

## あれこれ

### 『ワイルドキッチン石窯パン工房』

花戸さんの診療所の近くの天然酵母のパン屋さん。美味しいです。雰囲気のあるかわいいお店も、隣にある石窯の工房も、全て店主の堀内さんの手作り。

Open:金・土・日・祝 10:00~17:00

住所:東近江市池之脇町忠連谷473-2

### ワーカーズコープの2017年全国集会

@滋賀「いま、『協同』が創る」

10月7日(土)8日(日)

1日目<全体会>7日(土)12:30~18:00

会場:びわ湖ホール

プログラム1.記念講演▶「人間社会の起源から協同の価値と希望を探る」山極壽一(京都大学総長)

プログラム2.パネルディスカッション▶「市民が協同で拓く地域とコミュニティ経済の可能性」藤井絢子・広井良典・山口美知子・豊岡和美・武村 幸奈・上村俊雄

プログラム3.総括セッション▶嘉田 由紀子・永戸 祐三

2日目<分科会>8日(日)9:30~15:30

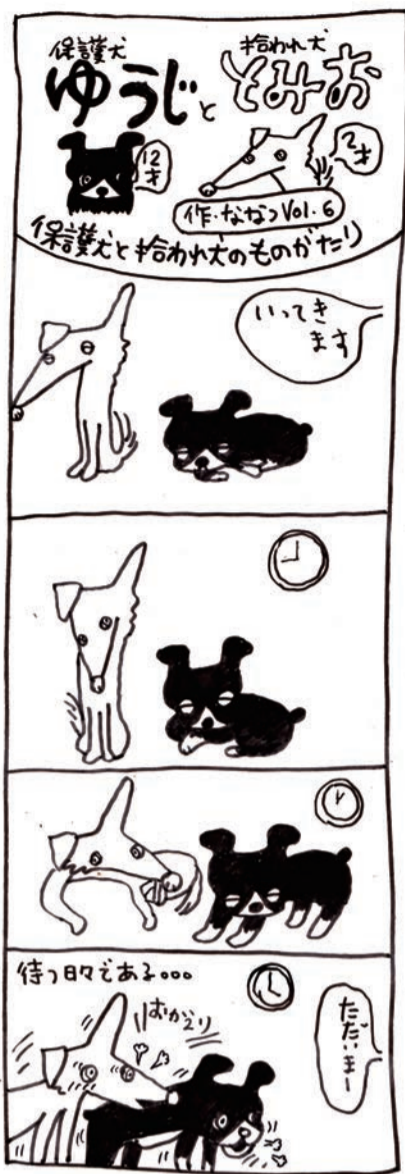
会場:龍谷大学 瀬田キャンパス

▶「SDGs(持続可能な開発目標)」の諸目標を掛け合わせた20を超える分科会。

<参加費>1日目のみ3,000円、2日目のみ2,000円、2日間通し4,000円

<問い合わせ>実行委員会事務局06-4790-7171

ワーカーズコープ(協同労働の協同組合)とは?働く人々・市民が、みんなで出資し民主的に経営し、責任を分かち合っ人と地域に役立つ仕事を起こす協同組合。



声をつなぐ市民ラジオ  
ことばにする  
耳をかたむける  
AMAIRO  
CHANNEL  
あまいろ  
チャンネル  
http://www.aobiwako.org/amairo-channel/

あまいるだより(天色便り)第32号  
あまいる探偵団、走る!手づくり市民メディア  
特集/三方よし研究会  
発行日/2017年9月15日  
編集/あまいる探偵団  
(綾牧生・岸田知之・北岡七夏・きむきかん・志萱未来・中野和子・藤井朋子・森優子)  
表紙タイトルロゴ/岸田知之  
発行/特定非営利活動法人碧いびわ湖  
~大切なことを他人まかせにしない。自分たちで力をあわせてつくる~  
〒521-1311 滋賀県近江八幡市安土町下豊浦3番地  
TEL0748-46-4551 FAX0748-46-4550  
Eメール info@aobiwako.org  
ブログ http://aobiwako.shiga-saku.net/

びわ湖の森を元気にするkikitoペーパーを使用しています(びわ湖の森の間伐材活用)

## 暮らしのコラム

### 日焼けのあと

自主保育「ひとつぶてんとう園」の有志が中心となって、2015年より毎夏、東北・関東にお住まいの親子を対象とした「保養※」を行っています。

今年も、初回から参加され滋賀で3回目の夏を過ごされる2組の親子が来られました。

受け入れ初日。

到着を待ちながらみんなで囲む晩ごはんの支度をしていると、外から「ただいまー!」と、喜びいっぱいのかき声が聞こえました。声の主は千葉から参加のお母ちゃんEさん。小6のSちゃんと年長のNちゃんと一緒に青春18切符でやってきました。

その声を聞いた途端、思いがけずぐっとこみ上げてくるものがあり、涙が溢れました。

また今年も逢えた。今年も何とか無事に迎えることができた。ああ、よかった。

「お帰りー!」

翌日には埼玉から参加のお母ちゃんMさんが小2のTくんと一緒に到着。後日お父ちゃんも到着。みんな親戚のように「お帰り!」「よく来たねえ!」と抱き合う姿があったかい。本当に嬉しい瞬間で、みんなとってもいい笑顔。子どもたちも1年振りであっという間に飛び越えて、きゃっさやと打ち解け、早速一緒に遊び出す。

保養期間中、園の活動日には、園の子どもたち(夏休み中の小学生のお姉ちゃん、お兄ちゃん達も参加)と、Sちゃん、Nちゃん、Tくん、みんなと一緒に川へ琵琶湖へと繰り

### 志萱 未来 Miki Shigaya

自主保育「ひとつぶてんとう園」参加。3児の母。給食についてお母ちゃんたちがおしゃべりする小さな会を開催。美味しそうな野菜を見るとテンションがあがっちゃう。

出します。

川の上流は水色に清く澄みわたり、水はびっくりするほど冷たい。大人たちは足をつけるだけで精一杯の、キンキンに冷えた川で、子どもたちは流れ、水を掛け合い、岩から飛び込み、探検する。お気に入りの石を探し、石を積む遊びを教えてもらい、新しい水脈を作り、川辺の生き物と触れ合う。濡れた岩が滑る事をちゃんと体験して、対応するしなやかさを身につけて。

琵琶湖ではぶかぶか浮いたり、泳いだり。潜って足の下をくぐり抜けたり、貝を拾ったり。カヌーに乗せてもらったり、水中おにごっこをしたり、砂遊びをしたり。

自由にめいっぱい伸びやかに過ごします。大人たちは一緒に遊びつつ、そんな子どもたちを見守ります。子どもたちの頭数を何度も何度も指差し確認しながら。時に「1.2.3...9.10...あれ!」と、ブイを間違っただけで数えたりしながら(笑)

自然の中でこうして遊んだ経験は、きっとずっと子どもたちの心に、感覚に、残るでしょう。そして自然がどれほど大切なものであるかを理屈でなく、肌で感じ取れるようになるのではないかと思います。

放射能の被害を受けた地域では、外遊びが制限されます。子どもたちの芽吹くような感性も狭められています。当たり前の日常が奪われています。そして命が傷付けられています。

私たちは命を守りたい一心でこの活動を

しています。何よりも大切なのは命。この当たり前のことが当たり前の世の中になりますように。

そしてこの保養は、毎年たくさんの方々との繋がりに支えられて作られています。

自分出来る事で進んで関わって下さり、「何かあったら声掛けて〜」と気に掛けて下さる、この繋がりがあからこそ出来る保養なのです。

してあげる、してもらう、ではなく、みんなで一緒にちからを合わせて生きていこうね。

これから生きるすべての命のために、新しい世の中を作っていこうね。

※保養とは、原発事故によって放射性物質の被害を受けた地域に住む人々が、放射能の影響の少ない受け入れ地へ出て一定期間過ごし、心身の疲れを癒し、体内の放射性物質を排出し、免疫力を高めることを目的としたものです。



# あまいるだより



## 三方よし研究会

天色便り  
あまいる探偵団、走る!  
手づくり市民メディア  
第32号 2017.9.15

## あまいろ BOOK TALK

Vol.1

「吟遊ソングライター」のとむやんです。本が好きで、気が向いたらブックカフェのようなことも、たまにしています。

### 『スター★ガール』

原題/ STARGIRL  
著者/ジェリー・スピネリ 訳/千葉茂樹

スターガール・キャラウェイは、ハイスクールの一年生。毎日突拍子もないかっこうであらわれ、ペットのネズミを連れている。ランチルームでウクレレをかき鳴らして歌ったり、どしゃぶりの雨の中で踊ったり。彼女の「特異なキャラクター」は、最初は好奇の目を集め、人気者になったりもする。けれど、「どこにもあてはまらない」彼女を、次第に周囲は敵視していく…。いや、そんな生易しいものじゃない。集団心理って、どんな国でも同じ、なんて残酷なんだろう。とっても切ない。でもだからこそ、あなただったら?って問い掛けてくれるような、そんな感覚。

実はこの作品には、「ラブ、スター★ガール」という続編がある。一作目の主人公は、スターガールのボーイフレンドになるレオ。二作目では半年後のスターガールの視点になるので、最初は戸惑った。だけど、相手の立場になってみると見えてくるものが全然違うってこと、それが痛いほどよくわかる。

【ブログ】とむやんの気まぐれ雑想記  
http://serendippo.hatenablog.com/

# 地域で、支えあう。

—三方よし研究会

近頃よく耳にする人口減少・超高齢社会ってコトバ。確かに、うちの親も近いうちに介護が必要になるかも、そしたらどうしよう？自分だったらどんなふうに暮らしたいかな？時々そんな疑問が頭をよぎります。答えは出ぬまま。

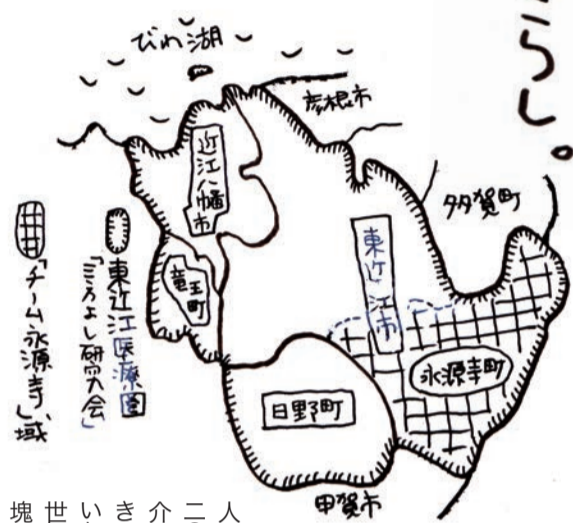
でも、「最期まで地域で豊かに暮らす」支え合いの仕組みづくりが、身近なところでどう始まっていたんです！今回はあまいる探偵団が東近江市での仕組みづくりを携わる、花戸貴司医師にお話を伺ってきました。

(特集面編集／藤井朋子)

## ▼はじめは「三方よし研究会」

「三方よし研究会」とは？

二〇〇七年、東近江圏域（近江八幡市、東近江市、蒲生郡日野町・竜王町）で、「三方」患者よし、医療機関よし、地域よし」を掲げて始まった取り組み。月一回ミーティングがもたれ、医療介護関係者をはじめ、行政、一般市民、地域のNPO、ボランティア団体、病気や障がいをもつ当事者、メディア、宗教者など、毎回百人以上が参加する。



花戸貴司さん  
永源寺診療所所長・医師。著書に『ご飯が食べられなくなったらどうしますか』（2015年）

車座になって座り、グループに分かれてグループディスカッションをして、参加した人は必ず意見が言えるような形にしています。参加する市民の中には、がん患者の人もいますし、がん患者の人が障がいをもって暮らす人のことを考えたり、製薬会社からも人がきたり。このテーマだからこの人というのじゃなくて、いろんな人がいたほうがいいんじゃないか、という人が出てくる。思いもよらなかったところから新たな活動が始まることもあります。脳卒中の方の問題にはじまって、糖尿病、がん心臓病、高次機能障害、ひきこもりなど、様々なテーマで学んで、話し合ってきました。

和子／実際にどう変わっていったんですか？  
花戸／全般的な話をすると、この地域の顔の見える関係ができて、何か困ったことがあった時に連絡がとりやすくなりました。脳卒中の場合には、急性期治療が終わったら患者さんに了承を得て、すぐリハビリの病院へ、リハビリが終わったら家へ、そのために次の病院にきちんと連絡をします。家に帰るときにはわれわれ在宅医がきちんと責任をもつてみます。という連携の仕組みをつくったんですね。その結果、リハビリを経て自宅に帰れる人が七割以上に増えました。また、救急車を呼んだときに専門外の病院に搬送される割合が、二十五から五割くらいに減りました。連携を深めることでちゃんと医療が地域の人に還元できるようになった例です。

▼支えあって地域で暮らす

朋子／先生にお会いする前に北川憲司さんにお話をうかがったんです（お話の詳細は『あまいるチャンネル』で検索！）。これからの人口減少・超高齢社会、世界的にも初めて経験するような時代をどう乗り超えていくのか、をお話してくださいました。市民と専門家とのつきあひ方も変わって来るとどう感じていますか？

花戸／今まさに超高齢社会に突入しています。

人口の多い、いわゆる団塊の世代の人達が、二〇二五年には後期高齢者とよばれる年代、介護を受ける時代に入っていく。そのときに、例えば介護施設をたくさん作ればいいのかという、大きな人口の波は、団塊の世代の人達と今の四十歳代後半くらいの団塊ジュニアの人達は通り過ぎていくので、施設は三十年で用なしになるんですね。一度作った施設はなかなかつぶすことができないし、その建物を建てるのは簡単でも、その施設の運営には医療・介護に携わる人材がいる。人材を育てるのは時間もコストもかかるし、今でも人は不足しています。それであれば「地域」を活用する方がいいんじゃないか、というのが一つの論点ですね。今、厚生労働省がやっている「地域包括ケア」っていう仕組みづくりです。

もうひとつ、高齢の人達がどういう場所での自分の人生の最終章を過ごしたいかってアンケートをすると、半数が七割の人達が「家で過ごしたい」と言っています。アンケートによる数の幅は、家族への遠慮があつてのことだと。

森優子（あまいる探偵団、以下優子）／アンケートでも遠慮が出るんですね。

花戸／でも遠慮がなければ七割の人が家で暮らしたいと思ってる。だからそういう人達をいかに住みながら地域で暮らしてもらうか、っていうのがもうひとつの論点です。人口が減っていく社会において、右肩上がりの成長を期待するのは正直難しい。だから他人まかせではいけない。やっぱり地域の人達ひとりひとりが当事者の意識をもって、自分が何かをやるうって思わないといけない。でも方法論としてはなかなか分かりにくい。ですよ。なにをやらなければいいのかわからない。

朋子／そういう形で動き出してる先行例ってありますか？

花戸／愛東町にある『ふくしモール』さんの取り組みがそうです。EC（自給圏、Food（食べ物）、Energy（エネルギー）、Care（ケア））をお金を出してよそから買ってくるんじゃなくて、自分たちで作って出している。自分たちで消費する自立した地域をつくるという取り組みが始まっています。

ほくが診療しているこの永源寺地域でも、「チーム永源寺」という仕組みをつくって、「三方よし研究会」のように、多様な人が顔を合わせて定例のミーティングをしながら、うちのよう田舎の診療所に来られる

患者さんは、高血圧であったり糖尿病であったり、癌や認知症、ひとりの人がいくつかの病気を抱えています。この方がたとえばお家の生活がなかなか大変になってきた、そのときにどうやって支えようかって思ったときに、医療とか介護だけで支えようかっていうのは到底無理なんです。医療・介護サービスの質を上げることがもちろん必要なんですけれども、そればかり考えていると、地域からかけ離れていってしまう。それよりも地域の方を支援するっていう現状に気づいたんですね。民生委員さんであったりとか、ボランティアグループ、お友達や近所さん、もちろん行政の方も。そういう人たちが、今まではバラバラで関わってこられた。だけど、たとえばひとり暮らしの高齢者が、「ゴミ出しが大変だわ」と言われたときに、地域の民生委員さんたちが「じゃあ、私出してあげよう」というふうになってくれて、同時にその人の安否確認もする。その民生委員さんと私がつながってることができれば、もしその人が具合が悪くなったときに、早く連絡がもらえらる。だから、医療とか介護、行政といった制度に支えられなかったフォーメーションだけじゃなくて、もっと地域の人たちみんな、お互いがお互いを支える、そういうインフォーマルな力がつながり活かす仕組みができればと思っ始めたのが、この「チーム永源寺」の活動です。

朋子／そのインフォーマルなつながりに支えられた例はありますか？

花戸／たとえば、ヘルパーさんなどのフォーメーションサービスでの訪問スケジュールでは「日三」四回行くくらいで、あと空いた時間は近所の人気が気にかけてみてくれたり。認知症の人がお散歩に出る、都市部だと『徘徊』と呼ばれていますが、田舎だと、「どこどこさんちのおじいちゃん散歩してはるわ」と、何のトラブルにもならない。で、「なんか困ってるおじいちゃん、道ばたでしゃがんでるわ」となってしまったら、地域の人が「どうしたん？」って声をかけてくれたり。逆に、認知症のおじいさんがいつも遊びにくく一人暮らしのおじいちゃんのうちに行ったら、そのおじいちゃん具合悪そうにいて、隣のおばちゃんを呼びにいて、おばちゃん僕に電話をくれて、早く対応ができたっていうこともありました。これをフォーメーションでやるのってえらいコストもかかりますけど、全てタダです。

一同／ほんまや（笑）

花戸／認知症の人とか、高齢者とか、障がいをかかえた人たちを、今までは全て地域から排除していったんですね。どこかの施設に入れるはず。でも地域の中でできる役割が必ずあるはず。永源寺地域では、年間六十人くらいの方が亡くなるんですけど、そのうちほとんどが往診をして自宅で息をひきとって、死亡診断書を書いてるのが三十六人。不審死とかではなく、枯れるように亡くなってい

ます。死亡診断書を書くのは僕の仕事ですけど、でもそのずっと前の段階で、地域で生活を、地域で生き続けて、僕一人が頑張ってるというのではなくて、それは、地域の人たちや、家族の人たち、いろんな人たちの支えがあるから、最後まで地域で生活していけるんです。

▼「ミニミニ」をつなぐ

岸田知之（あまいる探偵団、以下知之）／そういう所で子育てしたいね。  
花戸／そうですね。子育ても孤立してしまいうすいですよ。

朋子／永源寺では地域のつながりがまだ生きていた、ということもありますか？

花戸／たぶん、都市部でも田舎でも、「ミニミニ」はある。田舎は楽なんです。地域「ミニミニ」なので、地域の中に入っていれば、困っている人を探するのは簡単です。でも都市部は、同じ地域「ミニミニ」ティーカーかと思ったらそうじゃない。でも、子育て中のお母さんたちのサークル、何かのボランティアの方とかサポーターの方とか、趣味のサークルとか、地域の中に小さなミニミニティーカーがたくさん点在していると思うんです。だから点在している「ミニミニ」をいかにつなげていくか、というのが都市部の今後やるべきことなんだろうな、と思います。

優子／ああ、そうか大事なのは「ミニミニ」なんです。自分のところに持ち帰った時に何ができるかなって思いながら聞いてたんですけど、だっただ自分たちの「ミニミニ」を作ることを大事にしたいと思いました。

花戸／自分が得意な分野があるはずなんですけど、自分の知らない分野も必ずあるはず。それを無理にやる必要はなくて、得意な「ミニミニ」をつなぐれば「ねえねえどうしたらいいの？」って聞いて、お互いの意見を言い合う、そういうふうにする方がいいと思います。そういう小さな「ミニミニ」がたくさんできれば、網から漏れる人が少なくなると思うんです。

朋子／色々な「ミニミニ」が地域の中にたくさんあって、それが相互につながることが支え合いの力になるということなんですね。

▼頼れる先がたくさんある「自立」

和子／私、両親がもう八十才過ぎてて、父は計算ができなくなってきた。

花戸／あーなるほど。

和子／で、近くに私の兄弟が住んではいませんが、さでどうしたもんかなと思っ

ていんです。滋賀に呼んだほうがいいのか、でも呼んだら周りの「ミニミニ」はなくなるなとか。何か助言をください。

花戸／まず本人がどうしたいと思っ

てるかではありますけど、高齢の方でも「私

は誰の頼りにもならない」と言う人がたまにいます。でもいろんな人たちを見ていて、歳をとってもこの人はちゃんと人暮らしでいて、老夫婦で二人とも認知症といううちでもちゃんと生活をしてる。自立してる人って、誰にも頼らないではなくて、いろんな頼れる先を作ってる人なんです。

一同／へー、なるほど。

花戸／「自立、自立」って英語で「Independent」。「depend」って「頼る、依存する」という意味で、頼らない「Independent」じゃなくて、「multi-dependent」っていう考え方があって。だから親のことを考えるときに、遠く離れた自分の家に連れてくるのが頼れる先がたくさんあるのか、実はその場に置いておいて、週に一回自分が行くことの方が頼れる先が残るのかってことを考えるといんじやないかなとは思っています。施設に預けることも含めていろんな選択肢があって、どちらの方が頼れる先がたくさんあるんだらうかと。子どもがたくさんの頼り先の中の一つであれば、家族の負担も減りますよ。実は子育てもそういうのがあるんだらうな、と思います。

和子／そうですね。

知之／いかに周りに迷惑をかけないかっていう社会になっちゃってるからね。

朋子／うんうん。困りごと全部市場からサービスを買って解決するってことが多くなってるけど、地域の中の日常的なつながりの中で解決できるのが実は強いんだ。

花戸／そうですね。サービスとして買っ

てるのは、実は弱い。お金で買うところがあってもいいし、そうでない選択肢もたくさんあったらいい、実は幅が広がる。だから、本当に外に出ないかわかんないですよ。ネットで検索して何もなしわと思っちゃってるんですけど、子どもの手を引いて、外を散歩したら、声をかけてくれる近所のおばちゃんがいるかもわからないし、その人からつながりが広がっていくかもわからない。

知之／不思議ですね。うちの長男が今小学校に行ってるんですけど、妻がホームエデュケーションをやりながら、小さな学び場を作ってるんですけど、大体すごい遠いところから来てくれるんですよ。こないだも京都から来てくれた。

一同／へー。

知之／でも、じゃあ同じ市内に不登校で悩んでる人がいないのかっていうと、そうじゃなくて、つながってないだけ。だから遠方から来てくれた人は自分の地域に持ち帰って作るだらうし、こっちはこっちで近くにいる人とつながる、お互いに頼り合えるような関係をつくる。今お話聞いていてそういうことなんだなあと。田舎と都会の違い「マンション」住まいの方が逆にすごい壁が厚いってことを踏まえた上で、じゃあ人口の多い所では頼れる形をどう作るかを考えたいなと思いました。

花戸／専門家がいう「やるべきこと」は、例えば病気や子育てという一つの側面だけ。でも、それだけ考えて生活するのはすごく窮屈ですよ。それよりも、地域のなかでいろんな可能性が広がっていくと思っし、「ミニミニ」の幅を広げるっていうのが大切なかなと思います。

一同／ありがとございました。