



# あポ情報

あやペボランティア総合センター

〒623-0021  
 綾部市本町二丁目14番地  
 あやべハートセンター内  
**TEL : 0773-40-1388**  
**FAX : 0773-40-1389**  
 http://www.ayabe-vc.org  
 Email:info@ayabe-vc.org

3月17日(土)、綾部市ITビルにおいて「あやペボランティアフォーラム」を開催しました。

まず村上運営委員長の開会あいさつのもと、四方八洲男綾部市長と福山保孝綾部市社会福祉協議会会長に祝辞をいただきました。

その後、活動報告として「NPO法人西八田ふれあいサロン」の渋谷智美さん、「日本ユニセフ協会・京都綾部友の会」の森本仁さん、「志賀郷ボランティアの会」の岡洋子さんの3名にボランティア活動報告をしていただきました。

渋谷さんは、「地域住民がお互いに支えあっていける福祉活動の拠点を西八田地区につくりたかった。みんなが安心して生活することができる地域を作るために、今後も出前サロン、配食サービス、買い物の手伝い、日用品・リサイクル品・野菜等の販売、てんぷら油の回収、エコバイクなど、様々な活動を実施していきたい」と述べられました。

森本さんは、「綾部の会員数は、東京を始めとした他の支部・友の会に比べ、人口比率でいえばとても多い。世界では未だにたくさんの子どもたちが飢餓に苦しんだり、学校に行けない状態にある。そういう現状を近隣市町村の小中学生に紹介

している。日本でも戦後は、ユニセフによる支援のお陰で子どもが栄養失調にならずに済んだ。その恩返しの意味も込めて、大きなことは出来ないが、ユニセフ活動のPR及び募金などを末永くつづけていきたい」と述べられました。

岡さんは、「高齢者、身体不自由者を対象にしたお使い便として、地区内への外出時の送迎、買い物の代行を行っている。また小中学生の見守りとして、登下校時の安全対策としてのパトロールを行っている。また学校や公民館、道路、山の美化活動、資源回収を行っている。志賀郷地区には「山に良材。郷に人材」という言葉がある。これからもお互いに助け合い、楽しみながら活動をつづけていきたい」と述べられました。

続いて、住民流福祉総合研究所代表の木原孝久さんに「ご近所パワーで、ボランティア活動」と題してご講演いただきました。

参加者の方からは、「面白い見方で分析されていて、なるほどとうなずく部分が多かった」「ご近所パワーの意味が良くわかった、出来ることから何か始めたい」となどの声がたくさん寄せられました。

講演の詳しい内容については、次ページからご紹介します。

2007.3.17

## あやべ ボランティア フォーラム 開催



「NPO法人西八田ふれあいサロン」  
渋谷智美さん



「日本ユニセフ協会・京都綾部友の会」  
の森本仁さん



「志賀郷ボランティアの会」  
岡洋子さん

# 「ご近所パワーで、ボランティア活動」

## 【講演】 ご近所パワーは究極の福祉

(抜粋)

ボランティア活動が脚光を浴びるきっかけになった阪神・淡路大震災のときに被災者を救出したのは、レスキュー隊などの専門家よりも、実は大多数がご近所さんだったのです。以降、ご近所づきあいには、防災という意味が加わりました。

災害時に特に支援が必要な方と、それを支援する方を予め決めておこうという制度が全国的に広がっています。普段誰と近所の付き合いがあるのか、地図にしてみるとよくわかります。

いわゆる支援者マップです。もし被災者が出たら、その人のところにすぐ駆けつけるようにしておくものです。

次は空き巣です。空き巣にとって一番困ることは、声をかけられることだそうです。パトロールをするのもいいことですが、常にパトロールしておくのは無理ですから、時間を空けないようにする必要があります。そこでお互いに挨拶し合えるようなご近所関係をつくっておくのが一番効果的なのです。



次に孤独死の問題ですが、見守りボランティアさんがいても、次回来たときには亡くなされている可能性があります。いつも見守っている、そういう状態を作るにはどうしたらいいのか。「点」→「線」(パトロール等)→「面」(ご近所づきあい等)の関係をつくることです。さて、この面づくりができればどうなるか、①災害に強い②犯罪に強い③福祉に強い『まち』が出来る。実はこれが、究極の福祉なんですね。

## ご近所の範囲とは…

では、ここで「ご近所さん」とは一体どの範囲なのでしょう。東京のど真ん中にあるA市に住むBさんに聞きました、「気になる人いる？」と。その方は「一人暮らしの方が気になる」と言いました。私が「じゃあその方の面倒は誰が見てるの？」と尋ねると「そりゃ私だよ」と答えられました。こういう方を「世話焼きさん」と言うのです。実はこういう方がまちを陰ながら支えているのです。ボランティアさんと地域の世話焼きさんが協働していけるというなあと思います。さて、この世話焼きさんが把握されている範囲をマップで確認すると、大体50～80世帯の範囲ぐらいになりました。お年寄りの行動範囲も大体これぐらいです。実はこれは、全国各地の他の場所でも言えるのです。つまりこの「50～80世帯」がいわゆる「ご近所さん」ということになります。

さて、ここで浮上する問題は「どの近所にも世話焼きさんがいるとは限らない」ことではないでしょうか。おまけに、もし幸いに自分の近所にいたとしても世話焼きさんが一人で50世帯全部を把握ことは到底不可能です。ここで、世話焼きさんを後方から支援する方たちが必要なのです。その方たちは、自分が直接世話を焼きはしないけれ

ども、世話焼きさんに情報を与えたり、応援したりする。これも立派な活動です。自分に何ができるのか、自分の立場を考えることが大切です。例えば民生委員さんも世話焼きさんを補佐すると良いかもしれません。

人の交流を図にしました。つきあいのある人同士を線で結びます。すると、たくさんの線で入り組みますが、全然線が繋がらない人が出てきます。それは「要介護者」です。なぜか、それは「ヘルパーさんが入ったからいいや」「デイサービスに行かれたからいいや」と言って、ご近所さんがプロにお任せしてしまい、地域とのふれあいがなくなってしまうという問題が発生する。こんな現象が私たちの足元で起っているのです。

では、どうやって要介護者のニーズを把握するか。中核を世話焼きさん、前線をふれあいサロンとします。で、大事なものはその2次会(最前線)です。必ずその後気の合うもの同士で集まる。実はここが大事で、ここで本音が出るのです。そこに誰かが寄り添う、そして有益な情報は世話焼きさんに伝える、これでご近所ネットワークの構築ができます。



【木原孝久】

1941年東京生まれ。早稲田大学第一政治経済学部卒業。中央共同募金会勤務を経てフリーに。「住民流福祉総合研究所」を創設、30数年にわたり住民流の福祉のあり方を追い求め、月刊誌「住民流福祉」(「元気予報」改題)や福祉関連マニュアルを発行のほか、研究会やセミナー開催、また自治体や民間福祉機関の事業(「地域福祉計画・活動計画」の策定等)を支援。現在、「住民の支え合いマップ作り」や住民流福祉のまちづくり等を推進・普及中。講演、執筆、ラジオ・テレビ出演等。神奈川県立保健福祉大学非常勤講師、財団評議員、埼玉県在住。

## 「助けて～！」と言える大切さ

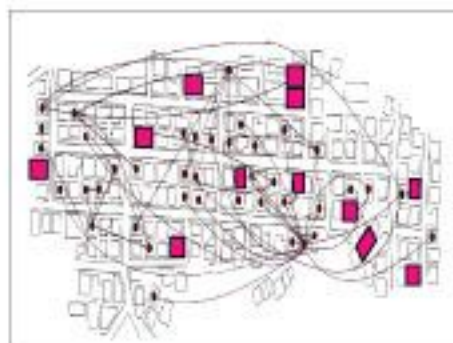
要介護のあるご婦人は「助けられ上手」でした。いろんな人を、自分で探してやってもらっています。どうしてこんなことが出来たのか？実は昔お茶の先生だったのです。昔の教え子に頼んでいたのですね。

ここで大事なのは、自分から「助けて！」と言えるかどうかです。これが言えた時点で「当事者発」になるのです。

あるアンケートを取りました。「足元で困った人がいたらどうしますか？」と。すると、15%が「頼まれなくても助ける(世話焼きさん)」、70%が「頼まれたら助ける」でした。つまり、ほとんどの人が頼まれさえすれば助けるのです。やはり「助

けて！」と自分から発することが出来るかどうか。それがキーです。

今度は逆のアンケートをとりました。今もとりましょう。「あなたは困ったとき助けを求めることができますか？」どうですか？10人。実はほとんどのところが、こういう結果です。できる人は約3～5%。助けて、と言わないと。平気で「助けて！」と言えないなりません。綾部で、どんなサービスがあるかもさることながら、どんなボランティアグループがあるかもさることながら、結局それを生かすも殺すも、当事者発に尽きます。あるまちでは、助けられ上手大会をして、表彰しています。助ける人はある意味いくらでもいるのです。難しいのは、言い出すことです。うまく言えば、うまくいく。両方の協同作業です。助ける講座(支援者講座等)ももちろん大切ですが、みなさん助けられ方って教えてもらいましたか？実はこれなのです。



## 住民流福祉は当事者発

あるまちにこんな方がいました。老後に備えてデイサービスを見学したが、自分の入りたいところが無かった。で、自分が今は元気だから自宅につくった。これで、もし私が寝たきりになったら「起きたら自宅がデイサービスだった」なんてことを目論んでいます、と。住民流では、当事者が自分の支援者を探すんですよ。

他に、あるまちに引きこもりの方がいまして、民生委員さんは困っていました。訪ねて行っても戸を開けてくれない。そこで私は、接点がないか丹念に調べました。そしたら2人もいました。その2人に繋がれば、何とかなる…。いやまだいきました。犬の散歩でしゃべる人がいました。実は、引きこもりとは言うものの、面白いもので必ず接点はどこかに持っているのです。住民流の流儀は、

引きこもりさんが自分でその相手を選んでいるという点を大事にすることです。私が助けてあげると言って近づいて行っても、心を開いてもらうのは困難です。当事者にだって好き嫌いは当然あります。だから当事者が選んだ人を通して、接触するにすればいいのです。そういう方を民生委員さんはしっかり探さないといけません。

他に、あるまちでは新住民が自治会に入らないという問題がありました。つながりを探してみました。するとやっぱりあるんですね。例えば、畑を貸している、犬の散歩友だちである、子供会には入っている等々。解決行動は、ちゃんと取られているのです。それを掘り起こして、修復していくことがコツです。



## いつもと視点を変えてみよう

住民流というのは、当事者のプライドを傷つけないという前提があります。たくさんの方が関わっているのに、ひそかにやっているのだから分らないのです。いくつか例を紹介しましょう。

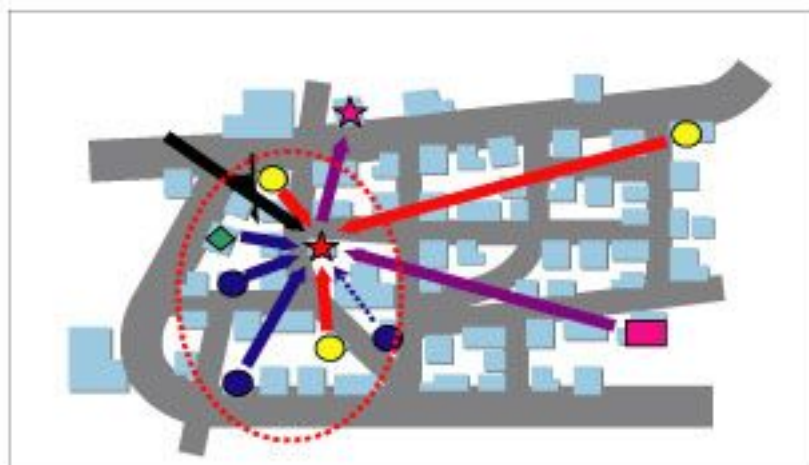
ある障害児の子がいて、その

子はすぐ迷子になるのです。しかし一人で通学したい。そこで、通過点にお店があったり、同じ電車で誰かが乗っています。その方たちに見守りをお願いしました。すると、その方たちの生活のリズムに合わせて、見守ることが可能になります。



住民は、ボランティアで携わることは出来なくとも、そのポイントポイントでなら見守れる。しかも負担が少なくさりげなく出来るので、当事者のプライドは傷つかなくて済むという利点があるのです。これが大事な地域でのルールです。

一人暮らしのおじいちゃんがあります。移送サービスと食事サービスを受けています。しかしこれだけではいけません。住民は、おじいさんの側から見ないといけません。と言うのは、受ける側はいつも「すみませんすみません」と言っていなければならない。「私だけのために、配食してもらうのは悪いので」と思っていなければならない。そのおじいさんにだって、役に立てることはないか、それを考えることです。その方は昔、習字の先生をされていました。だからまた、習字の先生として復活していただいた。すると元気になられた、という例があります。



認知症のおじいちゃんがいましました。その方にはケーススタディの対象となってもらっていました。写真も撮らせてくれました。「わしはボランティアをしとるんじゃ」という気概に満ち溢れています。最近亡くなられたのですが、家族がこれをお葬式の遺影にしたいと言われました。ほけていたときの写真ですが、ボランティアをしていた時の写真でもあるわけです。とても良い表情をされていますね。要介護者ほど「担い手」になりたいものなのです。不思議なもので、担い手になると元気になるのです。まさにお互い様という訳です。

有償サービスグループというのがあります。神奈川県で350人のスタッフを抱えるグループがあります。その特徴は、担い手の側も積極的にサービスを利用するというルールがあることです。それで何が変わるのか。つまり担い手側は、助けてもらったらどんな気分になるか学んでいるのです。例えば掃除に来てくれた人の言い方を、受け手の側として聞いてみる。「部屋がきたないね、きれいにしてあげる」と言われてカチンとくる。しかし、実は今までそれを、自分も言っていた。それからは言わないよ

うになった。という例があるのです。担い手側にいるだけではわからない気付きがあるのです。

今、福祉は同じ悩みを持つグループを作るということもあります。いわゆる当事者グループですね。自分たちのための活動を発展させていくと、自分たちだけでなく社会のために必ずなります。

日本では、特別養護老人ホームに入る人は、子供に迷惑をかけないように、という目的で入っている人が多いですが、アメリカ

では、介護を受ける側のおばあさんが、ヘルパーに「今日はあなたのために1日祈ってあげる」というようなことを言う。そんなことも、相互に助けるという図式になるようで、うまくいっているのですね。

例をたくさん紹介しましたが、今後の皆さんのボランティア活動やご近所づきあいに、何かしらのヒントになれば幸いです。

(綾部市ITビル多目的ホールにて)



## 助成金情報

- 「2007年全労済地域貢献助成事業」(¥切: 4/10)
- 損保ジャパン記念財団社会福祉助成(¥切: 4/30)

詳しくは、綾部ボランティア総合センターホームページでご確認ください

「助成金取得ガイド」



お勧めの1冊

障害者も健常者も、すべての人が楽しめる映画を考える・・・

字幕・副音声付

日時：5月19日(土)

場所：京都府中丹文化会館  
(42・7706)

①10:30～ ②13:30～

【前売り協力券】一般：1,000円 障害者・学生・介助者：700円(当日は300円増)



主催：「ヘレンケラーを知っていますか」上映実行委員会

後援：綾部市・綾部市教育委員会・綾部市社会福祉協議会(43・2881)

プレイガイド

綾部市社会福祉協議会 / 綾部市障害者支援センター「高空」 / 綾部市福祉センター「光」 / あやべボランティア総合センター / 高山荘 / 日新江崎あやひ / ブックセンターさばる / ますや / 足利たばこ店 / 京都府中丹文化会館 / 久木パーソン / はとや文芸店 / 花や本舗 / 若山書店 / 森田製菓店 / 西原薬局 / 豊橋ヒートース / 高月企画 / あやべ市民新聞社 / FMしる



あなたが愛する人の為に、知って欲しい物語。

## ■能登半島沖を震源とする地震関係

災害救援ボランティア活動には大きな期待が寄せられますが、一方で、ボランティア活動が被災地の人々や他のボランティアの負担や迷惑にならないよう、ボランティア一人ひとりが自分自身の行動と安全に責任を持つ必要があります。※状況は時々刻々と変化していますので「あやべボランティア総合センターホームページ」よりリンクしています。最新の情報等をご確認ください。

## ボランティア募集

### 施設ボランティア

- 活動内容：高齢者と一緒に、手芸や花づくり等の園芸活動の指導
- 日時：曜日指定なし
- 活動場所：社協の家「なごみ」(志賀郷町)
- 問：社協の家「なごみ」(久田・森本)0773-49-5035

### 施設ボランティア

- 活動内容：木陰での高齢者との語らい(喫茶コーナー) 日曜日に開催するサロン活動等
- 活動日時：相談(13:30~15:00)
- 活動場所：どんぐりの家(里町)
- 問：どんぐりの家(白波瀬)42・6957

### 施設ボランティア

- 活動内容：高齢者に寄り添っての語らい等
- 日時：曜日指定なし(相談)
- 活動場所：①松寿苑(田野町)  
②ふくしのえき「広小路」(広小路1丁目)
- 問い合わせ：社会福祉法人松寿苑  
総務係(大槻)43・1123

### 施設ボランティア

世間話をしに来られる方を大募集。雨の日、田んぼに行けない時や、ちょっと時間がある時に、ぜひ遊びに来てください。

- 活動日時：相談
- 活動内容：将棋・囲碁の相手、漬物の漬け方を教えてくださる方、野菜づくりを教えてください方、盆栽・手芸・生け花・絵画・俳句など
- 活動場所：うえずぎ松寿苑デイサービスセンター(上杉町)
- 問：うえずぎ松寿苑デイサービスセンター  
(TEL0773-44-8100 田中)

## プレイバック

ひとが、  
まちが、

元気になる  
エッセイ

「あやべの社協」に掲載したエッセイの中から、もう一度出会いたいという声にお応えして、ご紹介します。HPIにて掲載中。

### 「ある友情」

—12年の歳月超えて届いた絵本—

Mさんからの話です…。

夏のある日、差出人不明の小包が届き、あけると桃太郎の絵本と封書が入っていました。封筒にはHという名前。それは12年前に亡くなった友達の名前だったので。その手紙にはこう書いてありました。

「友よ、この手紙を君が読むのは5年後か、いや8年後か。僕はもうこの冬が越せない。君だけが最後まで僕の病を恐れず多忙な日々も毎日見舞ってくれた。僕は自分の死後のことを考えた。そしたら楽しいことを思いついた。僕から君の子どもへ一冊の本を贈るという計画だ。賢い君はやせた体にむち打ってしびとく生きて結婚し、子どもの父親になるだろう。僕はもう死ぬが君の未来にかかわることで僕の心が君の心につながる。君の子にもつながる。そのつながりを確かなものにするために、僕は君の子に本を贈ろうと計画した。僕は両親に君の子どもが3歳になったら本を送ってくれと頼んだ。7年も8年もあとのある日、君の家に突然【桃太郎】の絵本が届く。僕は死んでいながら、その時、君の一家と深くかかわりあうこととなる。実に不思議だ。もう書けそうにない。君の子どもが桃太郎のように健康でありますように…」

読み終わってMさんの眼から涙があふれて止まらなかったそうです。Mさんの話では、Hさんのご両親は3年前に亡くなられたといいます。それなら誰が送ってくれたのでしょうか。夜空の星は何百光年の時を超えて届いた光だというが、12年の歳月を超えて届いた絵本もMさんには輝く星に見えたそうです。

これは10年以上前に出会った本に掲載されていた物語(実話)で、今となっては書名も著者も出版社もわからないのですが、そのページのコピーをずっとずっと大事にしてきました。

大切なものをなくさないために、時折、読み返しています。心の宝ものも、みんなとシェア(共有)し合う時代です！

## あやべボランティア総合センター 定期総会

日時：4月27日(金)  
13:30~16:00  
(13:00開場)

場所：市役所3F委員会室

1部：総会(代表者委員会)

2部：リーダー研修

(仮)「顔の見える関係づくりを目指して」

シルバーサポーター養成講座

講師：山下宣和

(綾部市社会福祉協議会)