



つとい場のチカラ

多様な場

多様なカタチ

みんなちがって
みんないい



目次

西宮の「つどい場」紹介



○ 多様な場

2 ● 自宅を使って

香櫨園ほっとサロン(香櫨園)
つどい場 一休(山口)／このゆびとまれ(南甲子園)
甲子園のつどい場 いちご畑(鳴尾北)／キタロクつどい場 あん(北六甲台)

5 ● 集会所を使って

ぬくもり会(段上)
おしゃべりサロンすみれ(小松)／朝ごはん友の会(上ヶ原)
喫茶 バルーン(芦原)／ゆうきっこ冒険ひろば(鳴尾東)

8 ● お店を使って

つどい場サロン陽だまり(小松)
つどい場 はまかぜ(南甲子園)／プチ・キャビン(生瀬)

○ 多様なカタチ

10 ● 認知症カフェ

つどい場 かすたねっと(高須)
カフェなぎさ(甲子園浜)／にこにこ丸山カフェ(山口)

12 ● こども食堂

ともだち食堂(段上)
ほのぼのキッチン(用海)／みんな食堂 よつといデイ(高須)

14 ● 施設と協働

つどい楽遊^{らくゆう}(用海)
有馬ひまわり会[西宮いきいき体操](山口)／ふくふくサロン(今津)

「つどい場」から「共生のまちづくり」へ

16 ○ 「地域のつどい場」づくりの経過

18 ○ 「つどい場」への思い

つどい場研究会メンバーの声

21 ○ 共生のまちづくり実践

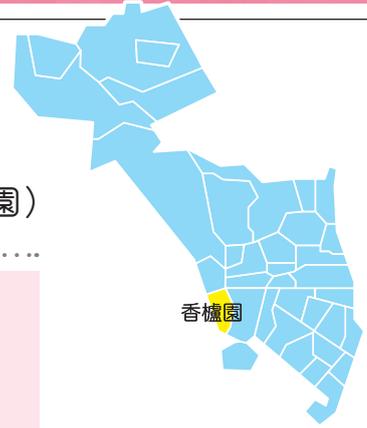
地域共生館ふれぼの／ふれぼのカフェ

○各事例の地図は西宮市全体を表しており、「つどい場」の所在地を色で記しています。
なお、地区社会福祉協議会でエリア分けした地図を活用しています。(36エリア)

自宅を
使って

優しく交われる
家庭的なつどい場

香櫨園ほっとサロン(香櫨園)



設立時期：平成27年5月
開催日：毎月第1・3水曜日 14時～16時
参加費：300円
運営者：藤川さんご夫妻
対象者：病気を抱える方やそのご家族をはじめ地域の方だでも
場所：藤川さん宅



つどい場に

インタビュー

動しています。やはり妻の存在はありがたいです。



自宅でゆっくり話を聴く場を作りたい

定年までの36年間、呼吸器内科医として肺がんや喘息などを中心とした医療に従事していました。60歳で定年を迎えた後、以前から関心のあったホスピス緩和ケアの医師に転身して、様々な病院でがんの療養で辛い思いをされる患者さんやそのご家族と向き合いました。いつか『病院の外』でがんを抱えながら生活している方や遺族の方々のいろんな悩みを遠慮なく語ったり、聴ける場を持ちたいと考えるようになりました。

そして平成27年に両親が使っていたスペースで、念願だった我が家でのサロンを開催することができました。

現在は認知症や難病を抱えておられる方やそのご家族、死生観について語り合いたい方など、様々な方が参加されています。毎回テーマは決めず、来訪される方の顔ぶれ次第で話題は変化しています。

二人三脚だから続けてこられた

サロンは妻と二人で運営しています。予約制ではないので、当日にならないと来訪者の数は分かりません。一度来訪者がゼロの日があった時はがっかりして、「もしもゼロの回が続くようならやめることも考えようか」と妻に話したことがありました。そんな時「私達2人がいるからいいんじゃない?」との妻の一言に救われました。人数には波がありますが、その後はまた順調に活



気づけば暮らしの楽しみの一つに

75歳になった今、仕事は緩和ケア科の非常勤医師として週1日となりました。医師としての仕事を中心だった50年余りの生活から、今はこぢんまりとした家庭的なつどい場を毎月開き、来訪者と語り合うひと時が生活の中心になりつつあります。そして来訪者にいかにリラックスして喜んでいただけるかを考えることが楽しみの一つになり、リビングのインテリアや庭の手入れも新しい趣味になりました。



サロンの存在が励みと言われて...

来訪者は人になかなか話せない不安や理解されにくい寂しさを抱えておられます。その中で打ち明けていただいた深い想いはその場にいるみなさんと共にできる限り傾聴し、共感し合う場にするように心がけています。

これまでの来訪者で亡くなられた方も数人おられ、生前の想いを綴った手記をいただいたこともあります。そこには多くの学びがあり、私の宝物になっています。

「がんになった時、とても辛かった。サロンを訪ねる前と違って、今は病気と向き合うことができている。サロンに参加する機会は減っているが、不安になった時に行ける場としてサロンの存在そのものが私の拠り所です」と言ってくださった方がいました。その言葉に勇気づけられ、心身の健康が許す限りこの活動を続けたいと思っています。

目標100回! (令和2年2月現在67回)

自宅も 住み開いた 「つどい場」

「^{うち}お家」だからこそ生まれるぬくもり

自宅を使ったつどい場は『住み開き』のつどい場と呼ばれています。

リビングや空いている部屋を住み開いて人が集まる場を作っていますが、無理なく、できる範囲で、そして、料理やおしゃべりなど、自分が好きなことをきっかけに開いていることが特徴です。

「散歩途中のお年寄りがひと休みできる場があれば」「公民館まで行くのが難しくなった方も近所なら来られるかも」など、地域住民が普段の暮らしの中で気づいたことやそれぞれの想いが形となっています。

自宅ならではのぬくもりは、“もてなす側”“もてなされる側”という関係を超え、希薄になりがちなお近所同士の見守り合いにもつながっています。

プチ事例紹介①

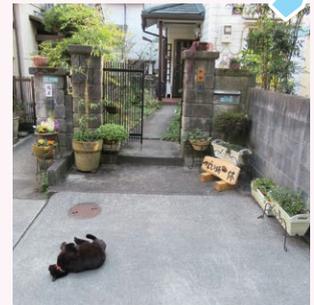
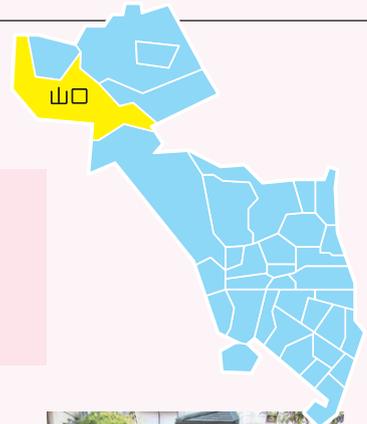
自宅を
使って

つどい場 一休（山口）

開催日：概ね隔月1回
参加費：500円（内容により異なる）
運営者：和田さんと仲間たち
対象者：地域の高齢者のみなさんや医療福祉関係者
場 所：和田さん宅

「つどい場 一休」は、主催者の和田さんが約20年、介護職として働く中で「もっと住民同士が繋がれば、高齢になっても安心して暮らし続けられるまちができるのでは」との思いから立ち上げたつどい場です。立ち上げにあたっては市内のつどい場第1号である「つどい場さくらちゃん」への見学や、同じ介護現場で働く人呼びかけて、一緒に活動してくれる仲間を探すことから始めました。

「つどい場 一休」がある山口町香花園地区は高齢者が多く、また、坂も多いため、外出も容易ではありません。その中で、気軽に立ち寄って、ほっこり一休みできる場にしたと思ったことが名前の由来です。季節の食材を使った手作りの料理を食べながら、おしゃべりをして楽しく過ごしています。



プチ事例紹介②

自宅を
使って

このゆびとまれ（南甲子園）

開催日：毎週月曜日 10時～17時
参加費：200円
運営者：松本さんと仲間たち
対象者：地域の方だれでも
場 所：松本さん宅

子どもから高齢者まで、誰もが集える地域団らんの場「このゆびとまれ」では、みんなで一緒に食事やお茶を飲みながらお喋りしたり、趣味の裁縫で小物づくりをしています。

主催者の松本さんは「制度やサービスにとらわれることなく、自分にできることをやっていきたい」との思いから、自宅を開放してつどい場を始めました。介護経験者や育児を終えた先輩方もつどっているの、介護や子育てで悩んでいる方が訪れて、ちょっとした困りごとを相談できる場にしたいと思っています。

最近では近所の子どもたちも来るようになり、自宅ならではのアットホームな雰囲気の中で、たくさんの笑い声が響き渡っています。

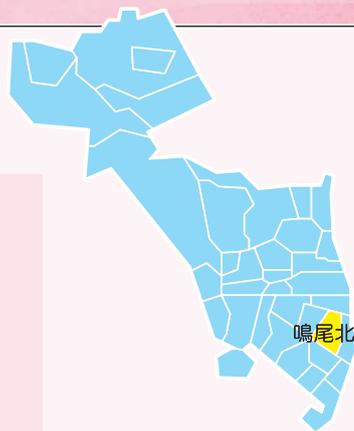


事例紹介③

自宅を
使って

甲子園のつどい場 いちご畑（鳴尾北）

開催日：偶数月第3土曜日 13時～16時（つどい場カフェ）
第2木曜日 13時30分～16時（シニアサロン講座）
第3木曜日 14時～17時（サロンde Wi-Gy）
参加費：100円（内容により異なります）
運営者：いちご畑ボランティアグループ
対象者：地域の方だれでも
場所：二番町ハウス（グループ代表者の持ち家）



甲子園球場から北に上がった閑静な住宅街にある一軒家、グループ代表者の持ち家を使って「甲子園のつどい場 いちご畑」は活動しています。活動開始から6年がたち、玄関の看板も町並みに定着してきました。

長く福祉や教育に携わってきた代表者が退職後は思い入れのある地元で、高齢者の認知症予防の取り組みや介護者が安心できるような居場所を作りたいという思いで始めました。

つどい場カフェでは、和洋の国籍も超えた多様な音楽ジャンルの奏者がやってきて、楽しい土曜日の午後のひと時を過ごしています。夏休みには多世代が楽しめるように庭を使ったバザーなどを実施し、地域の親子と高齢者の交流の機会にもなっています。

土曜日のカフェ以外にも、シニアによるシニアのための学びの場を月2回木曜日に実施、参加者やスタッフの趣味や特技を活かしながら、お互いに高め合う場を目指して緩やかに活動中です。

夕方には子どもたちが将棋を楽しみにやってくることもあり、子どもたちとの触れ合いでシニア世代はさらに元気とパワーをもらっています。



事例紹介④

自宅を
使って

キタロクつどい場 あん（北六甲台）

開催日：第2または第3日曜日 12時～16時
参加費：500円（昼食代、喫茶は+100円）
運営者：安齋さんご家族
対象者：地域の方だれでも
場所：安齋さん宅



「キタロクつどい場 あん」は、月一回、日曜日に安齋さんのご自宅につどい、手作りのお昼ご飯を一緒に食べ、ゆったりと午後の時間を過ごすつどい場です。主催者の安齋さんご自身はご自分の介護経験から「社会と孤立せずに、様々な人とつながりながら介護できる環境が必要」と感じ、平成28年、ご両親を看取った後に「つどい場 あん」を立ち上げました。現在では、介護者だけでなく地域に暮らす子どもから高齢者まで、様々な人がつどい場になってきています。

参加者の何気ない会話の中から新しいアイデアが生まれ、実際にやってみることもあります。

「住民にもっと認知症について理解してもらいたい」という参加者の呟きから、平成30年夏、地域の福祉施設や地域団体の協力を得て、認知症ケアがテーマの映画上映会を実施することができました。新しい取り組みやつながりをゆっくり作りながらも、立ち上げ当初の思いを大切に自宅ならではの温かなつどい場を続けています。



集会所
を
使って

ぬくもりのある
「心と心」のおつきあい
ぬくもり会（段上）



設立時期：平成25年7月
開催日：毎週月・水・金曜日 9時～10時半頃
参加費：60円（お茶代）
運営者：一里山みなみ会自治会 福祉部会
対象者：地域の高齢者のみなさん
場所：一里山さくら会館（自治会館）



つどい場に

インタビュー

「ぬくもり会」では週3日、朝9時に集まってみんなでラジオ体操をします。集まったメンバーは、体操後すぐ解散せず、お茶会をしておしゃべりの時間を過ごします。誰かが世話人になるのではなく、みんなで準備をしてみんなで片付けまでします。体操がきっかけで参加した人だけでなく、おしゃべりがきっかけで参加した人もいるのが特徴です。

自治会役員の気づきからアンケートへ

活動が始まったのは平成25年。その年の自治会の役員会で「定年を迎えた男性が一人で寂しそうに歩いているのを見かけた。何か生きがいにつながるものがないだろうか」という話が出ました。そこから地域住民のニーズを知りたいということになりアンケートを取りました。アンケートには「困った時に助けて欲しい」「時々、声を掛けてほしい」「ふれあいの場がほしい」などの声がありました。

アンケートの答えを受けて、“安心して住み続けられる地域づくり”“みんなでみんなを気に掛け合う関係づくり”を目標に掲げ、自分たちに何が出来るかを考えました。そして初めの一步として行ったのがラジオ体操です。

ぬくもりのある「心と心」のおつきあい

以前、一里山町では“ぬくもりのある心と心のおつきあいができるように”という思いから昼食会活動「ぬくもり会」が立ち上がりました。

長く活動が続いた昼食会でしたが、代表の方が体調を崩され惜しまれながらも活動は終わりました。ラジオ体操の活動をはじめの際には、その時の気持ちを引き継ぎたい思いから「ぬくもり会」の名前を再び使用することをなりました。

男性も参加しやすかった「朝の体操」

男性の参加者が多いのも特徴の一つです。体操するという明確な目的があるからかもしれません。また、朝の早い時間ということも参加しやすさにつながっています。やはり女性がとても元気で賑やかですが、男性も負けじと元気よく体操に励んでいます。

ぬくもり会の活動は無量大

ラジオ体操の他にもカラオケサークルやにこにこ喫茶、朗読の会など楽しいつどいの場生まれ、それぞれに活動が広がっています。参加者からの「ラジオ体操は苦手だけどカラオケなら行きたい」「勉強会をしてほしい」などの声を受けて“とにかくやってみよう”の考えで色々な活動が生まれてきています。

夏休みにはスペシャル企画として子どもたちとお手玉遊びで世代間交流も行いました。

また、皆でハイキングに行ったり、忘年会をしたり、会で知り合った仲間同士で過ごす時間を楽しんでいます。



地道に見守り活動を

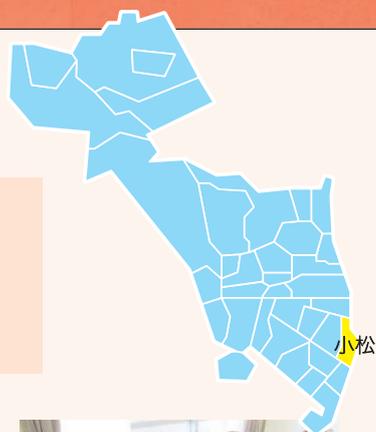
沢山の人が参加されるようになり、日頃から「大丈夫ですか?」と声を掛け合い、安全を確認し合うまちの雰囲気が育ってきています。今後も活動を続けていき、見守り活動も少しずつ広げていきたいです。みんなで掲げた目標に少しでも近づいていくように、地道にこのラジオ体操から始まるつどいの場を楽しみたいと思います。

事例紹介①

集会所を使って

おしゃべりサロンすみれ（小松）

開催日：第1・第3木曜日 13時半～15時半
 参加費：無料
 運営者：ボランティア
 対象者：地域の高齢者のみなさん
 場所：団地集会所（復興住宅集会所）



「おしゃべりサロンすみれ」は、団地に暮らす住民が「誰かと笑い合って過ごせる場所があったらいいなあ」とお話されたことがきっかけで立ち上がりました。

開催場所は団地（復興住宅）の敷地内にある集会所、阪神・淡路大震災後は様々な交流の機会がありましたが、みんな高齢になってきて顔を見ることもどんどん減ってきている状況でした。団地の方だけでなく、地域の方誰もが参加できる場にしたいとの思いから、「誰でも受け入れる」という信念のもと運営しています。



毎回30人近くの方の参加があり、トランプを楽しんだり冗談を言い合ったりと笑顔があふれています。最初は表情が少し硬い方でも、一度すみれに足を運べば少しずつ柔らかい表情に変わっていきます。主催者の渡邊さんは「つどい場にすればみんな笑顔になって帰っていく、そんな姿を間近で感じられることがやりがいです。」と話しています。

事例紹介②

集会所を使って

朝ごはん友の会（上ヶ原）

開催日：第4日曜日 8時半～
 参加費：200円（老人クラブ会員100円）
 運営者：一花会（一ヶ谷団地老人クラブ）
 対象者：地域の高齢者のみなさん
 場所：団地集会所



「朝ごはん友の会」は一花会（一ヶ谷団地の老人クラブ）の活動ですが、会員以外も参加が可能です。月に1回、団地の集会所に集まって朝食を食べます。一人暮らしの高齢の方が多い地域で、月に1回でもみんなで楽しく食事をする機会を作りたいと活動を始めました。「一人で食べるよりもおいしい」と、家で食べるよりたくさんの量を食べられ方も多く、大好評のうちに活動は6年目を迎えました。



朝ごはん友の会の他にも一花会では夜に集まって飲み会をする男子会や、麻雀・手芸・お花など様々なサークル活動にも取り組んでいます。多様な活動があるおかげで集会所の利用者は年間延べ4,000人近くになっています。さらに小学校のお祭りでのカレー販売やバザー（手芸クラブの作品）、西宮市フラワーフェスティバルへの出展など、一人ひとりに役割も生まれ、老人クラブの活動全体も盛り上がっています。



集会所も 活用した 「つどい場」

身近で誰もが気軽に立ち寄れる場所

地域拠点として市内には公民館や市民館も設置されていますが、もっと住民の身近な所には自治会館や団地・マンション等の集会所があります。

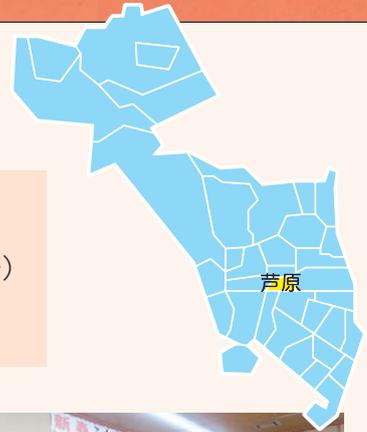
それらの身近な地域拠点である集会所を活用した「つどい場」が増えてきています。活動の主体は自治会、自治会内のボランティア組織(福祉部等)、他にも有志の団体やボランティアグループなど様々ですが、つどい場としての活動を通して、地域内の見守りや住民同士のつながりを促進していきたいという思いがより強いことが特徴です。

事例紹介③

集会所を 使って

喫茶 バルーン(芦原)

開催日：毎週水曜日 13時～16時
参加費：100円(飲み物代)
運営者：芦原地区ネットワーク会議(芦原地域福祉推進会)
対象者：地域の方だけでも
場所：若竹生活文化会館1階教養娯楽室



「ふれあい喫茶バルーン」は地域の諸団体や行政等で構成された会議の中で、「子どもから高齢者までいろいろな人がお茶を飲みながら交流できる場をみんなで作ろう」という話し合いを通してできた念願のつどい場です。立ち上げにあたっては、これまで将棋ができるスペースがあった文化会館の教養娯楽室の改修を行い、車いすやベビーカーでも入りやすいようにスロープも付けました。

週1回の喫茶の運営は地域の諸団体が協力して行っており、壁に貼られたバルーン(風船)の楽しそうな飾りを見て、会館内の図書館にきた親子が立ち寄る姿も増えました。

改修前から教養娯楽室を利用していた将棋愛好者も足を運んでくれ、おしゃべりの声と将棋の音が混じり合った空間はとても賑やかです。

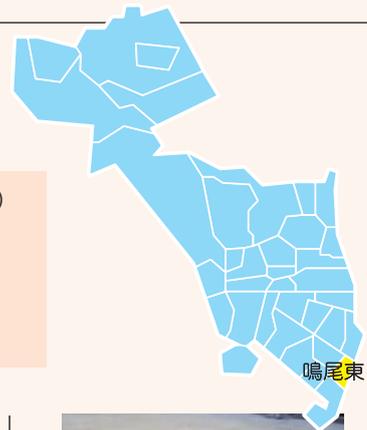


事例紹介④

集会所を 使って

ゆうきっこ冒険ひろば(鳴尾東)

開催日：毎週金曜日 14時半～17時半頃(変更の場合有り)
参加費：無料
運営者：ゆうきっこクラブメンバー他
対象者：ゆうきっこクラブ親子および地域の子どもたち
場所：上田公園・上田公会堂



金曜日の放課後、地域の公園で障害のある子をもつ親の会「ゆうきっこクラブ」の活動の一つ「冒険ひろば」が行われます。

公園の敷地内には地域住民が会議やイベントで使える上田公会堂があり、中では公園が苦手な子が本を読んで過ごしたり、保護者同士の交流や悩みを相談できる場になっています。

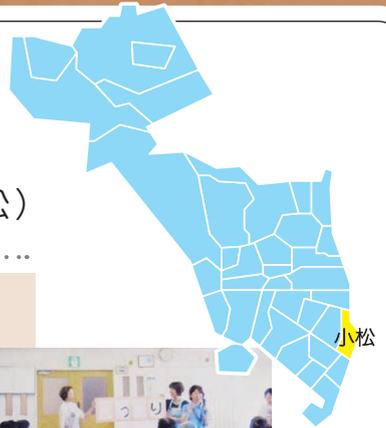
公会堂から見渡せる公園はとても大きく自然も豊か、「冒険ひろば」の日はシャボン玉づくりの用具やボール、竹馬などを置き、いつもの公園にちょっとしたお楽しみやチャレンジできることをプラスして提供しています。

ゆうきっこクラブの障害のある子どもたちはもちろん、地域の子どもたちもやってきて思いっきり遊びます。公園が障害の有無を越えて共に過ごす空間になっていく様子を公会堂からも見ることができ、中と外の空間が一緒に存在する魅力がここにはあります。



お店を
使って

明るく暖かい
居場所をつくりたい
つどい場サロン陽だまり (小松)



設立時期：平成29年8月
開催日：第1水曜日 10時～11時半
参加費：100円
運営者：ボランティア
対象者：地域の方だれでも
場所：コープ西宮東店 組合員集会室



つどい場に

インタビュー

地域のふれあいの場を作りたい!

地域に何十年も住んでいるにもかかわらず外出の機会が少なく引きこもりがちになっている方や、子育て中の親子や育児の悩みを抱えている方が多いと感じ、地域のふれあいが少なくなっている事に心を痛めていました。「何か孤立感を解消する仲間づくりができないか」と考え、現在のつどい場サロン「陽だまり」の立ち上げに至りました。

地域で使える場所がないか探すことから…

つどい場の実施場所を探している時に、「コープさんの集会室を使えるのでは?」と考えました。お店にはエレベーターがあってお買い物もできる、地域の方が参加しやすい場所、そしてコープさんは地域とのつながりを大切にしている印象があったからです。早速、お店に相談に行き、打ち合わせを重ねた結果、組合員集会室を借りてつどい場サロン「陽だまり」を始めることができました。

参加者の作曲で「陽だまりのうた」完成

「陽だまり」ではおしゃべりだけでなく、地域の方々の協力で月替わりの様々なイベントを実施しています。中でも音楽が得意な方が、オリジナル曲「陽だまりのうた」を作曲してくれ、事あるごとにみんなで歌っているうちにすっかり定着しました。参加者が特技をもった知り合いの方を紹介してくれることもあります。お茶での交流の合間のイベント実施を通し、様々なグループや人とのつながりが生まれてきていると感じています。



参加者一人ひとりも自ら楽しむ場に…

参加者の中には自らの歌を披露される方もおられます。ある方はみんなが知っている曲をアレンジして“感謝のうた”を作ってくれました。陽だまりスタッフや会場であるコープさんへの感謝の気持ちが込められていた歌詞でした。「毎回、みんなに何か喜んでもらえることを考えているんだ」と言ってくださり、とても嬉しく思っています。



誰にとっても“陽だまり”のような場にしたい

これまでずっと「陽だまり」に参加してくれていたご高齢の方が病気で入院をした時、「陽だまり」に行きたいからと外出許可を取って来てくれたことがありました。その方は亡くなってしまったのですが、一緒に参加していた友人がお見舞いに行った時、「私は毎月の陽だまりを本当に楽しみにしていて、生き甲斐に感じていた。スタッフの皆さんに楽しい日々をありがとうと伝えてください」とお話しくださっていたそうです。それを聞いて思わず胸が熱くなり、つどい場を始めてよかった、本当にありがたい言葉…と心から思いました。

「陽だまり」のような、明るく暖かい居場所をつくりたいと思って始めたつどい場。今では近所の方々が知り合う場にもなっていて、参加した後に一緒にランチに行ったり、困っていることを相談し合ったりしています。

近所の方とのふれあいがあれば、いざという時に助け合うことができるし、いつまでも安心して暮らし続けられる地域になると思っています。

お店の特徴を いかした 「つどい場」

まちのお店を使った「つどい場」

まちにあるスーパーの集会室や交流スペースを使ったり、カフェや食堂などを活用したりと、お店を使う「つどい場」にも多様な形があります。

いずれも「誰もがつどえる居場所をつくりたい」「地域の方が交流できる機会をつくりたい」という思いが発端となり、お店が協力する形や店主自身が取り組む形で、スペースや開催日時を工夫しながら実施しています。

人々の生活に必要なお店の一部がつどい場になることで、常連客同士が改めて知り合ったり、お店以外でも挨拶できる関係になったりと、新しいつながりも生まれます。

プチ事例紹介①

お店を
使って

つどい場 はまかぜ（南甲子園）

開催日：毎週土曜日 8時～11時
参加費：100円
運営者：Cafe ココカラ∞店主、有志の方
対象者：地域の方だれでも
場所：Cafe ココカラ∞レンタルスペース

年齢や障害の有無、生活スタイルの違いに関わらず、そこに行けば誰かいる“顔見知りの付き合い”を地域に広げていきたいとの店主の思いで、毎月一回土曜日にカフェ内のレンタルスペースでつどい場を始めました。

つどい場には、元々のカフェの常連さんや近所のご高齢の方、子どもたちも来てくれています。お喋りを通じた多世代交流の機会が生まれており、目指していた“顔見知りの付き合い”が「つどい場 はまかぜ」を通して広がっています。

春からは月1回開催ではなく、毎週土曜日につどい場を実施予定です。開催頻度を増やすことで、地域の方がより集いやすい場、もっと人と人とのつながりが生まれる場を作っていきます。



プチ事例紹介②

お店を
使って

プチ・キャビン（生瀬）

開催日：ランチ弁当 月～金曜日 11時半～13時
介護相談カフェ 毎週金曜日 13時～15時
子ども食堂 毎週金曜日 17時～19時
※他に居酒屋として夜に運営あり
運営者：藤井さんご夫婦と仲間たち
対象者：地域の方だれでも
場所：空店舗

代表の藤井さんは福祉の仕事をする傍らで、空店舗を活用して「プチ・キャビン」を始めました。

お店のある生瀬地域では、人が集える場所が少なく、一人暮らしの高齢者が多いことや、共働き家庭の子どもたちが一人で夕方過ごす姿が気になっていたからです。

介護相談を聞くカフェではお茶を飲みながら気軽に相談ができ、福祉関係者や専門職が立ち寄ることもあり、お店の中でいろいろな地域情報が共有できます。

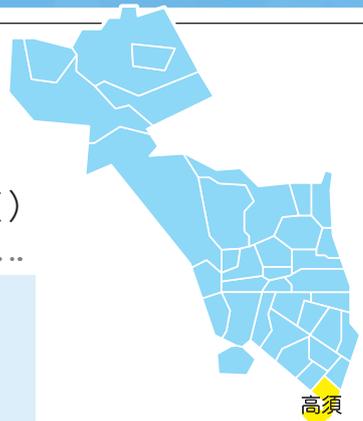
夜になると真っ暗になる生瀬通りで「プチ・キャビン」の明かりが灯ると、近所の方たちがお店にやってきます。中では食事とお喋り、初対面の方同士も打ち解けやすい雰囲気が生まれています。



認知症
カフェ

場があり続けることで生まれる
人と人とのつながり

つどい場 かすたねっと (高須)



設立時期：平成23年10月
開催日：第2・4水曜日 13時半～15時半
参加費：100円
運営者：ボランティア
対象者：認知症の方やご家族、地域の方だれでも
場所：高須デイサービスセンター2階地域交流室



つどい場に

インタビュー

地域みんなが立ち寄れる場にしたい

家で介護をしている方が気持ちや悩みを吐露できたり、地域の方誰でも気軽に立ち寄ることができる“場”をつくりたいという思いが立ち上げのきっかけです。

開始当時は社会の中で、“認知症”という言葉への抵抗感がまだまだ強かったこともあり、認知症カフェではなく、「つどい場 かすたねっと」という名前を全面に出して活動を始めました。認知症の方も地域の方も、誰もがつどえる場にしていきたいという思いもあったからです。

「かすたねっと」という名前は、地名である「高須(たかす)」をもじりました。また、つどい場を通してネットワークが広がっていくようにという意味合いも、後からひらめいたので付け加えています(笑)。

つどい場発の“つながり”が生まれる

参加者の中には特技をお持ちの方もいて、会話の中で自然と教え合いがはじまり、みんなで手作りの物を作る時もあります。また、歌詞カードを作ってきてくれた方もいました。

「かすたねっと」に来ている方の中には一人暮らしの方も多く、ここで知り合って友達になることもよくあります。開催日以外でも、皆で誘い合い食事に行ったり、一人で不安な時にはお互いに電話で連絡を取り合った



※まじくり(まじくる)…「まじわり合う」という意味の造語。
まじわる中でマジックのように新たな物が生み出されるという意味もある。
(つどい場さくらちゃん 丸尾多重子さんの言葉より)

りされています。立ち上げ当初には想像していなかったようなつながりが生まれています。



専門職や地域諸団体とも関わりも大切に…

会場はデイサービスセンターの地域交流室を借りています。地域包括支援センターも建物内にあるため、専門職に相談しやすい環境です。地域包括支援センターの職員に紹介されて「かすたねっと」に来てくれている方も多くいます。また、自治会などの地域諸団体とのつながりも大切にしている、各自治会が集まる定例会議に出席し、掲示板にチラシを貼ってもらうなど、地道な広報活動にも取り組んでいます。



これからもみんなで作っていく気持ちで!

迷いながらの7年でした。ボランティアの調整や経費のことなど、運営に関する悩みもありますし、やはり来てくれていた方が亡くなった時に「かすたねっと」としてもっと出来たことがあったのでは?と思い悩むことがあります。

また、当初の目的を果たしているのかということ、月2回の開催だけでは難しく、365日いつでも飛び込んでいける場が必要なのだろうとも感じています。

それでも「かすたねっと」が大事にしているのは“ネットワーク”。場を通して人と人とのつながりが生まれているのは、これまで続けてきたからこそだと、強く思います。

つどい場は地域になくてもならない場です。これからも活動者も無理することなく、参加者もボランティアもまじくり(※)ながら、みんなで作っていきこうという気持ちを持って、つどい場を続けていきたいと思ひます。

認知症の方も
地域みんなも
参加できる
「つどい場」

住民と専門職でつくる「認知症カフェ」

「認知症カフェ」は、認知症の方やご家族、地域住民、専門職等がつどい、お茶を飲みながら、認知症や介護のこと、生活の不安などを気軽に話できる場です。

世界的にはオランダで始まった「アルツハイマーカフェ」が源流となっており、日本では平成24年に国の認知症政策として明記され、全国各地に広がってきています。

西宮では「認知症になっても地域で気軽に行くことができる場を作りたい」と考えている地域住民や当事者と地域包括支援センターや福祉施設等の専門職とが協働しながら立ち上げており、現在、その数は約10カ所となっています。

いずれも認知症の方だけでなく、地域だれでも参加できる場として開催しています。

事例紹介①

認知症 カフェ

カフェなぎさ（甲子園浜）

開催日：第2火曜日 13時半～15時半
参加費：100円
運営者：ボランティア
対象者：認知症の方やご家族、地域の方だれでも
場所：UR浜甲子園団地なぎさ西集会所



浜甲子園地区では、団地の建替えによる引っ越し等に伴い、近隣との付き合いが減ったり、閉じこもりがちになる高齢者が多くいました。また、市内で一番高齢化率も高かったこともあり、「団地の中に誰でもつどえる場が欲しい」との地域住民の願いの中から「カフェなぎさ」は生まれました。

運営の中心は地域ボランティア。そして、地域内にある4つの特別養護老人ホームの職員も立ち上げの当初から関わっています。

実施日には施設から相談員が来ているので、ちょっとした心配ごとや介護保険のこと、認知症についても相談できる機会になっています。

「カフェなぎさ」ではお喋りを楽しむだけでなく演奏を聴いたり歌を歌うこともあり、多い時では30人近くの方が参加、認知症の方ももちろん、誰もがつどえる居場所になっています。



事例紹介②

認知症 カフェ

にこにこ丸山カフェ（山口）

開催日：第4木曜日 13時半～15時
参加費：100円
運営者：ボランティア
対象者：認知症の方やご家族、地域の方だれでも
場所：コープ西宮北店3階組合員集会室



「にこにこ丸山カフェ」は北部地域にも認知症カフェを作ろうという思いから福祉施設の職員や地区社会福祉協議会の活動者等が話し合いを深め、地域ボランティアに呼び掛けて一緒に立ち上げました。

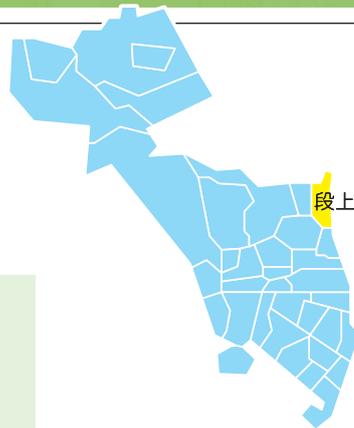
立ち上げに際してみんなで話し合う中で、認知症のあるご本人にお客さんとして来てもらうだけでなく、一緒に活動する場にしようという意見が多く出ました。活動を開始してからもその思いを大切にしており、認知症のあるご本人がエプロンをつけていきいきと活動したり、安心して過ごせる場になっています。

山口町内にある4つの特別養護老人ホームの協力があることで、気軽に認知症や介護の相談ができる場でもあり、認知症の方とその家族同士でもゆったりと交流を深めている姿も見られます。



こども
食堂

地域 みんなで
いただきます
ともだち食堂（段上）



設立時期：平成30年10月
開催日：月1回（基本日曜日）17時～20時
参加費：子ども100円、大人300円
運営者：ボランティア
対象者：地域の方だれでも
場所：上大市第二自治会集会所



つどい場に

インタビュー

娘の一言がきっかけとなり…

最初のきっかけは当時小学2年生の娘の言葉でした。「給食みたいにみんなと楽しく食べれたら、美味しいだろうね」この一言から活動が始まっていきました。

普段、私も家族も帰りが遅くなり、娘に一人で先にご飯を食べておいてもらうこともありました。核家族化や共働き世帯が増え、そういった家庭が周りでも増えているように思います。また、地域には一人暮らしのご高齢の方や下宿している大学生など、一人で食事をしている人は多いと思います。地域に暮らすみんなで一緒に楽しく食事ができる場ができればという思いから「ともだち食堂」を始めました。

自然と地域の多世代交流の場に

「ともだち食堂」は子どもだけの居場所ではありません。家族で来られる方、お孫さんと一緒に来られる方もいます。また、地域のボランティアもいて自然と多世代交流が出来る場になっています。

ここに来ることでいろいろな人と話すきっかけができて、まちで会ったら自然と挨拶するようになりました。子ども達にとっては見守られているという安心感が生まれ、大人達は子ども達に元気をもらうことができているのではと思います。この様な交流が、もっと地域全体に広がってほしいです。

続けていると繋がりや仲間ができる

「ともだち食堂」は自治会の集会所を使って活動をしています。この場所を使うことで地域の方々もボランティアとしてお手伝いに来てくれるようになりました。また、野菜やお菓子の寄付をしてくれる方もいます。皆



さん、参加の形は違っても活動に賛同し協力してくれているのだと思います。

今後も活動を続けていくことで横のつながりが広がっていき嬉しそうです。そのつながりが活動を続けていくパワーになります。



地域みんなが“ともだち”に！！

昔と比べてご近所付き合いが少なくなってきました。それでもここでは地域の方々が世代を超えて“ともだち”のように笑顔で過ごしています。

これからも、みんなと楽しくご飯を食べながら自然とつながっていったらと思います。

そして、地域とのつながりの大切さ、温かさを感じることができるような場にしていきたいと思っています。



食を通して つながる 地域の 「つどい場」

みんなが元気になる「こども食堂」

「こども食堂」は地域住民や福祉施設等が主体となり、無料または低価格で子どもたちに食事を提供する地域コミュニティの場として、全国で広がってきています。

「子どもの孤食(一人で食事すること)を減らしたい」「地域で食をとおした子どもの居場所を作りたい」と活動者の思いはそれぞれですが、運営者やボランティアには高齢者も含め多世代の参加が多くみられ、子どもを対象にした活動によって地域全体が元気になる取り組みとも言われています。

西宮では「こども食堂」という名称にこだわらず、「地域食堂」として誰もが参加できる場として行っている所もあり、その数は少しずつ増えています。

プチ事例紹介①

こども 食堂

ほのぼのキッチン(用海)

開催日：毎月第4木曜日 17時～19時
参加費：こども無料 大人300円
活動者：ボランティア
対象者：地域の方だれでも
場 所：コープ西宮店1階組合委員集会室



「育成センター(学童)を卒所した子どもたちが夕方に過ごせる場所がつくれたら」という代表者の思いから「ほのぼのキッチン」が始まりました。

活動日にお店で残った食材をもらってから料理を決めるので、その日のメニューは来てからの楽しみです。早く会場にやって来た小学生が、準備のお手伝いをしてくれることもあります。

テーブルでは、学校の出来事や地域イベントの情報、恋愛トークなど様々な話題で盛り上がります。子どもから高齢者までが同じテーブルを囲み食事をとる様子は、本当に仲のいい大家族のようです。

参加した小学生の保護者からは「小さい子に優しく接している娘の姿に驚きました。ここへ来ると家とは違った子どもの表情がみられて嬉しいです」と世代を超えた交流の中で生まれる子どもの成長に、新たに気付くこともあるようです。

プチ事例紹介②

こども 食堂

みんな食堂 よっといデイ(高須)

開催日：奇数月第3金曜日 17時～19時
参加費：子ども無料・大人200円
活動者：ボランティア
対象者：地域の方だれでも
場 所：コープ武庫川店組合員集会室



「みんな食堂」は、地域の大人も子どもも誰でも参加できるみんなの居場所です。調味料や飲み物等、フードドライブ(家庭の余剰食品を寄付する活動)で持ち寄られたものをできるだけ活用し、みんなで夕食をつくっています。ボランティアは、小学生から80歳代まで幅広い年齢層の方が参加しています。

開始時間になると、小学生ボランティアは会場付近でチラシを配ります。すると地域の方が「ありがとう、頑張ってるね」「今日のメニューは何?」と話しかけてくれ、会話が弾むこともあります。

同じ小学校の友達にも少しずつつながり、お友達同士や親子で食べに来てくれる姿も増えています。

親の帰りが遅いため普段は一人でご飯を食べている子どもや、一人暮らしのご高齢の方々が、同じ食事を囲んで食事する時間は、多世代がつながる場としてとても貴重な機会となっています。

施設と協働

障害のある人もない人も
一緒につくり出す場
つどい楽遊ーらくゆうー（用海）



設立時期：平成29年12月
 開催日：毎月第3水曜日 14時～16時
 参加費：無料
 運営者：染殿町自治会福祉部のみなさん
 運営協力：社会福祉法人 新生会作業所
 対象者：地域の方どなたでも
 場所：染殿町自治会館



つどい場に

インタビュー



通所者も地域の一人として地域活動へ

障害のある方が通所する新生会作業所（以下作業所）の職員として思うことは「町内で暮らしているメンバー（通所者）も多く、地域の一員として地域活動に参加するのは当たり前」ということでした。

メンバーが地域で活躍できる機会を作業所として見つけたいという思いがあり、まずは地域の活動を知るために、公園の清掃活動に参加したり、お祭りの手伝いなどをしてきました。

日頃からお世話になっている自治会長と話をすることで、自治会館をもっと誰でも入りやすい場所したいという思いを持たれていることを知りました「これはチャンス！」そう思いました（笑）。

その後、地域で暮らす高齢者や障害のある人が気軽につどえる場に向けて話し合いを始めました。

つどい場の名前はみんなでアイデアを出し合って“気軽に楽しく集えるところ”という意味で『つどい楽遊（らくゆう）』に決められました。

お互いの『やれること』を出し合って

作業所では、印刷製本や製菓、袋詰め作業など様々な仕事をメンバーそれぞれのペースで行っています。作業所で培った一人ひとりの力が、少しでも地域のお

役に立てばと思っています。

毎月の活動終了後、ミーティングで振り返りと次回の打ち合わせを行っています。自治会ができること、作業所メンバーができることを出し合うことでお互いの負担が減りさらに活動が広がるように思います。ロゴづくりや、チラシづくりは作業所メンバーが、地域への広報は自治会の皆さんが行います。活動日が近くなるとボランティアの方々が近所の人をお誘いしてくれています。こうやって「楽遊」の活動は支えられているのだと思います。

つどい場でのつながりをきっかけに、豪雨災害などの時には、メンバーを心配して声を掛けてくれた地域の方がいて、本当に安心したことを覚えています。

「作業所は地域の仲間！ごちゃまぜがいい！」

（自治会長談）近くの作業所が活動に関わってくることによって色々なアイデアが生まれてきます。今は一緒に地域を盛り上げてくれる仲間！

障害のある人もない人もみんなごちゃまぜ！そんな雰囲気大切にしながら、地域住民誰もが“ちょっと行ってみようかな”と思える「楽遊」の活動をこれからも続けていくで～！



地域と施設が 一緒につくる 「つどい場」

一緒に目指す“まちづくり”

まちの中にある福祉施設・作業所等が“地域貢献”の一つとして、地域の人たちが集まる場を支援する活動が増えています。その活動は施設側の“地域貢献”ということだけでなく、その施設や作業所に入所・通所する方々自身が地域の一員であるという意味も強く、「つどい場」づくりは施設・作業所にとって地域とつながるきっかけになります。地域住民にとっても、活動者の高齢化や固定化、後継者不足が深刻な状況の中で、福祉施設や作業所はとても重要な地域資源や力であり、まちづくりに向けても大切なパートナー（協働相手）にもなります。

事例紹介①

施設と協働

有馬ひまわり会 [西宮いきいき体操](山口)

開催日：毎週火曜日 14時～
参加費：無料
運営者：有馬ひまわり会（地域住民と有馬ホロンの苑入居者有志）
対象者：有馬ホロンの苑入居者・地域住民
場所：有馬ホロンの苑 集会室



西宮北部の香花園地区では、住民とケアハウス有馬ホロンの苑の入居者の交流が以前から盛んです。町の老人クラブにも入居者が分け隔てなく加入、運営にも関わっています。

そんな中、より多くの入居者と住民が互いに顔を合わせ、交流できる活動はないかと施設職員が考えていました。そこで以前からつながりのあった老人クラブに相談したところ、「ちょうど何かできないかと思っていた」と返事をもらい、入居者と住民と一緒に取り組める「西宮いきいき体操」の立ち上げ準備を開始、早速、介護予防サポーター養成講座を受けて、「有馬ひまわり会」が誕生しました。

こうして施設の集会所を使った西宮いきいき体操は3年が経過し、毎週体操で集まる機会を継続することで苑の入居者と近隣住民との交流もさらに深まっています。

事例紹介②

施設と協働

ふくふくサロン(今津)

開催日：月～金曜日 10時～16時 ※共生型地域交流拠点として運営
参加費：飲み物1杯100円
運営者：ふくふくサロン今津
対象者：地域の方どなたでも
場所：今津出在家町2-2（今津中学校前）



“家のリビングでほっとするような居心地のいい所”を目指して、住民ボランティア有志により、常設のカフェを運営しています。毎日来ることを日課にしている人や、仲間とのおしゃべりを楽しんでいる人など、訪れる方の過ごし方は様々です。

西宮で進めている「共生型地域交流拠点」として、平日は毎日開いていること、また同じ地域にある社会福祉法人「いまづ聖徳園」と住民とが協働して立ち上げたことが大きな特徴です。

常設のつどい場として、ボランティアが普段来られている方の体調変化に気付くことも多いため、必要に応じて専門職につないだり、地域包括支援センターの職員がサロンに来て相談を受けることもあります。

身近に相談できる施設の職員や専門職がいることで、何よりボランティアにとっての活動の支えや安心感へとつながっています。

地元中学生がサロンのキャラクターをデザイン

「地域のつどい場」づくりの経過

集まる
場

昭和→平成

1970年代～ 地域住民(地区社協等)から生まれた活動

地域の活動は、まず“集まること”から…

「敬老のつどい」「一人ぐらし高齢者昼食会」

「ふれあいいきいきサロン」「子育て地域サロン」

「障害のある方との交流会」「介護者の会」…

～ボランティアが先駆的に行ってきた地域活動の原点～



敬老のつどい



障害のある方との交流会



ふれあいいきいきサロン



子育て地域サロン

住み開き
の場

平成

2004年 市内初の自宅を住み開いたつどいの場

「つどい場さくらちゃん」ができる

代表の丸尾さんの思い『“家” だからこそ、食べながら、飲みながら、
悩みや本音が言える、そんな場がもっと必要…』

市、市社協も一緒に「つどい場」づくりの推進をスタート

～つどい場をコンビニの数ほど増やしていこう～



「つどい場さくらちゃん」



「つどいば 花あかり」



「撫子(なでしこ)の部屋」

多彩な 場へ…

平成→令和



「つどい場フォーラム」「つどい場交流会」「つどい場講座」などの開催を経て、徐々に市内に「つどい場」の輪が広がる。

2014年「つどい場ネットワーク」発足

自治会館、マンション集会室、お店や施設の交流スペース等、

気軽に歩いて行ける場所で「つどい場」が増えてくる。

～自分の思いを形にする、それが地域でつながっていく。

自由と多様性が特徴～



復興住宅の集会所で行う
「おしゃべりサロンすみれ」



コープの集会室で行う
「つどい場サロンひだまり」

2014年 つどい場
ネットワーク発足

共生 拠点へ

令和

2016年 約3年のモデル期間を経て「共生型地域交流拠点」を本格実施
(市委託事業)

概ね小学校区に1カ所、常設の誰もがつどえる拠点づくり

第1号 まちcafe なごみ(鳴尾東地区)

第2号 ふくふくサロン(今津地区)

第3号 ふれぼのカフェ(安井地区)

2018年 それぞれの地域に応じ、そこに暮らす住民と地域の専門職が
一緒になって創り出す「共生型地域交流拠点」(市補助事業)の
全市展開へ

2020年～「共生型地域交流拠点」第4号(西宮浜地区)・第5号(春風地区)
「つどい場」活動を原点到「常設の交流拠点づくり」を今後も推進

～一人ひとりに「役割」のある居場所。西宮らしい「共生」の拠点づくりへ～



「まちcafe なごみ」



「ふくふくサロン」



「ふれぼのカフェ」

「つどい場」への思い

“つどい場をもっと増やそう!”と、つどい場実践者や関係団体、行政等のメンバーが集まり「つどい場普及推進研究会」を2015年より開始。それぞれの思いを語った“座談会”の声をお届けします。

『つどい場』をやってきて、今、どのようなことを強く思いますか？



丸尾 多重子さん
(つどい場さくらちゃん)

16年前、つどい場を開いたものの、半年間、毎日食事を作って待ってみても、誰も訪れない日も多くありました。

その後、社協をはじめ色々な方々に協力してもらい、チラシや運営委員会を作り、今の「つどい場さくらちゃん」があります。

「つどい場が必要!」と感じた当時の思いは、今、さらに強くなっています。孤立しがちな介護者が新しい情報を得るためには、介護職、医療職、行政など多様な人が集まる場が大切、特に医療と地域が密につながる必要があると感じています。

「喋れる場がある」「話を聞いてくれる人がいる」…それがつどい場の原点。西宮で「つどい場」が広がっていく中で、田村さんがやっている「なごみ」の実践は私たちの希望、若い世代が高齢者を巻き込み、地域全体を元気にしていると思います。

「つどい場」がもっと増えるために、これからの若い力に期待しています。



田村 幸大さん
(まち cafe なごみ)

最初の古民家でのつどい場活動も含めると地域で活動を始めて7年になりますが、ここまで来られたのは、地域活動やつどい場の先駆者のお蔭だと思います。

活動を始めた時にはできなかった“常設”の場づくりができたことは本当に良かったし、地域に多様な「つどい場」が必要であることを実感しています。

誰もが満足できる場をつくることは難しいですが、どんな工夫ができるかを模索する、決して諦めないことが大事です。

“つどい場”=“つなぐ場”そして何かが“始まる場”

そこに集うことだけで終わらない、新しいつながりや広がりが生まれる場だと信じています。



川東 美千代さん
(樋ノ口地区社会福祉協議会)

『場所がないからできない』という考えをもたず、地域にあるお寺や会館、学校などを使っていく発想が大事だと思っています。

“いつ行っても開いている”そんな場へのこだわりがあり、地元の自治会

つどい場研究会
(つどい場普及推進研究会)
メンバー

- 丸尾 多重子さん(つどい場さくらちゃん 代表)
- 有岡 陽子さん(つどい場さくらちゃん スタッフ)
- 田村 幸大さん(まち cafe なごみ 店長)
- 川東 美千代さん(樋ノ口地区社会福祉協議会 会長)
- 奥河 洋介さん(まちなね浜甲子園 事務局長)
- 佐藤 洋子さん(コープ第2地区本部 本部長)
- 柴田 圭一さん(ジョブステーション西宮 事務局長)
- 村田 昇平さん(西宮市地域共生推進課)
- 廣田 猛さん(西宮市住まいづくり推進課)



館は子どもたちの遊べるスペースやうまく人と交わることが苦手な子の居場所になっています。

場所が狭かったり、一面が畳だったりと様々な制限はありますが、多様な場があったらいいので、そこを使ってできることをやってみる、まずやり始めることで新たな展開が生まれ、連鎖反応が確実に起きていくと思っています。

“つどい場”のサポート活動を通しての思いを聞かせてください。



佐藤 洋子さん
(コープ第2地区本部)

コープ店舗の集会室の活動は、食事会の担い手が少なくなり、活動自体が減っていますが、逆に喫茶系のつどい場が増えている傾向にあります。

また、西宮いきいき体操の実施場所として使用している団体も増えていたり、地域食堂や認知症カフェの取り組みも一緒に連携して進めています。

廃棄食材を地域の居場所づくりで活用してもらったり、大学生と食品ロスの取り組みも始めているので、これからも地域住民や色々な団体と連携しながら「つどい場」がもっと増えるように応援していきたいと思っています。



奥河 洋介さん
(まちなね浜甲子園)

私たちがいる浜甲子園地域は、地域内の団地の高齢化率は50%を超えています。逆に新街区(新しい戸建てやマンションのあるブロック)には少しずつ若い世代が入ってきています。

高齢者・若者の両世代が交わる場を作る中で、出会いのきっかけの場として、“拠点”が必要と感じています。

将来的に若い世代が地域の担い手として育ててほしいですが、まずは話す場とお互いの個性を知り、やりたいこと、楽しいことをやっていく、そのコーディネート役割として「まちなね」があると思っています。

一つの受け皿に全員を当て込むことは限界があるため、地域の中で、多様な主体や色々な受け皿がありながら共存し、つながり合う、それを育てるハブ的役割として、今は拠点のコーディネーターをしています。

将来的に、この役割を地域住民にどのように引き継ぐのか…新しい仕組みを作っていくことも、これから考えていきたいです。

「つどい場」にとって、これからの必要と思うことを聞かせてください。



柴田 圭一さん
(ジョブステーション西宮)

本来「つどい場」は、障害あるなしに関係なく誰でも来ていい場だと思います。

場の継続・発展の中で、多様な人を受け入れる場として地域に存在してもらえたら嬉しいです。

もちろん、その分、スキルも求められるし、活動者の有償化という検討なども必要かもしれません。

私自身、障害分野に関わってきている中で、地域で生きる誰もが排除されるのではなく、誰もが参加できる機会としての「つどい場」という拠点活動に期待しています。



有岡 陽子さん
(つどい場さくらちゃん)

母の介護に煮詰まったことがきっかけで、「つどい場さくらちゃん」に母と一緒に通うようになりました。

母を「つどい場さくらちゃん」という家でサポートしてくれた仲間と一緒に見送りました。

丸尾さんのお手伝いをしていく中で、『“思い”も大切だけれど、それだけでは継続できない壁がある』と感じています。

今は、継続のための資金も大切だし、何より思いのある人が活動を続けられるようにそばで支える人の存在も必要だと思っています。

「つどい場」づくりに関わってきた行政の立場から、一言お願いします。



村田 昇平さん
(市地域共生推進課)

“継続”するためには、やはり楽しく活動することが大切だと感じています。

それに加えて、活動者が悩みを話せることも必要です。

場があることで、活動者が想像しないような参加者同士のつながりや、それぞれの役割が生まれていることに、私自身も驚いていますし、そんな場が地域にたくさん増えるようにこれからも一緒に考えていきたいと思っています。



廣田 猛さん
(市すまいづくり推進課)

今後、西宮市は人口減少に向かうことから、空き家がますます増えていくことが予想されています。

空き家をそのままにしない仕組みとして、空き家バンク(貸したい人と借りたい人のマッチング事業)を行っており、「つどい場」などの地域活動への活用も、これからますます進めていけたらと思っています。

共生のまちづくり実践

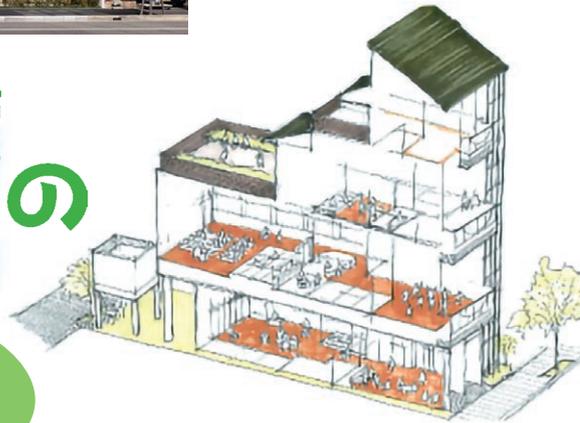


地域共生館 ふれぼの

公募名称の中で多かった
「ふれあい」と「ほのぼの」を
略して「ふれぼの」と
なりました。

2016年4月、“地域のつどい場”の活動を参考にして
「地域共生館 ふれぼの」は完成しました。

“みんなが集える空間”、
“一人ひとりに役割がある居場所”を目指して活動を進めています。
“共生のまちづくり”に向けて、
「ふれぼの」で進めてきた取組みの
経過や具体的実践を紹介します。



「地域共生館 ふれぼの」 ができるまで

- 2013年11月 「西宮自家用自動車協会」の事業終了に伴い、
建物のあった土地の寄贈を受ける
- 2014年 2月 建設計画開始と近隣地域への説明
- 〃 5月 安井東連絡会との「共生のまちづくり懇談会」開始
- 〃 8月 旧建物を活用した「夕涼み会」開催
- 〃 11月 「地域共生館推進協議会」発足
- 〃 12月 名称の公募→「ふれぼの」決定へ
- 2015年 4月 更地になった場所で「春の宴」開催
- 2015年 7月 建設工事開始
- 2016年 2月 「地域共生館 ふれぼの」完成
- 〃 3月22日 「地域共生館 ふれぼの」開館



「西宮自家用自動車協会」



地域との話し合いの場



「夕涼み会」で名称公募



「地域共生館 ふれぼの」完成

地域共生館 ふれぼの ふれぼのカフェ

開館日時：月～金曜日（土日祝除く）10時～16時
メニュー：飲み物100円・作業所のパンお弁当販売の曜日あり
運営者：共生型地域交流拠点（市補助事業）の拠点運営者
ふれぼのサポーター（地域住民）
生活介護事業所の通所者（カフェ当番）
対象者：地域の方だれでも
場所：地域共生館ふれぼの1階



いつ来てもいい場、特にカウンターは男性に人気です！

「地域共生館ふれぼの」1階にあるのは、誰もが集える「ふれぼのカフェ」。

平日は毎日、10時から16時まで、コーヒーや紅茶、ゆず茶などの飲み物を全部100円で提供しています。いつ来ても、いつ帰ってもいいので、一人でふらっと来られる男性が多いのも特徴です。

「まちcafeなごみ」の活動を参考に、ふれぼの設計の際にカウンターを設置したところ、カウンターに座ってお茶を飲む男性の姿が毎日、見られるようになりました。

用事や旅行などでカフェに来られない時には「明日は休むで～」「しばらく来られないけど、心配せんといて～」と欠席届？を出していかれる方もおられ、特に一人暮らしの高齢者にとっては、日常的な見守りの場にもなっています。



カフェはお茶を飲む場、それとも…？！

カウンターに座ったおひとり様のお客さん、スタッフとの会話を楽しんだり、実は相談事があったり…と様々ですが、少しずつカウンターの横のお客さん、そしてテーブルに移ってカフェで出会った人同士での会話を楽しむようになっていきます。

カフェの窓ガラスに貼った折り紙の作品を見て、「折り方を教えて!」という方も現れ、「八十の手習いや」と教えてもらいながら生まれて初めてツルを折った男性の姿もみられます。

折り紙だけでなく、ペットボトル工作、手芸、苔玉、ヒヤシンス水耕栽培などやりたいことはカフェのお客さんのアイデアからどんどん広がっていきます。

工作や手芸が苦手な方も、スタッフがお願いした簡単な紙折り作業や袋詰めをお茶を横に置きながら取り組むことで、ちょっとした脳トレや介護予防にもつながっています。

「今日は何かやることある?」とメニューを頼む前の会話も増え、お茶を飲みにくることをきっかけに、カフェにくることの“それぞれの役割”が生み出される場になりつつあります。



カフェの看板娘、看板息子、少しずつ地域とつながる場に…

「地域共生館ふれぼの」では、地域活動センター（生活介護事業所）ふれぼのの本人さん（※）が様々な活動をしており、カフェも交替で担当しています。

本人さんとカフェを利用する地域の方たちとは、最初の頃は店員とお客さんという関係でしたが、名札やプロフィール帳、野菜の販売、そして一緒に工作や折り紙をすることでその距離は少しずつ縮まり、お互いを名前呼び合う関係になりました。

※本人さん…地域活動センターに通所する障害のある方自身のことを“本人さん”と呼んでいます



カフェで知り合ったつながり…将棋、手芸クラブ、男のキッチン…いろいろな活動が生まれる

「将棋相手が欲しい」…カフェに寄せられた相談を聞いてボードに書いた「将棋相手探してます」。お茶を飲みに来ていたお一人暮らしの男性のお客さんが実は将棋が好きだったことが分かり、ふれぼの2階で将棋がスタート。その輪は少しずつ広がり、地域の将棋好きの方が来られて、今では週3回、お昼過ぎから来られて将棋を楽しむ姿が見られるようになりました。

待ち合わせはカフェ、次々と集まってこられた後、人数が多い時はじゃんけんで対戦相手を決めています。またその場に居合わせた将棋のできる方、将棋好きの子どもが加わることもあります。

カフェから生まれた活動は他にも…カフェの片隅で売っている野菜をみてお客さんが呟いた一言「野菜を食べたいけど、どう調理したらいいかわからないなあ」から生まれた「男のキッチン」。

カフェ文化祭で地域の方々の作品を展示がきっかけになり、お茶を飲みながら手作業ができれば楽しいと思った方々が集まってきた手芸に取り組む「ちくちくクラブ」。

やってみたいことを形にできる…そんな可能性がカフェにはあります。

子どもたちとも“ごちゃまぜサロン” 同じ空間にすることで、生まれてくるものがたくさん

「地域共生館ふれぼの」にはカフェ以外にも、つどえる空間があります。

2階のフリースペースは、放課後の時間にはいろいろな学年の子どもたちがやってきて、勉強したりゲームをしたりして過ごしています。

夏休みなどの長期休みには朝から訪れる子もいて、高齢者の将棋に参戦したり、ふれぼのの本人さんのプログラムに入ることもあります。

特別な交流をすることがなくても、同じ空間にすることが当たり前になってきているフリースペース。子どもたちが現代の携帯型ゲーム機をする横で、高齢者が将棋を指し、その横をふれぼの本人さんが通る…街中ではなかなか見られない光景が、この小さな空間の中では日々、当たり前に見られます。

「お誘い隊」…カフェに来てほしい人をみんなで誘いにいこう

カフェの常連客として来てくれていた高齢者が入院、退院後もなかなかカフェに来れなくなっていたことに気付いた本人さん、「Kさんを誘いに行こう!」という思いから「お誘い隊」がスタート。週に1回、Kさん宅に連絡して体調や天気がよければ、ご自宅まで誘いに行きます。

「電話しよか」「ピンポンしよか」…そんな役割を担っている本人さん、Kさんや本人さんの車を押して一緒に「お誘い隊」になってくれるカフェのお客さん…。

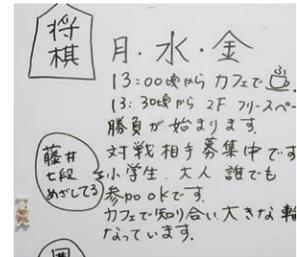
「お誘い隊」という仕組みの中で、それぞれに役割が生まれ、小さな団結力も芽生えています。

カフェは単に来てくれる人を待つ場ではなく、地域と積極的につながる場。

他にもお誘いに来てほしい人の希望が出てきたり、コーヒーと笑顔を届ける「お届け隊」の活動など、様々な活動が生まれてきています。

～「地域共生館ふれぼの(ふれぼのカフェ)」発

“共生のまちづくり実践”を地域に広めていきます～



つながりをつ
うみだすチカラ
つどいの場



ボランティア
自分自身の
活かに



これからの
時代にこそ
つどい場を

クスリより
カラダ良くする
つどいの場



あつまると
ええ顔してはる
あったかい



つどい場が
終わった後に
立ち話

おしゃべりの
相手がいるのが
いちばんよ



つどい場の
絆をむすぶ
笑顔かな



写真は「地域共生館 ふれぼの」において、みんなが集っている場面です。
「つどい場5・7・5」は市内のつどい場実践者の方々が書かれたものの抜粋です。

つどい場のチカラ

2020年3月発行

編集・発行

西宮市社会福祉協議会 共生のまちづくり課
生活支援コーディネーター

