

つながりあうちからを作る (都市部で支える高齢化社会のかたち)



埼玉県総務部統計課 森崎 順子

1 つながりの昔と今

【2025年】

未来。でも遠くない。団塊の世代（1947～949）が75歳となった時期にあたる。あと10年少ししかない。

その時、私たちの住む地域は、どんな姿を見せているのだろうか？まちの中で目にする高齢者の姿が増えるのだろうか。若者はどうしているのか？子供たちは増えているのか？

【2013年】

確実に向かう高齢化社会の地域のあり方は、都市部、中山間地域、山間部で全く違うと思う。私は県南でずっと育ち、今住むところはマンションが林立する。一步外へ出て鍵をかければ、並ぶドアの向こうはもう見えない暮らしである。

まちに出れば人の行き来は多く目にするが、知らない人ばかりである。地域の中で援助が必要な人は誰でどこにいるかなど、全く分からない。

道路のはるか先まで続くマンション群を見つ、これからくる高齢化社会を前に、どうやれば望ましい未来のまちの形になるのだろうかと思う。このような地域で、迎える高齢化社会はどのような形を描けばいいのだろうか？

●家のかたち

住まいは、昔と比べるとかなり変化していった。

戦後の復興が大きな転換であり、これは、家族パターンの変化とマイホームブームを起こす。

そして団地ができた頃と、親から離れて自分たちだけの家を持つ意識が高まった頃が重なって核家族

化は進展し、やがてマンションが増えていった。地価の高い都心に家を持つためには団地やマンションは適していた。

次の変化は住民がプライバシーにうるさくなったこと。これで防音化が進み、防犯意識の高まりが起きたと思う。

これらの変化がドアひとつを隔てた先は他人という暮らしへと変わっていく。戸建にあった濡れ縁や土間など、人とちょっと話できるような居住者と外部とのつながる空間が減ったのである。

●家族の中の介護のかたち

大家族の時代は、要介護者がいてもそれを支えるたくさんの手と目があった。寝たきりの介護も数人が見て、息抜きもできたはずだ。

しかし核家族が増えていき、介護の支え手は娘や嫁というかたちになる。しかし、だんだんと女性が外へ働きに出ていくようになると、介護の担い手は減っていった。

今、老人ホーム等の入所待ちは百人単位のところもあり、さらに介護ができる同居の家族がいれば、入所の優先順位が下がる。また、病院に入院し、医療面の処置の必要性がなくなると、自宅療養を進められる。

介護の場が外から内へと、家庭の中に向かう流れになっている。

そして、子が介護のために戻ってきた時に、子世代が地域とのつながりが作れないまま、いきなり子だけで介護が始まる場合がある。

介護の度合いが重く、それを支える人が子一人だけの場合、つながりもなく、仕事との両立ができな

ければ、仕事をやめざるを得ない。それが介護離職である。働き盛りの離職は、社会全体の生産性の低下である。その家だけの問題ではなくなりつつあるのだ。

さらに周囲に介護の手助けを求め、知らせていかないと、周りも気づかずにその家族全体が孤立化していく。

社会全体の高齢化で介護は誰が担っていくのか？現役世代が高齢者の生活を支え、介護も支えようとしているのだ。これまで主に介護を担ってきた女性も外へという流れでは、かならずどこかに介護の受け皿がないと、地域社会へのしわ寄せが出てくるはずである。

●そこにいるかたち

住まいの変化がもたらしたものがもう一つある。孤独死だ。

都市部は本当に便利である。買い物しかり、交通しかり、娯楽も多くある。農村部とくらべたら、社会施設、公共施設は充実しており、交通面も行きやすい。

しかし、公民館等の社会施設はグループやサークル等に所属しない人には利用しにくい。住民のために造られた施設は、限られた人のものになっている。なんら所属のないものが、ぶらりと訪れてのんびり話せるような場がまちの中にはあまりないのである。極端に言うと、目的もなく、ただ「そこにいるというかたち」を都市部は認めないような感じがする。建物にも、まちの中にも、空間の遊びがないのである。もし、人とつながりがあれば、会うためにまちの中にも出ていけよう。だが、高齢者等、所得もあまりない人が、毎日店に入り、何か飲んで、長時間いられるだろうか？そこにいる人と会話を交わせるだろうか？

都市部では、一人でまちの中に座っていられる場所があっても、孤独である。

そして、所属も人とのつながりもない人は、街の中に居場所がないと、家の中にいるしかなくなる。

宅配や郵便配達人などが安否確認をしたとしても届けた時だけである。それもお届けがなかったら来ないし、交友関係がなければ訪れる人もいなくなる。日暮れて一軒家に、旅行でもないのに明かりが数日灯らなければおかしいと感じるだろう。しかし都市部のマンションの1室が、数日灯らなくても周囲の窓の明かりがついていれば人は気づかないし、気にも留めないのではないかと。そんな日々が繰り返されて、やがて悲劇が訪れる。

●未来へのかたち

このようにして、住まいや家族、まちの変化は、高齢者を取り巻く状況を大きく変えた。高齢者は長寿命化したけれども、地域で暮らせず離れた施設に行く人もいるし、一人暮らしの高齢者も増加している。

このような環境のまま高齢化社会へと進んでいっても、人は幸せだろうか？

家族が介護で追い詰められず、高齢者が孤独死という結果にならないために、一番必要なのは何かだろうか？

それは要援護者及び要援護者を抱える家族が人とつながること、そして地域の中に「居場所」があることだと思う。

さらに言えば、高齢化社会で高齢者だけに視点が行くが、地域の中での要援護者は、高齢者だけではない。障害を抱えている人、妊婦、片親で子供を育てている人、引きこもり等様々な人がいるのだ。一時的に怪我で動けなくなる人も、車いす生活になる人もいる。

だが、要援護者やその家族が、社会と有機的なつながりを持って暮らしている例はまだまだ少ない。ただ、高齢者は年齢とともに足腰も弱り、耳も遠く、目も見えにくくなる。病気、障害を抱える人も増えてくる。高齢者のために考えた社会は、結果的に様々な状態の人に対応して、誰にも優しいまちのかたちになるのではないだろうか？

2 プロローグ

今なら、高齢化社会のまちづくりにまだ間に合う。私たちは、新しい地域の物語を作り出すことができる。

都市部では、未来のまちのかたちを考えていく前に、地域を知り、そこで暮らす人たちがお互いに知り合い、人間のつながり、関係を作ることがまず必要になると思う。

そのための方法として、地域の課題を発見する「ワークショップ」を行い、見つけた課題を「ワーキンググループ」のかたちでさらに深めることから始めることを提案したい。話し合うことで、地域の人同士の交流が生まれる。課題に対して共通の認識を持てる。

行政が旗振りし、高齢化社会の大変さを話すだけでは地域は変わらないのである。

その地域にとってのいい形、つながりの形や課題の解決は、そこに住む人たちで見つけ、作っていくことが一番いい。地域ごとに、人も資源も違うのである。全部同じ処方箋にはならない。

【1 ちいきのみらい】

ワークショップを小中学校区単位で行なう。地域の人口の推移、行政ができる範囲の説明、これから地域が抱える問題を投げかける。

【2 ちいきをみつめる】

プロローグの人口の話をもとに、大まかな地域の状況の把握を話し合いと地域に何の資源があるかのマッピング方法を伝える。

ここでは、ワークショップのやり方を参加者に分かってもらうのが目的である。

学校区でワークショップに参加した人が町内、丁目単位のグループでリーダーとなり、ワークショップを行なう。

【3 ちいきをしらべる】

住民同士のつながりのきっかけ作り。

つながりを作りながら自分の住むところを見つめ

てもらおうワークショップを行う。

参加者はできるだけ地域の多様な人に集まってもらう。まずは団体を中心に声をかける。消防団、自治会、幼稚園や保育園の父母会、商店会、老人会、地域の運動や文化団体のグループ、ママサークル、中・高・大学生、障害者、介護者、民生委員、保健婦、マンション管理人、自発的参加者等。

ここでは町会単位で、さらに細かく話し合っていく。1丁目単位でグループを作り、各グループで地域のマップ作りを行う。

マップの内容は、災害時の避難場所、防災拠点、買い物できる場所、AED、要援護者、子供見守りの家など、をそれぞれ思い出して、別々のマップに落とす。マップを1枚にして行う場合は、色分けしてわかりやすくしよう。

マップを基に、気が付いたこと、将来に対して持っている不安、災害が起きたときの避難経路、要援護者の救援等何でも話し合ってもらおう。

【4 ちいきをまきこむ】

このマップはさらに出席者が自分の家庭、所属団体等に持ち帰る。そのなかで再びマップを基に話し合い、不安、疑問、要望をまとめて、またワークショップに持って行く。

これが重要なことである。地域の人を巻き込むために時間はかかるが、ワークショップと地域とのやり取りを行って、地域の様々な人が、かかわれるようにする仕掛けである。

参加者を単に住民の無差別抽出でお願いしてもいいが、その参加者が地域につながりを持たない人だと、ワークショップの内容がその人と家族ぐらいで終わってしまう。

広がりを持たせるために、最初は団体にたいして参加協力をお願いするという意味がここにある。地域活動の団体でなくともいい。繰り返しながら、さらに必要な人を取り込み、各年代層の不安、要望をまとめていく。

【5 ちいきをたがやす】

マップ作り、住民の不安や要望の検討を通して出てきた問題をもとに、自分の地域にはそれを解決するためにどんな資源があるかを話し合い、探していく。

資源は、「ひと・もの・こと」いろいろなものを探してみる。

ここで、行政は様々な地域の実践例を紹介する。ワークショップを行っている地域と状況が似ている地域の実践例を中心に紹介し、参考にしてもらう。

【6 ちいきをうごかす】

地域を耕して、出てきた資源をもとに、地域のなかでつながりを作っていくために何ができるのか、何が有効なのかを考えていく。ワークショップで、でてきた課題ごとにワーキンググループを作り、活動しながら参加者を増やしていく。

- 自分の地域は、災害時の避難、互助ができるだろうか？
- 障害児及び障害者、高齢者の介護、徘徊老人のサポート、独居老人の見守りができるだろうか？
- 住民同士がいつもつながれているだろうか？
- 高齢者を含む地域の人がいつでも集まれる場があるだろうか？

できていなければそのために良い方法は何か？住民同士の力でできることを、考えていってもらう。

【7 ちいきにしらせる】

これからの地域に暮らす人々がつながるため、取り組もうとすることを展示する。

他地域で出てきた方法を互いに見聞し合うことで、また新たな方法や気づきを得られる。

つながることで、家族の中で解決しようとしてきたことを地域の中で解決しようという意識が生まれれば、成功である。

●行政のかかわりかた

- ワークショップやワーキンググループの場所の提供
- アドバイザーの準備

- 地域団体、学校等を通じた参加の呼びかけを行う
- 住民から出てきた案に対して、行政の視点からのアドバイス、行政ができること、住民でやってほしいことを伝える

●行政のかかわりは最小限に

財政難と、人員削減の中で、行政が、地域で高齢化に向けて動いてもらうことの旗振り（先導）をすべての地域で行うのは大変であるし、無理がある。行政主導から地域主導に切り替えていかないと、対応ができなくなるはずである。地域主導の形を作るために、ワークショップでは裏方となり、行政のかかわりは最小限にする。

だが、行政が動けないでいるものを、地域の人が簡単に取り組めるものではない。そこで地域の人を動かす仕掛けは工夫しなければならない。

取り組み前に、地域の人たちを入れて企画を練ることなど、地域の人たちが自分のこととして感じられるような工夫、働きかけが必要である。

3 地域とつながる

各地域で出てきた問題点は、ワーキンググループで解決策を模索した。しかし、これはスタート地点にすぎない。

つながった人たちが、さらにつながりを広げ、要援護者が増えていっても、居心地よい地域となるためには、さらなる工夫や話し合いが必要である。

特定の人が考えるのではなく、地域の人すべてがかかわり、集える形はないだろうか？

それには、地域に開かれたスペース（以下拠点とする）を各地域で作るのが良い。

●拠点をつくる

拠点は、地域に開かれたスペースであり、各年代から運営する人がいることで、だれでも寄れ、そこにいられるようにする。

拠点は、自治会館を使える地域もあるだろうし、地域の中の店の一部を提供してもらう方法もある。空き家や空き店舗が使える地域もあるだろう。拠点

は小さくても、多くあるのがいい。

高齢者は足が弱れば遠くまで歩けなくなってくる。拠点は、高齢者の足で5分もかからずに行ける範囲にあることが理想である。また、人の相性のように、近くの拠点が肌に合わない場合もあるだろう。複数あれば、自分に合うところに行ける。立派なのを作る必要はないのである。

この拠点は、居場所のない人にまちに出てきてもらうきっかけになる。地域の人たちが、相互に支え合う形をここから作れるといい。

こんな使い方はどうだろうか。

—ある拠点の1日—

AM 拠点が開く。

7:30 小学生の通学路の交通整理を終えた人たちが立ち寄り一服。

8:00 一人で通院する高齢者が集まりだす。同じ病院に行く人たちをまとめて地域の人が車で送迎するのだ。大変なら自宅まで迎えにも行く。

8:10 幼稚園児が次々連れられてくる。保育園に入れない場合は拠点到きて、おばさんや高齢者が数人で幼稚園に送るのだ。働いているお母さんも安心。

9:00 高齢者が集まり始める。

10:00 家事を終えた主婦たちが集まる。地域内の作業や販売品を作りながらおしゃべりに花が咲く。

12:00 集まった人で昼食。調理機能が整っていれば、食事の提供もできるし、弁当のお届けもできる。

PM

昼寝中の子を連れ親などが訪れる。子供を皆に見てもらいながら育児相談に乗ってもらう場になる。

2:00 子供を皆に見てもらう間に、買い物に行き、高齢者や介護家庭の買い物も一緒に行く。幼稚園のお迎えも始まる。

3:00 介護家庭など、地域に出にくい家へ、おやつを持って訪問。

3:30 小学生が下校。拠点内で駄菓子を買って、遊びにでる。小学生の勉強を中学生や大人が見る。

6:00 大学生のボランティアが中高生の勉強を見

る。教える大学生の謝礼として夕食を準備する。

7:30 仕事帰りの大人たちが集まり、酒を飲みながら地域談義。

10:00 拠点を閉じる

雰囲気はわかるだろうか?地域のよろず屋みたいな感じだが、特定の人のお世話のための場ではないのである。高齢者をはじめとした要援護者も内容によっては、駄菓子販売、お茶出し、子守りなど、役に立てる。子供だって高齢者のための買い物ができるとし、乳幼児の遊び相手になれる。

今の社会では、人を同じ状態や境遇のグループでくくって、その集団をどう支えるかしか見ない。沢山の集団にそれぞれ別の支援があるととらえて、手が足りないと考えてしまう。人は皆、1長1短がある。地域の中では、互いに支援したりされて、回っていくのではないだろうか。うまく結び付くことでつながりも深まり、地域への愛着も増す。

拠点は初めからこんなふううまく運ぶことはないだろう。最初は数時間からでもいい。

運営費用等が掛かるなら、地域で収支の取れる形を考えていく。地域通貨など、この中でお金が循環してもいいし、駄菓子も弁当提供も立派な収入源である。

●行政と拠点の関係

拠点の運営は地域に任される。だが、行政は拠点を活用する。行政の全職員が当番で、1拠点を週1回は巡回する。福祉・保健担当の職員が行うのではなく全職員で行う。この方法なら1職員の負担は少ない。

拠点で、地域に異常がないか、行政が対応するケースはないか確認し、部署に報告する。地域に職員自らが行くことで、その地域の課題が見え、把握できると思う。

行政職員にとって地域の声を聞く絶好の場になると思わないか?つまり、拠点の運営をしないが、そこで入る情報は地域住民とともに共有するのだ。

●医療と拠点の関係

地域医、看護婦が、往診時に拠点もまわり、地域の高齢者に異常がないか確認する。

拠点到に血圧計、体重計が置かれ、各自で記録をし、危険領域等が続く人は拠点を通し保健婦や医師に伝えられるシステムを作る。こうして各種の病気の予防が図れないだろうか？診療報酬の問題が絡むが、身近に何でも聞ける医療関係者がいれば、病院のはしご、話を聞いてもらいたいための通院などは減るのではないだろうか。

地域に看護ステーションがあれば、この拠点と看護ステーションが結びつく形がいい。これまでは、訪問は医師や看護師、ヘルパーが直接各家庭へ向かっていた。訪問することも、地域の中に見えずに行われているということである。この人たちが、拠点到に寄って声をかけていくだけでも、地域はだいぶ変わってくる。

●点から面へ

要援護者と、支援する人が、点でしかつながっていないまちは、これまでと何も変わらない。拠点の活用でこれからは、点でしか存在していなかった人たちが面の柱にし、住民からのいろんな糸が渡されるようにしなくてはならない。

●NPO団体を活用するか？

今は協働ブームで、NPO団体にこの活動を委託して行う方法も考えられる。

しかし、街の高齢化に対する取り組みは10年、20年と終わりのない息の長い活動になる。この取り組みをNPOに委託したとしよう。だが、長期間、そのNPOが活動の主軸となり動いてくれるだろうか？NPO団体の構成員も新旧交代が図られるならいいのだが、そうでないと活動も途絶える。

また、行政が、今後沢山の拠点のNPOに対し恒常的に支援、補助をして地域活動を行ってもらう形は現実的ではない。委託は費用の支援も必要になる。最初のワークショップと立ち上げへの支援はいいが、その後の活動は3年以内を目途にだんだん地域にバ

トンタッチし、地域住民が自らの力でやっていく形になることが好ましい。もしも地域住民がNPO化したらそれは一番いい形だと考える。

4 エピローグ

夕日が、富士を照らして沈もうとしている。黄昏の中、家路を急ぐ人たちの中に佇む。

この、人の沢山行きかう都市部で、高齢化を支えるまちは本当にできるだろうかという不安もよぎる。

だが、この地で暮らしてきて、子供の成長とともに、顔見知りが増え、挨拶を交わす同じマンションの住民も増えた。親しくはなくとも、言葉を交わせる人がいる。それはやはり、一人で生きているのではないという暖かさを感じる瞬間である。

この、人とつながることの未来に、高齢化社会を支えるまちな姿があると思う。つながりは、やはり働きかけないと始まって行かない。だから挨拶から！そして一歩前へ。

高齢化を迎える都市部のまちな姿には、他にもっといい処方箋があるかもしれない。でも、誰もまだ正解を持ってはいないのだ。

だから、将来の推計人口はこうなるという話を聞くだけで終わらせず、それならどうしたらいいか？どうしたら支えあえるか？を、多くの自治体職員が、地域の人たちが話し合い、いい「かたち」を探し出していければいいと思う。

(完)