべりに加わらなくても、何をするわけでもなく、人の気配を感じられる場所がある安心感が、居場所とともに広がっていくことを期待したい。

コラム6

見守りや安否確認の取組

高齢者が孤立死などの不安を抱かずに、住み慣れた地域で安心して過ごせるよう、各自自治体では見守りや安否確認に関する様々な取組が進められており、住民も参加した取組が広がりつつある。

また、独立行政法人都市再生機構（以下「都市機構」という。）においては、都市機構賃貸住宅に居住する高齢者等を対象とした見守りサービスを団地自治会や関係法人等と連携するなどして実施しているほか、企業においても安否確認ができる生活用品の開発が行われている。（取組事例については表を参照）

ここでは一つの事例として東京都日野市の取組を紹介する。

○市民と行政の協働による「高齢者見守り支援ネットワーク」（東京都日野市）

東京都のほぼ中心に位置する日野市は、全国的な高齢化の急速な進展の例に違わず、高齢者の一人暮らし世帯や高齢者夫婦世帯が増え続けている。そのような状況下、平成16年、高齢者の生活実態や見守り支援に関する意向等を把握するため、日野市は、民生委員が市内に住む高齢者宅を一軒ずつ訪問する「ふれあい訪問調査」を実施した。

この調査は、民生委員が高齢者と直接顔を合わせることで、地域で「誰も知らない」高齢者を減らすとともに、高齢者の生活状態を適切に把握することができるなど、日野市の高齢福祉施策・地域福祉づくりには必要不可欠なものと位置づけられた。

調査で把握した高齢者の実態を、「高齢者見守り支援ネットワーク検討委員会」等で検討し、支援の対象となりそうな高齢者像を12パターン、支援の内容を5パターンに整理した。

この5パターンの支援 — 「地域で見守り型」「安否確認・緊急対応型」（以上、基本機能型）、「ふれあい交流型」「社会との接点創出型」「お世話・お手伝い型」（以上、追加機能型） — を提供する事業を、平成17年度から「高齢者見守り支援ネットワーク事業」として開始した。

初年度は、市内の4地区を対象に、まずは基本機能である「地域で見守り型」「安否確認・緊急対応型」の提供を開始。ボランティアからなる「ふれあい見守り推進員」が19人の高齢者を対象に声かけや見守りを実施した。この4地区での取組がおおむね良好な評価を得たこともあり、平成18年度からは市内の各地区に展開することとなった。

見守り方法は基本的に次の2つである。

- ・月に1回程度を目安に推進員が玄関先で高齢者に声かけを実施
- ・週に1回程度の割合で、郵便受けに何日もたまった新聞がないか等、さりげない見守りを実施

推進員による見守りに加えて、市のごみゼロ推進課も戸建住宅に関しては可燃ごみの回収時に見守りを行っている。日野市では自宅前に可燃ごみを出し、週2回、可燃ごみを回収する。連続3回ぐらい可燃ごみを出していない世帯には、ごみ収集担当者が地域包括支援センターに連絡している。

「高齢者見守り支援ネットワーク」の取組を評価するため、平成20年度に、ふれあい見守り推進員、対象高齢者、民生委員に対してアンケートを実施。推進員の5割は、活動する中で「よかったこと」「印象に残る出来事」を経験したと回答している。

さらに、「活動がなければ近くに住みながらも顔を合わせることもなかったかもしれないが、おかげで存在を知りふれあうことができた」という意見も寄せられた。見守られる高齢者も9割が肯定的

な回答をしている。また、「長く続けるために気をつけていることがあるか」という問いに、1割の高齢者は「ある」と回答。具体的には、「適切な距離を保つ」「感謝の気持ちをモノでやりとりしない」「気遣いを忘れない」といったことを心がけているとの回答であった。

平成21年度末時点では、228名のふれあい見守り推進員が、市や地域包括支援センターと連携しながら、登録した185名の高齢者に対して、見守り支援を行っている。22年度からは、担当する高齢者がいない推進員の力を活用し、特定の高齢者の見守り支援だけでなく、もっと広い視野にたった地域全体の見守りを考えているという。

また、追加機能である3つの取組「社会との接点創出型」「ふれあい交流型」「お世話・お手伝い型」については、平成20年度に「ふれあいサロン」、「ちょこっとサービス」をスタート。

日野市では、今後も「高齢者見守り支援ネットワーク」の充実を図ることで、「安心していきいきと暮らせるまち」づくりに積極的に取り組んでいく。

- *調査及び事業の実施にあたっては、個人情報保護の観点から、市の情報公開・個人情報保護運営審議会において検討を行ったうえで、調査では調査内容について福祉関係者で情報を共有することに関する同意の署名を得る、見守り支援ネットワークへの参加希望を確認するなどの配慮をした。

〈参考事例〉

○ 都市機構における取組

あんしん登録カード	<ul style="list-style-type: none"> ・緊急時に速やかな連絡等の対応ができるよう、希望する高齢者等が緊急連絡先、かかりつけ医師等の情報をあらかじめカードに記入して登録できるサービス ・カードは都市機構と団地自治会が保管
あんしんコール	<ul style="list-style-type: none"> ・上記あんしん登録をしている方で、かつ、希望する方に対し、週1回安否確認の電話を入れるサービス ・連絡が取れない場合は、連携する団地自治会員が当該住戸へ赴き確認し、都市機構へ報告
ごみ出しサービス	<ul style="list-style-type: none"> ・自力でごみをだすことが困難な高齢者等に対し、代わりにごみ出しを行うサービス ・連絡がとれない場合は、ごみ出しサービス実施者が都市機構に連絡、都市機構は緊急連絡先へ連絡などの安否確認

○ 企業等における取組

分類	事例
ライフラインの活用	<ul style="list-style-type: none"> ・一日一回、家族等に高齢者のガス使用量をメールで連絡。
家電等の活用	<ul style="list-style-type: none"> ・電気ポットをインターネットにつなぎ、高齢者がポットを使用すると、家族等に電子メールで連絡。 ・室内に人の動きを感知するセンサーを取り付け、一定時間、反応がないと緊急事態と判断し、警備員に通報。
新聞・回覧等の活用	<ul style="list-style-type: none"> ・新聞配達スタッフらが高齢者の異常に気付いた場合、登録先の親族や民生児童委員に連絡。 ・回覧板を活用した高齢者への声かけ。
配食、乳酸飲料等の活用	<ul style="list-style-type: none"> ・定期的な乳酸菌飲料等の宅配や配食サービスによる声掛け。
その他	<ul style="list-style-type: none"> ・往復はがきを活用した状況把握。 （地元の高校生や地域のサークルメンバーが高齢者に絵手紙（往復はがきを活用）を送付し、高齢者が返信はがきを送付することで状況を確認。高齢者は郵便ポストまで行かず、返信はがきを自宅の郵便受けに入れるか、郵便局員に直接手渡すことで郵送可）

コラム7

日本人の‘無縁化’

● ~NHKスペシャル「無縁社会」の取材現場から見てきたもの~ ●

地縁、血縁という従来の「絆」が薄れゆく日本社会。「絆」のもつ呪縛から解かれ、自由なライフスタイルを確立した一方で、高齢者の「孤立」＝無縁化が広がり、深刻な問題を生み続けている。とりわけ目立って増えているのが「独身を貫く人たち」だ。故郷を離れ、都会へ働きに出た後、結婚せずに亡くなった男性。社会的な自立を求められ、仕事に邁進し、独身を貫いた女性。このように生涯を独身で通す‘生涯未婚’が20年後、男性の約3割、女性の2割強にまで急増すると推計されている。無縁社会、すなわち高齢者の孤立化は、加速度的に拡がろうとしているのだ。

さらに、たとえ家族がいても「迷惑をかけたくない」という理由から、独りで生きていくことを選ぶ高齢者が増えている。「介護」が必要になった時、‘無縁’で生きる難しさを知らされるという。

「離れて暮らす甥や姪に迷惑をかけたくないのです。」

取材でこう話してくれた70代の男性がいた。がんで闘病していた妻を看取ってから、自分も心臓にペースメーカーを入れるほど体調が悪化。今は、「急に倒れた時に備えて、NPOに葬儀などの手続きを生前契約している」と話す。しかし、NPOと契約しても、日々の暮らしの中の孤独感は少しも拭われなかったという。

「話し相手もなく、寂しくて、声が出なくなったこともある。」

絶望的なまでの「孤独感」――。

定年退職まで仕事中心の生活を送ってきた人ほど、職場を離れたところに知人や友人を持たない例が多い。会社を辞めた途端、社会との一切のつながりを失って無縁になってしまう。そして誰にも頼らず、救いも求めず、独りで亡くなっていく人が多い。



自治体に保管される身元のわからない遺骨



家族に見守られることなく直葬される遺体

「私がここで死んでも、骨になっても、誰にも気づいてもらえない。」

自宅の食卓でそう話してくれた70代の女性は、ガンで闘病しながら必死に生きていた。取材の最後、別れ際にその女性がつぶやいた言葉が忘れられない。

「独りで生きてると喜びもない。生きる意味が見いだせなくなった。」

ひとりで生きる人が増えていく時代。「安心して生きられる、安心して死んでいける」社会を目指すために、社会と個人とが有機的につながる仕組みづくりが急務であろう。

(NHK 報道局社会番組ディレクター 板垣淑子)

*NHKスペシャル「無縁社会～“無縁死”3万2千人の衝撃～」は、2010年1月31日にNHK総合テレビで放映された。同番組は、日本が急速に“無縁社会”ともいえる絆を失った社会に変わりつつある現実を提示し、大きな反響を呼んだ。