

+

地域で安心して暮らし続けるために

～伝え合う・認め合う・支え合う　みんなとつながって～

NPO 法人 FORYOU にこにこの家
理事長 小岩孝子

はじめに

私の27年間のNPO活動を基にして、「地域で安心して暮らし続けるために」をテーマに、これからのお「豊齢化社会」についてみなさんと考えたいと思います。

私がNPO活動に関心を持つようになったのは、平成7年1月17日の阪神淡路大震災でした。大学を卒業し、銀行に就職が決まり、その研修が神戸であり、社会人第一歩を学んだそのまちが、震災により崩れしていくのを見て、どうしたらいいかわからない自分、ボランティアに行けない自分を認識したときに、「自分は何のために生きているのだろう。」と随分考えました。その当時はまだ「ボランティア」とか「NPO」という言葉が使われるようになり始めたばかりでした。

もう一つのきっかけは両親の他界でした。5年間にわたり両親の看病をし、ちょうど両親を相次いで見送ったばかりだったので、特に心が痛んでいて、何も見えなくなっていたような気がします。父は民生委員などをしていて、町内の人達がよく相談に来ていた、母も同じように困っている人がいたら手を差し伸べていたことを思い出しながら、私は自分の生きる支えを見つけたかったのかもしれません。「今まで自分のためにだけ生きてきた自分だけど、他の人のために何かする、そんな生きる人生もあっていいのでは！」と考えるようになりました。そのことを阪神淡路大震災と両親の死が私に教えてくれたように思えます。

ちょうどそのときに東中田市民センターで「介護ボランティア入門講座」があったので、受講してみることにしました。新しくできるバリアフリーの市営住宅見学会があったり、介護に関する勉強をしたりと新しい刺激を受けて、少し前を向けるようになってきました。講座が終ったときに「ボランティアしてみたい人いませんか。」と担当の職員さんが声かけてくれて、「はーい。」と手を上げた35人中の7人で「ボランティアグループFOR YOU」を立ち上げました。

これが私のNPO活動のはじまりです。そして 今は超少子高齢化時代を迎える準備のために、NPOとして何ができるのか、そして 個人としても私自身の命の終わるときまでに、何をすべきか模索しいているところです。

第1章 活動のはじまり 平成7年（1995年）7月20日ボランティアグループ誕生

ボランティアグループは立ち上げたけど何をしたらいいのかわからずにいたら、東中田保健センターのお手伝いを頼まれたのでやってみました。保健センターにリハビリに来る車椅子の方や杖をついた方のお手伝いや心を煩った方達と一緒に過ごすボランティアでした。車椅子の押し方もままならない自分たちでしたが、保健師さんが教えてくださり、わからないことはなんでも聞くようにしました。そして、わからない自分のためにヘルパーの資格も取りに行きました。

このボランティア活動は寒くなるとみなさん通って来られないのでお休みになると知り、私たちが訪問してみなさんと会いに行くことができたらいいなと思い、利用者さんやご家族、そして保健師さんに聞いてみたら、みんな「いいよ。」「待っているから。」と言ってくれたので、1月から二人で組んでみなさんを訪問し回りました。そこで大きな発見がありました。体の不自由な方も私たちと一緒に「行ってみたい。食べたい。やってみたい。」とわかりました。当たり前のことなのに、「誰かの手があればできる人たち」のことに気づかずにはいました。「〇〇したい」というみんなの思いを形にしたくて、なんとか自分たちで「居場所」を作れないか考え、そのときはまだなかった「サロン」を開きたいと思うようになり、保健センターさんや市民センターさんはもちろん太白区役所にも相談に行き、みなさんのご好意で「ミニディサービス」を週1回実施することになりました。全く資金のないボランティアグループFOR YOUですから相談とお願いすることばかりでした。保健センターさんは木曜日空いている一室を、市民センターさんは2階の調理室を、太白区役所さんは調理してご飯を出すための衛生管理講座を無料で開いてくださいました。協力してくださる行政のみなさんの応援、一緒にやろうしてくれる地域のみなさんの思い、そして何よりも前向きに生きようとする体の不自由な方達の願いがあってこそこの活動の始まりでした。保健センターさんは広報誌にも私たちボランティアのミニディサービス活動を掲載してくださいました。活動費は利用者さんからいただく1,000円とボランティアスタッフのお昼代200円と持ち寄りや地域の方達の食材などの提供でした。ボランティアとして負担になるようなことは、絶対しない約束でスタートしました。また 保健センターさんが聞く地域の団体会議にも積極的に参加することで、少しずつ地域とのつながりも増えていきました。そして8年間東中田保健センター、東中田市民センターで活動を継続してきましたが、利用者さんがたくさん増えて、毎週1回の活動では難しくなったときに、私たちはこの場所から卒業することにしました。迷惑をかけたくない、これ以上甘えていけないという思いが強かったからです。そして 近くの1軒屋を借りて、仙台市から助成金もいただき、週2~3回のミニディサービスを実施し、「ボランティアグループFOR YOU」から「NPO法人FOR YOUにこにこの家」

に組織を変え、新たなスタートを切ることになりました。

そして このときから「誰にも優しいまちづくり」を考え、地域福祉に取り組むNPO法人になっていきました。

…「伝え合う」ことを学びました。

第2章 新たなあゆみ 平成16年(2004年)ミニデイサービス&地域ネットワーク活動

にこにこの家の椅子とテーブルは新しく購入しましたが、ほとんどは地域の方からの寄付でした。利用者さんの形見の家具、地域の方が提供してくれた食器棚、食器、絨毯などです。また いつの間にか家の周りの草刈りをしてくれる地域の方、壁塗りを積極的にやってくださる方、野菜を置いていってくださる方がいて、見えない力をいただき、活動が始まりました。ミニデイボランティア5人、食事ボランティア6人、カーボランティア2人のスタートでした。

1 軒屋を借りて活動するに当たり、まず開所式をすることにしました。東中田、中田中部の町内会さんや地区社協さん、民生委員さん、福祉施設、仙台市高齢企画課さんなどにご案内を差し上げたところ、思いがけずたくさんの方達が参加してくださり、応援をいただきました。この当時の連合会長さんは、市民センターに訳のわからない宗教団体ではないのかと問い合わせをしたそうです。

「にこにこの家」だから当然ですね。「いつもにこにこしている大家族の集まりのような居場所」にできればと考えてつけた名前です。連合会長さんは開所式に参加してくださり、にこにこの家の活動を理解してくださり、連合町内会のメンバーとして町内会だよりも掲載してくださり、会議案内もいただけるようになりました。この場所でコロナウィルス感染拡大した2020年までミニデイサービスを行い、介護予防事業の基盤を作ることができました。

また 地域交流事業の一環として、地域の福祉ネットワークを立ち上げ、「ほっとネットin東中田」の代表となり、地域福祉に取り組む体制も作り上げていきました。「ほっとネットin東中田」の設立のきっかけは、東中田保健センターで行っていた地域のいろいろな団体との集まりです。太白区保健福祉センターの障害高齢課さんが集まりの音頭をとってくださいました。そして1年程して、みんなで話をしていくうちに地域の課題が見えてきたのです。「つながりがなく、孤独に暮らしている人たちが多いのではないか。どうにかできないか。」と考え、みんなで講演会を開こうとなりました。また そういう活動を行う場所が地域にあることが大切だと気づき、地域福祉ネットワークを作りたいと考えたときに、太白区保健福祉センターの障害高齢課さんに相談し、仙北の施設見学をする機会を設けてくれました。しかし 地域には自分たちの活動がしっかりしていれば連携などは必要ないと拒む施設もあり、何回も話し合ったのですが、無理だったので致し方なく賛成した団体で結成し、平成16年ににこにこの家

が事務所・代表になり地域の福祉ネットワークがスタートしました。「誰もが誰かとどこかでつながる」ことを願って、年間カレンダーを年3回発行し、町内回覧及びときた河北新聞店さんの協力で3950世帯に無料配布していただき、地域に自分たちの活動を紹介することや各団体の場所を知つてもらうためにさらに助っ人マップを作成し、学校や各施設、集会所などに掲示しました。すると地域の各施設に問合せの連絡もあり、1年後には拒んだ施設も入ってきて、少しずつつながりのある地域になっていきました。月1回の運営委員会、2ヶ月に1回の定例会を開催し、地域の課題を探り出し、毎年6月、10月の講演会、2月日赤講習会を開催し、地域と歩む「ほっとネットin東中田」が誕生しました。

また 法人として、平成16年から仙台市から助成をいただき「子どもの一時預かり」をするようになり、これが児童館運営につながる活動になりました。

初めての一時預かりは、離婚して仕事を探すのにハローワークに行くために、1歳の子どもを預けにきたシングルマザーでした。ハローワークから急いで帰ってきて、ミニデイサービス利用者のおばあさんの膝の上で笑っている我が子を見たときに、わっと泣き出した母親の姿を見て、地域に住む私たちでも役に立つことがあると知り、子育て支援をもっとできないかと考えるようになりました。また 東中田市民センターさんとの「子どもボランティア講座」を開催した時の子どもたちと利用者さんからの言葉からも学ぶことができました。

利用者さん・・・「10年若返る！」「明日の元気をもらいました。」

子どもたち・・・「お年寄りの方が僕たちよりも元気だ！年をとるのは嫌だと思っていたけどいいかも～」「にこにこの家のお年寄りのよ
うな元気なおばあちゃんになりたい！」

それから 袋原小学校の子どもたちが、ミニデイサービスの利用者さんたちのボランティアに来るようになり、にこにこの家ですし屋さんごっこをしたり、東中田保健センターを借りてボッチャをしたりしました。心の温かみを感じる世代間交流はみんなを笑顔にしました。

平成17年から仙台市児童館指定管理運営制度が始まりました。子どもの一時預かりや小学生と高齢者のふれあいから感じた「支え合うあたたかさ」を児童館運営に活用できないかと考え、初年度に申請し、東四郎丸児童館を運営することになりました。コンセプトは「地域のみんなで子育て」です。その当時はまだこの考えは浸透していなかったので、審査員の方達も困惑し、意見が分かれたあとで聞きました。「地域のみんなで子育て」ということは、あのお母さんの涙から そして利用者さんたちや子どもたちから学んだことでした。「誰もが誰かとどこかでつながる」ことができたらいいなという思いから、地域のみんなで子育ち・子育てを応援したいと思いました。また 児童館では、イベントを企画したりする子どもボランティアやおとうさんたちのボランティアグループかにつ

ことうちゅんS、地域の方や学校、子ども関連の団体などがメンバーのにこにこ児童館応援隊などを作り、一緒に活動したり、子どもたちのことを考えてくださる体制も構築することをしてきました。

「地域のみんなで子育て」「手をつなぐ児童館」「子どもの未来を応援する児童館」として、放課後児童支援・子ども家庭支援・地域交流推進・健全育成事業を展開することができるようにしました。

・・・「認め合う」ことを学びました。

中日新聞 平成20年(2008年)7月6日(日曜日)主婦版 1面版 (30)

あすへつなぐ

「ほっとネット」立ち上げ
「孤独」なくしたい

防災対策に関する講演会では団にアンケートへの協力を実行する小岩さん=仙台市東西田川コミュニティセンター

中日新聞 平成20年(2008年)7月7日(月曜日)主婦版 1面版 (28)

あすへつなぐ

地域の力で子育て

世代間の交流が心を潤す

本シリーズは毎月掲載します。読者の身近にある話をお寄せください。河北新報社編集部 電話02(211)1261、ファックス 02(211)1266、メールhennhoku@p.e-kahoku.co.jp

【月刊地域支え合い情報掲載】

地域ぐるみで、大家族のように過ごす

特定非営利活動法人 FOR YOU にこにこの家（宮城県仙台市）

仙台市太白区東中田の住宅街の一角に、「FOR YOU にこにこの家」という看板を掲げた民家がある。月曜日は、民謡やフラダンスを楽しみ、火曜と木曜ははり絵やカラオケを楽しむ常設サロンだ。事前登録すれば誰でも参加ができ、手づくりの昼食付きで参加費は1回1,200円。車いすなどのため移動に困る場合は、往復400円で送迎をしてもらえる。地域の憩いの場として、毎回60歳代から90歳代まで10人ほどが集う。

きっかけは、市民センター主催のボランティア講座を受講した7人で「ボランティアグループFOR YOU」を1995年に立ち上げ、機能訓練や精神障害のある人たちのデイケアの運営を手伝うなかで、「高齢になんでも集いたい」「障害があっても外食したい」という声が寄せられたこと。「みんなで大家族のように過ごしてご飯を食べられる場があれば」と、宅老所を10か所見学し、空いていた借家を自分たちで修繕。「にこにこの家」を2003年に開設した。

2004年にはNPO法人を取得し、翌年から仙台市東四郎丸児童館の指定管理者として運営を始めた。それは「にこにこの家」の和室で子どもの一時預かりを行い、サロンに来た高齢者と一緒に過ごした取り組みがベースにある。「高齢者の膝の上で笑っているわが子を見たシングルマザーが涙を流されて。それを見て、地域全体で子育てをする大切さや、自分たちでも力になれることを実感した」と代表の小岩孝子さんは振り返る。地元の小中学生によるボランティアグループ「チーム東中田っ子」の活動や、小中学校と連携した交流イベントの開催など、地域ぐるみの子育て環境づくりに率先して取り組んできた。

さらに、「自分たちだけでできることには限りがある」と、地元の地域福祉ネットワーク「ほっとネットin東中田」を2004年に立ち上げた。地元の連合町内会、民生児童委員協議会、地域包括支援センター、福祉施設・NPOなどで構成され、講演会（年2回）や情報紙の発行などを実施。すべての活動は、「にこにこの家」から発信されている。「この地域の中で、いつまでも暮らしていたいから」。そのシンプルな思いこそが、すべての活動の源となっている。



【みんなでカラオケ】

【コットンで創作】

【やさしい民謡】

【フラダンス】

第3章 新しい事業のはじまり 平成23年東日本大震災を体験して

(1) 2011.3.11.14:46 東日本大震災発生

東日本大震災発生…この時から何かが変わったと感じています。

このときに児童館を緊急避難所にした状況をお話します。

雪がちらつき寒さも厳しくなってきて、児童館には人がどんどん集まってきた。最終的には300人を超える地域住民が児童館に避難してきました。小学校から歩いて5分のところまで津波がきて、小学校が指定避難所にはならなかつたため、地域の人たちは行き場をなくして、右往左往していました。午後4時頃、津波警報が鳴り響く中、住民が次々と児童館に避難してきました。最初に来たのは車椅子の方とその家族でした。自宅に帰すことはできないと受け入れを決め、戸惑いながらも懸命に避難者を受け入れました。指定避難所ではなかつたため、「津波が近くまで来ています。ここも津波の心配があります。西側の中学校に移動するかどうか、各自で判断してください」と避難者に呼びかけましたが、移動したのは数名でした。

前年の10月に震災に備えて避難所シミュレーションゲーム「HUG」の講習を受けていた経験から、まず、受付を設けて人の出入りを記録する名簿を作成。懐中電灯の明かりの下、暗闇での対応に避難してきた方たちも戸惑いながらも協力してくれました。車椅子の方がいる家族、小さな子どものいる家族、ペットがいる家族など、避難者のニーズに合わせて部屋割りをしました。この受付記録は、後々の安否確認や問い合わせにとても役に立ちました。この講習会は子どもも大人もお年よりも、病気や障がいを持っていても、すべての人が安心して暮らせる地域を目指し、東中田地区の19の施設がネットワークを組んで活動する「ほっとネットin東中田」が行ったものでした。この体験は、後の「仙台発つなえゲーム」の開発につながっていきました。

とても寒い夜でしたが避難してきたみんなの助け合いがありました。中学生は避難者に食料を配る手伝いをしてくれ、高校生は壊れた自動ドアを一晩中自分たちの体で押さえ通路を作ってくれました。お年寄りはラジオで情報を集めて知らせてくれました。何か手伝うことあったらと声をかけてくれる方やろうそくの明かりを見守ってくれた人もいました。一度家に戻り食べ物をもって来てくれる方もいました。消防団の方たちは避難者の人数を聞き、ビスケットや毛布を運んでくれ、発電機も準備してくれました。

地域のみんながつながって、みんなで助け合えた一晩でした。雪の降る寒い夜でしたが、あたたかいものを感じた忘れられない夜になりました。

翌朝6時前に今後のこと相談しに小学校に行きました。指定避難所にはならなかつた小学校の職員室では先生たちがもくもくとアルファー米を握っていました。閑上や地域からの避難者を三階に避難させ、懸命に対応していました。

「二箇所を避難所にするよりは一箇所にしよう。」と翌日からは東四郎丸小学校に避難者を集めることになり、「緊急避難所」としての児童館の役割は終わりました。その後は先生たちとみんなで水の出ない小学校へ児童館から水運びをしたり、地域の集会所に集まっている高齢者の方たちへアルファー米を運んだり、学校と連携して動きました。

その後 混沌とした状況の中、「私たちができることは何だろう」とにこにこの家のスタッフと考えたときに、「炊き出ししよう。にこにこの家は水・ガスが使える。小学校に閑上の方が避難してきている。あったかいものを食べてもらいましょう。」と自発的なスタッフと共に炊き出しをすることにしました。みんなが家にあるものを持ち寄り、地域の方から提供された食材や四郎丸小学校の教頭先生と大学生がリヤカーで運んでくれた支援物資を使って、3月17日炊き出し第一弾から5月の第5弾までおよそ1000食を地域に向けて提供しました。震災発生直後からときた河北新聞販売店さんが「震災の情報伝言板」というミニコミ誌を発行していることを知り、伝言板に炊き出しのお知らせを載せていただいたら、「食べたいけどそこまでは行けない。」という水道・ガス・電気の止まった市営住宅に住む高齢者の方から電話があり、ボランティアをしてくれていた高校生が「届けましょう。」と言ってくれ、自宅にお届けしました。「他にも同じような人がいるかもしれない。」と思い、地域包括支援センターさんに連絡し、困っているお年寄り50人余りの方を紹介してもらいました。また、ときた新聞店さんの「伝言板」にも1人暮らし、二人暮らしの方、または何らかの障害を持つ方にお弁当を配達することを掲載してもらいました。「助けてほしい」。

「障害者がいて買い物に行けなくて困っている。」等地域の20人余りの方から連絡をいただき、小中高生16人と一緒にお弁当やほっとネットin東中田の仲間の団体に送られて来た支援物資を2回に分けて配布しました。ボランティアてくれた小中高生は「ありがとうの言葉が嬉しかった。“命を助けてもらった。”と言われた。いろいろな人が自分達の地域にいると知った。やってよかったです。本当のボランティアをした気がする。」と話していました。

日頃からの備えと、普段からの地域の方との顔の見える関係、地域の方たちのあたたかい思いとつながりの大切さも震災を乗り越える原動力になりました。



【にわか茶屋・東四郎丸小 視聴覚室】



【地域の小中高生ボランティア】

(2) 2011年6月・10月 地域の人たちと「震災の振り返り」

2011年6月と10月の2回に渡り、「ほっとネット in 東中田」の主催で「東日本大震災から今後へ～わたしたちができること～」というテーマで地域の方111名と震災の振り返りをし、KJ法でワークショップを行いました。「炊き出しの方法は適切だったのか。」「避難所の運営は正しかったのか。」「必要な情報は伝わったのか。」「地域の人たちとつながっておくことが大切ではないか。」など、さまざまな意見が出てきました。その意見を東北福祉大学岡ゼミの協力で地域に関するさまざまな機関（町内会、社協、NPO、消防団など）の人たちを集め、再度避難所に関する振り返りをしました。平成16年から「ほっとネット in 東中田」主催で毎年地域の課題を取り上げ、6月、10月と2回講演会をしていたことから、自然に振り返りの場を作ることができました。

各グループの象徴的な意見を取り上げてみました。

- | | |
|-------|----------------------------------|
| グループ1 | 日頃のコミュニケーションと訓練、有事の際は正しい情報の収集と発信 |
| グループ2 | 避難所の周知徹底、組織の明確化による混乱の回避 |
| グループ3 | 訓練の重要性と自助の精神、避難所運営に関する情報の明確化 |
| グループ4 | 地域に密着した情報と要支援者対策の重要性 |
| グループ5 | 避難所や避難に関する情報提供と避難所における組織の明確化 |
| グループ6 | 普段の付き合いがものをいう！ |
| グループ7 | 日常的な地域の繋がりと情報伝達の重要性 |
| グループ8 | 情報の重要性と避難所における必要な物資 |
| グループ9 | 地域における役職者と組織の明確化 |

この2回の振り返り講演会から、「近隣のコミュニケーションが大切・学校や地域がみんなでつながっておくことが必要」ということが見えてきました。

そして、被災地に生きる一人として「東日本大震災の教訓を伝えていくこと」をしていくべきと考え、少しずつ準備をしてきました。

(3) 2013年8月「仙台発そなえゲーム」の誕生

車も通らない昔の田舎道を歩いているような毎日の内で「震災を体験し、被災した私たちだからこそ、仙台から発信していかなくてはならないことがある。」と思い、HUGの講習をしてくださった社会福祉協議会の方や講演会のデータをまとめてくれた東北福祉大の先生にも声掛けし、3月に「市民協働による地域防災推進実行委員会」を結成し、2012年8月から本格的に活動を開始しました。実行委員会としては「東日本大震災の教訓を未来へ伝えたい」、仙台市市民局としては「市民との協働を模索していたこと」、消防局としては「自助・共助による防災の普及を目指していたこと」から【市民協働】で仙台から発信できたらというみんなの願いがひとつになり、仙台市市民協働事業提案制度を通して、2年間「仙台市役所と仙台市民」が協働してきました。その結果 震災の教訓を

未来へ活かす「仙台発そなえゲーム」が誕生しました。2年間で会議は96回。100人の協力者の意見を参考にしながら何回も練り直しをして、カタチにしてきました。実施会は、東中田地区協力者の方たちから始まり、仙台市内協力者、アドバイザーの先生方、大学生対象の実施会を重ね、2013年8月「仙台発そなえゲーム」が完成しました。

(4) 「仙台発そなえゲーム」とは

参加者一人一人が仮想の「ある町」に住む架空の住民になって「災害に備えるために、自分や地域に何が必要か・何ができるか」について考えながら実践的に防災・減災を学ぶことができる体験型のボードゲームです。このゲームの特徴は参加者が架空の住民 10代～80代の男女のいずれかになり切り、その立場で災害への備えを考えることにあります。それは地域社会に住んでいる様々な世代の住民に気づき、思いを巡らすことにつながります。

三色のカードがあり、青カード「災害時にあったらいいな」と思う物、緑カード「地域にあったらいいな」と思う事柄、黄色カード「自分ができたらいいな」と思う活動を選んでマップの地域においていきます。そうすると「みんなのそなえのまち」が生まれます。

また 震災以降作られた「仙台市地域防災新計画」に基づき、「がんばる避難施設」「いっとき避難場所」「補助避難所」を「仙台発そなえゲーム」にも取り入れ、周知を図るツールとして「仙台発そなえゲーム」が活用されることを願って作りました。

実施会を行って参加者のみなさんから教えていただくこともたくさんあります。小学生がカードをおき終わった後に「やさしいまちになったね」と言ったり、80代のおばちゃんのカードを引いた高校生は名前を決めるのにとても迷っていましたが、終わったら「おばあちゃんに電話しよう」と言ったり、防災のことばかりでなく、人のつながりゲームになっていることが「仙台発そなえゲーム」のよいところかなとも思っています。教えてくれたのは体験してくださった皆さんです。

～自分でそなえる・みんなでそなえる・つながって未来に活かすあらたな防災～それが「仙台発そなえゲーム」です。

マスコットキャラクターは「Sonae-san」です。みんなの家です。



・・・「支え合う　みんなとつながって」を学びました。

【仙台発そなえゲーム】 消防科学総合センター紹介記事

=ゲームで学ぼう！ 地域の防災=

東日本大震災後、自治体レベルでの防災計画の見直しとともに、非常時の対応を公助だけに頼らない、地域ぐるみでの防災意識の必要性が認識されました。震災から二年半。仙台市市民協働事業提案制度に「地域で支える防災協働ネットワーク仙台発そなえゲームの完成と普及活動」を提案し、地域での防災活動を実践的に学べるゲームを開発しました。

=経験に基づいた「体験」を=

実行委員会代表の小岩孝子さんは子ども・高齢者・障がい者を支援対象として、仙台市太白区東中田地域を中心に活動するN P O 法人 F O R Y O U にこにこの家の理事長でもあります。震災発生時、にこにこの家が指定管理者として運営している東四郎丸児童館に約300人が避難してきました。児童館は本来この地域の指定避難所ではなかったものの、この時小岩さんはすぐに避難者の名簿を作成するなど、適切な対応を取ることができました。実は震災の前年、発生が予想されていた宮城県沖地震に備え、避難所運営のカードゲーム「H U G」を経験していたことが役立ったのです。「体験ってすごいと思いました」と小岩さん。

=仙台発そなえゲーム=

昨年三月、小岩さんは同様にゲームで防災を学べたら、と考えました。そして地域福祉・防災関係者へ呼びかけ、実行委員会を立ちあげます。メンバーは小岩さんをはじめとする六人。昨年夏から「仙台発そなえゲーム」（以下、S S G）の開発を始め、毎週の検討により三十回以上の修正を加えて、今年五月にようやく試作品の完成にこぎつけました。H U Gは避難所運営のゲームですが、S S Gは地域防災をテーマとしています。これは、震災後の六月と十月に行われた、東中田の住民による震災時の振り返りが反映されています。振り返りでは、「警察や消防、救急が機能しない状況も想定して、日頃から地域住民としてできる『備え』があったのでは」という声が聞かれ、公助に加えて、自分で備えること（自助）、地域での助け合い（共助）の大切さを、住民たちが感じていたことがわかりました。「それらを地域の声として発信したいと思いました」と小岩さんは言います。

ゲームは住宅街を想定した地図と、カードを使います。参加者はまず「住民カード」を引いて、架空の住民に成ります。その後、その住民の立場で「地域や自宅にあつたらいいなと思う物や事柄」と、「自分でできたらいいなと思える活動」を、参加者同士話し合いながら地図上に置いていきます。参加者はゲームを通して「災害に備えるために、自分や地域に何が必要か・できるか」を考え、実践的に学ぶことができます。

= 地域防災は身近なところから =

ゲームに登場する「自分でできたらいいなと思える活動」には「パパ友をつくる」「町内の清掃活動参加」など、ちょっとした心がけで誰もができるものが多くあります。「つながっておくことが大切」と小岩さんが言うように、挨拶のような日常の些細なつながりが、災害時のお互いの安否確認に繋がります。たとえ『顔見知り』程度であっても、日頃から近所の事情に通じておくことが、非常時に助け合う上で大切なことです。

ゲームの開発は、県外・県内合わせて一〇〇名もの協力者を得て進められました。多くの人たちのつながりで生まれたゲームが各地で新しいつながりを作ります。今後は学校の防災教育や他地域への普及活動に力を入れていきます。

防災学習プログラム「防災・減災ワークショップ」

新防災教育教科書に対応した小学校の各学年、中学生から大人までの「防災・減災ワークショップ」。減災繪本「リオン」の活用、紙芝居「「なむらの火」「あのひのこと」(暴洋明作)の読み聞かせなどを行います。

- ・1年生「じしんがあきたら？」
- ・2年生「どうする～？ 外にいるとき」
- ・3年生「どうする～？ 家にいるとき」
- ・4年生「家族ゲーム：防災リュック」
- ・5年生「家族ゲーム：家族の備え」
- ・6年生「みんなで備える！」
- ・中学生、子どもから大人まで「防災カフェ」
- ・中学生、子どもから大人まで「命を守る」

■ 制作意図

命を守ること、命をなくすこと、人とのつながること、備えることなどを伝えていく「防災・減災ワーク」を実施し、子どもたちが震災によって夢や希望を失わないように心のケアをすることや、100年後の未来の子どもたちに伝えていくける「物語・減災」の意識をしっかりと持てるような取り組みを進めていきたいと考えます。

「★未来へ震災の教訓を伝える★生活の選をえあう ★心の輪を広める」ことを目的に、「子どもたちの笑顔のための防災・減災ワーク」を実施します。

「家族ゲーム」（家族の備え）



発表用シート②家族の備え



「あのひのこと」の読み聞かせ【どうする～？】



防災リュック



仙台発 そなえゲーム

参加者一人が仮想の「ある町」に住む架空の住民になって「災害に備えるために、自分や地域に何が必要か・何ができるか」について考えながら実践的に防災・減災を学ぶことができる体験型のボードゲームです。

三色のカードがあり、「災害時におこったらしいな」と思う物、「地域にあったらしいな」と思う事柄、「自分ができたらいいな」と思う活動を選んでマップの地域においていきます。そうすると「みんなのそなえの町」が生まれます。

体験した方たちからの一面です。

小学生がカードを引き終わった後に、「やさしいまちになったね」と言ったり、80歳のおばちゃんのカードを引いた高校生は名前を決めるのにもども送っていましたが、終わったら「おばちゃん電話しよう」と言ったり、防災のことはばかりでなく、人がつながりゲームになっていることが「仙台そなえゲーム」のよいところです。被災地仙台から全国へ発展していきましょう。

- ・自己紹介
- ・アイスブレーク
- ・東日本大震災の状況
(様子を伝えます)
- ・ゲームの説明



■連絡先 NPO 法人 FORYOU にこにこの家
理事長 小岩 孝子



〒981-1701宮城県仙台市太白区日野丸字神明16-2 TEL:022-241-0858
ホームページ: <http://www4.dion.ne.jp/~ninko/>

4章 未来へのステップ 令和2年(2020年)コロナウィルス感染

コロナウィルス感染拡大が続く中、1996年から行っている介護予防事業のミニデイサービスをどうしたらしいのかを考える日々が続きました。食事を出すこと、みんなで集まること、カラオケやフラダンス、民謡をすることを避けなければならぬ状況に追い込まれました。そこで今まで借りていた一軒家を引き払い、コミュニティセンターで麻雀をする場を設けましたが、家から出ることを躊躇する利用者さんや家人から止められる利用者さんも多くなり、継続することが難しいと判断し、余儀なく事業の転換を考えるようになりました。「サロン」も大切だけど、「生活」を支えることも超少子高齢社会においては不可欠な要素ではないか、「豊齢化社会」の実現のためにできることは自分でやるが、できないことは手伝ってもらう、生活をサポートしてくれるシステムがあれば、誰もが「100歳まで生きる」という希望も生まれるのではないかと考えました。そこから生まれたのが「シニアがシニアを支える訪問型生活サポート事業」です。また 子どもの貧困問題も大きな課題であったため、「子ども食堂 ハリーレストラン」を開設し、「地域のみんなで子育て」をしていこうと新たな決断をしました。 新たな未来へのステップを踏みしめています。

～住民主体による訪問型地域支え合い活動～
生活サポートサービス

ご利用できる方：要支援1・2の方、豊齢カチックリスト該当者
センター：ヘルパーや訪問支援員、センター研修受講者が担当します

生活サポートサービス/ 月～金 9時30分～17時
費用：1時間 200円
草取りは2人で1時間4,200円（ゴミ処理含む場合200円）
キャンセルの場合は前日までにお願いします
当日のキャンセルは時間分頂戴いたします

掃除・窓ガラス 磨き・換気扇掃 除・電球交換等	洗濯・物干し アイロン掛け	ベッドメイク 利用者不在の シーツ・布団カ バー交換等	調理・配下膳	買い物・薬受取
交通費100円				
書類、郵便物の 確認、手続き助 言等	入院や通院等の 付き添い	散歩・買い物等 外出時の付添い	新聞、書類等の 代読、パソコン 操作	草むしり・花木の 水やりなどの園芸
1時間 4,200円 (ゴミ処理含む200円)				
連絡先) 四郎丸地域包括支援センター TEL 2426351 袋原地域包括支援センター TEL 3936533				
お問い合わせ) NPO法人FOR YOUにこにこの家 TEL 2410858 携帯) 090-95321248 (小岩)				
ホームページアドレス→http://www.nikoniko-house.jimdo.com 〒981-11012仙台市太白区袋原3-16-51 TEL/FAX 241-0858 携帯 090-9532-1248				

NPO 法人 FOR YOU にこにこの家

【私達の地域をいつまでも住み続けたいと思えるまちに】

「みんなで手をつなごう　みんなで支え合おう」と「誰にも優しいまちづくり」を目指し、地域福祉に取り組んでいるNPO 法人です。

シニアがシニアを支える！！

子育て・子育ち応援！！

誰にも優しいまちに！！

シニア応援事業：＊住民主体による訪問型生活支援事業

生活サポート 月～金曜日

児童館事業：＊仙台市東四郎丸児童館

＊白石市第一児童館・第二児童館

「手をつなぐ児童館・子どもの未来を応援する児童館・地域のみんなで子育て」

地域交流事業：＊ほっとネット in 東中田 代表・事務局 毎月会議

「東中田地区福祉ネットワーク」19 団体と連携

＊東中田子育てネットワーク 代表・事務局 年3回

「東中田地区3児童館や子育て支援団体が一緒にイベント開催」

＊学びのコミュニティ推進実行委員会

東中田復興プロジェクトかにっこ和太鼓隊

「袋原小・四郎丸小・東四郎丸小・袋原中連携」事務局長・事務局

心の輪事業：＊子ども食堂事業 ハリーレストラン 月1回か2回

＊由本さんとゆかいな仲間たち（企業さんの応援）年2回

「ハリーカフェ&フットサル&読み聞かせ」

＊仙台発そなえゲーム輪島 「石川県で防災・減災活動」

防災・減災事業： 東日本大震災の教訓を未来へ、全国へ 代表・事務局

＊防災・減災学習ワークショップ～開発、普及活動～

①SSG 仙台発そなえゲーム（仙台市市民協働提案制度事業）

②防災減災学習プログラム（仙台市教育委員会元気アップ事業）

副読本に添った防災教育ワークの開発・実施会開催

二十周年を迎えて

2015年 6月

にこにこの家 小岩孝子

小さなNPOの思いを受けとめて下さった方たちに感謝しながら、二十周年を迎えることができました。一人では一団体では歩めなかった二十年でした。「あったらいいなー」の思いを「カタチ」にするときに、一緒に考え、共に歩んでくださった地域の皆さん、行政、学校関係者の皆さん、様々な団体の皆さん、そして震災以降勇気を下さった全国の皆さんありがとうございます。当日は、足元の悪い雨の中300名の方々がいらして下さり心温まるうれしい記念祭となりました。

今後ともご支援・ご鞭撻よろしくお願ひ致します。

13：30～14：30 第一部 20周年記念式典



15：30～16：10 第三部 感謝祭



NPO法人「FOR YOU にこにこの家」の20周年記念祭に参加しました。この団体は、1995年仙台市太白区四郎丸でボランティアグループとして発足し、障がい者と高齢者の地域型サロンを実施。2003年から子育てサロンも併設した「FOR YOU にこにこの家」を開設、翌年NPO法人となりました。2005年からは仙台市の委託を受けて東四郎丸児童館を運営しています。記念祭では、子どもからお年寄りまで、また病気や障がいを持っている人など、全ての人が安心して生活できる東中田の地域福祉ネットワークや小・中・高校生の学校枠を超えたボランティアチーム、地域のお父さん、おじいさんたちのボランティアグループなど今までの活動が紹介されました。また、2011年3月の震災時の支援をきっかけに交流が続いている神戸市や輪島市、東京の団体が駆けつけたこ焼き等がふるまわれたり、東中田地区の三小学校、中学校の子どもたちや保護者、教員、地域の方、スーパーバイザーが組織する「かにっこ和太鼓隊」の演奏などが披露されました。

当日は支援者と地域の人の参加者の多さに驚きました。地域の誰もが役割を持ち出番がある、そんな団体の想いや姿そのままの記念祭でした。

(特定非営利活動法人せんだい・みやぎNPOセンター)

おわりに

今回の誌上講座カリキュラムを作成するにあたり、いろいろなことを考えることができました。自分の歩んできた道…時に立ち止まり、時に振り返り、時に耳を傾けてきた・・・できしたことやできなかったこと、気づかずに過ごしてきたことなどを拾い集めながら、今 次のステップが見えてきました。

時代の動きにあわせながら、また 多くの方達とのふれあいからヒントをいただき、学びをカタチに変え、NPO の活動を手探りしてきた 27 年間のように思えます。

私個人のことですが、震災から 10 年以上がたち、やっと私も周りを見渡せ、仕事以外の自分の楽しみを見つけることができるようになりました。やはり今まで震災のことが心の真ん中にあり、なかなか余裕のない生活をしてきた自分だったのかなと思い、今は少し「のんびり」という感覚を味わうようにしています。ローカル鉄道に乗ったりして、自然とふれあうことをしています。また羽生結弦さんの北京オリンピックその後のプロアスリート宣言に勇気をいただいている。引退ではなくプロアスリートとしての道…見方を変えることを教わりました。…今 羽生結弦さんの「パリの散歩道」や「SEIMEI」などをやつと見ている自分がいます。仙台でのパレードの時も市役所において、「すごいなー」と思いながらも、まだ 震災のことが心から離れず、「仙台発そなえゲーム」などの防災・減災ワークショップ普及を通して、仙台を災害に強い地域にしようとばかり考えていたように思います。終わりなき挑戦・・・命の終わりが来るときまで、学ぶ心を大切に生きていこうと思っています。

年を重ねるのも悪くない。できることはあると思います。みなさんもきっとそう思って、せんたい豊麗学園さんのドアを叩いたのだと思います。年を重ねることの困難さを踏まえながら、年を重ねてもできること、年を重ねたからできることやわかることを携えて、誰もが前に進んでいけることを願っています。

一緒に前を見て、生きがいを持ち、心豊かに暮らし続けていきませんか。できることはする。できないことは手を借りる。地域の中でお互いに助け合いながら、支え合いながら、つながって頑張っていきましょう。

「豊齢化社会」(ひとりひとりが地域の中で孤立することなく、生きがいを持ち、心豊かに暮らし続けることができ、市民がそれを支え合い、誰もが長寿を喜びあえるまち) の実現のために、これからも「伝え合う・認め合う・支え合うみんなつながって」を大切にして、地域で安心して暮らし続けることができるようにしていきましょう。