

### 軒下のゆんたく休み所

竹富町

竹富港から約1kmほどの民家に、「石垣久雄さん、シマ子さんが経営する「軒下のゆんたく休み所」はあります。笑顔で出迎えてくれる久雄さん、シマ子さんご夫妻。現在85歳の久雄さんは80歳のときに生まれ育った竹富島に戻り、2年ほど前からゆんたく所を始めました。

「90歳を過ぎたおばあが、喉が渴いたけれどジュースの買い方がわからない。家の飲み物を買ってくれないか」と言いに来たんですよ。観光客からも「飲み物が飲めるところはありますか」「赤ちゃんのおむつを替えられるところはどこか」と聞かれることが多くて。せっかく観光で来たのなら、民謡を聞いて、ゆんたくして、ここでしかできない思い出をつくってほしい、そんなふうに思うようになったんだよ」と久雄さん。シマ子さんは、デイサービスを利用していたこともありですが、「ゆんたく所のほうが楽しい」と

デイサービスをお休みに。週1回、地域のサロンに通いますが、「以前は迎えに来てもらっていたけれど、いまは健康のために片道30分、歩いて行っているよ」と言います。「ゆんたくは、対話。相手の顔色を見ながら話ができる。だからこそ本当のことが聞こえるんだよ。こんな小さな集まりが、歩いて行ける場所にたくさんあるといいね。」



東京から来た観光客とゆんたくを楽しむ

石垣シマ子さん、久雄さんご夫妻

### 移動支援はつながり支援 泡瀬第三自治会

沖縄市

1. 150世帯からなる泡瀬第三自治会。「地域に住むたくさんの人と、楽しいことにつながり合って、閉じこもりを防ぎたい」と話すのは、会長の仲真紀子さん。仲真さんは、2003年に公民館の会計に、2019年から会長となりました。「20年もたつと、いろいろな人の健康状態が変わってくるの。『歩くことが健康にいい』と、歩いて公民館に来てくれていた高齢者が、実は途中で何回も休憩していたり、真夏に汗びっしょりになり、エアコンの風にあたって風邪をひいてしまったり。2023年になってからは、『公民館に行きたいけれど雨が降っていて行けない』という声がひんぱんに聞かれ、そのたびごとに事務員さんが自家用車で迎えに行ってくれていた」と話します。

の寄贈があり、出不精の男性陣や運転免許証を返納された方をお誘いしてのボウリングや買い物ものツアーを開催。大事なのは移動の支援だけではなく、そこでつながりをつくって楽しむこと。だからゆんたくの時間も欠かせません。「参加してくれる人には、ちよつと認知症のような症状が出ている人もいるけれど、友だちができて、公民館行事にも来てくれるようになったんですよ」と仲真さん。挑戦はこれからも続きます。



自治会長の仲真紀子さん

買い物を楽しむ

### コロナ禍で途切れかけた つながりを紡ぎなおす スージグワーマーイ会

読谷村

「コロナ禍、家族葬が増えて亡くなったことを知らなかったり、元気に歩いていた人が閉じこもりがちになったり。そんなことが増えていることに気づいたんです」と話すのは、松田直子さん。近所の人に「歩いてみない？」と誘ってみると、「高齢だから一人で歩くことは不安だったの」と言われ、歩いてみたところ、「気分が晴れ晴れとした」そう。

公民館の地域支え合い活動委員会（第4層協議体）で話してみたところ、賛同者が多かったため、会をつくることに。「手軽に始められて、気負わず参加して、長く続けられるように」と、役員は置かず、会費もなし。村発行の各字ガイドブックを参考に名所・旧跡を訪ねたり、地域で話題の場所があると聞けばその場に出かけたり、地域の碑を訪ねて思い出話に花を咲かせたり。「近くのいいと

ころをみんなで共有しているんです」と松田さん。参加者が友だちを連れてきたり、公民館のミニデイサービスのあとに企画をすることも。「あえてみんなで歩くことで、『顔は知っているけれど名前は知らない』という人とお話ができるようになります。犬がいなくなったと聞けばみんなで探したこともあるんですよ。歩きながら地域を知り、地域の歴史を知れば、子どもや孫にも伝えていけるんですよ」と話します。



この日は、松田直子さん(中央)がガイドをしながら地域を散策

### みんなでつくって、 みんなで食べよう はまゆうキッチン

恩納村

水曜日の朝、7時をまわると、仲泊小学校の家庭科室には次々と子どもたちが集まってきました。「おはよう」「手を洗おうね」「今日は何をやる？」そんな元気な声が飛び交います。

「朝食を食べていない子どもがいる」という学校の気づきが、村社会福祉協議会に寄せられたのは2年ほど前のこと。そこで、「みんなで、楽しく」を意識して、「自分たちで朝食をつくり、片づけられる子どもになって、小学校を卒業しよう」ということを目標に掲げ、2022年10月に学年を超えた子どもたちのつながりの場が始まりました。

地域のボランティアが手伝いながら、子どもたちは卵を焼いたり、おにぎりを握ります。「できる子どもが『やってみよう』という子どもにやり方を教えているし、『残すと片づけがたいへん』というこ

とに気づいて、食べ残しも減っています」とボランティアの女性は話します。母の日には、自宅で母親に手料理をふるまう子どももいるそうです。

この取り組みの効果は、当初の目的からさらに発展を遂げています。学校が長期休暇中は、地域住民からは「とてもいいことだから止めてはいけないね」と、「地域の公民館で、自分たちでできることを」と、新たな世代間交流を生み出しています。ここでは、得意の手芸を教えたり、体の痛みを抱えながらもできることを手伝つ、生き生きとした住民の姿があります。



子どもたちでぎわう

# 「地域のお宝」の見える化・意味づけ・意識化をとおして 支え合いの基盤づくり



儀間由紀美さん(左)と大城美乃さん

## ゆんたくに見る「協議体」 中城村

「ゆんたくをしていると、『〇〇をしてみたい』『こんなことに困っている』という声がたくさんあります。地域の皆さんが地域のことを話しているのが『協議体』で、それは日常的な時間のなかにあるんですよね」と語るのは、中城村社会福祉協議会の生活支援コーディネーター、儀間由紀美さんと大城美乃さん。

ゆんたくの話題を深めていくと、悩みや不満が出ることもあります。次第に「こういう考え方もあるよね」「こんなことができるよね」などの前向きな意見が出てきます。ときには折り合いをつけながらも、知恵や工夫を重ねた暮らし方が見えてくるのです。

そうした視点を持って地域に出向くと、「いろいろな場がすでにあり、それがすべて協議体に見えてきた。ゆんたくの中での話し合いを協議体の記録に残し、情報共有をしています」と儀間さん。

老人クラブ主催の輪投げ大会の集計の合間の15分を使って、参加した人に支え合いや気かけ合いの極意を聞く時間をつくったことも。「村全域を対象とした大会なので、これは1層の協議体と位置づけています」と大城さん。集まりの場に出かけるだけでなく、社協に来てゆんたくする場も「協議体」。村社会福祉協議会の儀間正明局長は、「地域で受け入れてもらっているのだから、社協に来てくれたときも同様に話を聞くことがたいせつ。どんな場でも変わらないかわりを」と徹底しています。

## つながりや支え合いを認め合い、たたえ合う「お宝発表会」 沖縄市

沖縄市では、2022年度より、地域のつながりのなかにある何気ない支え合いを「沖縄市暮らしの中の支え合いお宝」として認定しています。

市内7か所の沖縄市地域型地域包括支援センターから推薦のあったお宝を、認定委員会(第1層協議体)で認定。「沖縄市暮らしの中のお宝発表会」で市長から表彰をしています。

受賞者は、「これからも頑張らないといけないね」「ほかのサロンの見学に行ってみたい」、参加者からは、「次は私が表彰されたい」などの前向きな声がたくさん寄せられています。

「沖縄市暮らしの中のお宝発表会」を通して、今ある「お宝」に多くの人が気づき、そのお宝を守ろうと意識し、地域の中のお宝が増えていくように取り組んでいます。



## 豊かさを広げる地域づくり

- 【発行日】 2024(令和6)年1月10日
- 【発行】 沖縄県高齢者福祉介護課
- 【編集】 NPO法人全国コミュニティライフサポートセンター
- 【編集協力】 令和5年度沖縄県生活支援体制整備事業ガイドブック編集委員会

※本ガイドブックの事例は、2023年10～11月に取材をしました。掲載した情報は取材当時のものとなっています。

### 令和5年度沖縄県生活支援体制整備事業ガイドブック

本ガイドブック作成にあたり、2023年9月25日、10月10日に編集委員会を開催し、以下の皆さまにご協力をいただきました。(敬称略)

景山 由美、大田 尚美、上原 佐津希(糸満市社会福祉協議会)、松田 貴子(うるま市社会福祉協議会)、村山 邦子(浦添市地域包括支援センターゆいまある)、喜屋武 本直(宜野湾市)、長濱 純子(宜野湾市社会福祉協議会)、源河 裕子、棚原 由貴(北谷町社会福祉協議会)、比嘉 優希(本部町地域包括支援センター)、棚原 隆一(恩納村社会福祉協議会)、儀間 由紀美、大城 美乃(中城村社会福祉協議会)、佐久川 剛、喜友名 茜(読谷村社会福祉協議会)