

3 おおとう元気会議参加団体による取り組み

五條市地域包括支援センター

【郵便局の取組】

－あいさつ運動－

郵便局の配達員が見守り活動をしている。

ひとり暮らし高齢・高齢者夫婦世帯者の多い中山間地域にとって、郵便局の配達員は大切な支援者のひとりである。

郵便局は、何ができるか？行政からは、何を郵便局に依頼したいか？を話し合い、配達員が、「あいさつ運動」の名の下、可能な限り「こんにちは」などと声をかけながら郵便物を渡している。

声かけをしたときに、「何かいつもと違うなあ～」など、異変を感じたら地域包括支援センターに連絡が入

る仕組みになっている。また、配達移動時に、何日も雨戸が閉められたままの家があるなど、変だと感じることがあれば連絡が入るようになっている。見守りは、郵便局の窓口や渉外での訪問時にも行われている。



〔ひと言 辻堂郵便局長 吉川季公子さん〕

『「郵便局はいつも地域のお客さまと共にある。」これが辻堂郵便局の信念です。地域のために何ができるか、お客さまは何を求めているかを常に考えています。そんな私たちにとって、地域と深く関われる「おおとう元気会議」へのお誘いはまさに渡りに船の出来事でした。

辻堂郵便局が「おおとう元気会議」で提案し、実践している活動は2点あります。「郵便物配達時のあいさつ（声かけ）運動」と「訪問先や窓口で貯金や保険の話をさせて頂く際、日常の中で不便を感じていることをヒアリング」することです。社員によっては2つとも以前から取り組んでいる活動なのですが、「おおとう元気会議」に参加することによって、地域のために活動していると

いう意識が向上し、今まで以上にお客様の信頼を得ることが出来ていると感じています。

実際の活動はあいさつやヒアリングにとどまらず、お客様の依頼で重い荷物を運んだり、時には機械の簡単な修理など、社員一人一人ができることを実践しています。また、ヒアリングで行政サービスに関わる内容があれば、お客様の了承を得て大塔支所の担当部署に情報提供しています。

「おおとう元気会議」の良い点は、大塔の今とこれからを考えているさまざまな方と情報を共有し、共に行動が取れることにあります。今後はこの輪が一層広がり、地域住民の方々が快適に暮らすことができ、それに伴って私どもの会社もより発展していけるよう、積極的に活動に参加していくつもりです。どうぞよろしくお願いいたします。』



五條市と市内郵便局は、平成23年3月19日に協定を締結

※おおとう元気会議がきっかけとなり、南和地域の郵便局長を対象に認知症サポーター養成講座を開催し、認知症サポーターになっていただいた。

【五條市消防署大塔分署の取組】

－防火防災訪問－

見守り活動の1つとして、各家庭を消防職員が訪問し『住宅火災報知機』の取り付け状況や『救急キット(※)』の確認などを行っている。

普段の過ごし方などを話しながら家内の危険箇所の確認、もしもの時の話、声かけなどを行っている。



(※) 救急キットとは、

ひとり暮らし高齢者および高齢者夫婦世帯に配布されている25cmほどの透明の筒。

普段は冷蔵庫に保管することを勧めている。

筒の中には、

・救急医療情報シート

(緊急連絡先・かかりつけ医情報を記入)

・保険証写し ・写真 ・お薬情報の写し

・診察券の写し などを入れる。

－交流事業－

以前より地域住民と顔の見える関係をつくりたいと考えていた大塔分署の職員達が、おおとう元気会議への参加をきっかけに、地域住民との交流会を行っている。平成25年1回目の交流会は、大塔分署・保健福祉センター・地域包括支援センターが協働して企画・実施し、福祉ボランティアの“大塔福祉ふれあいの会”の方達と、楽しく、ためになるひとときを過ごした。



【(財)大塔ふる里センターの取組】

－配食サービス－

生活支援と見守り活動のひとつとして、週2回、夕食を自宅まで届けている。高齢者向けの弁当作りの工夫はもちろん、普段、なかなか自宅では調理をしないようなメニューを、利用者の方々からリクエストなども聞きながら、献立づくりをしている。

訪問時には、普段の生活に変わりがないかなど、様子を見ながら弁当を渡している。



※個人負担は、450円



【ひと言 (財)大塔ふる里センター 中西さん】

『平成25年7月からはじまった配食サービス。配達のため地域を回るが子どもの姿は殆ど見かけることがない、超高齢化のこの集落には店舗もなく交通の便も悪い。現在11名の利用者がいるが、配達のために日々の生活を一生懸命に頑張っている姿を見てとれる。また、全ての人が感謝の気持ちを伝えてくれる。』

隣近所が離れているところも多く、「しんどくなったり」、「倒れて動けなくなったり」、助けを呼ぶことすらできないことが懸念されるが、この配食サービスが見廻り的な支援をする意味でも大切なサービスだと思う。まだまだ必要な対策は多いが、行政が行う支援にも限界がある。地域の人々と手を取り合って、お互いに見廻り的な支援をすることが大事になってくると思う。』

－田舎のコンビニー

紀伊半島大水害の影響で大塔町内にあった2軒の商店が被害にあい閉店してしまった。大塔ふる里財団では、大塔温泉夢の湯 ふれあい交流館の営業再開に合わせ、施設の一部を「田舎のコンビニ」としてオープンした。

洗剤やティッシュなどの日用品を中心に調味料やお菓子、菓子パンなどを置き、生鮮食品の取り扱いこそないが、時には隣のレストランで“からあげ”など、できる範囲でお惣菜の要望にも応えている。

また、商品について、利用者からの声を聞き、品揃えの工夫もしている。



－まわるくんー

生活支援と見守り活動のひとつ、お買い物支援「まわるくん」。希望商品の注文を受け、週1回届けるサービスを実施している。

買い物に行くための手段がない、介護などで自宅を離れるのが難しい方に代わって、五條市内で買い物をして届け（買い物代行）、1回の配達に500円の個人負担がかかるが、配達時には「お変わりありませんか？」のひと言が…。

【ひと言 (財)大塔ふる里センター ふるさと復興協力隊 東さん】

『大塔町からは通学できる高校もなく、若者が働く場も少ない。そんな集落を廻っていると若い世代の人を見かけることが殆どない。

水害以降、生鮮食品を買う場所がなくなり、自動車で購入に出かけるにも1時間以上かけて市内に行かなければならない。バスの本数も少なく往復で約3,000円もかかる。



年金生活の高齢者にとっては交通費の負担が大きく度々出かけられない。子ども達の支援がないわけではないが、「元気なうちは畑仕事をしながら子ども達には迷惑をかけたくない。」と、思っている人が殆どだ。そんな高齢者にとって買い物代行“まわるくん”とても重宝されている。』

【大塔自治連合会・五條市大塔支所】

ー買い物バスツアーー

紀伊半島大水害の影響で大塔町内にあった2軒の商店が被害にあい閉店した。その後、温泉施設、大塔温泉夢の湯のふれあい交流館に“田舎のコンビニ”がオープンしたものの、取扱商品は日用品が多く、地域住民の生活を充分支えるまでに至っていない。

そこで、2ヶ月に1回、五條市内のホームセンターとスーパーにバスで買い物に出かけるサービスをスタートさせた。

バスツアーの日程は、利用者の希望にできるだけ沿えるように工夫している。



【大塔福祉ふれあいの会の取組】

―見守り・配食サービスなど―

ご近所見守り活動を設立の時から続けてきた大塔福祉ふれあいの会、紀伊半島大水害以降もいち早く仮設住宅での見守り活動を開始した。

平成25年度からは、以前から行っていた月1回の配食サービスを再開、健康づくり推進員としても活躍する会員は、各種健（検）診のお手伝いや声かけの活動も始めた。

また、大塔いきいき文化祭復活にともない、以前から行っていたアクリルタワシの無料配布も再開した。

【ひと言 大塔福祉ふれあいの会代表 中田良子さん】

『私自身、仮設住宅での生活を余儀なくされ「元気にもとの場所で従来の生活が取り戻せるか」と言う思いで暮らしていた。大塔に帰る際も人の激減、商店がない、食料品・生活用品をどのように賄うかであった。

水害以前の大塔では、子どもや若者の減少と交通の不便さから「自分達の将来は、交通難民・買い物難民」だと思っていたが、十分な心構えも対策もなく実感できないまま、一挙にその事態になってしまった。

昨年7月からはじまった“買い物バスツアー”は、単に買い物に行くだけでなく参加者との出会い、言葉を交わすことが楽しみにもなっている。参加者と共に食べる昼食は、いつもと違って賑やかな外食となり、様々な情報交換の場にもなっている。現在2ヶ月に1度の“買い物バスツアー”だが、一人でも多くの方が参加すれば回数も増えるだろうと、機会がある毎にPR・声かけを行っている。

これからも、水害以降活動は減少したものの、ばらばらになってしまった会員が1回でも多く顔を合わせる機会を増やし、将来への不安を共有しつつできる活動を続ける。設立当初の『慣れ親しんだこの地域で終の日を迎えたい』という思いを失うことなく、5年・10年後ではなく、今日と明日を先ず生きる。そのためにできること、会員それぞれができることは小さなことかもしれないが、今しなければならぬことを自助はもちろん公助を支えに共助に義務を果たし互助に目を配り、自分達ができる範囲で手を差し伸べ合って生きたいと思う。

一日も早く避難指示が解け、どの地域の方とも睦み合える日を待望している。』

4 山古志視察とシンポジウムの開催

奈良県健康福祉部長寿社会課

4-1 山古志視察

おおとう元気会議での取組の参考とすべく、「平成16年(2004年)新潟県中越地震」の被害から復興を遂げた新潟県長岡市山古志の住民参加の取組等について、おおとう元気会議メンバーによる視察調査を実施した。

1. 視察日程 平成25年3月18日(月)～19日(火)

2. 視察先 新潟県長岡市山古志

※視察依頼先：山古志住民会議(視察先窓口)

長岡市山古志支所

長岡市社会福祉協議会山古志支所

3. 参加者

おおとう元気会議メンバー 7名

大塔自治連合会 会長 上田 史孝

大塔福祉ふれあいの会 代表 中田 良子

五條市地域包括支援センター 係長 井筒 由佳理

五條市社会福祉協議会 西吉野・大塔支所 主任 西林 隆博

奈良県立大学 地域創造学部 准教授 古山 周太郎

奈良県健康福祉部長寿社会課長 杉山 孝

奈良県健康福祉部長寿社会課 高齢者地域生活支援係長 秋本 諭

4. 新潟県中越地震における山古志村の被害状況等の概要

2004年10月23日発生

40%の建物が全壊 死者2名

村全村民に対して避難指示を出した。住民は、26日までに隣接する長岡市内の仮設住宅などでの避難生活をはじめた。仮設での生活は約3年続いた。

2005年4月1日 山古志村は長岡市に編入合併

2007年4月1日 山古志地域のほぼ全域で避難指示解除。

震災前人口は約2千人だったが、現在は1200人程度。

約480戸 14集落

5. 山古志の取り組み

視察では、復興支援員であり山古志住民会議の事務局長でもある井上氏に窓口となっただき、長岡市社会福祉協議会山古志支所長、山古志支所保健師、区長、復興支援員といった方々から貴重なお話をうかがうことができた。その一部をここに紹介する。

(1) 取組の進め方や心構え等（区長さんのお話）

やれることからどんどんやるという方針で進んできた。明日明後日にでもできることからやってきた。相談ばかりしていると進まないの、ある程度強引に物事を進めてきたこともあったかもしれない。要所で関係者に相談しながら、大きな反対が出ないように配慮しつつ進めてきた。

取組のための意思決定の場として、コミュニティ会議を立ち上げた。メンバーは若手中心。決定事項は、事後に「コミュニティ通信」を全戸配布することにより、全住民に伝わるようにしている。コミュニティ会議の活動から、サロン、カフェ、レストランなどの取組が進んだ。

住民に自分からやっていこう、動いていこうという気持ちがあれば復興はできないと思う。

常住の村づくり、住んでいたい村づくりを進めている。そのための一方策として、ケーブルテレビ、インターネットが使える環境の整備を進めた。定年退職した人（60代、2戸）がUターンで戻ってきた。

(2) 配食サービスの取組

商工会の婦人部が弁当づくりを実施。1食300円。毎週木曜日に30人程度の利用がある。

(3) ひとり暮らしの人を対象とした昼食会（サロン活動）

閉じこもりがちの人への対応として、ひとり暮らしの人を対象に昼食会を開催。

80人対象者がいても参加するのは30人程度というのが実際のところ。

自分から外に出て来ない人への働きかけは難しい。

(4) 各集落の野菜直売所は成功事例

山古志で作った野菜を直売所で販売。野菜直売で得た収入を使ってグループで旅行に行ったりされている。野菜直売所の取組は、居場所、生きがいづくり、介護予防になっている。

(5) やまこし宅福便（福祉移送サービス）

ボランティアが高齢者を町まで送迎する取組（長岡市社会福祉協議会が実施）

(6) イベント実施等の取組状況とその効果

仮設から戻ってきても、個人の生活が安定するまでは、集落としての取組は何も進まなかった。個人のことで精一杯の時に集落のことまで手をつけられなかったのが実情。集落としての取組に至るまでには時間がかかった。

まして山古志全体の取組となるともっと時間がかかる。現在も山古志全体の取組というのは多くない。2つ以上の集落が協働してのイベントへの取り組みは少しずつ進んできている。

地域に活力をもたらすものとして、イベント実施のような外部から人が地域に入ってくるような取組が有効だった。例えば、閉じこもりがちの人を外に引っ張り出そうという目的で、毎年11月に無料でそばを食べられる、そばまつりを開催している。年々地元の人よりも外部の人の数が増え、5年経った現在では外部からの参加者が300人程になった。当初は誰にでも無料でそばをふるまっていたが、現在は外部参加者は有料にしている。イベントを実施することで集落が元気になってきた。

6. 山古志視察を終えて

3月中旬の山古志訪問であったが、道路の両側には3mほどの雪の壁が続いていたのが印象的であった。また、山古志の山は急峻な大塔の山に比べるとなだらかに見えた。気候、自然環境、集落の数や規模、高齢化や過疎化の状況など、山古志と大塔では異なる部分も多いが、一方で災害からの復興に取り組んでいるところ、村から市に合併した経験があるところなど、共有できる部分も多かった。

視察を終えたメンバーからは、「常住の村づくり、住んでいたい村づくりという発想に、ハッとさせられた。自分たちでできることから取り組んでいきたい」、「自助・互助・共助・公助がうまく重なり合うように取り組んでいきたい」といった声を聞くことができた。

山古志の取り組みを学ぶことにより、おおとう元気会議の進むべき道が見えてきた部分もあったのではないだろうか。山古志視察から得た情報も参考にしつつ、おおとう元気会議では、おおとう元気会議通信の全戸配布、配食サービスの実施、祭り・シンポジウムなどのイベントの開催、地区懇談会の開催といった取組を進めている。



4-2 シンポジウムの開催

地域で暮らし続けるための仕組みづくりシンポジウム

—おおとう元気会議 みんなで話そう会—

平成25年11月3日（日）、ふれあい交流館において開催された「大塔いきいき文化祭」のプログラムの一つとして、地域で暮らし続けるための仕組みづくりシンポジウム「おおとう元気会議 みんなで話そう会」を開催した。

おおとう元気会議の取り組みのさらなる発展を目指し、①地域の方々をはじめ多くの方々にこの取り組みを知っていただくこと、②地域の方々に自ら取り組みに参加していただく機運を盛り上げることを目的として企画したものである。

3月に視察した山古志の井上復興支援員による基調講演とおおとう元気会議メンバーによるパネルディスカッションを行った。当日は、小雨で朝早くからの開催であったが、約120名が参加し、熱心に議論に耳を傾けた。

日時：平成25年11月3日（日）午前9時15分～10時50分

場所：ふれあい交流館 大会議室

1. 基調講演

演 題 山古志における新潟県中越地震からの復興
— 新しい地域づくり・新しい日常の獲得に向けて —

講演者 （公財）山の暮らし再生機構 長岡地域復興支援センター
山古志サテライト 地域復興支援員 井上 洋 氏



(1) 山古志の概要

- ・新潟県長岡市（人口28万人）の中のひとつの地域。
旧山古志村。2005年4月に長岡市に編入合併。
- ・山古志は、全14集落で構成され、各集落の世帯数は5～100世帯。
- ・震災前の人口は2,167人（実数は1,800人）であったが、現在は1,188人。

(2) 集落の再生

- ・震災発生は合併前であり、復興プランは山古志村で作ったものを長岡市に引き継いだため、山古志住民の声を復興プランに反映できた点がよかった。
- ・応急仮設住宅に居住している間に、集落の将来像を話し合っていたが、実際に集落に戻ってから、再度見直しを行った。
- ・集落の再生に向けて、集落ごとに「集落コミュニティ形成プラン」を作成。
- ・災害によって山古志を去った住民の中には、もう一度山古志に戻るかどうか悩む人々もいたが、「帰ろう山古志へ」という住民が共有できるスローガンがあったため、山古志に戻る人が多かったのだと思う。

(3) 山古志住民会議

- ・復興の取組の中で、小さなコミュニティに関する課題が見えてきた。地域住民が中心となって、検討を進める場として「山古志住民会議」が発足した。
- ・山古志住民会議のメンバーは、自分の区のことだけではなく、広い視野で活動できる人をお願いした。女性や若者の意見も反映できるように工夫した。
- ・山古志住民会議は、40～50人規模であり、機動的な動きが難しいため、その下に、選抜メンバーによる運営会議を設けた。運営会議でたたき台を作り、それを全体会議で了承する形にしていた。
- ・山古志住民会議で、山古志の将来像をまとめた「やまこし夢プラン」を作成したが、それが成果というよりも、集落や立場を超えた議論や企画の勉強ができたことが成果である。
- ・山古志住民会議の表の事務局は復興支援員であった。役場職員から積極的なサポートがあった。

(4) まとめ

- ・検討の中で、より良い将来のために変えてはいけないものと、変わらなければならないものがあることに気づいた。やがて、山古志の合言葉は「帰ろう山古志へ」から「つなごう山古志の心」へと変化してきた。
- ・新しい日常の獲得に向けて、地域の課題に対して、一人ひとりの住民が積極的に役割を果たしていこうという意識改革が必要である。
- ・震災から9年経過した今も、山古志は復興に向けた取組に挑戦中である。

2. おおとう元気会議メンバーによるパネルディスカッション

進 行 奈良県立大学 地域創造学部 准教授 古山 周太郎



パネリスト	辻堂郵便局 局長	吉川 季公子
	(財)大塔ふる里センター ふるさと復興協力隊	東 宣秀
	五條市消防署大塔分署 消防士長	小西 真揮
	五條市地域包括支援センター 係長	井筒 由佳理
	(公財)山の暮らし再生機構 地域復興支援員	井上 洋
		(敬称略)

(1) 各パネリストから、これまでの主な取り組みについて紹介



井筒： おおとう元気会議では、大塔で暮らし続けるためにどのような取組を進めて行くかということをお話し合っている。

東： まわるくんによる配達や、村のコンビニ、配食サービスを行っている。

吉川： 地域により良いサービスを提供していきたいと考えていた。そこに災害が起これば、地域と一緒に何かできないかと思っていた。今年の3月に五條市内



15の郵便局と五條市が協定を結んだこともあり、おおとう元気会議に参加することになった。

月1回、外交員や窓口社員の訪問、そこで得た声を支所に届けている。できるだけすべての人を対象に訪問しようと考えているところ。また、今後救命に関する資格取得なども検討している。

小西： 五條市介護福祉課の庁内メールで、この取組を知り本年4月より参加。住民と顔の見える関係づくりのために、大塔分署だより「ふれあい」を2通発行。「大塔福祉ふれあいの会」のメンバーとの交流会を行った。50世帯に防火防災訪問も実施している。



(2) 取り組みを進める中で感じたこと、住民の声、地域の印象など

井筒： 災害後、アンケート調査で家庭訪問した際、新たな発見も多く嬉しかった。行政に対するクレームを言われるかと覚悟していたが、招き入れてもらったことで温かい地域だと感じ、この地域を発展させていきたい。

東： 買い物代行支援で訪問した際、子ども達は町外に出ており頼れないという事を聞き、生活上の手段として必要な支援だと感じた。



吉川： 郵便物配達の際、衣替えの手伝いなどの力仕事や電球交換などお手伝いするようになった。できる限りのことはするのでお声かけを。自宅に招き入れてもらうこともあり、みんなのために何かできればと考えている。

小西： 「防火防災訪問」で感じたこと。人々が暖かく優しく元気があり、元気と笑顔をいただいている。具合が悪くなる手前で相談してもらえような地域に密着した関係で活動していきたいというのが、大塔分署員13名の思いである。

(3) 山古志の高齢者支援の仕組みについて

井上： 仕組みになっていないことが多いが、支え合いの中でできていることはある。買い物・通院などの際の交通手段確保については、近隣住民に同乗させてもらっているのが現状。しかし、これを仕組みにしてしまうと、住民は責任を重く感じてしまい、引き受け手を確保できずうまくいかなくなる。

例えば、Aさんに、「毎週木曜日にBさんを送る役割を引き受けて欲しい」と頼むと断られるが、毎週月曜日にAさんに電話をかけて、「今週の木曜日にBさんを送ってくれないか」と頼むと引き受けてくれる。住民は、仕組みに縛られると一歩引いてしまうことが多い。

買い物も、決まった日時に行く「買い物ツアー」という形を取ると利用が伸びない傾向がある。サービスや仕組みにすると使いにくいと思われてしまう面はあるが、買い物支援や交通手段確保のニーズはあると思う。

(4) 高齢になったときのケアの傾向について

井筒： 山間地の大塔と西吉野には高齢者の住まい方に特徴があると思っている。

70歳まで現役であり、外出はしなくても家の仕事はしている方が多い。介護保険のサービスはあまり使われていない。自立心の強さは、これまで培われてきたもので尊く、これからもできるだけ住み慣れた地域で暮らし続けて欲しい。地域の環境に合った対応が必要だと思っている。

(5) 災害時に気をつけてほしいことや住民の行動について

小西： 災害の種類により、対応は違う。災害時に備えて、しておくことは

①水と食料の備蓄

②普段から避難場所を確認しておくこと

72時間は自立した生活ができるように、水なら1人2～3リットル/日
自分の身は自分で守るという意識が重要。

消防は、誰がどこに避難しているのか、避難していないのかを把握する。

井上： 震災時に山古志では、役場と集落との間の連絡手段がなかったが、おおよそのことは集落内で完結していたのが凄いところだったと思う。これは各世帯の状況、地理条件等を住民が熟知していたため、できたことである。

①集落内の絆をつくり維持しておくことが必要

お祭りの時に炊き出しをするなどして地域内でのつながりを持ち、普段から災害時対応のきっかけを作っておくことが大事。

②普段から避難場所を確認しておくこと

③衛星携帯電話が使えるようにしておくこと（震災後に各集落に設置）

(6) おおとう元気会議の効果

井筒： 地域を元気にし、仕組みづくりを進めていくためには多くの人に関わってもらうことが大事だと思っている。外部からの支援が入ることで集落が元気になっていく。大塔支所が窓口となり、ふれあいの会、自治連合会、郵便局、消防などの横のつながりができた。つながりによって取り組みが進んできている。



吉川： 元気会議に参加したことで、それぞれの活動について情報共有し、利用者にサービスの案内ができるようになった。(橋渡しの役割ができるようになった。)

(7) 行政に期待すること

井筒： これからも情報発信していくので、消防署がキャッチしてくれたように庁内の他部署にも、情報をキャッチしていってほしい。

(8) 井上氏から見た、大塔地域の復興の進め方の印象について

井上： 復興の主役は大塔で生活している住民が主役。大塔で暮らし続けるためには「何が必要で、何が重要か」ということを示していかなければならない。おおとう元気会議は、このような住民の意見を、代弁したり、まとめたり、表現したりする役割を担っているのだろうと思う。元気会議には、これまで大塔支所が担ってきた以上の役割が期待されているのではないかと。行政からの積極的、継続的なサポートを期待する。

山古志も、現在まだまだ挑戦中の段階。今後も大塔と情報交換を続けていきたい。

(9) おわりに

古山： このシンポジウムには多くの方々が参加し、大塔の復興に向けた住民のみなさまの意気込みが感じられた。集落の人々が集まる機会が減っている。

平成26年2月から、おおとう元気会議の取り組みとして、集落ごとに地区懇談会の開催を企画している。住民のみなさまの参加とご協力をお願いしたい。

地域で暮らし続けるための仕組みづくり

おおとう元気会議 みんなで話そう会

日時 平成25年11月3日(日) 9:15~10:45

場所 (財)大塔ふる里センター・ふれあい交流館 大会議室
(奈良県五條市大塔町字井94)

1. 基調講演(30分)

演題 山古志における新潟県中越地震からの復興
— 新しい地域づくり・新しい日常の獲得に向けて —

講演者 (公財)山の暮らし再生機構 長岡地域復興支援センター
山古志サテライト 地域復興支援員 井上 洋 氏

〈井上洋氏のプロフィール〉 新潟県長岡市出身 真宗大谷派僧侶
2004年の中越地震をきっかけに、新潟県社会福祉協議会の生活支援相談員として山古志災害ボランティアセンターの運営を通して、山古志地域の被災者・被災地の支援活動に取り組む。仮設住宅の完全返却後も継続して、震災や合併を契機とした集落再生、復興活動などの支援を行い、地域住民とともに新しい地域づくりに挑戦している。

2. おおとう元気会議メンバーによるパネルディスカッション(60分)

進 行 奈良県立大学 地域創造学部 准教授 古山 周太郎 氏

パネリスト 辻堂郵便局 局長 吉川 季公子 氏
(財)大塔ふる里センター ふるさと復興協力隊 東 宣秀 氏
五條市消防署大塔分署 消防士長 小西 真揮 氏
五條市地域包括支援センター 係長 井筒 由佳理 氏
長岡地域復興支援センター 地域復興支援員 井上 洋 氏

主 催 おおとう元気会議、五條市、奈良県

おおとう元気会議 これまでの歩み

平成24年度

6月 五條市地域包括支援センターと奈良県長寿社会課が、地域で暮らし続けるための仕組みづくり(県モデル事業)についての検討を開始
奈良県立大学 地域創造学部 古山准教授の協力を得る

10月 第1回地域検討会

検討会メンバー： 大塔地区自治連合会 大塔地区民生児童委員協議会
大塔福祉ふれあいの会 (財)大塔ふる里センター
五條市社会福祉協議会 西吉野・大塔在宅介護支援センター
五條市(介護福祉課 地域包括支援センター 保健福祉センター
大塔支所 大塔診療所)
奈良県(長寿社会課 県立大学古山准教授 吉野保健所)

11月～12月 生活アンケート調査

40歳以上の大塔町民 338名(平成24年9月1日現在)の内、入院・入所者、市外居住者を除く265名を対象に、訪問による聞き取り調査を実施

2月 第2回地域検討会

郵便局が新たに参加

3月 検討会メンバーが、新潟県中越地震で被災した山古志の取り組みを視察

五條市と五條市内郵便局が相互連携協定を締結

平成25年度

4月 第1回おおとう元気会議

五條市消防署大塔分署が新たに参加

9月 第2回おおとう元気会議

※6月を予定していたが悪天候により9月に延期

11月 みんなで話そう会(第3回おおとう元気会議)



主な取り組み



◆ご近所見守りの仕組み

- ・普段の生活の中で、さりげない見守り
(ボランティアグループ 大塔福祉ふれあいの会)
- ・あいさつ運動で見守り (郵便局)
- ・防火防災訪問で見守り (消防署 大塔分署)

◆生活支援サービス①

災害後に開始したもの

- ・まわるくん (注文を受けた品物を購入し、自宅にお届け)
- ・村のコンビニ(ふれあい交流館に日用品などを取り扱うお店)がオープン

◆生活支援サービス②

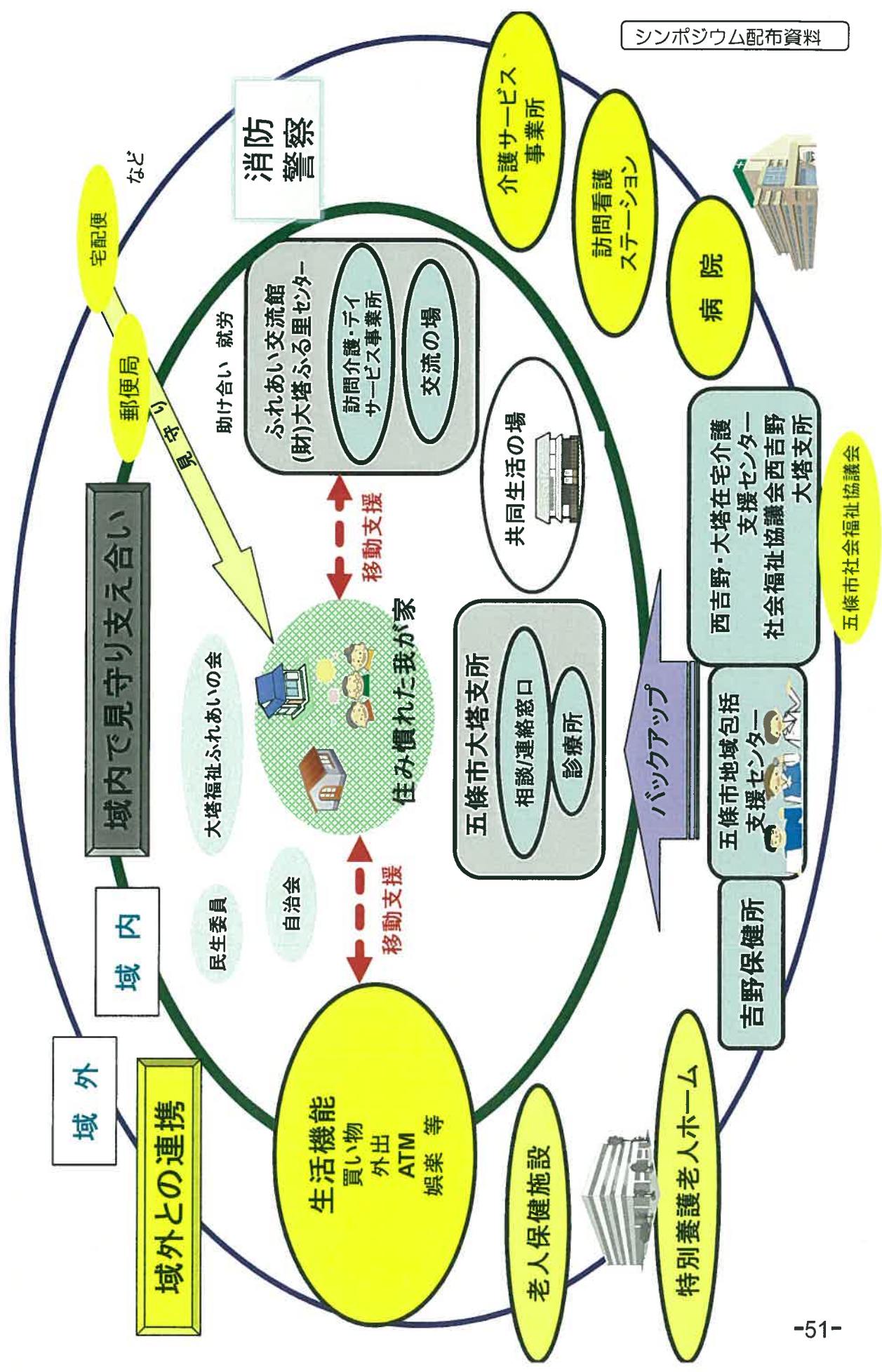
おおとう元気会議開催以降の取組

- ・週2回の配食サービス ((財)大塔ふる里センター)
- ・お買い物バスツアー (大塔支所・NPO 法人)

◆おおとう元気会議通信の発行

「おおとう元気会議通信」を発行し「おおとう元気会議」で話し合った内容や活動について、大塔町民のみなさまにお知らせしています。(全戸配付)

「おおとう元気会議」がめざす 地域で暮らし続けるための仕組みづくり



5 地区懇談会

奈良県立大学地域創造学部 准教授 古山周太郎

【地区懇談会開催の背景と目的】

紀伊半島大水害時には、大塔町の多くの集落では、住民が助け合いながら避難し、被害を最小限に押しとどめた。一方、住民の安全確認や避難時の行動に関して様々な課題が生じた。具体的な課題としては、通信の遮断や、住民の安全確認、被災情報の伝達、また指定避難場所とは異なった場所へ避難した集落など、避難を含めた防災対策の見直しが住民から求められている。今後の新たな避難行動への指針づくりにむけ、課題の整理や、集落での話し合いは不可欠であろう。そこで、まずは集落ごとの災害時の避難行動とその課題を把握し、また災害が発生時にどのような対応や対策をとるのかを、集落単位で考える機会として、避難や防災をテーマにした地区懇談会の開催に至った。

また、地区懇談会には、元気会議のメンバーと住民との話し合いの機会づくりといった側面もある。元気会議が、今どのようなことを目指して動いているのか、また住民が現在いかなる想いや不安を抱き暮らしているのか、お互いに話し合っ理解していくことも、懇談会形式とした大きな理由である。

【開催日時、場所】

日時		場所	対象地区	参加人数
平成 26 年 2 月 6 日(木)	午後 1:30~3:00	五條仮設 談話室	飛養曾・引土 辻堂・清水	17 名
平成 26 年 2 月 12 日(水)	午後 12:30~2:00	堂平集会所	堂平	6 名
	午後 2:30~4:00	殿野集会所	殿野	3 名
	午後 4:30~6:00	閉君集会所	閉君	3 名
平成 26 年 2 月 26 日(水)	午後 1:00~2:30	篠原集会所	篠原	3 名
	午後 3:00~4:30	惣谷生活改善センター	惣谷	11 名
平成 26 年 2 月 27 日(木)	午後 1:00~2:30	天辻集会所	天辻	4 名
	午後 3:00~4:30	阪本集会所	阪本	13 名
平成 26 年 3 月 12 日(水)	午後 1:00~2:30	中井傍示集会所	中井傍示	3 名
	午後 3:00~4:30	ふれあい交流館	宇井・清水・赤谷	10 名

【運営スタッフ】

- ・アドバイザー：奈良県立大学地域創造学部 准教授 古山周太郎
NPO 法人 NPO 愛知ネット 事務局長次長 南里 幸
- ・スタッフ：五條市（地域包括センター、保健福祉センター、危機管理課、大塔支所、消防署大塔分署）、五條市社会福祉協議会、臨床心理士
- ・運営支援：奈良県（長寿社会課）

【プログラム】

項目	時間	内容
1. 趣旨説明	10分	開催趣旨の説明と本日の流れの説明、元気会議の取り組みの説明
2. 被災時の避難や課題のききとり	40分	<p>1. 集落での避難の流れの確認</p> <p>①タイムスケジュールと地図をもとに大まかな避難の流れを確認</p> <p>②地図上での避難行動、避難ルートを確認</p> <ul style="list-style-type: none"> ・避難のきっかけや移動手段、一緒に避難した人 ・集落の被災箇所、危険だった場所 ・避難時に大変だったこと、問題と感じたこと <p>2. 避難困難者への対応</p> <ul style="list-style-type: none"> ・いかに避難に困難を抱える人への対応をしたのか <p>3. 避難所での課題や困難</p> <ul style="list-style-type: none"> ・1次、2次避難場所での過ごし方 ・避難所で過ごすなかで不安や大変だったこと
3. 今後の避難について話し合い	40分	<p>1. 課題解決のための取り組みについての話し合い</p> <p>①集落内で危険なところや避難時の課題を整理</p> <ul style="list-style-type: none"> ・上での話し合いの整理をファシリテーターが行う <p>②新たな避難場所や避難行動の仕方を話合う</p> <ul style="list-style-type: none"> ・“自分”、“集落”、“行政・元気なひと”の3つの視点から、避難や防災についての新たな取組について話し合う。 <p>2. 要援護者の人たちへの対応について</p> <p>①要援護者の人の具体的事柄、どんな助けが必要なのかを書く。</p> <p>②避難に対して、誰（集落内のメンバー、元気会議メンバー、行政など）が何をすればよいのかを話し合う。</p>

【地区懇談会の様子】



【懇談会で出された意見（一部）】

■災害発生時の避難について

- ・もともと避難するところがない。集会所が怖いので寺に避難する。
- ・避難しろとは言うが、どこに行けばいいのか。安全な行き場所がない。
- ・危険を感じていない人がいる、声をかけてもぎりぎりまで避難しない。
- ・行政が防災訓練を行っても、参加しない人が多い。消防団ももういない。
- ・夜は状況判断できない。女性の一人暮らしが多く、自力作業が難しい。
- ・危険なところに住んでいる人は避難意識が高かったが、安全だと思ふとかえって危ない。
- ・防災無線で指示してくれると思っていた。

□今後の防災対策について

- ・住民の自助が必要、自主的な避難、前もって避難することが大事。
- ・防災無線による指示よりも、結局、自分の目でみて危なかったら避難する。
- ・訓練をしなくても、意識が高い人が多い。
- ・安全な避難所を、一時的なものでもよいのでつくってほしい。トイレがあり、20人ほど収容できればよい。
- ・避難指示を出すときは行き先を示してほしい。
- ・川にライトをつけて水位確認できるようにしてほしい。停電するので発電機をつけて。
- ・救助のヘリコプターが来られる場所の確認。
(離着陸できなくても、上空から物資を降ろすなど)
- ・防災無線を頼りにしている人が多いが、停電すると2~3日で受信できなくなる(電池切れしていない場合)ことを忘れていた人が多かった。無線の取り扱いについて再周知する。

6 大塔における地域包括ケアシステムの構築に向けて

6-1 五條市大塔町における地域包括ケアシステムの構築について

五條市地域包括支援センター

大塔地域で進む高齢化に対して、平成23年の紀伊半島大水害は過疎化をさらに進める結果となり、表現することのできない不安を覚えた。水害直後地域包括支援センターは、避難場所ではなく被害のなかった地域を巡回することにした。

そこには、水の路が変わってしまい飲料水の確保に苦悩していた高齢者夫婦、「そろそろ食べるものがなあ〜」と、話しながら畑仕事をする老婆など、支援が必要な高齢者が情報発信できずに地域の人に助けられながら一生懸命生活を続ける姿があった。そこで地域包括支援センターは、得られた情報を関係機関に繋ぎ支援に結びつける役割を行った。そして今まで以上に五條市地域包括支援センターは、「この地域で住み続けたいと思う住民のために何ができるのか?」、「住民は何を望んでいるのか?」、「地域で自立した生活を続けるためには何が必要なのか?」を考えていた。

ご近所の見守りや助け合いの仕組みは、まだまだ中山間地域、田舎と呼ばれる所には残っている。地域での集まりが少なくなったとはいえ当然、大塔地域にも残っている。しかしながら、今までの住民同士の支え合いの仕組みだけでは、住み慣れた地域で暮らし続けるために必要な「安心」・「安全」・「生活の質」の確保が困難な状況になってきており、自助・互助・共助・公助が上手く組み合わせることで、この困難な状況が改善されると考えている。そこで、地域包括支援センターが、個人・地域・民間・行政などをつなぐ役割と、それぞれのエンパワーメントを引き出す役割を果たすことができればと思い「おおとう元気会議」を進めている。

現在、生活実態把握調査から見えてきた地域の課題に対し、1つ1つ意見交換を行いながら対策を検討しているところである。おおとう元気会議が目指す姿を、すべてのメンバーと共有しきれていない点は課題であるが、国が示す地域ケア会議としての役割を果たすことができ、地域住民が元気になり、この地域が失われないように、活動を進めることができればとも思っている。

今後、このような会議（小地域ケア会議）を生活圏域ごとに開催できることが理想ではあるが、限られたスタッフで無理なく外部支援を受けながら展開したいと思う。

6-2 山間部での地域包括ケアの実現にむけて

奈良県立大学地域創造学部 准教授 古山周太郎

大塔地域は、険しい山々に囲まれ、深い谷が幾筋も走り、川沿いや山々にいくつもの集落が点在する、山間地域である。2011年の紀伊半島大水害により大きな被害に見舞われたわけだが、歴史的にみても、幾度となく川の氾濫や土砂崩れなどの災害が発生する地域でもあった。洪水や崩落などが起こるたびに、大塔のひとびとは、この地で暮らしを再生させ、その歴史を引き継いできたのだ。今回の被災では、住民のほとんどが避難を経験し、被害の甚大な集落の住民は、仮設住宅での生活を余儀なくされた。そして、また多くの人々が大塔の地に戻って暮らすことを望み、避難指示の解除と共に人々が戻りつつある。しかしながら、地域のおかれた状況をみると、これまでのように大塔の歴史を、次世代に繋げられるかどうかは楽観視できない。

大塔地域が抱えるもっとも大きな課題が、高齢化と人口減少であろう。これらの問題は、高度経済成長期以降、日本の農山漁村のいずれもが直面している課題ではあるが、大塔は人口規模が小さいこともあり、その影響も深刻であった。長年、旧大塔村も問題解決に取り組んでいたが、有効な解決策を見いだせずにはいた。それが今回の被災によって、ただでさえ縮小していた生活を支えるインフラがダメージを受けた。生活用品を扱っていた商店などが、被災を期に営業をとりやめ、デイケア施設までもが休止に追い込まれた。被災後、診療所やデイケアは場所を変えて復活しており、移動販売や村のコンビニができた。生活インフラがまったく消滅する事態は避けられたが、被災前とくらべると、脆弱になった点は否めない。また、いまだに崩落の危険性があるって通行不可能な道路もあり、住民は不便な生活を強いられている。

以上のように、被災によって暮らしを支えるインフラが影響を受け、現在は将来の暮らし方を模索している段階である。その一方で、医療体制の構築、防災対策、交通や通信の確保といったことは、人々の命を支えるために、最低限必要な条件である。これらの分野は、行政がしっかりと責任を果たして対応すべきだ。住民も自らの命を守るために、立派な道路や、最新鋭の医療機器、もしくは情報通信機器が必要だとまでは言わないだろう。むしろ、住民の意見を聞きながら、大塔の身の丈にあった、安全、安心なインフラ整備をきちんと執り行ってもらいたい。特に、防災対策については、今回の経験や課題をふまえた、実効的な対策を、住民と共に考えていく必要があるだろう。避難方法や避難場所の再検討は、被災で集落環境が変化した場所のみならず、孤立する恐れ

のある集落や極度に人口減少や高齢化がすすむ集落など、大塔のどの集落においても不可欠だ。そのうえで、住民や地域や関係者が、安全で安心で住み続けられる地域づくりに向けて、いったい何ができるのか、なすべきなのだろうか。わたしたちが“地域包括ケアの構築”と題し、これまで話し合い、一部は実行に移してきたことは、この問いに答えんがためである。

さて、ここで今一度、“地域包括ケア”とは何かを考えてみたい。“地域包括ケア”とは、簡単にいえば、フォーマルケア、インフォーマルケア、セルフケアの連携と実践により、高齢者が可能な限り地域社会で住み続けることを目的とするものである。具体的な方策としては、介護サービスの充実や介護予防の推進、医療との連携、さらには見守り、配食、買い物など生活支援サービス、また権利擁護など、幅広い分野を含んでいる。それらを、地域社会に適したかたちで組織化し実践しながら、前述の目的を果たしていく。つまり、都市には都市部の、山間部には山間部の“地域包括ケア”のかたちが創られる。であるならば、被災し人口減少と高齢化を抱え、生活インフラが縮小してしまった大塔地域における“地域包括ケア”のありかたとは、いかなるものであろうか。それは言い換えれば、フォーマルな福祉サービスも充実しているわけでないうえに、被災によってそれらがダメージを受け、さらにはインフォーマルな社会関係も高齢化により弱まっている地域での“地域包括ケア”のかたちを考えることでもある。

言葉にすると、かなり困難なテーマだと感じられるが、現場では着々と展開がみられている。都市部とくらべると、社会資源が少ないことは致し方ない。一見すると、地域には資源と呼べるものは何もないように見えるのだが、今回の取り組みへの呼びかけに、郵便局や消防のひとたちが協力を申し出てくれた。見守りや暮らしの活力づくりに、彼らが少なからず重要な役割を果たしており、報告からも、住民が期待を寄せている様子うかがえる。フォーマルな組織が、自らの職域を少しはみ出しながらも、今回の取り組みに参加してくれた意義は大きい。“地域包括ケア”の実践が、地域のみならず、組織のありかたも変えていく可能性を感じさせる。そして、大塔地域の状況を動かしているのは、住民のひとたちの思いでもある。被災によって、多くの住民は、大塔での歴史を繋いでいく意味を再認識し、住み慣れた故郷を手放したくないとの気持ちをより強く抱いたはずだ。“地域包括ケア”の目的を振り返れば、まさに、可能な限り地域社会に住み続けたいという住民の思いと一致していることは明白である。その思いを関係者も共有していることが、大塔地域の“地域包括ケア”の実現において一番の強みである。困難な道のりであろうが、住民と関係者が連携し、この地で幾年にも紡がれてきた暮らしと歴史を、次世代に繋いでいく取り組みに、今後とも期待したい。

地域で暮らし続けるための仕組みづくり

「五條市おおとう元気会議の取り組み」報告書

平成26年3月

発行：おおとう元気会議

編集：五條市地域包括支援センター

奈良県立大学地域創造学部 准教授 古山周太郎

奈良県健康福祉部長寿社会課 高齢者地域生活支援係

発行事務局：奈良県健康福祉部長寿社会課 高齢者地域生活支援係

〒630-8501 奈良市登大路町30番地

電話 0742-27-8540