



プラスワン

ボランティア・NPO等の地域福祉活動事例集

Contents

この冊子を手にとられた皆様へ・MAP …… P 1

活動事例

- 北ふれあいグループ …… P 2
- ココ …… P 4
- 「すくすくサポーターズ」子育てサロン …… P 6
- 聖ヨゼフ整肢園ボランティアグループ …… P 8
- たつのこおもちゃライブラリー …… P10
- (財)まちの学び舎ハルハウス …… P12
- 配食サービス「ひまわり」 …… P14
- ミラクルキッズ …… P16
- NPO法人 配食ボランティアむつみ …… P18
- にじのこ文庫 …… P20

先進事例

- かたりば 朋（下京区七条学区） …… P22
- 松尾助っ人の会（西京区松尾学区） …… P24

まとめ …… P26

調査スケジュール …… P27

調査メンバー紹介・編集後記 …… P28

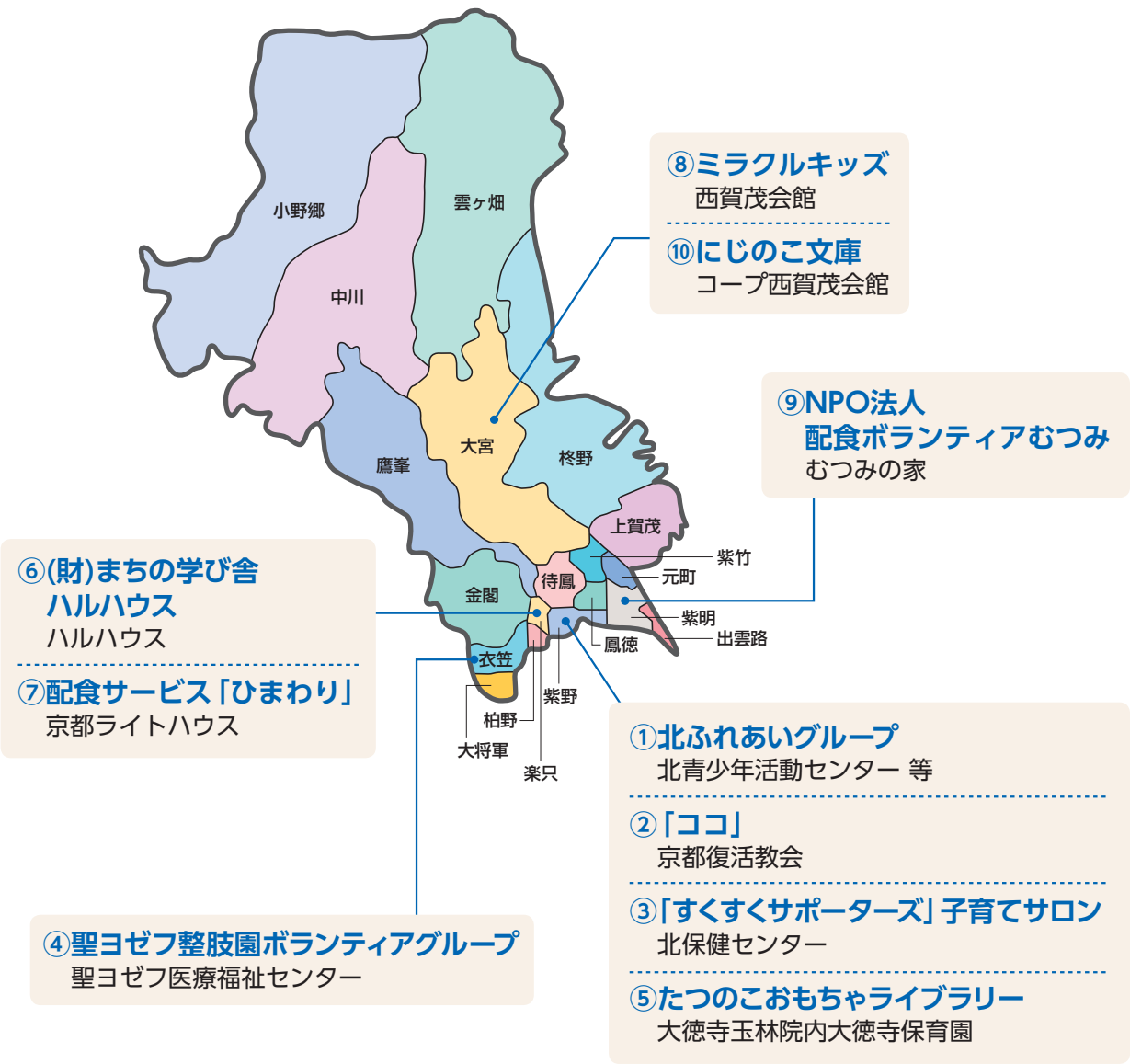
この冊子を手にとられた皆様へ

北区では、暮らしにくさを抱えた方の問題に気づき、誰もが住みよいまちになることを願い、住民による活動が活発におこなわれています。

本冊子では、「自然で、温かみのある、人と人とのつながり」を大切にされてきた住民による活動を紹介するとともに、住民のみなさんが、「自分にもできるかも!」、「何か活動をはじめたい!」など、活動をはじめていただくきっかけになればという願いをこめて作成しました。

作成にあたっては、「大学のまち北区」の地域性を活かし、学生にとっての学びの機会、学生が活動につながるきっかけにしたいとの想いから、大谷大学の協力を得て、学生によるインタビュー調査活動をおこないました。学生ならではの気づきや視点による、活動紹介となっております。

本冊子が、身近な地域とともに支えあうことのできる活動のヒントになり、北区の地域福祉活動の充実・発展につながれば幸いです。



北ふれあいグループ

1



「北ふれあいグループ」



活動日
毎週土曜日+α。年間100回ほどの活動
※年に2回キャンプあり

活動場所
船岡山公園を拠点に、京都市北青少年活動センター、
府立体育館、京都市障害者スポーツセンターを使用

対象
障害のある人もそうでない人も

主な活動
野外活動・室内遊び・昼食づくり・スポーツなど

みんなで「楽しい！」

ワイワイがやがや。毎週集まりみんなで遊ぶ。作ったり、食べたり、出かけたり。楽しみをもって外に出かけること。グループみなさんが大切にされていることだ。

1983年にグループが出来た頃、北区では障害のある子どもたちが外に出て遊ぶという機会が少なかった。それならと紫野児童館を含め、有



志で始められた居場所作りの活動がもう30年近くになる。

みんなで「おいっ！」

うかがったときのプログラムは「料理」。会場は京都市北青少年活動センターの料理室。メンバーのみんなにとっては馴染みの場所。

メニューも馴染みのカレーライス。下ごしらえから調理まで、慣れた手つきでどんどんすすめる。デザートフルーツヨーグルトも楽しみの一つ。

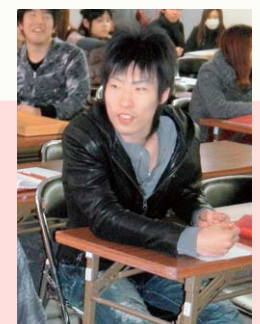
一人ひとりが自分の役割をこなし、真剣そのもの。ときばきと指示する山本さん、それでも笑いは絶えない。カレーのいい香りがただよい出すころには、食べる準備もすっかり完了。いつもの「おさるのかごや」を歌っていただきます。そこでも大きな笑い声。

食事の後片づけもみんなで協力。満腹満足の顔が部屋いっぱいにあふれた。

調査隊からの一言



行く前は正直不安でした。しかし、終わって帰ってくると、友達と遊びに行き帰って来た時のように楽しい思いが残りました。帰り際には、また会いたいと寂しさも感じました。きっと、参加されているみなさんも同じ思いなのではないかと思えます。30年近くも続いてきたのは、また会いたいとの思いだったのではないかと考えます。しかし、「最近の施設は借りるだけでお



金がかかる。無料で使える施設・場所を増やしてほしい。ボランティア不足！！学生ボランティアさん来て！！という山本さんの言葉からは運営の大変さも感じました。多くの方にぜひ一度参加してほしいと思いました。

みんなで作る みんなのいばしょ「ココ」

②



わいわい がやがや 笑顔がいっぱい

堀川北大路の東南、京都復活教会に子どもたちが集まってくる。今日はどんな楽しいことがあるのか、子どもたちの顔は期待で輝いている。遊びはお得意。すぐにお気に入りの遊具や場所で大学生のお兄さんやお姉さんと遊びが始まる。初めて参加するボランティア、見学にくる学生、子どもたちはそんなことはおかまいなく、遊びと笑顔の中にみんなを引っ張り込んでくれる。

「ココ」・「いばしょ」 (いい場所) づくり

障害のある子どもたち一人ひとりを大切にしたい。その個性をいとおしみたい。家族のような仲間たちと今、この瞬間を楽しめる「いばしょ」を創っていききたい。そんな思いで活動がス

タートした。

一回一回の活動を重ねる度に、子どもたちは「ココ」に来ることを心から楽しみにしてくれるようになった。みんなそんな子どもたちの笑顔を見ることをとても嬉しく思っている。子どもたちから元気をもらっている。

学校と家庭以外の三番目の居場所。そんな「いばしょ」が、子どもたちの支えになっている。「ココ」(ここ)は「いいいばしょ」(居場所)。活動を始めてよかったと感じていると嬉しそうに話された。

一歩 いっぱ 一つ ひとつ

限られた利用料の中での運営は難しい。何とかやりくりをしてはいるが…。

来る子どもたちの人数、ヘルパー、ボランティアの人数が週によってばらつきがある。参加してくれている子どもたちや、ヘルパー、ボランティアなど、みんなが落ち着いた雰囲気の中で、ゆとりをもった活動をしたいと願っている。しかし、安定した運営の実現には苦労が多い。現在11人の子どもたちの参加がある。新たな参加希望者もいる。しかしボランティアの人数の



ことも考えると、受け入れができない状況になっている。

できれば、活動に関わる人数を増やして、安定した運営ができるようにしていきたいと考えている。今、放課後デイサービス事業にすることが、中学に進級する子どもたちの継続について検討中。

また、育児相談、保護者の就労支援等よりよい支援を目指してご家族とともに歩んでいきたいと思っている。一つ一つが新たなチャレンジである。

調査隊からの一言

最初はどのように関われば良いのか分からず、戸惑いましたが、子どもたちから声をかけてきてくれて、自然に馴染めて遊ぶことができました。子どもたちが「ココ」に来るのを楽しみにしていることは、子どもたちの笑顔を見るだけで伝わってきました。「ココ」が子どもたちにとって、とても大切な居場所になっているということを実

「ココ」



活動日
毎週水曜日放課後～18時、2～3ヶ月に1回 土曜日

活動場所
京都復活教会 (復活幼稚園の放課後の教室)

対象
障害のある小学生

主な活動
みんなで自由遊び (おもちゃ、ボール遊び、遊具)
絵本の読み聞かせ、おやつ



感することができました。もっと、たくさん子どもたちがココを利用して、それぞれの個性を伸ばしながら居場所を見つけることができたらと思いました。

「すくすくサポーターズ」子育てサロン ③



自分たちでつくる 手作りのおもちゃ

おはようのあいさつは参加者全員でまあるく円になって始まる。一人ひとり名前を呼んでもらい、はずかしそうに返事をする子、びっくりしたような様子の子。みんなちょっとおどおど。でも、おはようの歌が終わるころにはちょっとなじんできた様子。お次はからだところをほ



ぐす歌遊び。大好きなお母さんと一緒に楽しむのでみんな嬉しそう。すっかりからだもころもほぐれた様子。

いよいよみなでおもちゃ作り。身の回りにあるものに、ちょっと工夫をして作る。

最初は、お母さんにべったりだった子どもたち、できたおもちゃをさっそく使って、はじめて出会ったお兄さんとも一緒に遊んで笑顔がはじけた。



メンバーはプロ集団だった！

「すくすくサポーターズ」の運営をしているスタッフは現在4名。子育て・育児のプロばかり。このスタッフに会って話ができるのが参加するお母さんにとっての一番の目的なのかも。

子どもたちが、手作りおもちゃで落ち着いて



遊び出す頃合いをみて、一人のお母さんがスタッフに話しかける。おなかには6ヶ月になる子がいるが自転車に乗るのは大丈夫なのか。子どものしかり方は。子どもとの遊び方、関わり方は。初めての子育てでお母さんは不安いっぱいなのだ。子どもと遊ぶときには、拍手したり、「すごいね」など声をかけてあげることが大切など、スタッフの方は、優しくでも的確にアドバイスを返す。お母さんの顔がだんだんほころんでいくのが印象的。お母さんたちは、サロンのスタッフの方々に質問や話ができてほっとした。来月も来ますと子どもと一緒に楽しそうに会場を後にされた。

調査隊からの一言

- 参加する人も多く、地域にはこのようなニーズがあるのだと実感しました。このような活動が身近な地域でもっと広まっていけばと思いました。(渡辺)
- すごくアットホームでした。だれもが利用しやすい環境にあると感じました。(小寺)

「すくすくサポーターズ」子育てサロン



活動日

毎月第4木曜日

活動場所

北保健センター2階講堂

対象

就学時前の子どもとその保護者

主な活動

親と子のふれあい遊び、野外活動、広報紙の発行、子育て相談 など



- 保護者同士の関係を見ていると、とても楽しそうに話しておられた。子育てしている方にとって、とても意味のある場であると感じました。(高橋)

聖ヨゼフ整肢園ボランティアグループ

4



京都のボランティアの歴史を飾る

聖ヨゼフ整肢園ボランティアは、1964年（昭和39）に北野白梅町に病院が設立されると同時に活動が始まった。病院ボランティアの先駆けとなった団体の一つ。現在のメンバーは44名。主に60代から80代の方が中心。センターの利用者さんが使うエプロンやバンダナを作ったり、毎日の食事で使うおしぼりを用意したりと、センター内での利用者さんの生活を支える活動を



している。月曜日から土曜日までのうち、週に1回2時間ずつ、自分の予定にあう曜日に集まって活動している。

ちくちく すいすい 手作りで

すべてがハンドメイド。だからエプロンひとつを作るにしても、利用者さんの好みに合った生地を使ったり、ひとつひとつに名札を縫い付けたり、利用者さんの依頼に丁寧に応えることができる。手作りなので利用者さんの「こんなのがあったらいいのにな」という思いにもすぐに応えることができる。心のこもった作品は、利用者さんの生活をより豊かにするための支えになっている。「利用者さんと直接接する機会はない。でも、作る喜びをもらっている。一方通行ではない。」との活動メンバーの声は喜びと自信にあふれている。

楽しきこと 柔らきこと 和らぐこと

病院側との信頼関係も強く、施設にとってはなくてはならない存在。みなさんが、上手に連携しながら活動していこうと工夫をしている。病院側も「家でひとりであるより、週に1回ここに顔を出して、おしゃべりするだけでもええやんか」という柔らかな思いを持っていて、ボランティアグループと施設の連携がとてもうまく取れている。現場の雰囲気はとても温かく、心地いいミシンの音とメンバーのみなさんの笑い声が絶えず響いており、和やかな雰囲気。そこには、「活動」という堅苦しい印象はまったく

こんな物を作っています



ない。メンバー同士のつながりも深く、「うちの曜日が一番楽しいわ」との声と笑いがあがる。「楽しくやりましょ」と、気軽に集まって交流できる。メンバー一人ひとりにとってなくてはならない大切な居場所、メンバーそれぞれにとって、一人ひとりがいてほしい大切な人になっている。

調査隊からの一言

聖ヨゼフボランティアのみなさんはとても温かい雰囲気。楽しそうに、やりがいを持って活動なさっていました。気持ちよく活動を続けられるヒケツは、病院側、利用者側とのすごくいい関係が築かれていること。お互いが上手くやっていこうという工夫をしていることだと思いました。病院側の「家でひとりであるよりは、ちょっと話に来るだけでもいいから」という柔軟な姿勢が、いいつながりを生んでいるように感じました。

無縁社会だ、孤立化が進んでいるなどと

「聖ヨゼフ整肢園ボランティアグループ」



活動日
毎週月～土曜日 午前か午後 週1回（2時間）

活動場所
聖ヨゼフ医療福祉センター

対象
センターの利用者

主な活動
縫い物、食食用おしぼり作り など



言われる現代社会の中で、聖ヨゼフのような、地域の人が誰でも気軽にボランティアに参加出来て、誰かの役に立てて、そして自分も楽しい時間を過ごすことができる活動の場がもっとあればいいなと思いました。もうすぐ50周年を迎える聖ヨゼフ整肢園ボランティアが、これからも続いていくと嬉しいです。

たつのこおもちゃライブラリー

5



今日はお茶会の日。みんなで、大徳寺玉林院の中にあるお茶室に向かう。お茶室では、お茶の先生とお手伝いの人たちに迎えてもらい、みんなで並んで席についてお点前が始まった。参加者のお母さんも、先生に教えてもらいながら慣れない手付きでお点前。横では、子どもたちがお菓子をいただく時の作法を教えてもらいながら、和気あいあい。厳しい雰囲気などまったくなく、みんなで「おいしいね」とおしゃべりしながらゆったりと時間が進んでいく。やがてお茶会も終わり、時間はもう5時。あっという間。みんなで助け合いながら片づけをして「さようなら」。「今日も楽しかったね」帰りながらの親子の会話がはずんでいる。

こんにちは！ 今日もよろしくお願いします！

暖かな日差しの中、午後3時。参加者の親子が到着し、ボランティアとあいさつを交わす。大徳寺にある保育園の一室を借りて、今日もボランティアと子どもたちは一緒に遊ぶためのスペースを作っていく。普通の家にはなかなかないトランポリンや室内ブランコなどの大型遊具。子どもたちの笑顔がはじける。子どもたちもボランティアもとても楽しそう。こうして、たつのこおもちゃライブラリーが始まる。



であいの場 成長の場

たつのこおもちゃライブラリーは、1980年京都で最初のおもちゃライブラリーとして北区大徳寺の玉林院に開設され、以来30年をこえる活動を続けている。障害のある子どももそうでない子ども、親たちもボランティアもみんな楽しくふれあい、遊びあい、学びあい、成長しあえる場。また、障害のある子の親の出会いと協力の場としても親しまれている。



楽しい行事

ヨガ教室やお茶会、冬にはスキー教室や雪合戦。それぞれの季節には楽しいイベントも行っている。運営をサポートしているのは大学生のボランティア。

モットーは共に育ち合うこと。

調査隊からの一言

子どもたちの交流、親同士の交流。「たつのこ」は交流の輪を創り出す場だと感じました。子どもたちと一緒に遊んでいると、子どもたちはどんどん私たちが遊びの輪に引っ張ってくれます。そんな私たちが暖かく見守ってくれている親御さんとお話し、

「たつのこおもちゃライブラリー」



活動日

毎月第2・3・5土曜日

活動場所

大徳寺玉林院内大徳寺保育園

対象

18歳ぐらいまでの子どもと親

主な活動

おもちゃ遊び、ヨガ教室、お茶会など



子育てへの思いをちょっと知ることができました。学生である私たちにとって、とても暖かで、貴重な時間を過ごすことのできる場でした。

(財) まちの学び舎ハルハウス

6



開かれた場所から開かれたまちへ キーワードは「健康」

健康と居場所の大切さに世代は関係ない。健康な身体づくりのためには、交流が必要。代表の丹羽さんの言葉。丹羽さんはご自身の身体が弱かったことから健康な身体づくりが大切ということ、身をもって実感。そのことを伝えあうためには居場所をつくり、世代に関係なく交流を深め、お互いに学びあっていくことが大切



であると感じ実践されている。

活動は朝の6時から10時に朝ご飯の販売。おにぎりや京雑炊などを売っている。その後16時までは、その場所を自由に使えるように解放し、丹羽さんが健康の情報を提供したりもする。また、3階のシェアルームを留学生に貸し出したり、緊急時の受け入れも行っている。震災後には被災者の方が一時的に利用されたりもしていたとのこと。また学生の関わりも深く、出入りも頻繁。利用しに来る方々と大学生が交流し、大学が休みのときには勉強したいと訪れる学生もいる。



くるもの拒まず いるもの自由

ハルハウスへやってくる人はどんな人も受け入れる。利用される方は、朝ごはんをここで食べてそのまま会社に行く人、お話をしにくる高齢者、自閉症の子どもたちなど様々。来る人は何をするのも自由で好きなことをしている。



新たな地域の施設として

介護保険、自立支援などの制度の枠組みから外れる地域の自律型多目的福祉施設。地域のすべての人に利用してもらえるような施設になるのが願い。そのためには資金面の応援が必要。このような施設が広く知られ、支援していただけるようになっていくことを願っている。今は、北区社会福祉協議会や財団などの助成金、お金や物など多くの寄付によって支えられている。また、会場としての貸出をすることで収入を得たりしている。それでもまだまだ運営的には厳しい。

調査隊からの一言

調査に行ったとき、近所の方が地域の広報をもって来られていて話されているのを見てみると、地域の人に親しまれていると強く感じました。

「ハルハウス」は入りやすい雰囲気の建物で気軽に立ち寄ることが出来ます。中もアットホームな雰囲気があり、まさに「まちの縁側」でした。地域の中で孤立する人が増える中、気軽に立ち寄れる場所があるこ

(財) まちの学び舎ハルハウス



活動日

木・日・祝日以外の10時～16時
京雑炊の販売は年中無休で6時～10時

活動場所

(財) まちの学び舎ハルハウス

対象

どなたでも

主な活動

健康相談・京雑炊の販売・シェアルーム・場所開放による居場所づくり・就労支援



とは地域にとって、とても大切なことだと思いました。

配食サービス「ひまわり」

7



トントントン ぐつぐつ

千本北大路のライトハウスの調理室からは今日も美味しそうな香りがただよってくる。30年以上も前から主婦の方10人前後で、隔週の金曜日に独居高齢者の方への配食サービスを行ってきた。団体の名前は「ひまわり」。

ひとり暮らしのお年寄りの安否確認と、配食サービスへのニーズの高まりからこの活動は始



まったとのこと。大切にしている思いは、「食べるということは人間生活の基礎であり、生きることである」ということ。この活動はただ「お弁当を置いて行くだけ」という訳ではない。必ず話をし、お一人おひとりの様子、状況などを確認することを大切にしている。買って食べるのではなく、人の作る「温かみ」が大切とメンバーのみなさん。そして、配る人と受け取る人の「つながり」が大切と考えておられる。



「おいしい」「笑顔」「元気」

これらは活動を続けてきた中での嬉しい三つのこと。そう語るメンバーの笑顔も元気いっぱい。料理をすることは主婦の自信。わたしたち調査隊にも料理のノウハウを教えてくれた。1回の活動で約32食を作り、多いときには50食になることも。話し合いで当番を決め、献立を考え、買い出しの係を決め金曜日に活動に取りかかる。お弁当を取りに来る方、配りに行く方、全員と話をし、メンバーみなで地域をカバーしている。みなで丸ごと、これが本当の包括なのではないだろうか。



もっと もっと

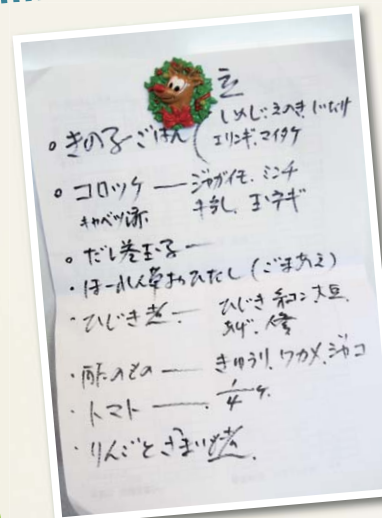
今は北区社会福祉協議会と連携し、ライトハウスの中で活動が続けられている。調理できる場所があることはありがたい。しかし悩みは人材不足。ボランティアがなかなか広がらない。できれば、ここを基点に、若い人には料理教室として、また、料理の得意な高齢者の方は生き甲斐の場として広げていきたい。どんどんサービスを増やしもっと多くの地域をカバーすることが目標。「おいしい」「笑顔」「元気」から夢は広がる。

調査隊からの一言

調査隊として活動に参加して感じたことは、「おいしさ」を通じた人とのつながり。ひとり暮らしのお年寄りとの声かけ、対話することで、地域の安心を創り出すことの大切さ。人のくらしの基礎である「食べる」ことを通じて人と人とのつながりをとても大切にしておられることが伝わった。

お弁当も地域の安心も一緒に「創る」、温かで味のある活動が配食の活動。そのこ

配食サービス「ひまわり」



活動日
隔週金曜日

活動場所
京都ライトハウス4階 調理室

対象
1人暮らし及び高齢者夫婦世帯

主な活動
手作りのお弁当による配食サービス



わりは弁当づくりにもあらわれており、手作りの「ぬくもり」が感じられる活動だと感じた。メンバーの方がおっしゃっていたように、若い世代も含めもっと活動が広がることを願ってやまない。



身近な地域の つながりづくり

身近な地域に子どもと一緒にでかける場所がある。そこにはだんだんとなじんできた顔がある。子どもも安心して遊んでいる。ちょっとした情報交換を通じて、気のあう友だちもできてくる。そんな、子育て中の親同士が落ち着いて出会える機会や場。気を使わずに気軽に集える場。地域のつながりづくりの場。それがミラクルキッズの魅力。



いま、ここでしかできない体験 ここでしか出会えない人たち

運営は自主運営。プログラムの内容には毎回知恵を絞る。もちろん準備や声かけも自分たちだが、地域で活動するボランティアも応援に来てくれる。おはようのあいさつは親子の触れあいを深める手遊びから始まる。続いてボランティアによる読み聞かせ。ベテランのボランティアの語りには、どんなに小さな子どもたちでも真剣に聞き入る。最後にみんなで季節を感じる工夫をこらした工作。子どもたちは親と一緒に作ることを楽しみにしている。親子のふれあいを深めながら、みんなでわきあいあいと作業。完成品はみんなの自慢。

親同士で知恵を出しあいながら、子どもたちとの楽しい時間をつくる。そんな中で交流が深まっていく。子育ての時期にしかできない体験。子育ての時期だからこそ出会いつながる親仲間たちがそこにいる。



子育てが楽しい！

「分からないことがあっても周りに聞ける人がいなくて、困っていました。しかし、この活動に参加してみて、先輩ママさんなどから色々なことを教えてもらえたりして本当に助かりました。」という声。活動への感想の多くは、お母さん同士の情報交換や、ママ友ができてよかったなど、交友関係が広がることへの喜び。そして、子育てが楽しく感じるようになったという声。それがすべてを物語っている。

調査隊からの一言

「ミラクルキッズ」の活動は薄れていく地域のつながりを強くし、親同士の情報交換、相談場所などとして広がっている。男ばかり4人で訪れたのですが、本当にいい活動だと思いました。最初はなじむのに時間がかかりましたが、工作の時間によりやく子どもたちとも仲良くなることができ、最後は子どもたちとも打ち分け合せて、今ではいい思い出になっています。「ミラクルキッ

「ミラクルキッズ」



活動日
2ヶ月に1回

活動場所
西賀茂会館

対象
就学前の子どもとその保護者

主な活動
親子遊び



ズ」の方々には子どもたちとの関係などでフォローをしてもらうなど、大変お世話になりました。これからも、「ミラクルキッズ」が地域で引き継がれ、発展していくことを心から願っています。



季節の彩り

現在のスタッフは、職員3名、ボランティア21名。腕自慢の主婦を中心に、毎日毎日わいわいがやがやとお弁当づくり。豊富なレシピは、活動の歴史の長さを証明している。

配食ボランティアむつみは、昭和61年、元代表の横山博子さんとその仲間達を含む地域のボランティア20名で立ち上げた。手作りでぬくも



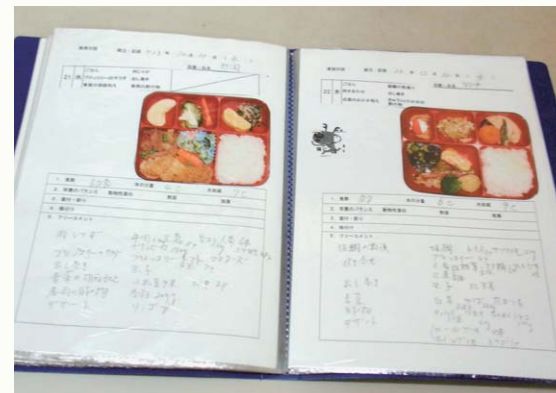
りのある、おいしいお弁当を高齢者の方へ届けたい。その思いで始まった地域の配食ボランティアの活動だった。平成12年にはNPO法人化と同時に、京都市社会福祉協議会の事業委託を受けた。自宅を改修しての本格的な配食サービスへのスタートだった。以降現在まで、月曜日から金曜日の毎日、平均85食の弁当を調理し配達している。今でも弁当はすべて手作り。旬の食材を使い、季節感を取り入れた献立がモットー。みんなで工夫を重ねてきた無数のレシピがその勲章。



「地域」と「福祉」豊かな発想

地域に根ざした活動はどんどん広がっている。手作りのお弁当へのこだわりもさることながら、基本は「福祉」と「地域」におかれている。ご自宅で過ごされている高齢者へのお弁当の配達には、対話を通じてご様子を伺うこと、そして、おいしいお弁当でちゃんと栄養をとっていただくことを大切にしている。同時に、配食活動は障害のある方々の働く場にもなっている。

ボランティアの方の作った弁当を、作業所メンバーが職員と一緒に配達しているのだ。一つ



のこと、一つの事業だけでなく、横にも縦にも発想をふくらませ、地域でくらす様々な方のくらしが、一歩でもよくなれば。そんな思いが感じられる。

調査隊からの一言

今の代表者は創立された横山博子さんの旦那さん。現代表はじめ、ボランティアのみなさんは博子さんの思いを引き継いで活動しておられました。NPOとして、単なる弁当屋にならないようにとギリギリのところまで頑張っておられます。グループがなくなったら困る方が多い。そんな地域のみなさんの期待に後押しされておられます。できるかぎりずっと続けていきたい、それが願いだそうです。



調査に行き、私たちもお弁当作りを手伝いました。近所のお母さんたちが集まってわいわい。みなさんと楽しくお話しでき、また、お弁当を作るという貴重な体験ができました。自慢のレシピのお弁当のおかげ、本当においしかったです。

NPO法人 配食ボランティアむつみ



- 活動日**
月曜～金曜日（土日・祝日・盆・年末年始以外）
- 活動場所**
むつみの家（1階 調理場・配膳 2階 作業場）
- 対象**
北区内にお住まいの食事作りが困難な高齢者の方（認定は要支援以上で主に独居の方）
- 主な活動**
お弁当を作って配達（昼食・夕食）



みんなの声からはじまった

1997年4月9日北区にある京都生協西賀茂組合員センターの2階集合室に、にじのこ文庫は生まれた。当時、北区には文庫は1つもなく、西賀茂の地に京都生協の店を求める運動のなか、2階集合室利用についてアンケートを取ったところ「こども文庫をしたい!」との希望があり、これが文庫づくりに結びついている。



文庫は地域の財産 親子でおちつきやすらぐ場

大きな本棚にぎっしり、隙間なく並ぶ本。私たちが昔よく読んでもらった懐かしい本を発見。思わず手にとって、ちょっと古びた表紙をながめた。

このように昔から読み継がれた本もあれば、全く新しい本もある。できるだけ多くの本を用意し、いろいろな興味や関心に応えたい、たくさんの本に出会ってほしい。そんな思いがちょっとずつ実現し、最初290冊しかなかった本が35年目の今では3500冊に。

にじのこ文庫では、土曜日は貸し出しの他に幼児を対象に工作遊びをしている。季節の行事にちなんだ工作として、おひなさま、こいのぼり、うちわ、クリスマスなど。工作をしながら親子の楽しい交流が見られ、子どもの豊かな独創性に驚かされる。

月曜日の赤ちゃん文庫では、背の低い本箱に



赤ちゃん向けの本がぎっしり入っている。赤ちゃんはお母さんの膝の上で絵本に出会う時間を過ごす。手遊び、わらべうたも親子のスキンシップになっている。赤ちゃんどうし、お母さんどうしの交流の場でもある。

「わらべうた」への思い

小さい時から唄いなじんだ「わらべうた」。なぜか心がほっとする。

子どもの遊びの中から生まれた唄には昔からの知恵や、深い愛情が織り込まれている。「にじのこ文庫」では、だんだん忘れ去られようとしている「京わらべうた」を唄いつぐ活動にも力を注いでいる。

調査隊からの一言

「にじのこ文庫」では、ぐずっていた子どもがお母さんと手遊びをすることで機嫌を直し、楽しそうに笑い合ったり、歌ったりしていました。手遊びは親子のコミュニケーションをすすめてくれると感じました。最近は手遊びや子守歌を歌っているお母さんが少なくなってきた。もっとたくさんの人に広めていきたいと熱く語っておられたのが印象的でした。楽しい雰囲気、優

「にじのこ文庫」



活動日

- ①第1土曜以外の毎土曜10時～12時
- ②第2・第4月曜（祝日を除く）の10時30分～12時

活動場所

コープ西賀茂2F会議室

対象

乳幼児や児童、またその保護者

主な活動

本の貸し出しと工作遊び
赤ちゃん絵本の会（貸し出し／読み聞かせ／手遊び）



しい笑顔、でも先人の知恵がつまっている。文庫は身近な地域での文化の発信基地のだと感じました。

先進事例 1 かたりば 朋 (下京区七条学区)



場所：京都市下京区梅小路中町
日曜・木曜はお休み
午前10時から午後4時まで
昼食は500円 コーヒー250円
お問い合わせ ☎075-321-1618



分けする。「孤」から「朋」への流れは、そこにいる皆が役割を分かち合うことで作りだされている。

変化していく町並みと共に、いつのまにか街角からなくなっている大事な場所がある。たとえば裸の付き合いの場であった銭湯、コーヒーの香りに包まれながら「よう！」「やあ！」と声をかけ合えた喫茶店。まちの社交場であり語らいの場、時にはまち情報の発信基地でもあった。

いま、町のあちこちに「かたりば 朋」のようなフリースペースや、語らいの場が出来てきている。身近な暮らしの場である地域の中で、気軽に集える場が求められ、創られてきているのだ。このような場は街角になくってはならない大切な交流の起点となってきた。片意地はらない雰囲気、気のおけない主人がいる、みんなで役割を分かち合い、できることにはそれぞれでやる。「空間」と「人」と「参加」がおりなすかたらしい「場」。

元気な笑顔がはじけている、ゆったりした時間が流れる。にぎやかでもなく、静まり返ってもいい。そんな食事の風景。元気でもそうで

なくても顔見せて帰ることで伝えられることがある。お互いに分かり合えている喜びもある。「ひとりで生活するんはたいへんや」、「寂しさ感じるのは一人で食べる時やね。でもここきたら楽しくて」、「近所にこんなところあってよかった」、「みんなで食べるご飯はおいしい」、「奥さんそっと気かけてくれたはる」などなど。

「最初、入口はいるまではどうしよか迷うたけど、一回入ったらネ。もうやめられへん」。みなさん口をそろえてそうおっしゃる。

ご近所の顔見知り気軽によってわいわいがやがや。その日その日の出来事や、昔話に花が咲く。そんな片意地（かたいじ）はらない語らいの場。それが京都市下京区梅小路中町にある「かたりば 朋（とも）」。

町内会長をやっていた横山正造さんが大工の腕を活かしてこつこつ自宅を改修、こられる方に出すランチは妻の映子さんが腕を振るう。そんなおしどり夫婦の共同作業で平成19年6月にOPEN。今では近所の常連さんから「ここなかったら生きていけへん」との声もでる存在に。

「まちのことに興味持つ人が増えて、行き来の人たち同士の視線が交わるまちになれば」と正造さん。「もっと知らない人も来て、ここで交流が進んだら」と映子さん。語らいながら季節のおいしい食事をともに食べる毎日が、健康で、



元気であり続けることにつながっている。正造さん手作りの大きなテーブルに「声かけあって」、「つめあわせて」座るのも和やかないい雰囲気をつくりだしている。毎日15人から20人の方が集い、配膳や洗い物なども手伝える方で手



先進事例 2 松尾助っ人の会 (西京区松尾学区)



だんだん身体のあちこちがしんどくつらくなってきた方のつづやき……。

「電球切れてもとりかえでけへん」、「高いこのタンスにしまい込んだもんはようだされへん」、「せっかくこうたクーラーはボタンがおおてどないなっとんかいな」。「子どもたちも出て行き、連れあいもあっちいってもうておらんようになった。こんなんよそさんにはよう頼まんな」。

一人暮らしの方への訪問活動やサロン活動を通じて聞くこんなつづやきにそっと反応したのが松尾学区の助っ人の会の皆さん。「ちょっとの



ことやし、なんかできひんかと考えてたんや」、「会つくって動きやすなった。広報もできるしね」。平成17年9月に呼びかけ、社会福祉協議会のメンバー、民生児童委員や老人福祉員さん達、新たに活動したいと希望された方々51名が集まった。めざすは「暖かいやさしい心のつながりのある地域づくり」、つなぐのは思いやる気持ちとちょっとしたお手伝いでうまれる笑顔。

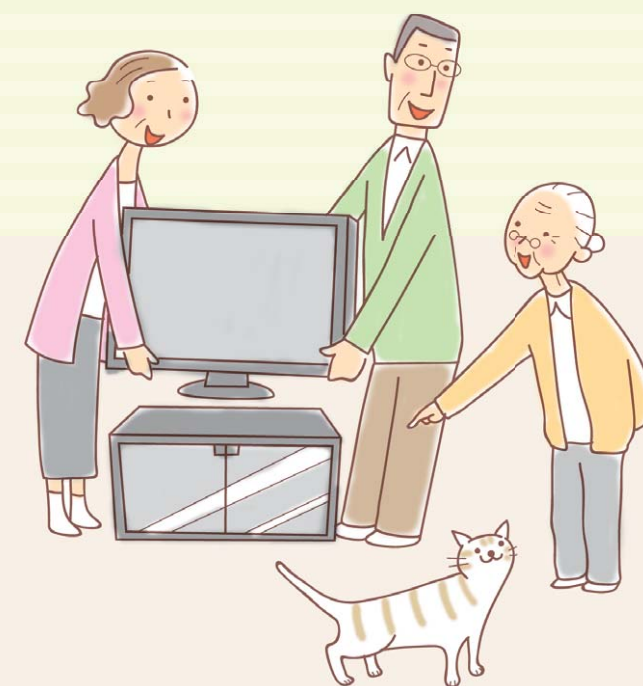
- * 活動内容
電球の取替え、高い所の物の上げ下げ、家具の移動、買物や散歩の付き添い…など（無料）
- * 対象者
松尾学区の70歳以上の独居…ほか お困りの方
- * 助っ人さん
松尾社協のボランティアさんと地域の皆さん

報酬はいっさい無し、お礼は受け取らない、材料(費)などはお願いする方が自分で用意する。住民同士のちょっとした助け合いが基本だ。

活動は、人とのつながりやなにげない会話から広がっていく。会の代表の荒木一郎さんは消防団員でもある。助っ人の会がきっかけで、老人福祉員や社会福祉協議会のメンバーといっしょに地域を順番にまわって一軒一軒訪問する「防災訪問」もはじめた。お宅にাগりこんで、火災報知器の設置のことや災害の不安、困っていることいろいろなお話しをする。皆でかわれば安心も広がる。何か困りごとあれば助っ人の会につないでいける。

「なんでもひきうけるわけじゃない」と荒木さん。専門的な対応が必要ときには地域包括支援センターはじめ専門の窓口とのつなぎもする。連絡もらったらず「下見」。その時に済ますこともあるが、状況に応じてつないだり応援頼んだり。これまでの記録や経験、相談できる関係が助けとなる。

助っ人の会は、地域の活動に深みを加えている。活動に参加されている方々のお話の中のな



にげない「なんぎ」に、アンテナが向けられている。いろいろなくらしのお話に耳と心が動く。「カーテンこうたけどつけられへんのか…」、「テレビの場所動かしたいけど重とて…」。こんなつづやきに身体が動く。目に見える地域の「安心」のかたちだ。

「若い人が『住みやすい』いうてくれる。」こう語るのは助っ人の会のメンバーで、社会福祉協議会の小森純さん、老人福祉員の山田順子さん。皆さんの笑顔には、「まちづくり」という言葉がぴったりとはまっている。





いまこそ「まちづくり」を語り、プラス1の活動を

大谷大学 文学部社会学科 准教授 志藤 修史

現在、人が生きていく上では、買い物やゴミ出し、支払いや出金（引き出し）、移動などは欠かすことのできない事柄です。また、自宅で入浴しなければ銭湯へ、自宅で炊事しなければ食堂やレストランへ、あるいは出来合いのものを購入するなどが必要になります。これらほとんどの事柄はくらしの場である地域で行われることが多く、少なからず誰かと出会うことになります。このような出会いの折々に挨拶を交わし対話がはずめばいいのですが、なかなかそうはなりません。残念なことですが、意識的な取組を進め、継続していかなければ、日常的な挨拶も対話も実現しないのが現状です。

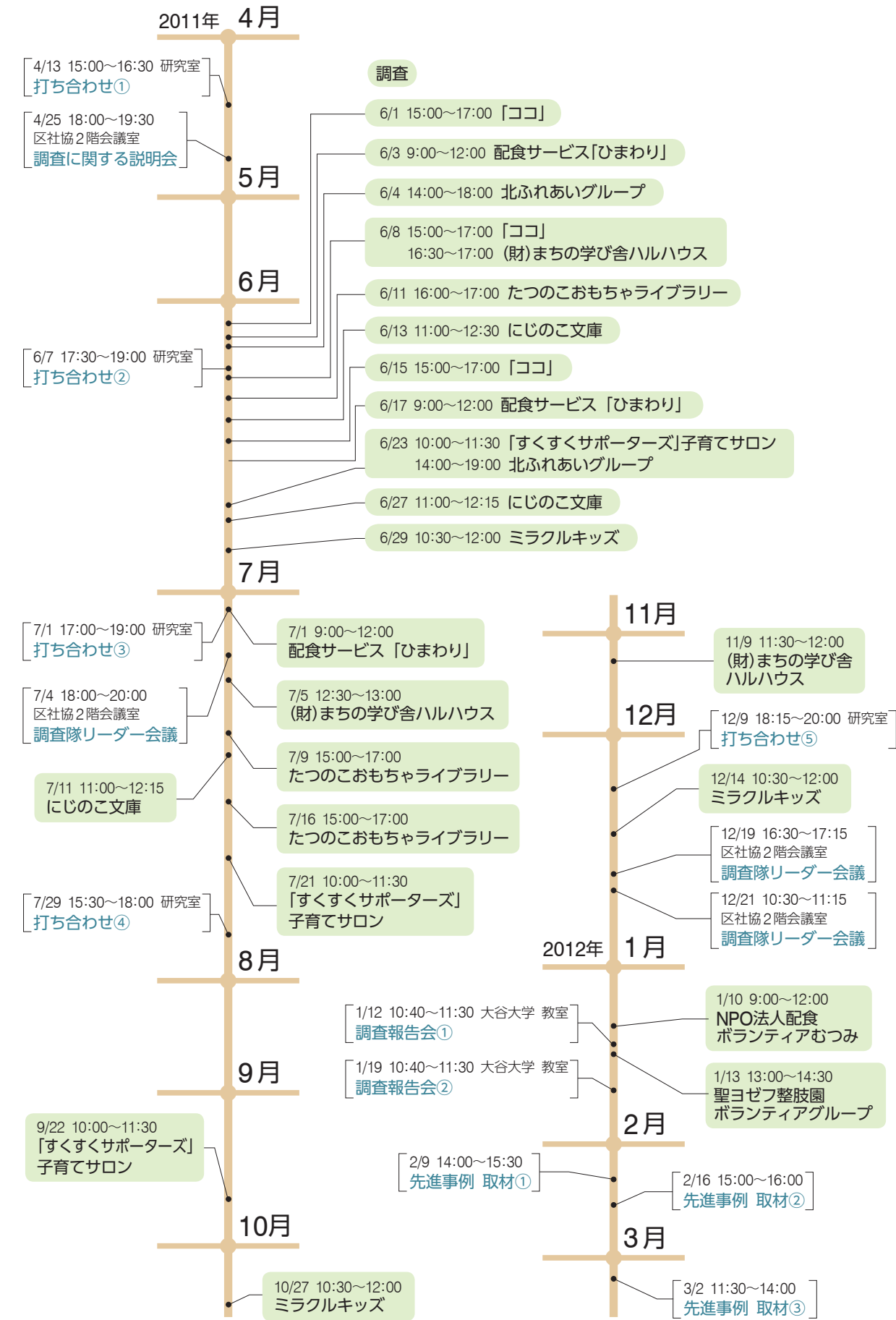
近年、このような出会いの機会や場を積極的に活かす取組が広がっています。例えば、街角の喫茶店や銭湯は大切なくつろぎの場所です。こなくなった常連さんに連絡をいれる店主や奥さん。「久しぶり」とさりげなく声をかけて気遣う客同士。くらしの場で人が集まる場所には自然と関係が芽生えます。希薄になってきたといわれる人同士の関係を、意識的ですが、さりげなくつなぎ直していこうという心遣いが進められています。また、くらしに欠かせない買い物の場でも取組まれていることがあります。身体の調子のすぐれない方、歩きづらくなってきた方、お腹の大きな妊婦さんなどにとっては、ちょっとした荷物でも運ぶのはたいへんです。コンビニエンスストアやスーパー、商店街によって進められているのは、低額や無料で配達してくれるという取組です。毎日必ず家を訪れる新聞配達や郵便配達などでは、変わらないかの様子を気遣う取組を進めているところもあります。新聞配達時にたまった新聞があれば連絡し、様子を見に行くという取組です。

このような取組は身近な地域の中で、くらしに根ざしつつ進められている本業プラス1の取組です。しかし同時に、このような取組は本業を守る取組であるとも言えます。店がなければ住民が困り、また、住民がいなければ店もなりたちません。もちろんお店の方も地域の住民でもあります。お互いがお互いを成り立たすことにつながっていくのがプラス1の取組です。ここで大切なのは「身近さの再確認」という視点です。身近な地域でのくらしをみんなで守ることが問われているのです。

私たちのくらしの場である地域は変化しています。私たち自身も年をとり、子どもたちも成長し、その子どもたちも大きくなっていく。住む場所が移ったり、仕事や職が変わったり、なにより自分自身の身体の状態も変わっていく。そんな変化の中にありながら、次の世代、その次の世代に安心して安全なまちを渡していきたいと努力する。これは、これからの世代を考えた、「いま」の我々が進めなければならない営みといえます。

これまで取り組まれてきた地域での活動やボランティア活動も、多くの活動は身近な地域で「いま」を守るプラス1の活動でした。多くの活動は地域の変化の中で息づいてきた素晴らしい活動ばかりです。今改めてそんなまちづくりの活動が意識的に語られようとしています。これからは、多くの皆さんのプラス1の力がますます期待されていくことになるでしょう。

調査スケジュール



★和田 紗世香	★瀧山 さおり	奥村 尚人	★高橋 宣紀
長島 みお	平尾 美樹	古川 未希	渡辺 裕太
田中 あずさ	土谷 藍	新木 優里菜	小寺 健太
★山本 菜々	★寺田 隼	★国松 和貴	★大岡 紀恵
福田 都美果	久保 菜々子	木村 亮	中川 恵
★木田 雄輝	下田 維久子	尾関 翔	出水 祐輔
藤村 尚史	仲 智子	鷹樹 直哉	★萬木 宏哉



編集担当：福田 都美果
萬木 宏哉

最初わたしたちは、ボランティアとはどこか自分とはかけ離れているもの、遠いものと思っていました。しかし実際に活動に参加させていただいて活動の主旨や意義、活動にあたっての想いを知ることができ、身近に感じることができたと同時にその活動のやりがいや大変さを感じました。

利用者のニーズがあることはもちろんですが、地域をもっと良くしよう！人と人との繋がりを大切にしよう！として行っている活動で、活動の受け手もやり手もどちらもが楽しんで参加したり活動していらっしゃる姿がとても印象的でした。人間関係が希薄化していると言われる昨今、このような活動がもっともっと重要視されてもよいのではないのかと思いました。

しかし、実際活動するための資金や人手不足は深刻でそれらを解消するためにも一般の方はもちろん、わたしたち学生ももっともっと地域活動に参加するべきだし参加していきたいと思いました。

この冊子を通じて北区に住んでいる方や、北区で勤めていらっしゃる方、わたしたちを含めた北区の学生に活動を知ってもらい、またどんどん参加してもらうことができたらいいなと思います。

ボランティア・NPO等の地域福祉活動事例集 プラス1

平成24年3月発行
発行／社会福祉法人 京都市北区社会福祉協議会
北区ボランティアセンター
〒603-8143 京都市北区小山上総町3番地
TEL. 075-441-1900
FAX. 075-441-8941
E-mail info@kitaku-syakyo-kyoto.jp
HP http://www.kitaku-syakyo-kyoto.jp/
協力／大谷大学 志藤研究室

