

## 6-1-3 地域自主防災隊サンダーバード

## ◆概要

## ◇活動の目的

世帯数85戸、人口約200人の中山間地の集落である米原市上板並地区では、高齢化とともに人口減少が進んでおり、要支援の状態にある人は約20名おり、特に草刈や雪どけについては、住民にとっての一番の困りごととなっていました。

そこで、地域の住民自らが草刈や雪どけなどを行い、地域で安全安心に暮らし続けるための住民活動をする中で、ひいては、退職者や元気高齢者などの住民自らの生きがいがづくり、介護予防にも寄与できるということを目的に、地域自主防災隊「サンダーバード」の活動が開始されました。

そもそもの活動開始のきっかけとしては、東日本大震災の際、同区出身の方が居住先の宮城県女川市で、近所の足の不自由なお年寄りを助けようとして津波にのまれ犠牲になったということがあり、発災時、消防が来る前に自分たちでできることはできる地域づくりを、という元消防職員であり代表者の伊賀並氏の強い思いがありました。

「出来ることから始め、住民が支え合い」「安心して暮らせる地域に」「いつ起きるかわからない災害に備えて、地域の防災力を高めていきたい」。これらの思いをもち、活動をさせています。

## ◇運営方法

平成24年7月に発足し、初期メンバーは10名で開始しました。平成26年現在は12名での活動となっています。活動はすべてボランティアとして行います。

活動に必要な機器は、県や市の補助金を財源に整備されました。

- ・ 草刈りおよび雪解け事業に必要な機器の整備…滋賀県介護予防推進交付金
- ・ 高齢者の居場所づくり事業に必要な機材の整備…米原市地域お茶の間創造事業



このチームは、  
や消防団の活動等

上板並は、湖川上  
世帯余りの山あいの  
昨年9月26日の  
では、急傾斜地で水  
が発生し、水筋から  
入りそうになった  
崩落するなどの懸  
念がある。地  
で応急処置を行っ  
たそうです。  
「こういう種類の  
作業を必要とする  
よう、区長の伊賀  
通じて呼びかけ、  
有志が集まり、伊賀  
1とする「サンダー  
月に発足しました。

地域を守るため  
上板並で発足  
「サンダーバード」

写真1:中日新聞、米原市広報紙にも  
掲載されました

## ◇活動内容

### 1. 雪どけ草刈まかせとけ事業

住宅一戸あたり専有面積が大きい上板並地区では、敷地と周辺の草刈や雪どけが多大な負担となっており、環境衛生上も問題が生じているため、ボランティアが草刈や雪どけを行っています。雪どけについては、行政の除雪基準ではなく、その人が生活するために必要な除雪、例えばヘルパーや歩行車が通れるような細い道まで除雪されます。



写真2 草刈, 雪どけの様子

### 2. お茶の間創造事業(みんなの家 Everybody's house)

雪どけ草刈まかせとけ事業での活動を機に事業は充実され、平成25年12月からは、米原市が行う「地域お茶の間創造事業」を活用し、地域で気軽に集まることのできる拠点(居場所)づくり事業を始めました。

自前で空き家を改修し、①「サンダーバード」の事務所機能、②惣菜の調理と販売、③防災物品備蓄等を開始しました。特に、惣菜の調理と販売については、調理から遠ざかっている一人暮らし高齢者にとって、温かいごはんの提供場所として大変好評です。



写真3 代表の伊賀並氏作成の家の模型:市の事業は提案型であり、この模型を使って事業構想を語られたそう



写真4 家の内部にはみんなで囲める囲炉裏があります



### 6-1-3 地域自主防災隊サンダーバード

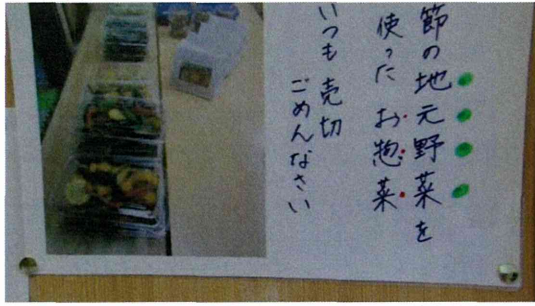


写真5 惣菜販売は、いつも売り切れ



写真6 認知症になっても最期まで地域で暮らせるよう、認知症の勉強も開始されました

#### 3. 災害時の避難所的機能, 非常食の備蓄

さらに、災害が発生したときに避難所のような役割が担えるよう、非常食の備蓄を行っています。また、消防を待つまでに地域の住民同士での救助活動ができるよう、住民全員の情報をデータベース化し、要援護者リストを作成しています。作成にあたって、住民全員の同意を得るのに大変苦労されましたが、リスト作成の目的や活動を丁寧にを行うことで、全員のデータベースが完成しました。

練習用(模擬データ)	
現在の登録世帯数	80 世帯
登録避難者数	180 人
うち	
大人(13歳以上)	138 人
子供(1歳以上12歳以下)	21 人
ベビー(1歳未満)	1 人

シート01から順に登録してある場合、次の入力シートは「01」です  
 クリックした番号のシートにジャンプします

01	02	03	04	05	06	07	08	09	10
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
61	62	63	64	65	66	67	68	69	70
71	72	73	74	75	76	77	78	79	80
81	82	83	84	85	86	87	88	89	90

写真7 データベース化された要援護者リスト

#### ◇事業の強み

活動には、元消防職員や調理師免許を持った人、ケアマネジャーなど、様々な特技をもった住民が複数おり、素人だけではできない内容の活動につながっています。

また、住民の主体的な活動開始を決められた頃に、滋賀県の介護予防推進交付金事業が必要機器を調達できる財源になり、さらに、その後、市町の介護予防のまちづくり事業として、いち早く取り組んだ米原市での「地域お茶の間創造事業」などが良い機会となって、事業運営の支援として寄与したものと考えられます。

#### ◆ソーシャルキャピタルの視点

##### ◇ソーシャルキャピタルを活かしたポイント

事業の成功要因として、地域特有の「除雪」という問題を出発点にしたこと、さらに「防災」という住民共通の問題に対して活動を始めたこと、また、地域にもともとあった「空き家」を活用したこと、など、地域住民にとって「身近な問題」を通じて、「身近にある場所」を「身近な人たち」で解決するという手法がなされている点が大きいと考えられます。これらは、事業

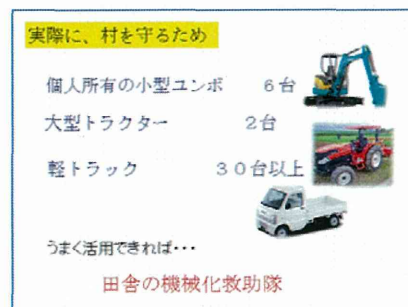


写真8 伊賀並氏が把握した地域資源:活動報告を行った滋賀県介護予防推進フォーラム発表資料より

実施者のやりがいにも直結するとともに、関係者にも結果が見えやすいことなどから、事業の継続性にも好影響があるものと考えます。

また、代表者の伊賀並氏は、自主防災活動を始めるにあたり、集落内の小型ユンボや軽トラックなどの保有状況を調べています。これらは、まさに「地域の社会資源の把握」であり、地域アセスメントそのものです。

#### ◇健康福祉の成果

伊賀並氏は、「まず自分自身が、そして仲間が生き生きと活動が続けること。ライフを楽しむ事、面白くする事。結果、それが認知症予防にもなる」と開始からこれまでの活動を振り返ります。その視点でみんなの家のにぎわいを見ると、十分に成果を挙げていると思われます。また、それだけでなく、「活動が社会の役に立つと実感できること。大義があり、継続できること。これも重要」と活動の継続性や社会への貢献についても触れられました。サンダーバードの活動はこれらの要素についても十分兼ね備えた活動となっています。

#### ◇課題と解決方法

経費的な課題については、事業を実施する以上避けられないものではありませんが、これまで、県や市の支援を受けて事業立ち上げや拡大をされてきました。今後は、有償サービスも視野に入れ、事業継続を予定されています。

また、事業には、介護保険支援制度改正などを見据えた行政の動きなどをすばやくキャッチできる立場の市の福祉委員や社会福祉協議会の職員が活動の支援をしてきました。「現実には、年に数名は認知症やその周辺症状の悪化により介護施設に入所され、村を離れる住民もいらっしゃいます」と伊賀並氏は語りますが、このような現状のなか、「それでも、気の合った仲間たちと、無理せず出来ることを続けて行こうと思います」と気持ちを新たにされています。

#### ◇事例から学べるポイント

事業実施にあたり、強力なキーパーソンがいたことは事業成功の要因であり、住民主体の活動が行われる背景には、このキーパーソン発掘、育成は重要なことからです。

また、地域住民の活動を行政が支援する「仕組み」があったことで、住民主体の活動が活発に行われている事例です。住民の力を発揮するような市の支援体制が事業成功の要因ともなっています。

さらに、住民の生活の困りごとを解決したいという思いからの事業開始であることが、住民ニーズにマッチした事業となっていることも特筆すべき点です。



## 6-1-4 NPO法人 木もれび エンパワメントリビングおさだ

## ◆概要

## ◇活動の目的

「受け身でなく、高齢者自らが主体的に生活を組立て、地域社会に関わり続けることが重要」という観点から、「高齢者が持つ豊かな知識や技術、経験を生かす機会を、単に趣味活動や個人レベルの生きがいでなく、ソーシャルネットワークの構成要素にした仕組みづくりを行う」とNPO法人木もれび代表の森村氏が理念を掲げてエンパワメントリビング事業を始めたのは、平成24年度のことでした。エンパワメントとは、個人や集団が自分の人生の主人公になれるように力をつけて、自分自身の生活や環境を、よりコントロールできるようにしていくことであり、その人の持っている力を発揮することです。「今まで培った人生経験を活かして、元気な方はいつまでも元気に、自分のできることを活かして、力を発揮してもらい役割づくりの場所に」という思いで、歩いて(またはママチャリで)行ける通い場づくりに挑戦し、3年目を迎えました。

## ◇運営方法

平成24年度から開始し、1, 2年目は滋賀県の介護予防推進交付金事業を活用し、地域の空き家(農小屋)を改修し拠点を構えた後、地域の通い場として健康教室やサロン事業などを開始しました。

事業3年目の平成26年度からは、地元の近江八幡市から認知症カフェや介護予防事業の二次予防事業を委託され、平成24年度から開始した「誰でも通える地域の居場所づくり」とともに、行政事業の受け皿としても事業を実施しています。

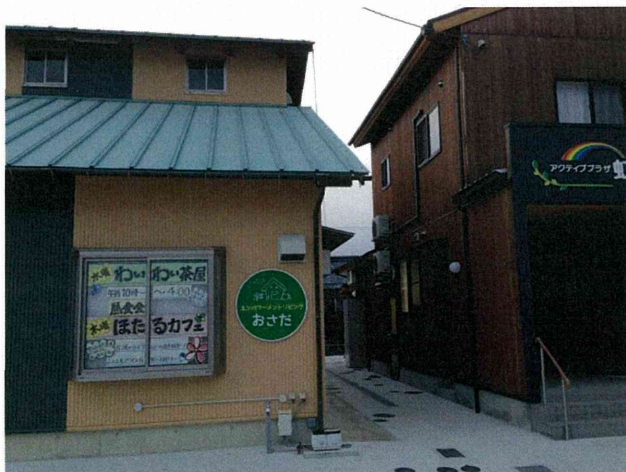


写真1 同法人が開設するデイサービスの隣にエンパワメントリビングおさだはあります



写真2 近所の人々がママチャリで集まります

## ◇活動内容

### 1. 通所複合型介護予防二次予防事業「もうひとほな」

通所型の介護予防二次予防事業として、複合した課題を持つ高齢者を対象にした市の通所事業を行っています。

### 2. 認知症カフェ「ほたるカフェ」

市からの委託事業として、「もの忘れが気になる人が気軽に集える場」として毎週木曜日に、認知症カフェ事業を開催しています。

### 3. 地域の居場所づくり、元気づくり「水曜わいわい茶屋」

毎週水曜日、地域の誰もが通える場を提供。参加者は1回100円程度の負担金で参加。小屋横の畑で収穫した野菜を使ったカレーづくりや、味噌づくりなどを行います。

参加者それぞれの特技を活かし、それぞれの力を発揮できるプログラムを設定しています。また、地元の医療関係者から健康や医療などについての話を聞く勉強会など、健康情報の提供も併せて行っています。

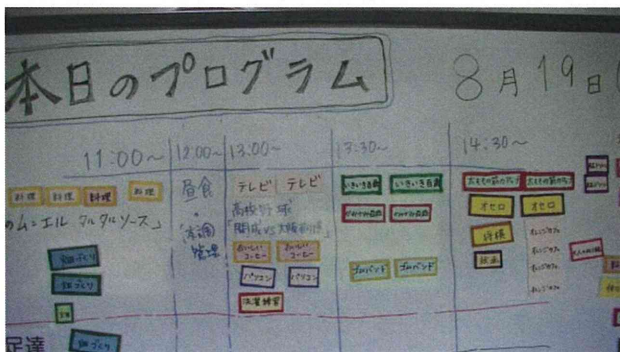


写真3 プログラムは日によって異なります



写真4 みんなで作ったカレーを試食

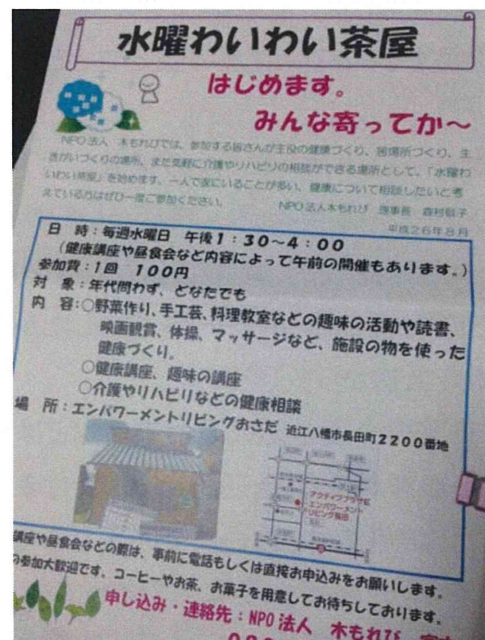


写真5 水曜わいわい茶屋のチラシ: 口コミで十分集まりますが、一応チラシもあります



## 6-1-4 NPO法人 木もれび エンパワメントリビングおさだ



写真6 時には勉強会もあります



写真7 地域の子どもの交流もあり、孫と離れて暮らす高齢者も楽しい機会となります

### ◇事業の強み

これまで地域にあった農小屋を改修し、地域の身近な場所として通い場を設定することで、「通いやすさ」につながっています。また、調理や畑づくりなど、生活に関連した活動に取り組める台所の設置や畑の存在、大人数でもゆったりできるリビングのようなスペースもある環境面などは、事業参加者の満足度に大きく影響していると思われます。さらに、参加料を徴収することで、財源の安定性とともに、参加者の主体性にも寄与していると考えられます。

### ◆ソーシャルキャピタルの視点

#### ◇ソーシャルキャピタルを活かしたポイント

女性は比較的、地域の近所の方とはネットワークをもちながら高齢期を迎えることが多いですが、そのネットワークを生かしたかたちで事業が組まれているため、事業参加者は事業開始当初から多くいました。

従来の介護予防の通所事業などは一定の場所に集められ、一定期間事業に参加するという形態が多く、送迎付き、期限付きが多い状況でしたが、身近な場所にいつでも通えるというこの事業は、住民に受け入れられやすい形となっています。

また、介護が必要な人であっても、昔からの顔見知りという、周りの参加者が自然にサポートする関係性であるため、気軽に参加しやすいという利点もあります。「今までは道端で会ってもあいさつ程度だったけど、ここだったら思う存分世間話ができるわー」と参加者が語っていたとおり、地域にとって貴重な通い場となっていることがうかがわれます。

従来から存在した絆(ネットワーク)が、志の高い代表者をはじめ、NPO法人の活動として環境整備に取り組まれたことにより、ネットワークが再構築、強化された事例です。

#### ◇健康福祉の成果

「活動を取り入れることで、経験の違いや価値観の違いによる一人ひとりの得意不得意が見え、それぞれのもつ役割に気づくことができてきた。また、それが新たな活動意欲につながっている」と事業開始時から事業協力をしてきた作業療法士の宮本氏は成果をまとめました。

「それぞれの高齢者の特技が活かせる場所を提供すること」、さらに「役割を与えること」など高齢者自らの生活意欲の向上につながるこの事業は、高齢者の介護予防や地域のソーシャルキャピタルの醸成に大きく寄与していると考えられます。それが徒歩や自転車など「自分で」行ける範囲にあるということは、さらに重要なことであり、「自立支援」という視点においても、大変効果的な形態となっています。

#### ◇課題と解決方法

NPO法人木もれび代表の森村氏は、市を早期退職されてから平成21年度より介護保険事業を開始され、様々なノウハウやスキルを持ったなかで、フォーマルな取組だけでは超高齢化社会の課題には対応できないという問題意識を持ち、平成24年度から地域の通い場づくりを始めました。

これまでに培った専門職や行政とのネットワークとともに、住民の力を大いに生かし、課題も皆で解決しながら、地域に根差した活動を続けています。

木もれびの今後としては、多様な活動を実現できる環境と、活動内容と個人の力のマッチングを行える専門性を活かし、元気づくり、役割づくりの場を、高齢者だけにとどまらず、障害をもつ人や認知症の方が社会参加していける機会を作っていければとのことでした。

#### ◇事例から学べるポイント

空き家の改修活用については、近年各地で取り組まれ始めているが、そのメリットとして、住民が自ら通える場所に、見慣れた景色のなかで、そのような場所が創造されることにより、「通いやすい」「参加しやすい」ということがあげられます。

また、その中で、「幅広く、自分の特技を活かした活動をできること」は参加者自身の満足度や継続性に大きく寄与します。

さらに、様々なネットワークを持つキーパーソンや、専門的な視点をもった専門職が事業に関与することで、エビデンスベースでの内容に取り組めることや、継続性を高めるといった効果もありました。



## 6-1-5 汲沢地域ケアプラザ 地域活動交流コーディネーター

## ◆概要

## ◇活動の目的

横浜市は、1991(平成3)年11月、横浜市泉区に市内初めて在宅支援サービスセンターを設置し、後に地域ケアプラザ(以降ケアプラザ)<sup>1</sup>として各区に整備を進めました。ケアプラザは1997(平成9)年に老人福祉法によって在宅介護支援センター、2006(平成18)年には介護保険法によって地域包括支援センターが付設され、2015(平成27)年現在、市内18区に132館のケアプラザが設置されています。汲沢地域ケアプラザは横浜市南西部、人口275,710人の戸塚区に位置しており、担当エリアの人口は24,422人、自治会町内会を中心に25自治会町内会、3地区連合町内会から構成されています。急傾斜地が多く、戦後、都心部のベッドタウンとして開発された一方、田畑や緑などが多く残る歴史ある地域でもあります。

今回、横浜市独自の職種でもある地域活動交流事業部門に属する地域交流コーディネーター(CO)の視点から見た地域や地域活動、地域住民の皆さんが主体となって取り組まれている素晴らしい活動を紹介しながら、コミュニティエンパワメントへの変遷をみていきます。

## ◇活動内容・運営方法

COは地域拠点であるケアプラザを活用して自主事業の事業展開を始め、アウトリーチも試みながら関係性を構築してきています。CO業務において、地域との関係作りは欠かすことはできないものであることは言うまでもありませんが、実際のCO業務においては非常に難しいのが現状です。

それはCOの役割が明確ではないために、COが実際に地域に入り込むことが難しい、という点です。地域住民にとって役割が明確ではないCOを地域に迎え入れる必要性は全くなく、COがどのように地域住民と一緒に協働していけるか、CO自身のスキルやパーソナリティの部分が大きいのも実際です。

その中でCOが携わることによって展開が広がった、ある地区とのソーシャルキャピタルを活かした2つの取り組みをご紹介します。COの携わる経過や役割について解説します。

## ①ある小学校と地区(14自治会町内会/約4700世帯)との協働

地区はケアプラザが立地している地域からは離れており、活動拠点として利用される機会は少ないです。昭和30年代から宅地開発が活発化し、近年は市営地下鉄が開通したことから、都心のベッドタウンとして若い世帯も転入してきています。14自治会町内会から組織される地区連合町内会、また委嘱委員やボランティアを主に組織される地区社会福祉

協議会(以降地区社協)が中心となって様々な地域活動に取り組まれています。

その地区内にある小学校の授業の中で福祉を伝える役割を担っていたCOは平成23年度当時、5年生を対象にケアプラザ・デイサービス利用者との交流会、高齢者疑似体験、認知症サポーター養成講座、そして4か所の町内会館を利用して高齢者交流会(住民参加者は約100名)を実施しました。翌年再度、依頼を受けたCOは連合町内会長に相談し、3者で新たな年間プログラムを検討し実施しました。連合町内会長による授業を数回に渡り開催した結果、生徒から「地域の為に何かしたい!」という声が聞かれ、その後「まち」のガイドブックが完成しました。

その間、毎月開催されている地区連合町内会定例会や自治会町内会役員が集まり「まちの話を聞く会」等を開催し、生徒と各自治会町内会との関係性を構築しながら進めた結果、その後も地域で語り継がれる事業となっています。

## ②地区社協主催「ちょこっとボランティア」

平成23年度から地区社協を中心に組織された「ちょこっとボランティア」は、現在、多くの地域で取り組まれている住民主体「支えあい活動」の一つです。活動内容としてはゴミ出し、家具の移動等を主とした生活支援活動であり、介護保険制度では充足されない部分を住民自らが課題と意識し始めた活動です。平成26年度現在310件の依頼に対応しています。

当時、地域住民や担い手のニーズを把握していたCOは、地区社協定例会に出席していたこともあり、様々な相談を受けていました。活動を始めるに当たって市内他区で既に取り組まれていた活動を参考にす為、直接現地に伺っての勉強会や活動を進めていく為の打ち合わせを実施しました。また、活動が継続する中で個人情報に関する研修会やニーズに対しての判断基準のアドバイス等、現在は活動を継続していくための後方支援として携わらせて頂いています。

この2事例については別個の事業ですが、COの視点として大切なことは個別の単一事業として捉えるのではなく、この地区全体へ事業であるという視点で捉えることだと思います。

---

i 地域ケアプラザとは:指定管理者制度で運営され、横浜市からの委託業務である地域活動交流事業部門、地域包括支援センター、また介護保険事業である居宅介護支援事業所、通所介護の4部門から組織されており、横浜市独自の職種として地域活動交流事業部門に地域交流コーディネーター(常勤1名)が配置されている。COはケアプラザを拠点として場所の提供、住民の交流を活発にする機会の提供、そしてボランティアの相談業務や情報発信等を主な業務としている。

(参考) 横浜市地域ケアプラザ条例 第1条

市民の誰もが地域において健康で安心して生活を営むことができるように、地域における福祉活動、保健活動等の振興を図るとともに、福祉サービス、保健サービス等を身近な場所で総合的に提供するため、本市に地域ケアプラザを設置する。」とされている。