

の配達をしている方なども参加している。

- ・2009年度の開催回数：11回
- ・延べ利用者数：95名（8.6名／回）、スタッフ延べ22名（2名／回）

#### ウ) 若いお母さんのための料理教室

- ・2007年1月、若いお母さんに健康のため「食」の大切さを考える機会を提供しようと開始。お母さんが参加しやすいよう、子どもはお母さんから見える隣室で保育スタッフが預かっている。
- ・参加者同士の交流も深まり、数名が料理教室を卒業して、自主的調理グループを作った。
- ・2009年度の開催回数：6回（2グループ各3回）
- ・2009年度の延べ参加者数：43名（7.2名／回）、子ども延べ34名（5.7名／回）、スタッフ延べ32名（5.3名／回、保育スタッフ含む）

#### エ) 拠点でのその他の交流活動

##### ○月曜ティータイム

- ・第1～4の月曜日、13:00～16:00、コーヒー・紅茶と手作りケーキのおしゃべりタイム
- ・第2～4は「俳句談義」「万葉秀歌」「うたごえ喫茶」を催し、仲間を増やしている。
- ・第1月曜日には原則として隔週で「健康福祉講座」を開催している。講師を呼んで防災、介護保険、悪質商法対策等健康福祉情報、介護予防に役立つ情報を提供している。

##### ○積み木カフェ

- ・第3月曜日の17:00～19:00、軽いお酒とおつまみのおしゃべりタイム。予約制にしている。

##### ○趣味のつどい

- ・自分らしくいきいきと生活することを支援する趣味講座。パソコン教室、かな書道、ペン習字、ヨガ等多彩なテーマで開催している。

##### ○積み木ギャラリー

- ・「趣味のつどい」の作品や、地域の方の作品を展示しており、これを目的にひろばを訪れる人も多いとのこと。展示の仕方にも工夫を凝らしている。

##### ○ひろばまつり

- ・年1回10月に開催。2日間にわたりミニコンサート、紙芝居、読み語り、手作りショップ、ティータイム等多彩な催しを開催し、地域の人々の交流と文化の発信を図っている。

##### ○特別講座

- ・年に数回、スポットで趣味の講座を開催している。

□趣味のつどい等の開催状況

(2009年度)

	開催回数	延べ参加者数	スタッフ
月曜ティータイム	39回	454名(11.6名/回)	77名(2.0名/回)
積み木カフェ	10回	148名(14.8名/回)	18名(1.8名/回)
趣味のつどい	302回	1,738名(5.8名/回)	428名(1.4名/回)
特別講座	4回	38名(9.5名/回)	4名(1.0名/回)
ひろばまつり・特別講座	1回	132名	20名

⑥ 研修、広報等

ア) 中学生のボランティア体験の受け入れ

- ・豊田地域ケアプラザとの共催事業「地域活動体験講座～身近な地域でボランティア～」として地域の中学校に働きかけ、夏休み期間中に配食サービス等に参加する中学生を受け入れている。
- ・8月の8日間、配食サービスの調理、配達、木曜会食会への参加、ケアプラザとデイサービスの見学、3つの中学校の延べ72名が参加

イ) 研修会、担い手同士の交流

○研修

- ・2009年度は年間テーマを「衛生に気をつけて、おいしいお弁当を」とし、2回の研修会を開催した。いずれも公共施設の調理室を借りて、DVD観賞や区の担当者による講演と調理実習を行った。
- ・行政、社会福祉協議会、他団体等の実施する研修会にも参加している。

○担い手同士の交流

- ・担い手が200名を超え、また担い手同士がなかなか交流できない活動もあることから、交流や研修の機会をいろいろ設けている。2009年度には担い手全員に呼びかけて「15周年記念バスツアー」を実施した。
- ・班長会議、配達担当者のつどい、買い物担当者のつどい

ウ) 広報活動

- 会報「積み木通信」の発行：月1回、2010年8月で187号になる。
- ホームページの更新(年12回)
- 「友遊ひろば積み木」お知らせチラシ発行(年12回)
  - ・チラシを本郷台自治会に回覧し、担い手会員の協力で豊田地区・小菅ヶ谷地区の一部に各戸配布した。
- 積み木ギャラリーポスター(8回)

## ⑦ 行政との係わり

### ●資金面の支援

- ・行政の委託事業はない。配食サービスの委託事業は独自の厨房を持っていることが前提のため、受託できない。食事サービス活動には理解を示してもらっており、公的施設の厨房使用について利用料の減免と週1～2回の優先使用が認められている。
- ・拠点での交流活動に対して補助金（栄区まちづくり協働推進事業補助金）をもらっている。
- ・検便を無料で実施してもらっている。

### ●研修等

- ・研修会や健康福祉講座に区の職員を講師として派遣してもらっている。
- ・区の「地域福祉計画」づくりのメンバーに選出され、会議に参加したことで、他のグループや行政とのつながりができ、他のグループとは「ささえあい連絡会」というネットワークができた。

## ⑧ 他組織との連携

- ・配食サービスについては、常時ケアプラザの地域包括支援センターと利用者支援について連携している。また、配達については地区のシニアクラブ（友愛訪問員）と一緒に配達する活動を始めた。
- ・会食サービスについては、地区の民生委員が気懸りな高齢者を誘って参加するという形でかかわっている。

### ○他団体との連携活動

- ・模擬店参加：本郷台自治会夏まつり、豊田地域ケアプラザ夏まつり
- ・弁当作り協力：本郷台自治会敬老会
- ・栄区民まつり、ボランティア村参加
- ・支え合い連絡会：豊田地域、小菅ヶ谷地域
- ・栄区社会福祉協議会、豊田地区・小菅ヶ谷地区社会福祉協議会のボランティア市民活動分科会
- ・配食サービスの連絡会：栄区配食サービスボランティア連絡会、市民セクターよこはま・横浜食事サービス連絡会、全国老人給食連絡会
- ・自治会、町内会
- ・民生委員児童委員、豊田地区シニアクラブ（友愛訪問委員）
- ・栄区配食サービスボランティア連絡会、市民セクターよこはま、よこはま食事サービス連絡会、全国老人給食協力会

## 3. 考察

「積み木」は「食」を中心とした活動で、200名超の多数のボランティアが係わってい

ること、発足当初から行政との連携がうまく図られ、行政の支援も働いて発展してきたグループであることが大きな特色といえる。

最初はたった3名で話し合い、企画した配食活動だが、1ヶ月後には区や区社協との話し合いを持ち、半年後に配食サービスを開始するまでの間に5、6回の話し合いと区職員等を講師とした学習会を3回ほど開催している。行政としても、一人暮らしや高齢者のみ世帯の増加等で食事や緊急対応等の課題が顕在化しており、その部分を担う住民活動が待望されていたことから、このように短期間で行政との良好なパートナーシップを組むことができたと考えられる。住民グループによる食事サービスで常に問題になるのが拠点（調理施設）だが、「積み木」は2か所のケアプラザの調理施設を無料で、1か所の地区センターを優先的に定期的に利用できている。これは「積み木」から見るとまだまだ不十分なものだが、行政による強力な支援と言える。

「積み木」としては、メンバーを増やすことに尽力している。これは単に数を増やすことでなく「同じ地域に住んでいる者同士の主体的な取り組みとして、多くの地域住民に参加してもらうことを大切にしている」という姿勢であり、配食を当初の週1回から徐々に増やし、週3回にする段階で明確になったものである。この段階でメンバーでいろいろ議論し、最終的に今のようなグループ分けにしたとのことで、各「班」が班長等を中心に主体的に活動できるような体制を作り上げた。メンバーを増やすためには、様々な“入口”を用意していることも大きく働いているものと考えられる。広報誌の配布、男性のための料理教室は早い時期から行って、独自拠点を設けてからは趣味のつどい、ギャラリー、談話サロン等さまざまな多世代交流の機会を設けており、これらをきっかけに担い手メンバーに加わる人もいる。3年ほど前には「若いお母さんの料理教室」を開始し、食育や情報交換の場にするるとともに、そのメンバーに配食の配達体験等もしてもらっている。

「積み木」は理事長や理事といった核となるメンバーの世代交代が大きな課題となっている。今後、地域ニーズをさらに掘り起こし“ちょいボラ”“移送サービス”など新たなサービスを検討するとのことだが、それと併せて、核となるメンバーを交代させつつ、これまでのサービスを持続する方法が検討されることを願うものである。

## 事例 5. 赤とんぼ

### はじめに

「夕焼けの三鷹のまちに赤とんぼ/お弁当です/飛んできました」

「ひとつめは/食事作りのボランティア/楽しい出会いがふたつめの力」

「朗らかなチームワークがかくし味/彩りバランスおいしくあれかし」

「午後 5 時のまちのチャイムは赤とんぼ/ハンドル握りつ/歌いつ配る」

(「赤とんぼ」ホームページ掲載文より)

「赤とんぼ」が活動している三鷹市は、1972年に「大沢地区コミュニティ研究会」を立ち上げ、1974年に「大沢地区コミュニティセンター」が開設した。自治省の「モデルコミュニティ事業」のモデルになるなど、これまでコミュニティ行政において先進的な自治体として脚光をあびてきた。1997年には、日本経済新聞日経産業消費研究所の「効率的で開かれた自治体」調査で全国一位に選ばれている。

高齢者食事サービスにおいても、歴史が長く、ボランティア活動として自宅を拠点に配食サービス活動を始めた「老いを共に生きる会」は1976年に活動を開始し、34年にもわたり活動を継続させている。このような先達たちの努力があり、全国でも珍しく一部のコミュニティセンターでは週2回、ボランティアでの調理が行われている。

三鷹市は、ボランティアの延長線上の組織として毎日型の配食サービスを検討した時期があった。1998年に検討は中止されたが、食事サービスのボランティアも参加して検討会が行われた。実現を待ち臨み、仲間に声をかけていたボランティアがあり、これらの仲間が集まり「赤とんぼ」という新たな団体を立ちあげた。

三鷹市は、ボランティアの調理による配食と会食を「ふれあい給食」として、市の事業と位置付け、週2回の活動を行っている。市は、1食660円(食費400円、活動費260円)の予定利用食数分の委託費を、3ヶ月前に活動団体へ払い込み、活動団体は未実施分を後で返却するという方法をとっている。活動しているコミュニティセンターでは週2回まで、優先的な利用が認められており、現在の活動を継続させることに、問題はない。

しかし、このように恵まれた環境にあるが、活動現場は決して望ましい状況ではない。恵まれた環境での「ふつう」の活動はどういう状況なのか、どこが問題なのか。「赤とんぼ」は、住民参加型食事サービスボランティアの抱える現代の課題を浮き彫りにしている。

## 1. 配食サービス

### 1. 活動概要

見学日：2011年8月30日、9月13日

	連雀赤とんぼ	井の頭赤とんぼ
週回数	週2回・夕食配食	週1回・昼食会食
曜日	月、金	水
時間帯	10:30～17:00	10:00～14:30
一回食数	80食～94食	約35食
利用者数	72人	約35人
担い手数	38人	12人
利用の条件	65歳以上で、食事の支度が困難な人。三鷹市の調査をクリアするか、又は赤とんぼ独自で届けられると判断した高齢者、障がいを持つ人たち。	井の頭住民協議会主催の機能訓練事業に参加している人たち
利用者決定方法	三鷹市に申請、アセスメント	主催者による
活動の目的	地域の人たちが地域の人たちをお互いさまに支えあうこと	

### ② サービスの対象者、利用の申し込み・受け付け

#### ア) 市の「毎日型食事サービス」

##### ○サービスの対象者

- ・買物や炊事が困難な、65歳以上の一人暮らしや、高齢者世帯が対象。  
利用者を含め利用者と暮らす方すべてが住民税非課税である方に限る。

##### ○利用回数と利用料

- ・利用回数は、昼食と夕食の365日1日週2回。費用は一食400円

##### ○利用地域

- ・しばらくの間、大沢、野崎、井口、深大寺及び上連雀7・8・9丁目に限る  
三鷹市の約半分が対象地域となっている。

##### ○調理の担い手

- ・特別養護老人ホームどんぐり山

#### イ) 市の「ふれあい給食サービス」←「赤とんぼ」はその団体の一つ

##### ○サービスの対象者

- ・買物及び炊事が困難な、おおむね65歳以上の一人暮らしや、高齢者世帯が対象
- ・市の担当者が訪問して、利用を決定。届け先をボランティア団体に伝える。

##### ○利用回数と利用料

- ・利用回数は、週2回まで。利用料は、一食400円

##### ○調理の担い手

- ・調理者は、ボランティアグループで、市内に6団体が活動している。
- ・配達は、近所のボランティアやシルバー人材センター会員が行う。

#### ウ) 三鷹市社会福祉事業団

○サービスの対象者

- ・買物及び炊事が困難なおおむね65歳以上の一人暮らしや、高齢者世帯が対象

○利用回数と利用料

- ・365日の昼食と夕食
- ・1食760円。さらに利用会員として会費、世帯あたり月500円が必要

○サービス内容

- ・栄養バランスを配慮したあたたかい食事を提供。1食からでも利用可能  
年末年始の期間だけでも利用することができる
- ・昼食は11時から12時30分頃、夕食16時から18時30分頃に届けられる。
- ・配達時は直接手渡しで行う。

(資料出典) 三鷹市ホームページ

## 2. 経営・お金

行政と食事サービスを行っているボランティア団体は、2006年に市と協定書をかわし委託事業の契約を結んだ。活動経費は3ヶ月前に振り込まれ、未利用分には後で返却する方法をとっている。活動拠点もコミュニティセンターを利用しているので、場所代も光熱水費代も会の負担はない。資金面で苦勞することなく活動を続けている。

また、ボランティアに対しては、年間24,000円の活動費が謝礼としてだされる。赤とんぼでは、この謝礼をもとに、毎年1回一泊旅行を計画している。さらに、年に2回、市による無料バスを使って交通費をかけずに日帰り旅行を楽しんでいる。このように、市からリフレッシュの機会も提供されているのだ。

	連雀・赤とんぼ	井の頭・赤とんぼ
利用料金	1食400円	1食400円
年会費	なし	なし
その他会費	なし	なし
寄付等	なし(助成金年50,000円)	なし
食材料費	1食660円 (食材料費400円、補助金260円)	1食400円
人件費・内訳	なし	なし
栄養士	なし	なし
拠点・賃貸料	連雀コミュニティセンター(無料)	井の頭コミュニティセンター(無料)
拠点・高熱水費	負担なし	負担なし
衛生費	マスク、消毒スプレー、手袋は市より支給、あとは食材料費の中から経費として捻出	食材料費の中から捻出
研修費	セミナー参加費、交通費	特になし
その他	調理ボランティアは実費(400円)にて夕食を購入可	調理ボランティアは昼食代(100~200円)支払う

経営状況	市とは協定を結んで実施している。赤字にならず運営している。	利用者が安定しないが、赤字を出さずにどうにか運営できている
------	-------------------------------	-------------------------------

### 3. 活動の経緯・きっかけ・活動の変化等 1998年～

三鷹市の呼びかけによりボランティアの延長線上の組織として毎日型給食を開始するための検討委員会が2～3年間検討され、1998年になって実現直前に頓挫してしまっただ。そのために核になる人たちが宙に浮き、それまで市内で活動していたふれあい給食グループの5番目のグループとして、活動を開始したことがきっかけである。また、井の頭コミュニティセンター新館での機能訓練事業がその年に始まり、昼食を赤とんぼが担当することを申し出たことにより現在にいたっている。

活動当初は、毎日型給食を将来地域の人たちが担いたいとの思いから、ふれあい活動は、木曜、金曜と続けた日を設定した、また、その時食会や地域の人たちとの交流のもとになるように昼食活動も設定した。6年目にして連雀コミュニティセンターを借りることができて、住民協議会の都合から、使用できる日を月曜、金曜に設定なおした。それまでは、福祉住宅の談話室や福祉会館の狭い厨房を借りていた。

しかし、毎日型を再度、行政との協働で目論むことは至難の技であった。13年間いろんなアプローチをしてきたが、壁は厚かった。ボランティアは、高齢化し、現在の状況に楽しみを見つけ、安定した活動のほうが、変化を望むより継続させるほうを選んでる。その背景には、施設の設備が不満足で、厳しい体力が必要とされる活動では、無理もないし、何度も行きつ戻りつでは、疲弊してしまう。

行政との協働事業とはいったいどのように継続されるのか、委託事業という契約(2011年より協定書)は、一般のボランティアに対して対等な協働意識をもたらしているのか、いまだにわからない。最初目指した地域の人たちが運営できる組織作りはなかなか実現には程遠くなった。ボランティアとして、現在の活動を維持することが精一杯の現在である。

### 4. 活動のしくみ

利用者への広報と利用の許可、集金は市が行う。活動団体は、市が決定した利用者へ食事を配るしくみとなっている。

2001年7月に、三鷹市給食活動連絡会が、市の担当者を招いて行った「第1回 給食の交流会」によると、「日中独居も利用を認めている」とのことで、急速に利用者が増えていることが市の担当者から報告され、ボランティアへの負担が過大にならないか、心配する意見も出されている。

これについては、代表の沖谷啓子氏も、ボランティアで担いきれない位に、今後食数が増えていくことに危機感を募らせている。「利用したい方の数は、どんどん増えてこれ以上したボランティア活動の限界を超えた活動にならざるをえなくなります。配達も一人で配る食数は10食以上になって、その人が休んだ場合カバーが大変になります。また、ボランティアの増加を募ったところで、これからの高齢社会を乗り切るために十分な数が確保される保障はありません」「ある一定の数をこなすということならば、場所も人数もある程度は十分であります、それ以上増えていくときに市の補助事業だからということで30食が50食になり60食70食と増えていくことを受託してしまうというパ



ターンがでてきます」(沖谷 1999)。

三鷹市で活動するボランティアグループが集まる三鷹市給食活動連絡会が 1997 年から隔月でもたれている。毎回、市の職員が参加し「市の食事サービス連絡会」となっている。

集金方法	市による集金 (銀行振込み、振込用紙)
賛助者の募集	市の広報
行政とのかかわり	市のふれあい給食事業をボランティアが支える仕組み
他組織との連携	三鷹市給食活動連絡会 (隔月) 定例会、市の食事サービス連絡会 (年 2～3 回) 東京食事サービス連絡会セミナー出席、全国老人給食協力会セミナー出席
調理と配達の情報・利用者像の共有	調理時、配食時に連絡する
多世代の参加	考慮中
新人への対応	代表のいるグループで対応して、慣れたら別のグループに行く (4 テーブル= 4 グループで活動している)
チームワーク	良好
利用者調査	配食時にふれあい会話や、安否確認などをする
保険の加入	2 種類ボランティア保険 [市、社会福祉協議会]

## 5. 役割分担

代表 1 名、調理責任者 1 名、会計 2 名、会計監査 2 名、三鷹市給食活動連絡会委員 4 名、住民協議会役員 2 名

## 6. ボランティア

### 1) 年齢構成

ボランティアの高齢化が著しい。

59 歳以下	2%
60～64 歳	12%
65～69 歳	32%
70～74 歳	34%
75～79 歳	12%
80 歳以上	7%

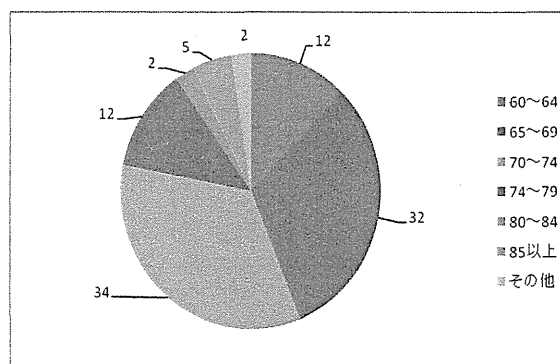


図 ボランティアの年齢構成

最高齢は 87 歳。連雀赤とんぼの 32 人のメンバーのうち、65 歳以上 74 歳以下の前期高齢者が 66% を占める。75 歳以上も 19% を占め、メンバーの高齢化が進んでいる。

## 2) 仲間同士の絆・つながり

仲間同士のつながりは強い。一人暮らしをされている方も多く、ボランティア同士で安否を気遣っている。仲間が休みの時は、活動の帰りによって様子を見ることもある。配食の場合は、お弁当を400円で買い取ることができるのが魅力である。会食では、にぎやかにみんなで食事ができるのは、何よりの楽しみであろう。長年調理をし続けてきた担い手



写真 調理を終えて楽しい会食の一時

同士で、支え合いのコミュニティが築かれている。寝たきりになるまで通い続けたい場となっている。高齢のボランティアにとって、生きがいと社会とつながる場になっていることが、その様子からみてとれる。

しかし、この強いつながりが、新たな参加者を受け入れにくくしている原因ともなっている。代表の沖谷氏は、21の課題の中で「仲のよいグループは、その反面、ほかの人が新しく入ることが難しくなったり、新しい人たちと馴染むのが下手だったりする」と指摘し、常連化現象の深まりが、新たなメンバーを受け入れにくくしていることを危惧している。

## 7. 会議の種類

総会：年1回、 献立会議：(月1回) メニュー表の発行：(月1回)、 会計監査：(3か月1回)
--

## 8. 有償の対象と金額

有償はなし(全員無償ボランティア)
-------------------

## 9. 配達のしくみ

	連雀・赤とんぼ
配達時間	16:00～
コーディネーター人数 役割	特になし
配達者人数 役割	10人 夕食を配食(ふれあい活動、安否確認)
配達方法	車、自転車、徒歩
声かけ・会話	あり
集金方法	市役所に振り込む(金銭は扱わない)
不在の際の対応	代表に連絡→自宅に電話→緊急連絡先に電話、または市の担当者に連絡)
お休みの通知	代表に連絡、配食時に伝える
緊急時の対応	代表に連絡

配達時の情報提供	お知らせチラシ、メニュー表
配達時のチェック内容	利用者の状態把握する（顔色が良くない、元気がない、車いすになったなど）
安否確認方法	声かけをする

## 10. 不在時の対応

代表に連絡（代表がフォローする）緊急連絡先に連絡、市に連絡など。

## 11. 緊急時の対応

連絡先に連絡、市に連絡（18：30頃まで市の担当者は職場に残っている）対応を協議する、その場所に行く。

## 12. 他機関との連携

三鷹市給食活動連絡会と連携して、ふれあい給食活動を考える（アンケート、パネルディスカッション、市議会議員との懇談会、給食の試食会など）

### 1) 三鷹市給食活動連絡会について

#### ☆目的

- ①三鷹市内ボランティア給食の問題点を話し合う。一グループ単位で問題解決するよりも、それを出し合い共有することで、自分たちの活動に役立てることが出来ると思える。その担当者を交えての非公式な会とする。
- ②食事サービスの担い手として利用者の声を直接聞くことのできる立場から、給食サービスの将来を考えていく。
- ③また、各グループの独自性は、維持され継続されることが前提となる。行政と市民ボランティアの連絡の場として定期的に集まって話し合いを展開させる。
- ④三鷹市の給食活動に携わっているボランティアであれば、誰でも参加して意見を出し合うことができる。

#### ☆活動内容（討議事項など）

- ・定例会（3ヶ月ごと 第一木曜日 午後1時半より2時間程度） 場所：市庁舎
- ・各グループ給食活動の問題点の討議  
給食の活動場所について、活動費について、研修について、配食の方法について委託費の使い方について等
- ・老人給食アンケート調査と報告会の開催……市庁舎にて（2000年度）
- ・給食交流会（パネルディスカッション…食事サービスに関わるボランティアグループと栄養士による）教育センターにて（2001年）
- ・市へ申し入れ（基本構想の食事サービス検討委員会に給食ボランティアより募ること、

## 2) コミュニティセンターとのかかわり

コミュニティセンターを利用するという事は、日常的にコミュニティセンターを中心とする地域の活動に参加することを意味している。そうでないとコミュニティに参加することができない。実際に、コミュニティセンターまつり、熟年交流会、シルバーとこどもまつり、健康料理教室など地域の人たちと共に協力し合ってコミュニティセンターの活動を支えている。また、各団体が、共同で作業するように、年間行事が住民協議会で組まれている。

## 13. 拠点

コミュニティセンター発祥の地三鷹市において、高齢者食事サービスの調理には、従来のコミュニティセンターでは、対応が難しいことが明らかにされている。

住民による配食サービスと会食サービスを認めるかどうかは、各コミュニティセンターの判断に任せられている。2009年に行われた大本圭野氏によるインタビューの中で、三鷹市都市整備部長、大石田久宗氏は、コミュニティセンターのふれあい給食利用についてこう発言している。「(住民による会食と配食は)これは全部のコミセンで行われているわけではないです。慎重なコミセンは配食サービスの利用を拒否しているんです。調理室を利用して食事をつくるのはいい。けれど、それを持っていくとなると衛生管理上の問題に責任が持てない。だから会食サービスまでで終わりです。会食サービスも、それを受け入れているコミセンとそうでないコミセンがあります。でも配食サービスを認めないのは少数派です」「配食サービスを認めない」コミセンは「少数派」という発言から、先達の努力が地域で認められた成果であり老いを地域で支えることへの共感が広がってきたと受け止めることができる。一方で大量調理のための施設でないことから保健衛生上の問題を考え、慎重なコミセンは、会食、配食の利用を危惧されるのであろう。

週2回の利用が認められたとしても、設備上の不備があげられる。まず、手洗い設備が設置されていないコミュニティセンターがあること、家庭用のコンロでは、火力が弱いために、100食調理を行うには不向きで、活動団体が業務用のコンロを持ち込んで調理を行っていること、会独自の物品が多いため外の倉庫にしまわなければならない、毎回150mの距離を台車2台の上にダンボール各々4個分、計8個を載せて移動しなければならない、週4回の往復という重労働を強いられている。コミセンとしても、料理講習室内に会専用の冷蔵庫の設置を認めたり、料理講習室内に会専用の物品置場を用意するなど、会への便宜を図っているが、それでも十分な状況ではない。

その一方で、井の頭コミュニティセンター新館のように、ボランティア団体の意見を参考にし、地域の食事サービス活動に配慮した料理講習室も建設されている。ここでは、手洗いの設置はもとより、物品の保管場所や食事サービス専用の冷蔵庫が設置され、ま

た炊飯器も十分用意されているので、活動が行いやすいという。住民参加型食事サービスの拠点として、料理教室を念頭においた従来のコミュニティセンターでは利用は難しく、相互扶助の活動を想定した福祉コミュニティセンターが必要とされることを、コミュニティ先進都市三鷹の試みにみる事が出来る。

	連雀コミュニティセンター
専用拠点かどうか	× 公共施設
外と区画がされているか	コミュニティセンターの調理室
扉のある戸棚か	引き戸棚、ロッカー、3階の倉庫
手洗いがついているか	×
洗いの場所は区画されているか	流し4台
シンクが2層以上ある	各4テーブルに各1台
食材の保管場所の確保	冷蔵庫、段ボール、棚など
鍋・釜の保管場所の確保	3階の倉庫
温度管理のできる冷蔵庫	一般の冷蔵庫
湯沸かし器の設置	○
洗浄機があるか	×
スチームコンベクションがあるか	×

#### 14. 衛生チェック項目

連雀コミュニティセンターにおける状況	評価
① まな板は、使用区分に従って使用されている 肉、魚、野菜、調理済み食品の4種類	○
② 包丁は、使用区分に従って使用されている	×
③ 保管容器は、使用区分に従って使用されている	○
④ 食品の取り扱い量は、作業場の規模及び調理能力以内	場の調理能力以上
⑤ 作業は必ず調理場内で行っている	○
⑥ 調理食品は、放置せず必ず容器に納め、覆蓋をするか、 戸棚・冷蔵庫に入れている	○ 保存するものは みな冷蔵庫内
⑦ 冷蔵庫の温度管理を行っている。10℃、4℃、-15℃	○
⑧ 肉団子等は75℃を確認し、1分加熱。中が白くなるま で十分に加熱しているか	○
⑨ 弁当等を製造するときは、十分放冷し詰め合わせる	○
⑩ 配達先、配達時刻、配送量の記録および保存に努める。	○
⑪ 配送するときは、摂食時間を考え出荷時間を適切にし ている。 最後の調理時間（ ）時：（ ）分→ 配達時間	最後の調理時間 15:30 頃→お弁当袋に入れ る→16:00頃から配食 を開始する
⑫ 検食の実施：48時間以上、休日前は72時間以上	○ 2週間冷凍保存
⑬ 材料の保存：48時間以上、休日前は72時間以上	○ 2週間冷凍保存
⑭ 検便の実施	年2回（市主催）
⑮ 従事者の健康管理	マスク、手袋、帽子、 上履きの着用
⑯ 手洗い設備の完備	×（シンクで手洗い

	をしている)
⑰ 手洗いの徹底：30秒×2回	○ そのあとアルコールスプレーかける
⑱ 布巾やまな板の除菌	○ アルコールスプレー使用前にかける
⑲ 原材料等の仕入れ時の検品	○
⑳ 毎日と毎月の清掃	○
㉑ 異物混入はないか	現在のところ皆無
㉒ マスクの着用	○
㉓ 衛生管理の工夫とこだわり	○ お互いの声かけ (帽子がないよ、手袋してね、など)
㉔ トイレの衛生管理	共用なので、エプロン、帽子、上履きを脱いでいく
㉕ その他 衛生管理	特になし、施設面で衛生に不安がある(蟻が上ってくる、外倉庫の衛生状態)

## 15. 献立について

「バランスのとれた、家庭的なおそうざいは、身近にある素材を使って、調理されたものばかりである。ボランティアはみんな、おいしいおかずを作りたい、栄養があって、彩がよくて、新鮮で、その上ボリュームを出したいと願っている。業者がめざしていく儲けとは全く無縁である」(沖谷 1999)

栄養士の参加	×
1食のカロリー	不明
食べやすさ	歯の悪い人のことを優先
食品数	5品目+ご飯
塩分	少なめ
季節と行事食	○
献立づくり	月1回の献立会議
役割分担	各テーブル担当を決める
食材の入手方法	担当テーブルが注文、地元のお店中心
食材の発注	担当グループ
在庫管理	各自
個別対応	×
こだわり	献立が偏らないようにする

## 16. 献立委員会の持ち方

赤とんぼは、月に1回献立会議を行っている。他のボランティア団体では、曜日ごとに行っている所もあるが、「赤とんぼ」では、全員で行っている。「こうが良い、ああが

良い」と話し合いながら自分たちで献立を立てている。たんぼぼの会にかかわっている管理栄養士の市川先生にも来ていただき、チェックをうけたこともあったが、今はない。

各テーブル当番制。1カ月に1回献立会議を行い、お互いにダブらないようにその月の献立を決めていく。4テーブルあるので、担当日に合わせて各々自分の考えた献立を作っていけるようにする。

#### 17. 材料の発注・仕入れ

各テーブルの担当者が、自分の献立日に間に合うように。野菜、肉、魚、その他を注文する。お米は、会計が別注文する。

#### 18. 個別対応への考え方

個別対応の考えがよくわかりません

#### 19. 活動へのほこり・自慢

利用する人も担う人も楽しいお弁当づくりを目指しています。みんなが、自発的にいろんなことを考えてくれることは自慢である。また、ボランティア同志フラットな関係で、自由に話ができていると思う。調理の経験、年齢の上下などは、おのずと尊敬しあっていると思う。

#### 20. 連携についての考え方

市内のボランティア給食を担っている人たちが、自分たちの活動だけでなく、将来のことを考えて継続していくための知恵を出し合うために、連携していくことが必要ではないかと思う。

#### 21. 課題

ボランティア活動は、なかなか継続につながらない。世代がこのまま、動かずに高齢化してしまったら、残されたものは少なくなって、終了してしまう。ボランティア活動とはそんなものなのか、と思う。仲が良いグループは、その反面、ほかの人が新しく入ることが難しくなったり、新しい人たちと馴染むのが下手だったりする。

#### 22. 夢・今後の展望

★夢：地域の人たちが、集まって、地域の人たちを支えていく活動を展開していく。高齢者のみに限らない全日型食事サービス、会食会、ひとり親家庭の食事サービス、子供たちとの料理会、食事会、地域のマチーネ音楽会、など食事を基調にした活動を展開すること。場所があれば、人は集まってくる。コミュニティセンター、公的施設を借りて、市との協働活動をメインに据えて、広がりを持たせた活動にしたい。そのためには、NPOのような組織ができ、一部有償活動を取り入れ新陳代謝をよくして運営し、いつまでも元気で仲良く

地域で暮らすことができればよいと思う。また、元気でなくなった時には、このサポートがあるから安心といわれる地域の活動にしたい。

★展望：いま食事サービスのボランティアさんたちは、ほとんどが60歳を超えている。最高齢86歳である。今から新しいことを試みる元気は、だんだんとなくなっている。ましてや、行政の確固たる支援など何もないところから、元気に違うことをやり出す力は、ない。このまま、いまやっているボランティア活動を最後までやりとおすことになるのか、13年前の気力を持ち続けることはなかなか困難である。展望としては悲観的にならざるを得ない

また、三鷹市は、地域ケアと称して、各コミュニティ住区で、地域の連携を深めようとしている。この中に、食事サービスなどのプロジェクトは、入り込みにくい。

しかし、ボランティアを楽しみながら、友人を作り、地域の福祉に係ることができるといふ活動は、終了を将来的には、予期されているかもしれないが、意義深いものがあると考える。願わくば、継続した食事サービス活動としたいものである。

## 23. 考察

### 1) ボランティア団体が抱える課題

市から資金提供があり、リフレッシュの機会も与えられ、公共施設が使える。現在の活動を行うには、不自由を感じない条件が整えられているが、ここで活動するボランティアとしては「地域公認の業務であっても、ボランティア活動の限界性を感じている」実情にあるという。そこには、いくつかの要因がある。

一つは、場所の問題である。週2回の優先利用が実現しているが、コミュニティセンターの中には大量調理に対応できる設備になっておらず、加熱調理機器の不足、手洗い設備の未整備などの問題を抱えている。増え続ける食数への対応として、専用のガス炊飯器2台、大鍋5個、ステンレスボール6個、ステンレスザル8枚、鍋釜、包丁などを持ち込み調理を行っている。料理教室の収納では収まらず、屋外の物置に収納し、毎回持ち運びをしなければならないような状況である。担い手の高齢化は進み、前期高齢者が活動の中心的担い手になっている。87歳のボランティアもいて、このような出し入れは、きまった力のあるメンバーの仕事となる。2011年までは毎回、2台の台車にのせた段ボール8個分を外の倉庫から料理講習室に運びこんできたが、2011年から3階の倉庫へ移動できた。それにしても物品の移動は重労働である。流しも狭くて大釜を洗う際には、ボールを使って水を流すなど、苦勞している。

二つ目は、増え続ける食数への不安である。高齢の一人暮らしが増える中、利用者のニーズが高まり、希望する人が増えている。限られた設備での調理、増える見込みの少ないボランティアの中で、どうやって今後対応していけるのか、不安を募らせている。

三つ目は、ボランティアの高齢化と新しいボランティアが入りづらいことである。社会一般に男女共に働く社会の中で、以前のように主婦をボランティアの担い手として期待す



ることはできない。担い手自身が減っていることと併せて、活動が長期化する中で、メンバー間の結束が強くなる中で、常連化が進み、新しいメンバーを受け入れにくい体質になってきている。

このような3つの課題を抱える中で、特に、担い手の高齢化と新たなメンバーが入らない状況は深刻で、自然消滅もありうるとの危機感を募らせている。以前話し合われた、ボランティアの延長線上の組織とした毎日型の配食サービスを再度検討することで、この状況を打開したいという思いもある。このような状況の中で、沖谷氏は、「地域にある包括センターや公的施設を利用することで、協働を充実させていける面があるのではないのでしょうか。自立というのは、行政から離れた所にあるのではなく、30年来継続してきたボランティア活動を、いろいろなところと連携させながら将来につなげていけばボランティア活動の将来はないのではないかと思います。将来に向かってどうしたらよいかを、機会があるごとに、連携を模索し、要望していきたいと思います」とし、市との協働の中に、未来の道を探ろうとしている。

## 2) 福祉コミュニティづくりをめざす三鷹市

一方で、三鷹市は2010年から「地域ケアネットワーク」事業をすすめている。中学校区のコミュニティ住区ごとに、住民自身の自助、行政企業による公助。住民と行政による共助によって、見守り支え合えるコミュニティを創りだそうとするものである。

三鷹市都市整備部長の大石田氏は、社会貢献活動についてこう語っている「社会貢献活動といたら、教育もあれば、環境もあるし、まちづくりもありますけれど、福祉を除いて何の意味がありますか。つまり、今の現実の市民活動のなかで支え合いといった時に、福祉を除いて何か残りますか。だから福祉なんですよ」

三鷹市のコミュニティ行政が行き着いた先は、「福祉」だという。「三鷹のコミュニティ行政というのは福祉のうえに立っています」「コミセンをつくり地区公会堂を整備しながら至った結論というのは地域ケア、お互いの支え合いというのをどうつくるかというところに至りついたので」

そこに至るには痛烈な市民の声もあった。こう市民にはっきり言われたという。お年寄りや障害を持った人たちのケアができないコミュニティ活動なんて意味がない、と。また、自治がないところに、福祉は「進められない」ともいっている。「市民自身が、福祉の仕掛けを自分たちでつくらないと、地域でいい暮らしはできないんだと自覚することが重要なんです。でも、すぐにはそんなふうにはならない。だから、人はまず好きなことをして生きてみなければだめなんです。そうすると、自分にとってより充実した活動が課題を解決することに思い至るわけです」

まさに、この言葉どおりの考えにたち、活動をしているのは、食事サービスボランティアの人々であろう。沖谷氏は、こう活動の意味を語っている。「一定限度の週2回のボランティア給食活動を推進していくことは、単に地域でお互いに助け合っていくシステムを広

げていくだけでなく、元気な高齢者には生き甲斐活動を、また子供たちにもボランティア活動を体験させるためにも必要と思われます」「高齢であっても元気なうちは役に立ちたい。家にじっとしているよりもみんなで楽しく調理したい、その上、市の福祉活動の一翼を担っているという責任感と誇りを持って、ボランティア活動を継続させてきた」という。

### 3) 福祉コミュニティづくりのために、求められるコミュニティセンターの改修

コミュニティ行政を進めてきた三鷹市、その行きつく先は福祉コミュニティの育成であるとの的を絞ってきた。そうであるならば、70年代に計画された、コミュニティづくりのためのコミュニティセンターは、支え合いの福祉コミュニティセンターへとリニューアルさせる時期にきているのではないだろうか。ソフトが変われば、それを支えるハードも変わるの、当然のことである。

コミュニティセンターの料理教室に少し手を加えれば、福祉コミュニティセンターへと転用可能である。手洗い器の設置、団体専用の物品置場の確保、炊飯器、専用冷蔵庫の設置、また業務用コンロを一部にもちこめば、100食調理が可能になる。50食だと1食500円かかる弁当も、100食であれば300円から400円で作れるという偉大な現場の経験知が参考になる。広さから言っても100食前後が妥当な調理規模ではないかと思われる。

また、担い手不足には、今回この報告書で提案しているように、育成が重要である。誰もが参加できる料理教室を開催し、担い手を育成していく必要がある。市民へ健康的な正しい食の知識を提供することは、健康を維持する基本であり、介護予防のポピュレーションアプローチとなる。料理教室の講師やアドバイザーとして高齢のボランティアに参加してもらうことで、育成者としての視点を身に付けてもらうことも大切な要素である。各グループが活動者であるだけでなく、指導者としての役割をもってもらう。もちろん市の保健師や栄養士と一緒に取り組む必要がある。配食の利用回数は、一人については、週2回でよいと考える。食の確保だけを考えると多様な選択肢が存在しているからである。人と人をつなぎ、食欲を落とさない配食の位置づけがふさわしいのではないだろうか。

コミュニティ政策先進都市・三鷹市による福祉コミュニティづくりへのシフトと、30年来の住民参加型食事サービスの活動が、コミュニティセンターの改変を促しながら、その流れに融合し、健康な町づくりを実現していくことに期待が寄せられる。

#### 参考資料

- (1) 大本圭野 (2011) 「自治先進都市三鷹はいかに築かれたか (下) III. 三鷹市のコミュニティセンター・住民協議会の確立過程」東京経大会誌 第269号
- (2) 沖谷啓子 (1999. 8. 7.) 「給食サービス事業について」
- (3) 三鷹市給食活動連絡会 (2001) 「給食の交流会 (第1回)」
- (4) 2010年10月に行われた東京食事サービス連絡会「食事サービスを考えるつどい」「第2分科会コミュニティを築き、元気になれる食事サービスの進め方」での沖谷啓子氏の発言

## 事例6 甲府・食事サービスをすすめる会

甲府・食事サービスをすすめる会は、2012年で創設20年を迎える。甲府市はもとより、山梨県を代表するボランティア団体の一つである。会が活動を始めた1992年は、日本で初めて週4日以上配食サービスに対して国が補助金を提供した記念すべき年であり、毎日型の配食サービスが全国に普及していく食事サービスの発展期と重なっている。

当会は、「食事作りが困難な方々に、栄養のバランスのとれた手作りのお弁当を毎日届けたい」との思いで活動を続けてきた。この思いは、22年前初代代表である出山治子氏の友愛訪問先のお年寄りが、地域での食の支援がないために施設から自宅に戻ってくることができず、自ら食をたち他界したという壮絶な体験に基づいている。その後、当会はアメリカ、オレゴン州の首都セーラム市のボランティアによる配食サービスを見学したり、全国の毎日型食事サービスの先進事例の視察を行うなど、精力的に学習活動を展開する。また、配食サービスの関係者や著名人を呼び、公開の講演会を次々と開く中で、山梨県における食事サービスへの理解を広め世論を動かしていった。学習活動を重ねるだけでなく、市社協の後援により赤い羽根共同募金のお金を使い試行的な配食サービスを実施するなど、実践経験も積み重ねていく。配食サービスの利用希望を明らかにする利用者調査を民生委員の協力をえて実施するなどし、ついに甲府市による毎日型配食サービスの制度化を実現し、調理の委託をうける。また折しも、制度化が開始された1996年は、全国で0-157が発生した年である。行政委託による配食サービスを行う中で、行政と当会との考え方の食い違いが広がり、食中毒を恐れた行政はボランティアによる調理を中止するよう働きかけてきた。ついに1999年、当会は行政委託を解消し、その後は会独自の活動として週3回の配食サービスを続けている。

ボランティア活動の起こし方、広め方、行政へのソーシャルアクションの方法、そしてボランティアが本当に大切にすべきミッションとは何か。ボランティア道を考える上で大切な宝物が、この会の活動実践に数多くちりばめられている。

### 1. 配食サービスの活動実態

#### ① 配食サービスの概要

甲府・食事サービスをすすめる会では、「行政の週5日では足りない方、行政の基準に合わない方」に配食することを目的としている。そのため、配達日を月・水・土の3日とし、祝日も配達を行っている。

(2010年8月現在)

週回数	週3回
曜日	月・水・土
時間帯	夕食

一回食数	100食前後 月曜日 91食、水曜日 101食、土曜日 79食
利用者数	122人 週3日 54人、2日 41人、1日 27人
担い手数	106人登録、1回に調理8名前後、配達20名前後 週1回の参加が基本
利用の条件	市の制度に該当しないが、会が必要と判断する人
利用者決定方法	コーディネーター長が訪問し判断。運営委員会に報告、承認。
活動の目的	市が5日 月～金 当会は月水土 月曜日の祝日も実施し、市の制度を補完する

## ② サービスの対象者、利用の申し込み・受け付け

### ア) 市の配食サービス

食事の用意が困難な高齢者のみの世帯に、栄養のバランスのとれた食事を届けると共に、安否を確認する。

#### ○サービスの対象者

甲府市に住所を有する高齢者のみの世帯であり、老衰、心身の障害および傷病などの理由により、日常的に調理が困難な方

#### ○サービスの内容

月曜日～金曜日の週5日（お盆、年末年始および祝日を除く）の夕食を届ける（曜日登録制）。配達時間は、午後3時30分～4時30分。

#### ○費用

一食あたり400円。利用した翌月に請求。

介護保険における要介護認定を持っている方は担当のケアマネージャー（居宅介護支援事業所）に、要支援認定を持っている方および未認定の方は、担当する地域包括支援センターに事前に相談する。

### イ) 会の配食サービス

#### ○サービスの対象者

市の基準に合わない人、市のサービスでは足りない人を対象としている。

市は高齢者のみ世帯を対象とし、家族と同居していると利用できない。

一方、当会では、家族がいても、家族の帰宅が遅い場合や家族が料理をしない場合は、対象としている。「早くお腹すくでしょ。家族が8時以降帰ってくる時は、早くもって行ってさしあげる。同居していても食事に不自由がない、というもんでもない。いろいろな家庭がある。お年寄り息子一人の家庭では、息子はお料理しっこない。それを市で断られてこちらに来られた。息子を買ってくるものは気に入らないとおっしゃる。コンビニのお弁当ですものね」とボランティアの言葉。

また、突然怪我したりなどの短期の利用者へも持って行く。

市のお弁当で足りない人も対象としている。市のお弁当は月～金曜日なので、土曜日でも欲しい人は利用している。また、月曜日の祭日も活動している。市では祭日は休みになってしまうので、この点は大きい。