

つながり続ける

地域活動のために

～世代をこえて

活動に参加してもらうためのヒント～



社会福祉法人
墨田区社会福祉協議会

はじめに

地域活動を行っている方たちから、「若い人で活動に参加する人がいない」「いつも同じ人だけで活動している」という話を聞くことがあります。

「墨田区地域力育成・支援計画（令和2年度）」によると、地域活動への参加状況について、「参加している」と回答した人が19.9%に対して、「参加していない」と回答した人は79.3%でした。年代別では、60歳代以上の方では20%以上の方が参加されていますが、50歳代以下ではいずれの年代でも地域活動に参加している割合は20%に届いていませんでした。

しかし、実際には、働き盛りの方や比較的若手の方が活躍している地域活動もあります。そこで今回は、区内で地域活動に参加している30歳代～60歳代の方に、活動のきっかけや魅力、活動に対する思いについてインタビューを行いました。

社会福祉協議会とは

社会福祉協議会は社会福祉法にもとづき地域福祉を推進する民間の非営利団体です。地域に暮らす皆さんとともに、民生委員・児童委員、社会福祉関係機関などの参加・協力のもと、さまざまな活動を行っています。

地域福祉活動担当では、地域での日頃のお付き合いや挨拶する機会を増やし、みんなが安心して暮らせる街の実現のために、住民同士が話し合い、助け合う活動を支援しています。

小地域福祉委員会

地域の人がお互いに支えあい、助け合う活動を総称したものです。

高齢者・障害者・子育て世代等への「戸別訪問」や「地域の見守り・声掛け」、「ふれあいサロン」など、地域の実情に合わせた活動を顔が見える範囲（町会・自治会の範囲）で行います。

ふれあいサロン

地域の人が定期的に近所の会館等に集まり、交流や情報交換などをするを目的とした活動です。



はじめに

- 1 インタビュー①
亀一うきうき福祉委員会
狩野 良江さん
- 2 インタビュー②
八広西八町会
中嶋 規雅さん
- 3 インタビュー③
押上文花町会チームみまもり
佐藤 眞理子さん
- 4 インタビュー④
両国七ヶ町シニアサポーターズ
横田 将彦さん、井沢 京太郎さん

あとがき

なにより、自分が楽しんで活動しています



※感染症対策を徹底し、撮影いたしました。

かりの よしえ
狩野 良江さん

亀一うき福祉委員会
活動区域：亀沢一丁目町会

地域でふれあいサロンや見守り・声かけ活動を行っている
亀一うき福祉委員会の活動者である狩野さんにお話を伺いました。

何をやっているのか、 誰が居るのか 始めは何も知りませんでした

▶亀一うき福祉委員会に参加されたきっかけは何ですか？

同じ町会の方に、「みんなが集まる会」をやっているからと言われて参加してみたのが始まりでした。行くまでは何をやっているのか全然知らなかったです。でも参加してみたら、ほとんど知っている人ばかりでした。

▶入ることに不安は無かったですね。

そうですね。町会の方が中心になり活動していたので。それまでもお祭りなどで顔を合わせて、豚汁と一緒に作ったりしていましたから。どなたが活動しているのかは分かっていませんでしたが。

▶こちらには長くお住まいですか？

結婚してからです。子どもが小学校に入ったのを機に子ども会に入りました。いろいろな活動があ

るので、そこでお母さんや住んでいる方と顔見知りになりました。その後、亀一うき福祉委員会に入り、同じ世代以外の方とも仲良くなりました。

少しずつ名前と顔を覚えて もらえるように

始めは私より少し年上のスタッフと仲良くなりました。サロンに参加される方達は名前も顔も分からなかったのです。スタッフの中では私も年が若かったので、サロンに参加された高齢者の方からはまだ信頼が無いところがありました。でも、毎月いろいろなことを一緒にやっているうちに、信頼していただけるようになりました。名前も覚えていただき、「またよろしくね」なんて言葉をかけていただけるようになりました。

▶名前を覚えてもらえたのは嬉しいですね。

道で会っても、その方から「こんにちは」とか声



クリスマス会
ハンドベルの演奏を行い、地域の方に聞いてもらいました

をかけてくださるようになりました。

何より自分が楽しいと思って 活動をしています。

▶狩野さんは折り紙がとてもお好きだと伺いまし

たが、得意なことを活動に生かしているんですか？

小さいころにちょっと折ったくらいで、特別に何かやっていたわけではないです。スタッフのみなさんと毎月何をするか話し合い「こういうのなら簡単で作れそうかな」とか、「季節に合ってるかな」等、いろいろ考えていくうちに、それがわたしの趣味になっていきました。今は自分が楽しいから活動しています。いつも家で何をしようかいろいろ考えていて、娘には「うきうきサロンって、ママがうきうきするところなの？」って聞かれたりします（笑）。他の友達には「よく参加できるね」と言われるのですが、「いや、私が楽しいから参加しているの」と答えています。

皆の意見を聞いて、 見守ってくれる先輩たち

▶活動に対して心がけていることはありますか？

何かを行う時には必ず代表の方達がフォローしてく



スノードーム作り
訪問活動を行う時に、一緒に配りました

その安心感があるので、「次はこういうことをやってみよう」といったアイデアを出すことができますね。

次に何をやるか考える時も、代表の方々はみんなの意見を聞いてくださり「それは良いね」と持ち上げてくれたりもします。そして「私たちはこう思っているけど、皆さんはどうですか」と必ず聞いてくださるので、意見もとても言いやすいですね。

▶コロナ禍でも、道路に面した町会会館を開放して展覧会やフリーマーケットを行うなど、繋がりを継続されていましたね。

町会会館の倉庫を開放した活動を行ったことで普段活動と関わっていない方にも見ていただくことができたと思います。

今参加していない方も、新しい活動と人との繋がりの広がる楽しさを感じて欲しいと思います。

▶ありがとうございました。

亀一うき福祉委員会

平成27年ふれあいサロンとして団体発足。

平成30年に小地域福祉委員会に移行。

ふれあいサロン活動や訪問活動を行い、そこから日常の見守り声かけ運動に繋がるよう活動してる。コロナ禍では、地域の方にお弁当を配布したり、地域の方が作成した作品の展覧会を開催したりと、直接会わなくても繋がりが続く活動を行っている。

インタビュー②

自分が楽しみ、無理はしない



なかしま のりまさ
中嶋 規雅さん
八広西八町会役員
活動区域：八広四丁目の一部
八広六丁目の一部

7～8年前に声をかけられたことから町会役員に。その後、町会の推薦で様々な地域活動に参加するようになった中嶋さんにお話を伺いました。

きっかけは家族の後押し

▶活動を始められた時期はいつ頃ですか？

町会の活動は7～8年前です。今、家内の実家に住んでいて、住み始めてから30年くらいになります。

▶活動を始めたきっかけは何ですか？

当時の町会長さん達からの声かけがきっかけです。それまではそれほど関わりはなかったのですが、家族の後押しがありました。

家内は、昔からここで育ってきて町会や近所の人にもお世話になっており、「恩返しをしたいけれど自分は動けないから代わりに力になってあげてほしい」と言われました。

自分にもできる範囲で手伝える

▶何から取り組みましたか？

イベントの手伝い（テント張り）から始めました。中学生の頃にボーイスカウトをやっていたことも

あり、テント張りは慣れていたので自分にもできると思いました。

初めて手伝いに行った時にみんなが気軽に話しかけてくれて、何も役割を与えられず「自分で考える」的な上から目線ではなく、テント張りという役割を与えてもらったのも良かったです。その役割も押しつけではなく、やれる範囲で参加できたことも居心地の良さを感じました。

町会の手伝いも時々しか出席できていないけれど、町会の皆さんが「出られる時だけでいいよ」と言ってくれるので、ありがたいです。

中学生も地域活動に絡めていきたい

▶青少年育成委員*はいつから始めましたか？

4年くらい前に町会長から頼まれました。

▶青少年育成委員という、子どもを見守る視点もある中で工夫していることはありますか？



中嶋さんが事業企画委員として関わっている「吾孺の里フェスタ」の様子

将来的に中学生を地域活動に取り込めるように関わっていければいいなと思っています。

地域力という話になると、大人や高齢者が主といった内容になりがちですが、中学生が地元にいる一番の働き手だと思っています。

防災の観点からみても、日中に災害が起こった時に動ける大人がいない時間帯にも実は動けるのではないかな。20年後には地域の中心的存在になります。半分くらいは地元に残っているようなので。

(中嶋さんは、墨田区防災士ネットワーク協議会のメンバーでもあります。)

自分が楽しむ、無理はしない

▶活動を行う上で心がけていることは何ですか？

まずは自分が楽しむことです。そして、決して無理をしないようにしています。

無理をすると続かないし家族への負担が出てくるので、基本は家のことを第一に考え、できることをやっています。町会もそれでいいというスタンスなのでありがたいです。

活動で得たものは「情報」

▶活動をして得たものはありますか？

一番は情報です。それまで決定された結果しか見えていなかったけれど、いろいろな分野の活動に関わるようになり、その会にどこから、どのような内容の依頼があり、どのように悩んで結果が出たのかといった一連の流れを知ることができました。それにより、その後を予測して行動でき、町会と情報を共有できるようにもなりました。

▶新たな参加を促すには何が必要だと思いますか？
町会は、少しだけしか参加しない人達も喜んで受け入れるという考えでいます。参加を迷っている人に手伝ってもらえるような企画を考えるといいと思います。例えば、子ども向けだけど親は手伝いに参加できるようなイベントを開催するなどです。

▶ありがとうございました。

* 地区青少年育成委員会

町会、PTA、青少年団体等が委員となり、地域の青少年問題に関する連絡調整をはじめ、健全育成等に関する事業を推進している組織。

八広西八町会

町会範囲内に地域プラザや児童館などがある。毎年、児童館などとも協力し、全世代が参加できる交流イベントを開催している。

ささいな見守りが大きな救いになる



さとう まりこ
佐藤 眞理子さん

押上文花町会「チームみまもり」
活動区域：押上一丁目、三丁目の一部
文花一丁目の一部

民生委員・児童委員、押上文花町会「チームみまもり」の活動、市民後見人等の活動も行う佐藤さんにお話を伺いました。

墨田区らしい親しみのある見守りの目に共感

▶地域活動を始めたきっかけは何ですか？

地域活動を始めたきっかけは12年前に民生委員・児童委員になったことです。当時町会長だった父のためということもあり、欠員となった枠に「1期（3年）だけ」という気持ちで始めました。

民生委員・児童委員になってすぐに東日本大震災が起き、約150名の高齢者の安否確認が必要になりました。何から行えばいいかわからない状況でしたが、その際、近所の方から「あそこの方、元気だったよ」「少し心配な様子だったよ」等の情報が入り、墨田区らしい下町の良さや親しみのある地域性を感じました。

▶そこからどのように活動を広げたのですか？

震災での経験から、自分の目だけではなく多くの人の目で見守ることのできる地域性に共感しました。これを活かし見守り活動を行うサポート隊を

つくりたいと思い、現町会長の松本さんにご相談し、松本さんを中心に同じ町会の民生委員・児童委員等様々な方と連携しながら「チームみまもり」を結成。地域のお世話好きの方をピックアップさせていただき、子育て中のママから70歳以上の方までの多世代にわたる約70名の方々が集まってくださいました。

信頼関係とチームワークの見守りの輪

▶活動を行う上で大切にしてきたことは何ですか？

チームみまもりでは、ささいなことでも心配な方がいたら民生委員・児童委員へ連絡がほしいと呼びかけています。その成果もあって民生委員・児童委員が地域の方と専門職との「パイプ役」になり、それが地域にも浸透していき、様々な情報がスムーズに入るようになりました。実際に近所の方のちょっとした気づきで高齢者の方の命を救え

たこともありました。日頃の何気ない見守り、回覧板を渡す等の繋がりがあったからこそ、情報が入るのだと実感しました。

▶「見守り」の視点はどのように培われたのですか？

押上文花町会には民生委員・児童委員が3名おり、それぞれ担当地区が決まっています。ただ、一人一人対応の仕方が違うと、地域の方の混乱を招くのではないかと思い、3名でひとつのチームになり活動を行うことにしました。チームになることで、それぞれの情報を共有したり意見を出し合い、自分たちのノウハウを身につけていくことができたと思います。

人とのつながり自体が財産になる

▶活動を続けていく魅力は何ですか？

多くの地域の方と知り合い、わずかなことでもその人の役に立てることです。自分にできることは、諦めずにその人にあったアドバイスをすることだと思います。それが自分自身のためになり、「宝物」となっています。そう思えるのも、相手からの「ありがとう」の感謝の言葉や、サポートしてくれる専門職の存在があるからです。

▶市民後見人*、地域福祉権利擁護事業*の生活支援員の活動をしているとお聞きました。

3年前に他界した父が認知症となった際に、今後のために勉強したいと思い社協の市民後見人養成研修を受けたことがきっかけで始めました。市民後見人や生活支援員では、一人一人のサポートができ本人や家族からはとても感謝もされ自分にとっての励みになっています。



ふれあいサロンの様子（平成30年撮影）

▶これから地域活動を考えている方に伝えたいことは何ですか？

地域活動は「こうしないといけない」等といった決まりはなく、「自分自身がどう感じるか」だと思います。定年退職をした方や親の介護をやり終えられた方等、時間があり少しでも地域活動に興味のある方は、ぜひ町会や老人会、見守り隊等小さいことでもいいので、地域とのつながりを持ってほしいです。人との繋がりがや出会えたこと自体が財産になると思います。

▶ありがとうございました。

* 市民後見人

社会貢献への意欲が高い一般市民の方で、養成研修を受講し、成年後見に関する一定の知識を身に付けた方の中から、家庭裁判所により成年後見人等として選任された方。

* 地域福祉権利擁護事業

認知症高齢者など判断能力が十分でない方が地域で安心して暮らせるように、福祉サービス利用援助を中心として、日常的な金銭管理サービス、重要書類の預かり等の支援を実施する事業。

押上文花町会「チームみまもり」

平成28年小地域福祉委員会として団体発足。
コロナ前は定例会を開催し、部ごとに分かれて意見交換を行い、日常生活を通した見守り活動を行っていた。
ふれあいサロンは地域の空き店舗を借りて活動している。

お世話になっている地元貢献したい



よこた まさひこ
横田 将彦さん (代表)
 いざわ きょうたろう
井沢 京太郎さん
 両国七ヶ町シニアサポーターズ
 活動区域：両国一丁目～四丁目 (一部)
 千歳一丁目～三丁目 (一部)

コロナ禍で、お祭り会の若手(20歳～30歳代)が中心となり、高齢者を対象に買い物代行や蛍光灯交換などを行う団体を発足した横田さんと井沢さんに話を伺いました。

力が余っている若者がたくさんいて・・・

▶活動を立ちあげたきっかけはなんですか？

井沢さん メンバーは皆「お祭りの会」に入っています。僕は、お祭りの会に入り活動することで貢献できていたと思っています。いろいろな行事がありますから。でも、新型コロナウイルスによりその活動が奪われました。活動できず力が余っている若者がたくさんいて、「家に居るくらいならば、その時間に何かやろう」って話になりました。最初は仲の良いメンバーで話し合いましたね。

横田さん コロナ禍で、自分がスーパーに行った時にレジが凄いい列になっているのを見て、思いついただけです。「自分は大丈夫だけど、その時にお世話になっているおじいさん達は並ぶの大変だな」とそれを井沢に話したところ「やってみよう」と。

▶思いつきのことですが、日頃から地域の高齢者の方達と関係はあったのですか？

横田さん もともと町会に入っていて、お世話になっていました。震災の時には年配の人が家から出られなくなったのを、家から連れ出したこともあります。



高齢者宅の電球替え(井沢さん)

まずは形をつくっておこう

井沢さん 今世の中でいろいろなことが起こっていますね。コロナやウクライナ・ロシア問題とか。日本もさらに何が起こるか分からない。そうした中で次に何か起こった時、すぐに動ける形を作っておきたかったんです。

困ったときは相談

▶活動を始める時はどうしましたか？

井沢さん 始めはメンバーを集める事ですね。みんな働き盛りだから、昼間に問い合わせ対応や受付業務ができる人がいなくて、みどり高齢者支援総合センターに相談し、受付は地元の特別養護老人ホームにお願いすることになりました。それと、認知症についての勉強をさせてもらい、高齢者の対応の仕方を学びました。コロナで大変な時期でしたが、メンバーの家族に協力してもらい、活動に備えたデモンストレーションを行いました。

大切にしたのは「安心感」

▶活動に対して気を付けたことはありますか？

井沢さん 安心感ですね。買い物時にお金を扱うこととか、電球を替える時に割ったりしないようにするなど、メンバー間で報告・連絡・相談をしっかりと行うようにしました。お互いフォローし合えるような体制にしましたね。

▶特に印象に残っていることは？

井沢さん 参加したばかりで慣れていないメンバーの付き添いですかね。「持ち物は何か良いですか？ペンいりますか？」とかいろいろ聞かれ、社会勉強

にもなったのではないかなと思います。それがきっかけで、地域貢献を考えるようになってくれたら良いなって思います。

道で声をかけてもらえるとうれしい

▶活動して良かったと感じたことは？

井沢さん 自分が育った町・地元が発展していくことに貢献できることですね。道で会った時、声をかけてもらえるとうれしいです。それを増やしたいと思っています。

まずは話してみてもいい

地域の活動・地域貢献に関心のある人たちが、一歩を踏み出すにはどうしたら良いと思いますか？

井沢さん まずは活動をしている人と話してみることですね。いきなり活動に参加するよりハードルは低いと思います。

▶ありがとうございました。

両国七ヶ町シニアサポーターズ

令和2年10月 団体発足

近隣7ヶ町のお祭りの会の20歳～30歳代を中心とした若手が立ち上げた高齢者への支援活動団体。

メンバーは18人。地元の町会や高齢者支援総合センターに相談し、支援を受け立ち上げた。

買い物代行や蛍光灯交換等の活動を行っている。

あ と が き

今回のインタビューの中で、地域活動へ参加を促すポイント、継続を支えるポイントなどいくつか共通点が見えてきました。

【地域活動へ参加するきっかけ】

- 既存の活動者と日頃からの顔見知りの関係性
- 自分ができること・興味があること
- 受け入れる側のフォロー体制（積極的な声かけ、ねぎらいの言葉をかけるなど）
- 地元への愛着
- 活動参加への敷居が低い

【活動継続のポイント】

- 無理のない範囲での活動参加・それを認める体制
- 自身自身が楽しい 他者から承認してもらえる
- 地域活動の先輩方の受け入れ・サポート
- みんなが意見を出しやすい雰囲気づくり
- 活動のやりがい
- 他者とのつながり・関係性
- 報告・連絡・相談が綿密である

皆様のお話を伺う中で、とても印象的だったのは、活動のきっかけとしては地域への愛着から、地域のため、誰かのためであったものが、活動継続していく中で

「楽しさ」「周りからの承認」「つながり・関係性」

など自分のためにもなっているという点です。

「人のため」と「自分のため」の双方がバランスよくあることが、活動へのやりがいを生んでいるようです。

地域活動の担い手について、「若手の担い手不足」という課題は、墨田区全域で課題となっています。しかし、今回のインタビューの中から「地域のために活動したい」という若い方々はおり、その方々がやりがいを得て活動することで、新しい発想が生まれ、活動がより地域に広がって行っていることがわかりました。

この冊子が、新たな地域活動の担い手や参加者、活動内容を広げるヒントとなれば幸いです。

つながり続ける地域活動のために

～世代をこえて活動に参画してもらうためのヒント～

社会福祉法人 墨田区社会福祉協議会
地域福祉活動担当

所在地 〒131-0032 東京都墨田区東向島2-17-14

電話番号 03-3614-3900

発行日 2022年03月

WEB <https://www.sumida-shakyo.or.jp>

