



地域共生のまちづくり事例集

11 の 事 例

目次

02	地域づくりは地域福祉につながる
04	地域づくりのコツ
06	地域で困っていること
07	地域が楽しいと思えること
08	取り組みのつくり方
10	ワークシート：あなたのまちの地域福祉の企画を考えてみよう
11	各地域の事例
12	1. 食べて笑ってお話ししましょ（地域食堂／ほっこり食堂）
14	2. 農場が集いの場に（ヨコタ農園）
16	3. これから福祉施設は地域福祉の拠点へ（ながはまこども食堂）
18	4. 子育てカフェが高齢者や子どもの居場所に（子育て応援カフェ LOCO）
20	5. ちょっとした生活の困りごとを地域で解決しよう（かんだサポート会）
22	6. 個人宅へのおしゃべりボランティア（話咲隊（はなさかたい））
24	7. 困りごとを受け止められる場づくり（暮らしの支え合い検討会）
26	8. マップがつなぐ見守りの目（西浅井ふくしの会）
28	9. 「こんなことやってみたい」が実践できる場（は～とらんど）
30	10. 「まちづくり × 福祉」の実践活動（とらひめライフデザインプロジェクト）
32	11. 若者がつくる地域の交流拠点（高月にぎやかし隊）
34	これから活動をはじめる人へ
36	長く活動を続けるために

この冊子の使い方

この冊子は、長浜市内で地域づくりを始めようとする方の参考になるようにと、長浜市内のモデル地区で話し合いを重ねて得られた活動を始めたときのポイントや活動事例がまとめられています。同じ長浜市内でも、地域が変われば課題やテーマ、対象も変わるもの。この冊子を参考に、みなさんも地域活動を始めてみませんか？すでに活動を始めている人も、いつもとは少し異なった方向からアプローチしてみる参考になるかもしれません。

読んで

この冊子を見て、気になる取り組みを地域の方と話してみましょう。

見に行って

気になる事例は、実際に見に行ってみよう。冊子だけでは語り切れないコツもあるはず。

実践してみよう

実際に取り組んでみましょう。はじめはできるところから、小さくはじめてみよう。

地域づくりは地域福祉につながる

2019年12月14日、「みんなで取り組む地域共生社会づくり」と題した講演会を開催しました。これまでに日本各地で、地域の課題を地域に住む人たち自身が解決するための関係性や仕組みをデザインしてきたコミュニティデザイナーの山崎亮氏から、地域づくりが結果的に福祉活動につながった事例などを紹介していただきました。

ハードルが高いと思われがちで、活動者がなかなか現れない福祉の取り組み。その打開策がどこにあるのか、講演会の話をヒントに考えてみました。

理想の暮らしから楽しい活動を生み出す

これまで、いわゆる福祉課題には、専門職と呼ばれる人たちが中心になって取り組んできました。しかし、急速に進む高齢化社会の中、これまでの解決方法では対処しきれなかったり、うまく行かなかったりすることが出てきています。

例えば、「誰もが住み慣れた地域で安心して自分らしく暮らせるまち」を実現させたいとき、どのようなメンバーと検討するでしょうか。たいていは、“いつものメンバー”だと思います。いつものメンバーは、これまでの活動の知識や経験を持っているので、確かに適任者です。しかし、そのいつものメンバーは、見守り活動や子育て支援、送迎サービスなど、すでにさまざまな活動をいくつも持っていることが多いです。結果的に自分の仕事がさらに増えることになり、どんどん忙しく、辛くなっていくばかりです。そうならないためには、まだ福祉にまつわる活動に参加していない人たちを集めることなのです。しかし、これまで福祉に接したことがない人たちに、福祉の取り組みをしようと呼びかけてもなかなか集まりません。どう集めたらいいのでしょうか。そのヒントが、地域づくりにあると考えています。

大阪府泉佐野市「泉佐野丘陵緑地パークレンジャー」

私たちが関わったプロジェクトの中に、泉佐野丘陵緑地の公園づくりのプロジェクトがあります。どんな公園をつくりたいのかを地域の方々と考えるだけではなく、地域の方々自身がのこぎりを持ったり、ハンマーを使ったりしながら公園 자체を手づくりでつくっていくプロジェクトです。このプロジェクトは、公園づくりをする仲間をつくり、その仲間と活動を続け、公園に足を運ぶ人を増やすことが目的だったのですが、結果的に福祉的な副産物が生まれました。

パークレンジャーの養成講座の1期生の多くはすでに70歳以上ですが、どの方も、初めに会ったときよりも筋骨隆々で、こんがり日焼けしていてとても健康的です。日頃の公園づくりで身体が鍛えられているのです。また、この場で出会った人同士が意気投合し、普段からお酒を飲みにいったり、ゴルフを楽しむこともあるそうです。このように、パークレンジャーの活動をすることで、多くの人がどんどん元気になっています。

この公園は、公園づくりを目的としてプロジェクトを進めていたのですが、活動する人たち自身が、心身ともに健康になっていきました。福祉や介護保険、介護予防





を謳わなくても、楽しい、かっこいいことをしてみたら、結果的に健康でしたということが泉佐野丘陵緑地では実践できていました。

秋田県秋田市「2240歳スタイル」

秋田市では、2015年から3年間、福祉にまつわるプロジェクトとして、「高齢になっても、楽しく安心して暮らしていける地域」をつくるお手伝いをしました。そこでは、泉佐野のような公園も建物も空間もつくらず、地域の方々の活動を生み出そうと考えました。

どうしたら楽しく年を重ねていける活動を生み出せるのかを考えた結果、秋田県立美術館を舞台に、展覧会をつくりたい人を募集することにしました。展覧会づくりに一から関わるという珍しさもあり、多くの人が参加してくれました。参加者の多くは、福祉や介護などにはあまり縁がないような人たちでした。展覧会のテーマは、高齢だけどとも楽しそうに生きている人たちを紹介するもの、と伝えスタートしました。

参加者は2人1組で、地域にいる75歳以上の楽しそうに暮らしている先輩を取材し、最終的に29人の先輩たちが自分の暮らし方を紹介してくれました。

参加者は、展覧会をつくりながら多くのことを学びま

した。楽しく暮らしている先輩方29人と直接お話しすることによって、「楽しく年を重ねるためのヒント」を得ることができました。その中でも一番重要だと挙げたのが、「年の差のある友だちを持つ」ということでした。楽しそうに暮らしている先輩たちは、同年代で集まらず、概ね20歳以上年下の友だちがいることに気づいたのです。

そうなると、20歳以上年下の友だちがいるだけで自分は元気になれる、自分の介護保険や医療保険がちょっと減ると信じてしまえばいいのだと考えました。証拠があるわけではありませんが、実際に見聞きした経験から20歳以上年上あるいは年下の友だちをつくろうと動き出したのです。

参加者が中心となって、展覧会に来てくれた人を誘い、年の差フレンズをつくる活動を始めました。実はこれがこのプロジェクトの真の目的でした。美術館で展覧会をすることは、あくまで手段です。そう呼びかければ、今まで介護や福祉に興味がなかった人たちが参加してくれるのではないかと想像したのです。しかし展覧会はただの手段であり、真の目的は展覧会を通して、多くの方に歳を重ねても、とても楽しそうに暮らしている人たちに学び、自分たちも楽しく暮らしていこうと訴えかけることでした。そして仲間を増やし、新しく活動を生み出すことでした。



福祉に楽しさやかわいさ、おしゃれ、かっこよさを

私たちは介護福祉の専門家ではありませんが、人が動き出しきっかけに、楽しさやかわいさ、おしゃれ、かっこいいという気持ちが大切だということを知っています。それは、介護福祉の分野でも同じだと思っています。

ぜひみなさん、何か活動されるときに、その活動はおしゃれだと思ってもらえるのか、楽しいと思ってもらえるのか、みなさんのお子さんやお孫さんが、友だちを誘いたくなるようなものになっているのか、「うちのじい

ちゃんがこれやっているんだけど行こうよ」と彼女を誘えるようなチラシになっているかを考えてみてください。

そんなことを確認しながら地域づくりのプロジェクトを進めていくと、今まで関わっていなかったような人たちが参加してくれて、今までとは違った展開が生まれていくのではないかと思っています。そして、それが結果的に世代を超えた支え合いということにつながっていくのではないでしょうか。

えっ？ じゃあ地域づくりってどうやるの？

地域づくりのコツ

地域づくりとは、専門家が仕事として進めてくれることだと思っていませんか？地域は地域の人がつくるものです。自分が暮らす地域が楽しくて魅力的だったら、毎日の生活が明るく楽しいものにきっとなるはず。そんな地域での活動のヒントになるようなノウハウを5つ、まとめてみました。これだったら自分もできそう！と、思いませんか？



1 課題から入らない

地域づくりを始めるとき、その地域の現状の課題見つけ、分析し、解決する方法を考えて活動を生み出すことがあります。この方法は、課題の解決にはなりますが、地域の未来への変化は小さなものとなります。そんなとき、その地域で10年後、自分がどんな暮らしをしてみたいのか、地域の理想像を描いてみましょう。それを実現するために、どんな段階が必要かを順に逆算して考えることで、課題に対して今何をすべきかが見えてきます。

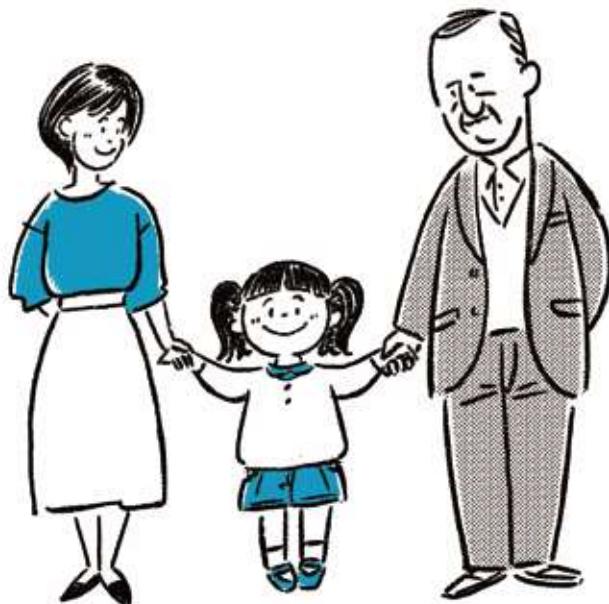
2 小さく活動をおこす

活動が決まったら、準備がほとんど必要なくともできる、小さなことから始めてみましょう。実験的な小さな活動から始めてことで、地域の人の反応を見ることができたり、活動内容を修正したりすることが簡単にになります。何度か回数を重ね、機会がきたら大きなイベントをしてみてもよいかもしれません、小さくても、日常的にさまざまな活動が活発に行われている地域って、とても魅力的だと思いますか？



3 具体的に人物像を 思い浮かべてみる

みなさんの活動には、どんな人が来てほしいのでしょうか。例えば年齢、性別、家族構成、地域での立場、趣味、性格など、具体的な人物像を設定してみましょう。その人にどうしたら足を運んでもらえるのか、来て楽しかったと思つてもらえるのか、また来てもらえるのかなどを想像することで、活動を工夫しやすくなります。活動をふりかえるときにも、設定通りの人が来たのか、意外な参加者はいたかなどの視点を入れると、さらなる広がりが生まれます。



4 楽しさを みんなに広めよう

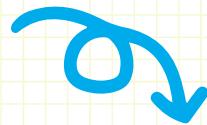
会議の内容でも、準備の様子でも、イベントの当日のことでも、こんなことあったよ！と、どんどん周りの人々に伝えてみましょう。方法は、ご近所の方や職場の人々に直接話したり、SNSに書いたり、新聞などに投書したりと、自分のできる広め方で構いません。楽しかった様子を、スマートフォンなどで写真や映像に残しておくと、より相手に伝わりやすくなります。もしかしたら、それをきっかけに活動に参加してくれる人々や、応援してくれる人が増えるかもしれません。

5 楽しむことが大事

社会的に意義のあることや、誰かのためになるような活動を生み出すことは大切です。しかしそれだけを考えていると、まるで仕事のように感じて疲弊したり、お金のこと、役割のことなどで活動が嫌になってしまったりすることがあります。そうならないためにも、活動するときには常に「楽しさ」を加えてみましょう。自分がやって楽しいことに、地域の課題や、解決したいことを掛け合わせてみると、楽しく活動するアイデアが浮かぶかもしれません。



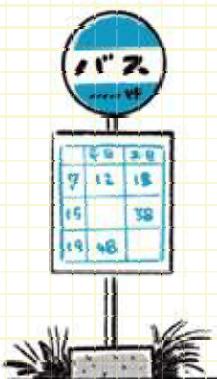
地域で困っていること



長浜市内各地のみなさんに、日常生活で困っていることはなんですか？と聞いてみました。状況は地域によって少しづつ異なりますが、共通した困りごとが見えてきました。

近くに買い物できる場所がない

歩いていける距離に買い物ができるお店がないため、行くタイミングも行く場所も限られてしまいます。気軽にわいわい買い物をする楽しみが少なくなってしまいました。

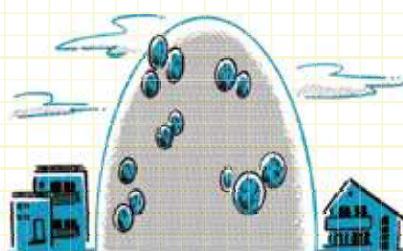


移動手段がない

安全を考えて免許の返納をしました。しかし、バスは幹線道路しか走っていないため、バス停まで行くのも大変。送迎を誰かに頼むにも気が引けてしまいます。

交流する機会が少ない

どこに行けば、自分と共通の趣味の人と出えるのか、ちょっと誰かと話したいときにふらっと立ち寄れる場所がどこにあるのかがわからないなあ。



仕事がない

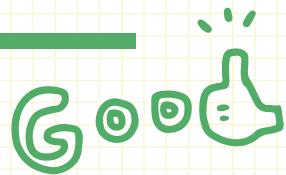
今持っている知識や経験、技術を生かせる場が近くにないので、どうしても地域外に働きに出てします。

その他の意見 困りごとがあがってこないので、サポートできない。地域の行事やお祭りの運営が厳しくなってきた。
仕事や育児などが忙しくて、地域に関われない。若い人との関わりが少ない。など

check!

あなたのまちの「困っていること」は？

地域が楽しいと思えること



どんな地域であれば楽しく暮らせますか？みなさんとお話しする中で、どんなことができる地域が理想なのか、さまざまな声が聞こえてきました。



幅広い世代が集まる

さまざまな年代の人がいて、それぞれに好きなことができるような環境があれば、ちょっとした困りごとを解決できるヒントが得られる場になるかもしれません。



農でつながる

自分の工夫を自慢し合ったり、わいわいみんなで試行錯誤しながら収穫物と一緒に食べたり、他の人に食べてもらったりする。そんな農でつながる仲間がほしい！



地域のことを学べる

外から来た人はもちろん、ここで生まれ育った人でも、知らないことがあるかもしれません。文化や伝統だけでなく、どんな人がいるのかなど共に学べたらいいな。



女性が活躍できる

女性が元気だと、地域も元気になる！女性だからこそ気がついたり、女性だからこそできることが地域にはたくさんあります。スキマ時間を活用して活躍できる環境があったらうれしい！

その他の意見 お互いがお互いを応援できる関係性がある。いくつになっても活躍できる。何かあったときに相談できる人が近くにいる。やって楽しいことがたくさんある。学びの場がある。など

check!

あなたが「楽しい」と思えることは？

取り組みのつくり方

取り組みのイメージが頭に浮かんだら、行動を起こしましょう。何から始めたらいいかわからないときは、ぜひ以下の1～6の手順を参考にしてみてください！

1

見て、読んで、聞いて学ぼう

取り組みのイメージを膨らませるために、他の地域の実践例を探してみましょう。同じテーマの例だけではなく、かわいい、かっこいい、おしゃれだと思う例を挙げてみることも大切です。情報源は、講演会を聞きに行くのも、本やインターネット、可能であれば視察させてもらうのもいいです。どんな工夫をしているのか、おもしろい！自分の地域にも活用できそう！というポイントを見つけてヒントにしてみましょう。



2

未来予想図を描こう

取り組みをすることで、どんな未来を想像することができるのか、一緒に活動する人たちとビジョン（未来図）を共有することが大切です。ふんわりしたイメージよりも、具体的に絵を書いたり文字にしたりする方が、理解が進むかもしれません。どんな活動をするときにも、私たちのビジョンはこれですという軸があれば、周囲の方たちからも、活動の意義が伝わりやすくなります。

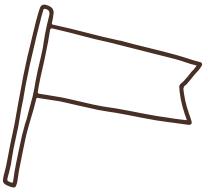


3

企画をつくろう

企画をつくる上で大切なのは、ビジョンを書きながら、どんな人にその場に来てほしいのかを具体的に想定することです。例えば、80歳の一人暮らしのおばあちゃん。趣味が裁縫や手芸で日頃から家にこもって小物をつくっている。そのおばあちゃんたちが外に出てくるためのきっかけの場をつくりたい、など。すると、おのずと場所や日時、開催内容などが決まつてくるようになります。





4

実施準備をしよう

チラシづくりや準備物の確認は、みんなで集まって一緒に行なうと、お互いにサポートしやすくなりますし、周りの人々にこんなことやるよと伝えやすくなります。スタッフ側も樂しくなるように、当日の洋服を合わせたり、おそろいのバッジなどをつくってみたりするのもいいでしょう。当日の役割も、応援係や写真撮影係、口コミ係などそれぞれが担当をもてるようにならう。



5

実施してみよう

当日は、役割を実行しながら、来ていただいた方に楽しんでもらい、自分も楽しむことが一番です。どこでイベント情報を知ったのか、来てみてどうだったかなどの感想を聞いておくと、次回以降の参考になります。SNSでの発信が得意な人がいれば、当日の様子を速報形式で発信してみるのも、いろいろな人に楽しさを伝えるコツです。



6

ふりかえり

継続する上で一番大切なのが、準備から当日までに起こった一連の流れをふりかえる場をもつことです。準備段階に起こったことから、当日見聞きしたこと、お客様から言われたこと、自分が感じたことなど、新しい気づきや今後につながる視点などを共有する場をもつことで、次への新しいアイデアが生まれてきます。



check!

あなたのまちの 地域福祉の企画を考えてみよう

- ① どんな暮らしを目指しますか？理想の暮らしを考えよう。



- ② 理想の暮らしを実現するためにどんな取り組みができますか？



- ③ 実施時期を考えてみよう。



- ④ 誰と一緒に実施しますか？仲間となるメンバーを誘いましょう。



各地域の事例

長浜市内の各地域では、すでにさまざまな取り組みが始まっています。テーマにしていることや取り組み方法はさまざまで、参考になるポイントがいっぱい！ここからは、その長浜市内の 11 の事例を紹介していきます。取り組み概要のほか、その活動がどんな福祉につながっているのかのポイントや、活動を支える人の紹介もありますので、気になる事例があつたらその人に直接聞いてみてもいいかもしれません！

交流

- 1 地域食堂／ほっこり食堂（余呉地区）
- 2 ヨコタ農園（高月地区）

子どもの居場所づくり

- 3 ながはまこども食堂（神田地区）

お母さんの雇用促進

- 4 子育て応援カフェ LOCO

生活サポート

- 5 かんだサポート会（神田地区）
- 6 おしゃべりボランティア「話咲隊」（長浜地区）
- 7 暮らしの支え合い検討会（びわ地区）

防災

- 8 西浅井ふくしの会（西浅井地区）

企画

- 9 は～とランド（虎姫地区）
- 10 とらひめライフデザインプロジェクト（虎姫地区）
- 11 高月にぎやかし隊（高月地区）

1



食べて笑ってお話ししましょ

地域食堂／ほっこり食堂

長浜市余呉地区

余呉福祉の会では、高齢化が進む余呉地区のみなさんがより楽しく暮らし続けていくためには、どのような支援が必要かを考えていました。地域のみなさんに「困っていること」を直接聞いても、なかなか素直に教えてもらえません。そこで、普段の取り組みを見直すことから始めてみました。

まず思い当たったのがサロンです。この場に来る人の大半は女性で、男性が出てこなかつたり、参加者が固定化し、来る人と来ない人がはっきり分かれてしまつたりするという課題がありました。普段、サロンに参加していない人でも気軽に参加でき、次の開催を楽しみにしてもらえるものとして、地域食堂を開催してみることにしました。この地域食堂では、一緒に食事をしたり、ゲームをすることで、地域の皆さんの何気ない会話を引き出し、つながりをつくることを目的としています。

地域食堂の企画は、会議を何度も重ね練り上げました。初めに開催エリアを決めました。次に、地元の人から、地域の特色を聞き出し、開催日時を決めました。そして、参加者に楽しく自然に話をしてもらうための仕掛けを考えました。

食事やゲームにはたくさんの工夫を盛り込みました。アンケートを取るなどの方法ではなく、楽しみながら「実は・・・」という話を引き出そうと、みんなで囲める鍋を食事にしてみたり、年齢に関わらず楽しめる巨大地域すごろくをつくってみたり、自慢話から話を広げてもらうために自家製の漬物を持参することで参加費が無料になつたりすることなどを考えました。

当日は、参加者からの何気ない一言に耳を傾け、そこから聞こえてきた暮らしの声をもとに、地域で支援できる環境を整えていこうと順次開催を企画しています。



こんな福祉につながっています

地域に合わせた場をつくる

余呂地区では、各自治会が地理的に離れていることもあります。対象となる自治会ごとに適した食堂をつくっています。実施場所によって、どうしたら地域の人が来てくれるか、工夫しアイデアを出し合う場はとても楽しそうです。

Point

話し合える関係性づくり

1回目に開催したのは、丹生学区。「わいわい楽しく食事ができる場」をテーマに、夕暮れの少し寂しくなる時間帯に、みんなで一緒に夕飯を食べる食堂をつくりました。当日は思った以上の賑わいで、普段サロンに参加していない人や夫婦での参加などがみられたことが収穫でした。



Point

多世代交流

地区内でも子どもが多いエリアでは、子どもたちと地域の方の交流を目的にしています。子どもたちの習い事などを考慮して、開催時間を土曜日の昼食時に設定しているほか、みんなで一緒に遊べるような、巨大余呂すごろくも計画しています。



Point

自治会をつなげる

距離があって、日ごろの交流が難しくなってきたエリアでは、旧交をあたためることを目的にしました。地域の方の自慢の漬物を持参していたら、参加費が無料になる仕組みをつくりたり、昔の写真を見ながら思い出話をしようと計画しています。



この活動を支える人



三段崎 静子さん
余呂福祉の会
会長

福祉の仕事に関わり、多くの住民さんとお会いすることができました。ここ数年で高齢化が進み、「来る人を待つ活動」では参加しにくいのではないかと、地域へ出向くようになりました。

地域のみなさんは、私のことを覚えていてくださるので、とてもうれしくなります。そのような時に福祉の仕事をしていてとても良かったと感じます。これからも、みなさんとの関わりを大切に、頑張りたいと思います。

人生年表

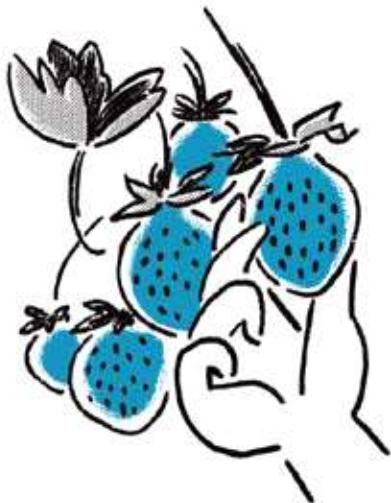


2

農場が集いの場に

ヨコタ農園

長浜市高月地区



ヨコタ農園は、会社員のご主人が、農業を辞めるという地主さんから土地を引き継いで始まりました。農園の代表は、奥様が務めています。環境にこだわってつくるお米や野菜は安心して食べられて美味しいと地域の方からも評判です。

もともと農家ではなかった横田さんご夫妻は、自分たちのやり方にこだわらず、さまざまな方からのアドバイスやリクエストを取り入れながら農作物を育てています。県の農産普及課の方に教えてもらったり、農園の土や気候に詳しい地域の方などにもアドバイスをいただいたりしながら、この土地にあった農業を探し続けています。

農園では、いちごフェスタというイベントを毎年春に開催しています。農園で育てたいちごを、「おいしい」と言って食べてくれる人の姿を直接見たくて始めたというこのイベントは、さまざまな人と連携することによっ

て広がりを見せています。ひょんなことでつながった人が PR 活動をしてくれたり、不登校の子どもたちが社会勉強をする場になったり、出店者を紹介してもらったり、横田さんのつながりから生まれた展開が多くありました。

また、継続的に毎日投稿していた SNS を見ていた人が農園のファンになり、マルシェに野菜を買いに来てくれました。さらに、農園のプロモーション動画を作成してインターネット上で発信してくれる人も現れました。

自分たちだけでやるには限界があったかもしれません。気のあった人やつながった人に、「こんなことをやりたい」と話すことによって、その分野が得意な人と自然とつながり、自分自身も、地域の人も一緒に楽しめる農園をつくっています。



こんな福祉につながっています

つながりから助け合いや交流が生まれる――

ヨコタ農園には、農業をしない人もよく訪れています。さまざまな人が訪れることで、それぞれの得意がつながり、地域で交流しながら助け合える関係性が築かれる場になっています。

Point

不登校の子どもたちへの支援

横田さんが理事を務めている NPO では、不登校の子どもたちの支援をしています。その子どもたちが社会に出ていくための実践の場の 1 つとして、農作業体験や、イベントで商品の受け渡しやお金のやり取りなどの体験をし、農園を舞台に社会勉強ができる場になっています。



Point

地域交流の場としての農園

農園では、春のいちごフェスタや秋のブロックロリー狩りなどのイベントを開催しています。イベントで一番大事にしているのが足を運んでくれた人との直接の会話と、おいしいという笑顔。おいしいものを収穫して食べながら集う地域交流の場として賑わっています。



Point

他の人のやりたいを尊重する

農園の SNS 投稿を見つけ、何度も足を運ぶうちに、農園のファンになった若者が、今では農園のプロモーション動画を作成してくれています。彼の「やりたい」という気持ちを尊重し、自分たちではなかなかできなかつた形での定期的な農園の情報発信を手伝ってもらっています。



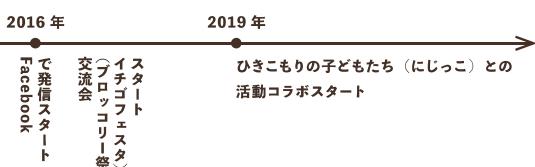
この活動を支える人



横田圭弘さん、尚美さんご夫婦
ヨコタ農園

農園を経営する中で、地域の先輩方に野菜の育て方や調理方法などを学ぶ機会が多く、人とのつながりが暮らしを豊かにすることを実感していました。収穫物を活用した交流の場を開催した時にも、いろいろな特技を持つ人とのつながり、自然発生的につながりの輪が広がること、また、いろんな人が、いろんな形で私たちの活動を支えてくれることで、「人のつながり」の楽しさや大切さを感じています。

人生年表



3

これからの福祉施設は 地域福祉の拠点へ

ながはまこども食堂

長浜市神田地区



一般的に福祉施設とは、利用者ご家族や職員の出入りがある程度で、関わりのない人は訪れる機会が少ない場所です。しかし、養護老人ホームながはまには、地域の方々にも自由に来ていただけるような場にしたいという当初からのコンセプトがあり、建替えがあったタイミングで、地域交流スペースとアイランドキッチンを設置しました。そして、この場所でこども食堂をしようという案が持ち上がりました。

神田地区は、三世代同居の家庭が多く、一般的にこども食堂が必要と言われている孤食や貧困で困っている子どもたちはほとんどいません。そこで、このこども食堂では、学校と習い事で忙しい子どもたちが、月に1回地域とつながる場所になるようにと開催しています。しかし、“こども食堂”というと、やはり貧困をイメージする方が多く、最初は数名ほどしか参加がありませんでした

た。そこで、さまざまな方からアドバイスをいただきながら改善を重ねてきました。この食堂に来ることで、子ども自身が元気になったり、保護者同士のつながりが生まれたりしています。また、こども食堂のうわさを聞いて、神田地区以外からの参加もあり、今では30～40名くらいの子どもたちが来てくれるようになりました。問い合わせも増えています。

この地域交流スペースでは、こども食堂以外にも、週に1回若年性認知症の方やMCI（軽度認知障害）の方等向けの内職日を設けたり、サークル活動の研修会場としても活用されたりと、多くの方に足を運んでもらえる施設になっています。

3年前に施設が福祉避難所指定を受けたこともあり、緊急時の対応について、地域の人にも一緒に参加してもらい学ぶ場を設けています。



こんな福祉につながっています

子どもを中心としたつながりで課題発見

こども食堂を始めてみると、地域の方や保護者からの反応から、地域の課題が見えてきます。こども食堂は、これらの地域の課題を話し合える場としての機能もあります。

Point

子どもの居場所づくり

子どもたちの安全面の問題などから、放課後友だちと遊ぶ機会が減ってきてます。そんな子どもたちが安心して集まって遊んだり、勉強したり、思い思いに過ごすことができる場所があればと、施設の交流スペースをこども食堂として月に1日開放しています。



Point

子どもと高齢者が共に集える場

このこども食堂では、入所利用者や通所利用者と子どもたちと一緒に遊ぶ光景が見られます。将来的には、施設利用者と子どもたちと一緒に食事ができるようになると考えています。楽しみながらお互いをサポートできるような関係が、この場で少しづつ育まれています。



Point

食材やボランティアがつながる

こども食堂の運営は施設職員、調理は地域の方、子どもたちと遊ぶのは地元の学生等がそれぞれボランティアとして担ってくれています。食材も地域からいただくことが多く、お米に関しては今まで一度も購入したことありません。すべて地域の助け合いで運営されています。



この活動を支える人



舞霜 正吉さん
老人ホームながはま
副所長

子ども食堂を開設することに、最初は戸惑いを感じていましたが、自身の経験から元気な子ども達の姿が地域の元氣にもつながるのではないかと思い、とりあえずやってみよう！という思いから始めました。

今では、沢山の子ども達の参加もあり、地域のボランティアさんとの顔なじみとなり、お互いが気軽に声をかけられるようになってきています。子どもたちが元気な地域として今後も継続していきます。

人生年表



4

子育てカフェが 高齢者や子どもの居場所に

子育て応援カフェ LOCO



余呉での未就園児サークルの経験をきっかけに、子育てに奮闘するお母さんたちが求めるような空間をつくってみたいと、宮本さんと桐畠さんの2人で「子育て応援カフェ LOCO」を立ち上げました。

自分たちのやりたいことと、お母さんが「あつたらいい」と思っていることが合っているのかを確認するため、お母さんたち100人にアンケートを取ったところ、親子で気兼ねなく外食ができる場がほしいとの要望が多いことがわかりました。そこで、何度かの移転を経て、現在はえきまちテラス長浜にかまえた拠点で、お母さんたちの居場所づくりとなる活動を進めています。マザーズバッグを持たなくてもすべてが揃っているカフェをつくり、お母さんや子どもたち同士が情報交換できるセミナーや、お母さんたちの起業や就職をサポートしています。

活動を応援してくれる地域の方に、何か恩返しができ

たらと、65歳以上の方ならどなたでも参加できる、「Najimi」というサロンを始めました。今では、カフェに通うお母さんたちとサロンに通う地域の方の自然な交流が生まれ始めています。

さらに、駅直結の立地を生かして、高校生向けの子ども食堂も開催しています。夕方、塾に通う子どもたちが、コンビニ商品を食べているのを見て、「忙しいお母さんに代わって温かいご飯でいってらっしゃいと送り出したい!」という気持ちから始めました。

お母さんである自分自身の経験から、こんな場があつたらと考えて生まれた子育て応援カフェ LOCO。現在の拠点を持ってからも、地域の方のニーズや子どもたちの現状に対して、お母さんならではの視点で、地域の方と関わりあえるような仕組みを考え、着実に実現しています。



こんな福祉につながっています

「子育て」から広がる活動

もともとのコンセプトは「思い切り楽しんで子育てをできる空間をつくること」。令和元年に新たな拠点をオープンしてから、子育てするお母さんのための居場所を中心に、地域の方や高校生などに対象を広げた活動を展開しています。

Point

お母さんの起業・就労支援

仕事に復帰したいけれど、なかなか職が見つからないというお母さんの悩みが聞こえてきたのをきっかけに、お母さん向けの就職個別相談や講座を実施しています。現在では、企業とお母さんのマッチングイベントなども開催し、地域のお母さんたちの活躍の場を広げています。



Point

サロンで生まれる自然な関わり

核家族化が進む中でも、異なる世代の方と関わり合いながら子育てをしてほしいという思いからサロンを始めました。子育て世代のお母さんたちが過ごす場に、地域の高齢者の方が来ることで、お互いがお互いを見守りながらゆるりとした交流が育まれています。



Point

子どもたちを想うお母さんの愛

駅の喫茶コーナーや休憩場所などで塾の時間まで勉強したり、コンビニ商品を食べたりしている学生を目にする機会が多くありました。忙しいお母さんや頑張る学生を応援したい想いから生まれた活動が、高校生向けの食堂です。



この活動を支える人



桐畠 裕子さん
子育て応援カフェ LOCO
副代表

地元で保育士をしていました。第一子が産まれ、育児休暇中に現在の活動を思い立ちました。

第二子が産まれてから、事業開始に向けて学びながら準備。まだ、子どもに手がかかる時期でしたが、やりたいと思ったときがそのタイミングだと思い、活動を始めました。何より、同じ思いを持った宮本さんというパートナーがいたことが、心強い後押しになりました。

人生年表



5

ちょっとした生活の困りごとを 地域で解決しよう



かんだサポート会

長浜市神田地区

地域の生涯学習や福祉活動の拠点である公民館活動の充実を図るためにには、地域の課題・ニーズや実態をつかむことが一番です。そこで、全戸配布でアンケートを実施し、課題や要望とともに活動協力も同時に聞き取りました。その結果、多くのボランティアの登録があり、神田サポート会を平成24年4月に発足しました。

そのアンケートで地域に欲しいものとして要望が多かったのは、買い物ツアー。月1回の活動からスタートしましたが、利用希望者が増えたことにより徐々に回数を増やし、現在では月4回実施しています。他にも、清掃活動や除草作業、大型のごみ出しのお手伝いなどの依頼もありますが、それらの依頼数は減少傾向にあります。

それは、決して困りごとが少なくなったわけではありません。サポート会へは電話で依頼をしますが、そのときに「こんなちょっとしたことを誰かに頼んでいいのだ

ろうか」という遠慮や煩雑さから依頼をやめてしまう人が多くいます。そのため、困りごとを拾い切れていないのではないかと考えています。

当初からずっと続いている買い物ツアーのように、定期的にパターンを決めて活動の仕組みをつくると、利用の垣根が低くなり、サポート側も活動しやすくなります。このパターン化を、他の困りごとのサポートにも活用していきたいと考えています。

また、“一見普通のことでも、人に喜んでもらえる”経験してみると、お互いをサポートする仕組みが活発になり、ちょっとお願いしてみようかなと思えるのかもしれません。自分ができる範囲の小さなサポートでも、地域の多くの人が実践することで、地域の困りごとが一つずつ解決していくような、そんな地区になるよう、かんだサポート会は活動を続けています。



こんな福祉につながっています

とにかく聞き取る――

地域への要望をみなさんから聞き、ボランティアで何をしたいのかを聞く。実施している買い物ツアーでも、みんなが本当に楽しみにしていることを聞く。この聞く姿勢が、地域の課題を少しづつ解決していく秘訣かもしれません。

Point

地域の意見に臨機応変に対応

当初、かんだサポート会は、神田公民館のサポート組織を想定していました。地域のみなさんにアンケートを取ってみたところ、公民館活動以外の困りごとに対する回答が多く寄せられました。そこで方向転換。地域の困りごとを地域の方がサポートする組織として活動を始めました。



Point

幅広い生活支援サポート

ボランティアとしての協力したいという人たちの思いを生かした活躍の場として生まれたサポート会。現在は、買い物支援や清掃活動など、男性中心の活動が多いですが、若手の女性メンバーも多く、子育て経験を生かした地域へのサポートができればと考えています。



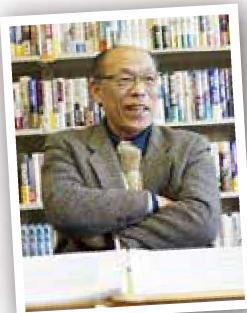
Point

顔見知りから友だちへ

大人になってから新しく友だちをつくるのは、ハードルが高いもの。しかし、サポート会の買物ツアーでは、回を重ねるごとに参加者が打ち解け本来の買い物よりも、道中のおしゃべりが楽しみな参加者がいるほど。大人の社交場になってきています。



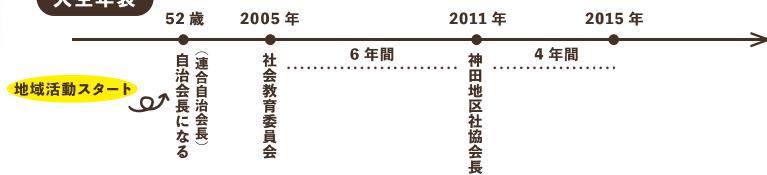
この活動を支える人



畠澤 誠一郎さん
かんだサポート会
会長

仕事をしていたときは、地域との関わりがほぼない生活をしていました。52歳のときに自治会長をすることになり、そのときに初めて地域との関わりがスタートしました。その後、社会教育委員や地区社協の会長などをすることで、さらに地域と関わる活動が増えてきました。もともと神田地区出身ではなかったので、地域の活動に関わることでつながりが生まれ、さまざまな情報が入ってくるようになったのが良かったです。

人生年表



6

個人宅への おしゃべりボランティア

おしゃべりボランティア「話咲隊（はなさかたい）」

長浜市長浜地区



平成 28 年度から、高齢になっても地域で元気に暮らせる社会を実現することを目指し、市や地域包括支援センター、保健師、市社協の地域福祉コーディネーター、地域活動プランナーなど、さまざまな立場のメンバーが協働でスマートウェルネスシティに向けた計画を検討してきました。令和元年にその研究会から提案された地域事業のうちの一つが、閉じこもりがち、孤立しがちな高齢者を支えるおしゃべりボランティアの結成でした。

おしゃべりボランティア育成のための連続講座を、令和元年 9 月から 10 月にかけて計 3 回実施し、133 名の方々が参加しました。11 月には、連続講座終了者から希望者を募り、専門職とボランティアがペアで地域の高齢者の元へ訪問しておしゃべりの実習をしてきました。

実習の報告と、講座の修了式が翌年 1 月に行われ、おしゃべりボランティアは「話咲隊（はなさかたい）」と

命名されました。話咲隊の本格的な活動開始に向けて、ロゴ入りの訪問エプロンと名札ができています。

活動を企画してから話咲隊結成に至るまで、コア会議を何度も開き協議してきました。民生委員（現・前・前々）や各種団体への協力依頼、広報誌への情報掲載など、「長浜地区でこんなことが始まるよ」と、地域の人に広く知ってもらうための活動も進めました。その結果が、133 名もの参加者数に現れています。

講座を終了し実習を体験したボランティアからは、「楽しく活動できた」という感想があり、実習を受け入れた高齢者からも、「誰とも話さない日がある中、人が来てくれて日常のおしゃべりができるうれしかった」と好評でした。

今後は定期的に、出入り自由で気軽に参加できる「話咲交流会」を開催し、活動の報告会や新しいボランティアの募集などを進めていきます。



こんな福祉につながっています

同世代だからこそ活躍できる活動

「話の花を咲かせましょう！」と始まったおしゃべりボランティア話咲隊。同じ世代だからこそ盛り上がる昔話。高齢者もボランティアとして楽しく活動しています。

Point

継続し循環するための交流会

講座修了者には、活動開始まで少し時間がほしい人から、実習を経験した人まで、次のステップへ参加する気持ちにグラデーションがありました。そこで、情報交換や体験談の報告の場の提供と、新しく興味を持った人の受け入れ窓口機能として、交流会を定期的に開催しています。



Point

緊張せずに接する関係性

一般的におしゃべりボランティアというと、若者が担うイメージがあるかもしれません。話咲隊は、訪問対象者とボランティアの年齢が10歳以内と近いのが特徴です。そのため、共通する話が多く、リラックスして話すことができ、初対面でも傾聴の効果が得られています。



Point

高齢になっても担える役割

講座に参加した方の多くは70代以上で、90代の方もいました。80歳以上になると、徐々に地域での役割が減ってきますが、この話咲隊は、おしゃべりができれば、いくつからでも始められます。年令を問わず人の役に立つことで、社会とのつながり持ち続けることができます。



この活動を支える人



田中 省吾さん

長浜地区地域づくり連合会
地域活力プランナー

市町村合併に携わったことから、地域づくりへの関心もあり、市役所の早期退職を機に、長浜公民館（現・長浜まちづくりセンター）に勤めています。その後、長浜地区の地域活力プランナーとして、“結い”的ある豊かな暮らしづくりをめざし、「ムコウ100軒・大家族主義」を哲学に、さまざまな活動にチャレンジしています。県立大学や東京で開催される講演会等に参加し、そこで学んだことを生かせないかと考えています。

人生年表



7

ひとりの困りごとはみんなの困りごと 困りごとを受け止められる場づくり

暮らしの支え合い検討会

長浜市びわ地区



「命のバトン」の設置活動が、令和元年からびわ地区で広がりをみせています。災害時や緊急時の助けとなる、連絡先やかかりつけ医、常備薬情報などがまとめられている用紙を各戸に設置してもらおうと、取り組みを進めています。長浜市全域で活動が始まったのが平成20年。必要事項を記入した計画書などを、大切なものだと思いタンスの奥底へしまっていたり、その紙自体を紛失してしまっていたりすることが多くあり、緊急時にもなかなか情報を活用できていない問題がありました。

そこで取り入れたのが、命のバトンを入れる磁石付きキットとして配布することでした。これを、どの家にも必ずある冷蔵庫に貼り付けておけば、緊急時に、救急隊や近所の人が情報を得やすくなります。

びわ地区では、高齢化率が比較的に高い御館自治会・曾根自治会から設置を呼びかけることにしました。初め

に行なったのは、自治会長・民生委員に協力依頼することでした。その後、福祉委員へ説明し、サロン活動時や、老人クラブなどで説明をしていただきました。最終的には、日頃から地域のみなさんの家を回り、既に顔なじみの民生委員にご協力いただくことにつながりました。命のバトン設置について、地道に説明と声掛けをすることで、少しづつ設置件数が増えてきました。今では他の自治会でも取り組みをはじめてもらっています。

命のバトンの設置を広めることをきっかけに、日頃地域の活動に参加できていない方への見守り、地域の暮らしの課題について若い人たちと一緒にできる取り組みなどにつなげていけたらいいなと考えています。



こんな福祉につながっています

お互いを尊重する

自分たちだけやらねばと抱え込み過ぎると、それぞれが疲弊し始めます。びわ福祉の会では、大切な情報を交換し、ご近所福祉を支えています。適度にお互いの役割を尊重しあうことで、活動の交流が生まれています。

Point

シンプルにデザインする

いいことや意味があることも、わりにくさや作業の煩雑さがあると、なかなか浸透しません。命のバトンも当初はそんな課題がありました。そこから、使う人のことを考えて、シンプルなルールに統一し、活用へ広がりをみせています。



Point

地域活動のコラボによる交流

自治会で活動する自主グループにも、福祉委員会の会議に参加してもらうことで、サロン活動と自主グループのコラボ活動が増えています。サロン活動のバラエティが広がったり、子どもたちの放課後支援グループとのコラボで、多世代が同じ場に集う空間が生まれたりしています。



Point

自治会と協力すること

活動を広めるためには、地域の人に必要性を理解してもらうことが大切です。福祉の会では、まずは自治会と話をして理解を得ました。その後さらに地域に広めていくために、専門職から説明を受け、民生委員や福祉委員に協力していただきました。



この活動を支える人



中川 泰彦さん
びわ福祉の会
会長

私はここに住み続けていて地域の皆さんとは関りが多くあり、自治会や老人クラブの役員も経験してきました。2013年には民生委員になり、地域の方々がそれぞれの役割を担って活動しておられ、互いの繋がりは万全と自負してきました。ところが2017年に「長浜市避難支援・見守り支えあい制度」の見直しがあり、登録者が減少していることが気がかりとなっていました。緊急時に備えて身近な人がお互いに「助けて」と言いにくいのが現実になっています。これからは地域全体で災害時の避難支援の取り組みへと展開させる必要性を痛感しているところです。

人生年表

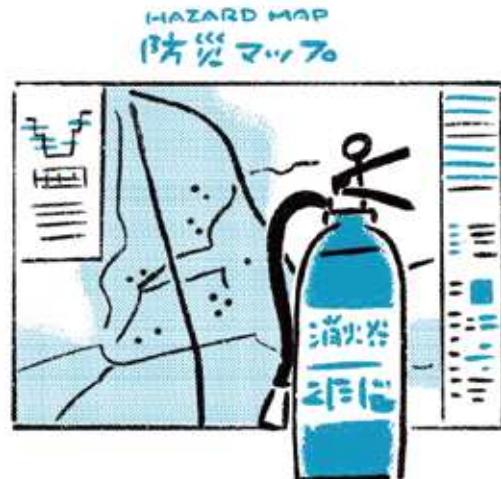


8

マップがつなぐ 見守りの目

西浅井ふくしの会

長浜市西浅井地区



西浅井地区では、2019年に20ある全ての自治会で、防災福祉マップを作成しました。作成したマップは、記号や色を使いながら視覚でわかりやすく表示し、いざというときに自主防災組織の助けになるようにと、各自治会館に保管しています。

防災福祉マップの作成には、自治会の役員に協力してもらいました。自治会のことは自治会の役員が一番よく知っており、他の人では判断ができないことが多いからです。何度も役員の方々に集まってもらい、話し合いながら作成を進めました。

初めに、各地区的消化栓や防火水槽など防災にまつわる情報や、道路の幅ごとの色分けなどを、専門家のアドバイスを元に作成したマップを用意しました。その上に、自治会内の要配慮者や支援協力者の情報などを記入していました。要配慮者や支援協力者に該当する人の選定

は、事務局側であえて基準をつくらず、自治会にどのが要配慮者に当たるのか、支援協力者になってもらうのかを決めていただきました。そこがこのマップづくりの大きなポイントです。マップづくりに関わってもらうことで、地域の情報が集まり、防災・見守りなどの福祉活動に対する関心が高まってきています。

マップはMicrosoftのWordを使って作成していることも大切なポイント。少しパソコンの勉強をすれば誰でも使えるソフトウェアを用いることで、今後自主的に更新ができるようにとの配慮からです。

現在は、年1回の防災訓練時にそのマップを活用し、自治会によっては、それ以外の用途でも活用し始めています。このマップは、防災だけにこだわらず、地域福祉の活動や行事などにも活用できたらいいなと考えています。ふくしの会は、更新作業に協力していきます。



こんな福祉につながっています

防災からつながる福祉

西浅井地区の特徴は、防災と福祉がつながっていること。地域に防災の専門家がいることもあり、地域全体で防災を切り口にした福祉のつながりや役割が生まれています。

Point

防災を切り口に

防災福祉マップづくりを通して、地域の人材や地域にある資源を改めて確認する機会ができました。作業をしながら、日頃の困りごとが聞こえてきたりもしました。いざというときの備えも大切ですが、その整理を通して、日常の暮らしにも気づきが生まれてきています。



Point

自分の役割があること

防災福祉マップには、要配慮者と支援協力者の情報を含めました。支援協力者は地域のみなさんの話し合いで担当が決められています。多くの女性や高齢者が支援協力者となってやりがいや活力を見出しています。



Point

日頃からの備えで安心な暮らしに

防災福祉マップを活用した避難訓練に取り組む自治会があります。訓練で互いの役割を確認し、地域の状況を改めて知ることができます。日頃から顔を合わせて確認しておくことで、何かあっても大丈夫だろうと安心した暮らしにつながります。



この活動を支える人



安原 秀男さん
西浅井ふくしの会
会長

長年、防災に関わる仕事をしているため、以前から地域との関わりはありました。特に近年は台風や地震などの災害が多く発生し、今までの経験が生かされる場面が多くありました。そのため、会長になってからは、福祉に加えて災害対策も進めていきたいと思いました。安心して住み続けることができるようなまちづくりのお手伝いを今後もしていきます。

人生年表



9



「こんなことやってみたい」が 実践できる場

は～とらんど

長浜市虎姫地区

虎姫福祉の会では、話し合いを重ねる中で“地域の困りごとは常に変化している”ということに気づきました。その変化に対応できるような場として生まれたのが、は～とらんどの活動です。は～とらんどは、自治会で行われているサロンや見守り活動にプラスした役割を担っています。現在では食、子ども、サークル会、広報などの写真撮影隊など、いくつかの分野で活動をしています。60歳～70歳後半のメンバーを中心に、「夢をカタチに」をキーワードとして、シニアの活躍の場や住民主体のコミュニティの場をテーマにした催しを開催しています。

活動内容は、年齢の方向けの歌声サロンや悩みを共有する介護者の集い、男性向けの男の料理教室や包丁研ぎ教室、夏休みには子ども向けに水生生物観察会やクラフト教室などがあります。他にも、申込みをしなくてもふらっと参加できるような囲碁教室や生きがい講座などを

月に5、6回開催しています。各回それぞれ5～50名程度の参加があり、毎回会場には笑い声が響き渡っています。噂を聞きつけた参加者が虎姫地区以外からもくることもあり、地区を越えた交流の場となっています。

各講座の講師は専門の方にお願いすることもありますが、虎姫地区内の方が特技や知識を活かして務めもらっています。講座に参加するだけではなく、自分でできることにも積極的に挑戦してもらい、「やりたいこと」と「やってほしいこと」の両者を楽しく組み合わせて実現できるような場をつくっています。

集い合うなかで、さらなる新しいアイデアや企画が生まれ育っていくことが期待されています。



こんな福祉につながっています

「やってみたい」を気軽に実現できる場

いくつになっても、学び続けていたいと思いませんか。熟達すれば、人に教えてみたくなりませんか。その両者の「やってみたい」を気軽に実現できる受け皿が、虎姫地区のは～とらンドの活動にあります。



自ら楽しむ

好きなことを突き詰めいたら、人よりもうまくなっていたことはありませんか？そんな得意なことを持っている人に、は～とらンドでは、講師として活躍してもらっています。講師として参加することで、他の世代と交流でき、元気でいられるモチベーションにもつながっています。



緊張せずに接する関係性

講座というと、教える側と教わる側に分かれてしまい、教わる側が受け身になってしまふことが多いあります。しかし、は～とらンドでは、あたりまえに教わる側の人が教える側になったりすることで、より近い関係で学ぶことができます。



高齢になっても担える役割

は～とらンドの活動を通して、普段家に引きこもっている人を誘い出して来てくれたり、昔取った杵柄を活かしてやりたいことを提案してきたりと、高齢になっても自分ができることを見つけ、新たな生きがいとしての役割を担う人たちが生まれてきています。



この活動を支える人



田邊 太美雄さん
虎姫福祉の会
会長

しばらく虎姫地区を離れていたこともあり、地域に馴染むために、レイカディア大学に入学したり、地域のサロンへ通ったりしました。生涯学習講座で学んだどうじょうすくいは準師範を取得し、中国長沙市の福祉施設と交流会で披露したこともあります。そのための体力づくりも欠かせません。地域活動に参加するようになり、さまざまな人と交流ができ、新しいことを学び続けているおかげで、心なしか体調よく過ごしています。

人生年表



10

「まちづくり × 福祉」の 実践活動

とらひめライフデザインプロジェクト

長浜市虎姫地区



虎姫地区で新たなプロジェクトが始まりました。目的は、日常の困りごとを福祉的な観点から解決することです。虎姫福祉の会を中心としたメンバーが集まり、地域で支え合う小さな活動を企画し始めました。

この活動は、そもそも「日常の困りごととは何か」を考えることからスタートしました。その結果、多くの意見が出ましたが、困りごとを真正面から解決しようとすると、人が足りない、時間が足りない、お金が足りないなど、さらなる困りごとが生まれ、取り組みが前に進まなくなってしまうことに気づきました。

そこで少し視点を変え、地域での自分の考える理想の暮らしについて意見交換をしました。すると、明るくて楽しい地域の未来が見えてきました。その未来に関して自分が楽しいか、それをかっこいいと思えるか、おしゃれだと感じるかなどの視点から考えてみると、辛くて苦

しかった困りごとが明るく楽しい活動に変わりました。

話し合いの結果、「安心・安全」な生活ができる暮らし、おいしいものを「食」べられる暮らし、自分たちで育てて交流する「農」のある暮らし、そして地域の中で「シェア」することで地域内に交流が生まれる暮らしなど、日常生活をテーマとした4つのチームができました。

自分たちの考えた活動を、虎姫地区の方に知ってもらい、興味を持ってもらうためにも、会議の様子や、イベント情報などを紹介した新聞を発行し、地域内に回覧したり、メンバー募集のために、ポスターのデザイン案を考えて掲示したりしています。

現在はチームごとに、誰かの困りごとを楽しみながら解決できるような取り組みを進めていますが、今後は全チームが、一緒に活動をしたくなるようなイベントを計画していきます。



4つの取り組みが生まれました

意義に楽しみを加えた活動を

虎姫地区のみなさんが楽しみながら活動している4つのチーム。一見すると、ただ楽しいだけ？趣味でやっているの？と思うかもしれません。しかし、それらの活動は、安心して暮らせる福祉のまちづくりにつながっています。

1 はーとらファーマー

姉川の河川敷にある畠の一角を借りて野菜づくりをしています。このチームの目的は野菜づくりを通した交流の場づくり。定期的に野菜を植えるイベントや収穫祭などを開き、地域の親子にも大人気です。収穫された野菜の一部は、子ども食堂に寄付したり、他の活動へ提供するなど、プロジェクト間の連携も生まれてきています。



2 縁が和カフェ

人間が生きるうえで必要な“食べる”ことを通じて、誰でもふらっと立ち寄れる、家の縁側のような場をつくろうと活動しています。はーとらファーマーから収穫物を提供してもらった縁側カフェの焼き芋会は、夕方子どもたちが学校帰りに立ち寄れるような時間帯に開催したことで、想像以上の盛り上がりを見せました。



3 たすけあい隊

虎姫地区の「安心・安全」な暮らしを実現するため、たすけあい隊が結成されました。その主な活動は、買い物支援です。この支援を心待ちにしていた利用者には、同居者がいても迷惑をかけたくないことから参加を希望する方や、買い物の時に小さな文字を読んでくれる人がいるのは助かると、移動以外の支援も喜ばれることができました。



4 ちょこっと家

地域の空き家問題を何とかしたいと集まったメンバーで、シェアをテーマに活動を始めています。個人所有の空き家を利用するにはハードルが高く、まずは地域にある施設の空きスペースで、みんなが来て遊べる場づくりを始めています。最終的には、地区内の空き家や空きスペースを、地区内の人人が何か活動をしたいと思ったときに使えるような仕組みをつくることが目標です。

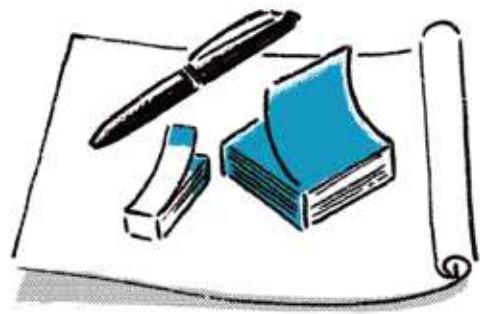


11

若者がつくる 地域の交流拠点

高月にぎやかし隊

長浜市高月地区



地元の若者が意気投合してつくった、まちづくりボランティア団体、高月にぎやかし隊。地域を盛り上げるために、国の補助金などを利用しながら、高さ 11 メートルの玉入れやあかり祭りなど、さまざまなイベントを企画運営しました。

活動が広がるにつれて、単発のイベントだけではなく、地域で継続的に活動したいと考えるようになりました。地域に定着するために、つながりをつくるための拠点を持ちたいと、元自転車屋さんを DIY でリノベーションし、「つばめ」と呼ばれる拠点をつくりました。その拠点では定期的に「つながりミーティング」を開催しました。

地域づくりに興味がある若者を集め、共に学び合う「まちづくりミーティング」も開催しました。20 代～30 代後半の若者が、長浜市内から集まり、講演を聞いたり、ワークショップに参加したり、事例見学に行ったりしま

した。若者が楽しそうに地域のために活動しているらしいと噂が広がると、その活動を応援してくれる地域の方が少しずつ現れ、地区の会議の場に呼ばれたりするようになりました。

現在、「つばめ」の拠点はなくなり、メンバーの仕事や家庭の事情などで活動の頻度は減りましたが、高月にぎやかし隊の活動は続いています。さらに、当時の主要メンバーは現在、それぞれ PTA や消防団などの地域に関わる活動に積極的に関わっており、形を変えつつも活躍の場は広がっています。

若者の集まりがきっかけで始まった団体活動でしたが、今は自分の地縁に伴う地域活動に奔走しています。最近では、当初の仲間たちと一緒に、新たな若者を加えて活動の活性化を図りたいと考えています。



こんな福祉につながっています

若者の地域への関わり方のヒント――

地域のために貢献したいという若者はいます。しかし、学校や仕事で週末しか活動できないため、既存の団体に加わることのハードルが高かったりします。そんな人たちでも、気軽に参加するポイントがここにあります。

Point

人脈もでき、相互理解が進む

地域活動を始めると、仕事上で関わらないような世代や業種の人たちとつながることがよくあります。それによって、人脈や自分のノウハウが格段に広がります。性別や年齢、身体の特性や地域での役割による考え方の違いに接することで、相互理解が進みます。



Point

働き世代のサードプレイス

働き始めると、家庭と職場の往復になってしまうという人が多くいます。そんな中で3番目の拠点（サードプレイス）の役割を果たす場があると、日々の暮らしにゆとりや豊かさが生まれ、家族や働き方への向き合い方について考えるきっかけが生まれます。



Point

話し合いの仕方を変えてみる

会議というと、コの字型に座って司会が進行、挙手して発言するイメージがありませんか。そのような場では、なかなか発言しにくいもの。年齢や立場、話す順序などにこだわらない形での会議を経験してみると、フラットな状態で話し合いができる、本音が聞き出せることができます。



この活動を支える人



布施 直亮さん
高月にぎやかし隊

「まちづくり」というと少しハードルを高く感じてしまいますが、「自分たちが楽しいと思うこと」と「誰かも楽しんでくれること」をかけ合わせることが「まちづくり」なんじゃないかと考えています。そして、「まずはやってみる」の精神で小さく始め、修正し、だんだんと広げていく。自分たちが暮らすまちが、楽しいことにあふれることを目指して、失敗を恐れずにいろんな取り組みにチャレンジしたいと思います。

人生年表



これから活動をはじめる人へ

すでに活動を進められている方々から、これから活動を始められる方に向けて
メッセージをいただきました。

小さなことでも、
始めた活動は続けていってほしい。
若い人たちの声を、
高齢者の人も耳を傾けてほしい。
そして、応援してほしい。
応援している人がいると頑張れる。

びわ福祉の会 中川さん

人と接し、つながることで
鬱陶しく思うこともあるけれど、
潤滑油にもなるし、
暮らしに潤いが生まれます。
若い人たちが活躍できる場を
大人がつくっていけたらいいな。

西浅井ふくしの会 安原さん

わからないことがあったら、
活動の先輩に聞いてみたらいい。
応援してくれる人は間違いない。
思い立ったときにやらないと損！
仲間がほしかったら、誰か知らない？と
聞いてみるだけでもつながると思う。
ここはそういう地域。
「まちづくり」とか「福祉」だけにとらわれずに
何でもやってみよう。
仕事や得意分野を活動にいかせることもあるよ。

高月にぎやかし隊 布施さん

自分が動き出さないとなにも変わりません。
やりたいと思ったときがタイミングです。
私が知っていることであれば伝えられるし、
長浜は動きやすい地域だと思います。
主婦だから、会社員だから、学生だから、
高齢だからといって諦める必要はないです。

子育て応援カフェ LOCO 桐畠さん

好きなことをやっていると、
歳をとらない。だから、活動の中にも
好きなことを取り入れるし、
楽しんでやっています。
参加してたら元気でもいられますよ。

は～とらんど 田邊さん

地域の方に意見を聞いても、
要望はなかなか出てこないものです。
構えずに、やりやすいことから
始めてみましょう。

かんだサポート会 畑澤さん

80歳、90歳からでも
人や地域の役に立てます。
趣味でも、サロンでも、ボランティアでも、
社会とのつながりを持ち続けることは
元気の素。
人生最後まで楽しく人のために
暮らしませんか。

長浜地区地域づくり連合会 地域活力プランナー
(おしゃべりボランティア話咲隊) 田中さん

活動を長く続けるために

活動を長く続けるにはいくつかポイントになります。一つめは「自分が楽しめているか」です。この事例集で紹介している方たちも、自分自身が楽しみながら活動に取り組まれています。当然のことながら、自分が楽しくなければ活動も長くは続けられません。活動の内容や方法を考える時、「自分自身は楽しいだろうか?」ということはとても大切なポイントです。

二つめは「つながりがつくれているか」です。つながりとは、協力し合う仲間や応援してくれる人などとの、さまざまな人たちとのつながりです。活動をより活性化したいとき、行き詰ったときはもちろん、活動を始めるときなども、支えてくれるのは「つながり」です。積極的にいろいろな人とつながりをつくることを意識するのがポイントです。

三つめは「(いわゆる) “その道のプロ” と言われる人と連携しているか」です。その道のプロと言われる人とは、活動のテーマや内容（農業、子育て、高齢者支援など）の専門家や専門職や地域づくりの専門職（市、市民協働センター、長浜市社協など）のことです。専門的な人は専門分野に関する情報や知識、制度など、活動に有益なことを知っているだけでなく、活動そのものの支援者となってくれる人たちばかりです。その道のプロと言われる人と連携を取ることが、活動を広げ、深めるポイントとなります。

長浜市社会福祉協議会では、地域がさらに豊かになる「地域づくり活動」を応援することで、誰もが「住んでいてよかった」と実感できる長浜市を実現したいと考えています。ぜひお気軽にご連絡ください。

つながるお手本帖

地域共生のまちづくり事例集

2020年3月31日発行

発行：長浜市社会福祉協議会

企画編集：studio-L

デザイン：studio-L

イラスト：さくらいはじめ

印刷 株式会社 グラフィック

わ ら や ま は な た さ か あ
り み ひ に ち し き い
を る ゆ む ふ ぬ つ す く う
れ め へ ね **て** せ け え
ん ろ よ も **ほ** の と そ こ **お**