千代田区のボランティア活動と
ご近所福祉活動情報が満載！
ちよだ社協のスペシャルなフリーマガジン

TAKE FREE

あなたの「はあと」が地域のチカラに変わる情報マガジン

♥Volunteer ボランティア × ご近所かわらばん

ちよだ 千代田区の『ご近所福祉活動』を紹介する
ちよだ社協のフリーペーパー

合併号2014

♥P3-4
鼎談 地域の中で人とのつながりをつくるために

♥P5-6
会員制住民たすけあい活動の紹介

♥P7-8
企業と地域がつながるボランティア活動

♥P9-10
丸わかり!ちよだ社協の広報活動

♥P1-2 special!
インタビュー

震災が教えてくれた故郷の美しさ。そして人との繋がり。

中村雅俊さん

ちよだ社協
社会福祉法人
千代田区社会福祉協議会

スペシャル
インタビュー

中村雅俊さん

震災が教えてくれた故郷の美しさ。そして人との繋がり。

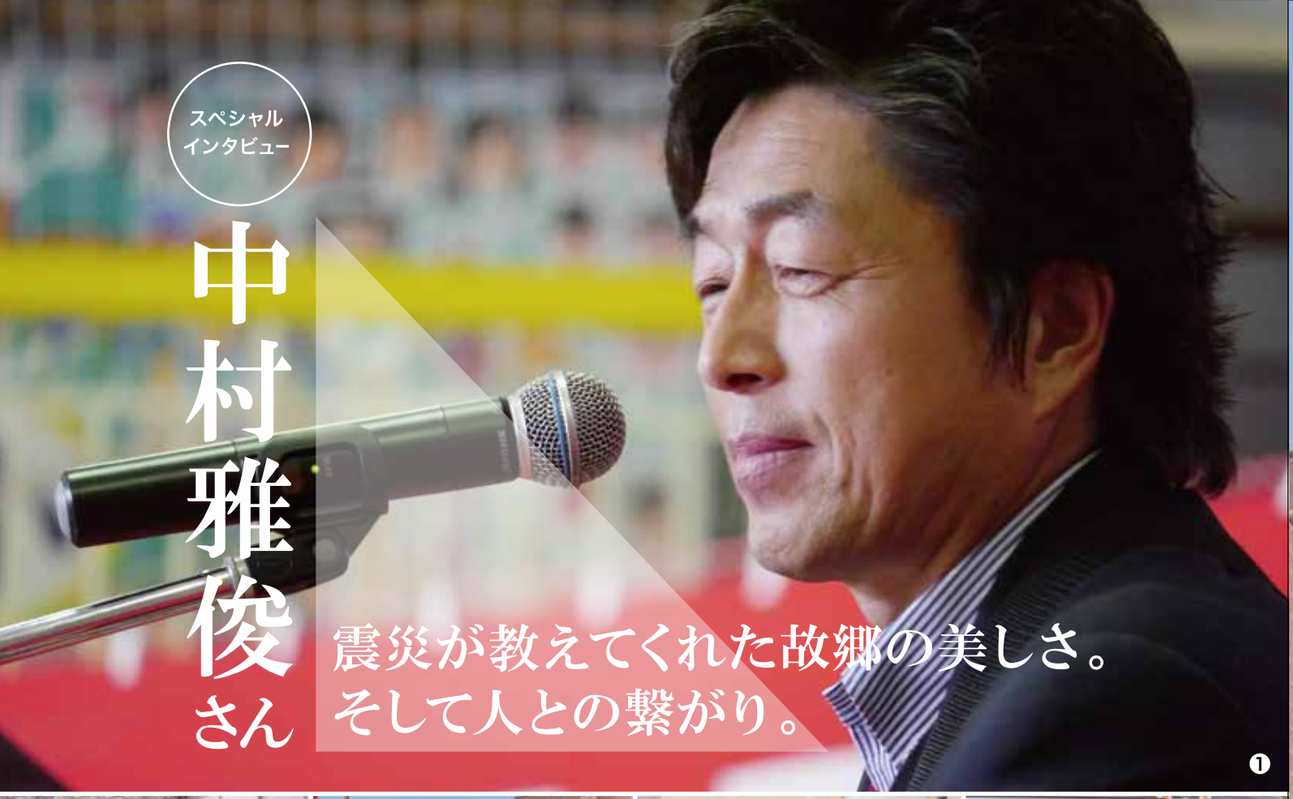


写真
❶❷校歌を作曲した東松島市立鳴瀬桜花小学校で ❸マリンパル女川前で ❹石巻好文館高校にて ❺女川町へトレーラーハウス

中村雅俊さんプロフィール

1951年生まれ、宮城県女川町出身。慶應義塾大学経済学部卒。大学在学中、文学座研究所に入所。1974年、NTV「われら青春！」の主役に抜擢されデビュー、挿入歌「ふれあい」で歌手デビューし、売り上げが100万枚を超える。今までに連続ドラマ33本を含め、主演作品は100本以上。歌手としてもコンスタントに曲を発表し、デビューから毎年行う全国コンサートツアーも1400回を超える。7月に歌手デビュー40周年記念アルバム「ワスレナイ」を発売。9月から40th Anniversary Tour ～ワスレナイ～を開催中。

故郷宮城県女川町の思い出と想い

高校卒業までの18年間を過ごした女川にはいろんな思い出があります。港町の子どもだったので、小さい頃は元気なことばかりしていました。女川はリアス式海岸で岩場ばかりなため、高いところから飛び込んで勇気を競い合ったりしていました。思い出の場所といえば、やはり学校です。震災で校舎がなくなり、思い出が同時に消えた感じでとても残念ですが、何度か行くうちに当時の思い出が蘇ってきたりもしました。ただ、昔のような女川の街並みはもうなく、風が吹くと土埃が舞って、荒涼とした感じになってしまいました。震災前は女川にはたまに訪れる程度でしたが、震災後は支援しなければと思い、プライベートでも行ける時には行くようにしています。また、番組で被災地の「今」を紹介するコーナーを担当しているので、たびたび被災地を訪れています。色々な方とお会いして取材をするのですが、時には同級生に取材することもあります。

震災から多くの支援活動へ

3月11日、都内で撮影中に地震が起こり都内でも長い時間、大きい揺れでした。震源地を調べたら、まさに故郷の金華山の真横が震源地で、「これは大変だ」と思いました。沿岸育ちなので、津波は来ると思っていましたが、実際は想像をはるかに超える程の本当に「想定外」の規模でした。

東北には、親戚や友達も多かったので、とても心配しました。地元のために何が出来るかを考え、義捐金を集め物資などを車に積んでスタッフと震災の翌月に女川へ向かいました。高校の同級生はみんな無事だったのですが、親戚が3人亡くなったことがわかりました。

以前は避難所など、人がたくさんいるところで歌ったりしたのですが、今は仮設住宅などに分かれてしまい一堂に集まることがないので、歌よりもお話しをさせてもらっています。以前に比べると、みなさん笑顔が増えてきたように感じています。

忘れられない出会い

石巻で食事をしたお店の店員さんと話したことが印象に残っています。おじいちゃんとおばあちゃん、旦那さんとお子さん2人を亡くされ、とても悲しい経験をされたのに笑顔でお仕事をがんばられていました。ご自身だけ助かって、写真もなくし、ママ友から携帯電話で撮ったお子さんの写真を送ってもらい、待ち受け画面にしていますと明るく話されるのですが、それが逆に悲しくて。とにかく、話を聞くとみんな悲劇なのですが、頑張っていらっしゃるなとつくづく感じました。

幾度も訪れる中で感じたこと

被災地の人々にずいぶん笑顔も増えてきて、支援を待っているのではなく、自分たちが動かないとだめだという風に変わってきましたね。お互い知らない者同士が仮設住宅に住み、3年以上経って、チームワークや絆も出てきて、今ではそれを大切にしている人たちもいます。「この仲間と何とかしよう」という動きがあるようです。先日行った会津若松は、原発から100キロ離れていて、現在も大熊町の方々が避難されています。会津若松の側にある東山温泉の温泉組合では、早い段階で被災者の受け入れを決断されたと聞き、訪れました。避難されていた大熊町の方々はみなさん「人の心に触れた」と、会津若松の方々に対する感謝の言葉をおっしゃる方が多かったです。3か月旅館に避難されていたので、みなさん仲良くなって今でも交流があると言っていました。今回の震災で、人の心に触れる経験をした人は多いかもしれません。

今回の震災は東北3県に甚大な被害をもたらしましたが、こうした地震や津波はいつどこで起きるかわからないし、東京だって首都直下地震の確率が高いと言います。3.11は決して他人事ではないということですよね。都会だと、繋がりがあまりないので、助け合うというのは難しいのかもしれません。

震災をきっかけに変わった故郷への想い～人との繋がり～

これまでは、故郷という想いはあっても、普通に生まれ育って、友達や親戚がいるから帰るといった普通の気持ちでした。特別なものがあって何かしたいというのはなかったです。しかし震災の後は、あの山とか、あの海とか、思い出の場所がやけに気になってしまいます。それは僕だけではなく、被災地を故郷に持つ人たちみんなが同じ気持ちなのではないでしょうか。

私自身、残念なことに震災があってはじめて故郷に対する想いが強くなりました。普段の生活で、人との繋がりを意識したことはなかったのですが、何かあった時に、友とか、人の助けって本当に大事になってきます。実際に経験しないとわからないことかもしれません。口だけで「友達大事にしろよ」と言っても、なかなか伝わらないかもしれませんが、それでも言い続ける事でいつか逆境に遭遇したとき、だれかの言葉がリフレインするということもあると思います。ですから、うっとうしいと思われても言い続けていたほうがいいと考えています。

学校の道徳の時間でやっていた「人として」ということは実はすごく大事なことで、学校だけでなく、社会に出てもあっていいのではないかな。人の道をみんなで話し合ったり、誰かが説いたりする時間があっても良いのではないかなと思っています。俺の歌じゃないですけど、人は皆ひとりでは、生きていけないものですから。

地域活動者の
鼎談

地域の中で人とのつながりをつくるために。

齋藤さん、平野さん
貴重なご意見いただき
ありがとうございました！

齋藤光治（さいとうこうじ）
神田公園地区連合町会ホームページ「大好き神田」運営委員会代表
1950年生まれ、神田生まれの神田育ち。神田駅近くで昭和23年創業の齋藤コーヒー店を経営される。内神田鎌倉町会町会長、民生・児童委員等地域の要職を歴任される。

平野友朗（ひらのともあき）
(株)アイ・コミュケーション代表取締役
1974年生まれ。北海道札幌市出身。筑波大学を卒業後、広告代理店勤務を経て独立。(株)アイ・コミュニケーション代表取締役。日本ビジネスメール協会代表理事。ビジネス実践塾主宰。メルマガコンサルタント、ビジネスメール第一人者としても知られる。

梅澤稔（うめざわみのる）
千代田区社会福祉協議会 地域福祉課長
1970年生まれ。千代田区出身。千代田区の小学校、中学校を卒業。

「地域にかかわる」ということについて。

梅澤）千代田区で生まれ育った齋藤さんと、千代田区に事務所がある在勤者の平野さん。立場の異なるお二人に、「地域にかかわる」ということについてご意見をお聞かせいただきたいと思います。

齋藤）神田公園地区連合町会では、連合町会や、各町会についての情報発信サイト「大好き神田」を運営しており、町会の紹介や行事予定、お店情報、町会長・婦人部長のインタビュー、歴史など…こちらを見れば、地域のことがわかるようになっています。地域に関する質問や相談を書き込む掲示板もあり、地域とつながるきっかけの場として多くの方々にご活用いただいています。

平野）町会がどんなことをしているところなのか、ほとんど知識がなかったので、大好き神田を見て初めて知ることができました。
私の場合、仕事で知り合った方から地域のことに詳しく教えていただいたり、いろんなところにお連れいただいたり。その方に出会ってから、地域にかかわるっていいなぁと思うようになりました。以来、会社近くに行きつけのお店をつくろうと、2日連続で行って顔を覚えてもらうようにしたり、評判のいいお店を探したりして、地域での人とのつながりをつくるよう意識しています。

齋藤）それはいいですね。よく「まち作り」の課題に、安全安心な街づくりと、地域コミュニティの活性化が挙げられますが、この両立はとても難しいです。地域のコミュニティが濃密にあった時代は、建物が密集しすぎて火災の危険性があったりして、安全安心とは程遠い状況でした。環境が改善され、マンションが増えてくると、安全ではあるけれど、今度はお隣さんとのつながりがなくなり…。現在社会のなかで、「安全な暮らし」と「人と人とのつながり」両方を手に入れるためには、住民みんなが努力しなければならないと思っています。

平野）便利になったからといって、直接のコミュニケーションは欠かせないですよね。インターネットなどで集めたお客様は、興味や関心が薄れると、すぐに関係性が途絶えてしまうんです。ですので、顔をあわせる機会はなるべく作るようにしています。

齋藤）町会でも、ホームページなどさまざまな情報手段を活用していますが、高齢の方も多いので、紙を渡して直接説明ということもします。伝える上では「自分が伝えたいことを伝える」のではなく、「相手がほしい情報」が何なのかを、常に意識することを心がけています。
社協のサービスの中に、高齢者の困りごとをサポートするものもありますが、そういった高齢者からの相談も、まずは町会で受けて、社協につなぐといったケースがあります。

個別のつながりを
これからどう作っていくのか？

梅澤）地域の方からの情報だと、状況や背景がわかっている分、すばやく対応できるというのがあり、こうした点からも、地域との関わりは極めて重要です。
個別のつながりをこれからどう作っていくのかが大きなテーマになっていくのでしょうね。

平野）いまは「個の時代」といわれて、まわりと接触しなくてもなんとかなってしまう世の中で、自らそういう場に踏み込もうとする人が減っています。何か「顔がつながる場」があるといいですよね。新しい人がいたら、周りの人が教えてあげるとか。子どもの頃はもっと、隣の人と仲良くしていて、そうした環境が心地よかった記憶はあります。

齋藤）昔の日本の社会にあった地域の人のつながりや結びつきが、現在は失われつつあります。今社会問題化している子育てや介護の問題は、かつての日本では当たり前だった三世代同居であれば起きない問題です。小さい子どもは祖父母が面倒を見て、介護が必要になったらみんなで介護する。現在の問題は、昭和30年代のライフスタイルに戻れば解決するかもしれないと思っています。

梅澤）震災時、「人のつながり」や「地域の絆」の重要性が叫ばれたにもかかわらず、今では、言う人も少なくなってきました。重要性や必要性を思っていても、日々の生活の後回しになっているのかもしれません。

平野）つながりのプラットフォームは、飲食店がいいのではないかな？と思います。個人経営のお店だと、マスターといろいろお話ししたりするので、そうしたところに地域の情報を置くといいのかも。「この人に聞けばいろいろ教えてくれる」という人や、世話を焼いてくれる人が身近にいると、生活が楽しくなりますよね。

齋藤）町の情報は、町の人に聞くのが一番ですよ。夏目漱石の小説に、地方から出てきた青年が、家さがしにとある町を訪れ、町の人に尋ねて、知り合いの貸し間を紹介される話があります。青年は大家の家族との交流から少しずつ東京という町になじんでいくことができた。今の時代、ネット上で部屋を探して、いい条件の部屋があって住みはじめたとしても、人とのつながりをつくるのは難しいですよね。この100年で我々日本人は多くのものを得た反面、失ったものも非常に大きかった。

「地域で一緒に暮らす」という意識を
浸透させるために。

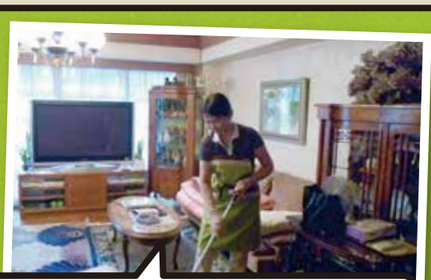
平野）インターネットはこの先も情報手段として残り続けると思います。そんな中、昔と同じように「つながり」を保ち続けるための環境は、受け身では何も生まれないので、自分で動いていかないといけません。
インターネットの業界でも「最後は人に戻る」とよく言います。「この人に聞けば教えてくれる」という人が周りにいると安心ですし、自分自身も、誰かに頼られた時に何でも答えられるような人になりたいですね。

梅澤）今の時代に合った形で、昔ながらのものを取り入れる。さらにいうと、千代田区に合った地域のつながりのかたちをみんなで考えて出し合っていくことが大切だと思います。地域で一緒に暮らすという意識が少なくなってきている現在、自分たちは本当にそれでいいのか？どんな暮らしを望むのか？を、多くの人と考えていきたいですね。今日のメッセージを伝えていくことで、つながりを取り戻そうという意識が浸透していくことを期待し、私たちも頑張っていきたいと思います。

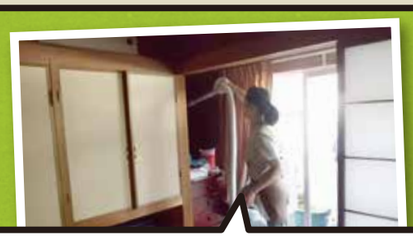
自分の空いている時間を活用して地域の助け合い!

ふたばサービス

地域の皆様の参加と協力による家事援助サービスです。



ふたばの活動をして、利用会員さんに「ありがとうございます。」と言われることが一番嬉しいです。
（協力会員：三浦さん）



吉川さんがいつも部屋をきれいにされているので、ご自身のできない高い所を掃除するようにしています。(協力会員：山田さん)

利用会員さんと仲良くなれるチャンスだと思い、はじめてよかったと思います。
いろいろな方とお会いできるので楽しいです。喜んでもらえることがうれしいですね。
（協力会員：福田さん）

ふたばサービスはながく利用しています。
自分では重い荷物が持てないので、荷物を移動したりお掃除をしたりしてもらっています。
山田さんはお掃除が上手なので助かります。
（利用会員：吉川さん）

対象	【利用会員】千代田区にお住まいでサービスが必要な方 【協力会員】ふたばサービスに理解のある、活動可能な18歳以上の方
内容	・掃除、整理整頓　・食事の支度　・洗濯　・買い物　・通院や外出の付添い ・話し相手　・産前、産後の家事支援など ※身体介護や専門性の高い内容は行いません。
時間	原則として、月～土曜日　9時～17時
料金	１，０００円/1時間（月～土曜日の9時～17時） １，２００円/1時間（上記以外の時間） ※その他、1回につき２００円の事務費がかかります。

協力会員も随時募集しています!

ふたばサービス　☎03-5282-3713　✉chiiki@chiyoda-cosw.or.jp

ようこそ!

わが家の小さなお客さま

千代田区ファミリー・サポート・センター

千代田区ファミリー・サポート・センターでは、地域で子育てを助け合う活動を行っています。今回ご紹介するのは、支援会員Sさんと、2歳のNちゃんです。Nちゃんのママは出産準備のため、1週間に2～3回、Sさんに保育園のお迎えとパパのお仕事が終わるまでのSさんのおうちでのお預かりをお願いしています。

ご主人と二人暮らしのSさん宅に訪問する“小さなお客さま”は2歳の女の子Nちゃん。お預かりの日は、保育園にお迎えに行き、Sさん宅でお夕食を食べ、遊びながらパパが迎えに来るまで一緒に過ごします。「お客様はよくいらっしゃるけれど、こんなに小さなお客さまは初めて！」と、ご主人と預かる日を楽しみにしてくださっています。

支援会員 Sさんより

夫婦で楽しくお預かりをしています。
これ何？あれ何？など、子育てしていた頃のなつかしいやり取りを楽しんでいます。

依頼会員 Nちゃんのパパより

Sさんご夫婦には大変お世話になってます。
家が近いので、会社帰りにお迎えに行けて、本当に助かってます。

対象	【依頼会員】区内在住で生後6か月～小学校6年生のお子さんを子育て中の方 【支援会員】心身ともに健康で、地域の子育てに理解と熱意のある18歳以上の区内在住、在学、在勤の方（高校生不可）※登録にはセンター主催の講座を受講する必要があります。
内容	保育施設等開始前・終了後・休日の預かり、保育施設への送迎、 冠婚葬祭など保護者の外出時の預かり、病気やけがの時の臨時預かり
時間	原則として、7時～21時
料金	1時間８００円～１，０００円（支援会員に直接お支払いただきます）

＊住民同士の助け合いです。相談内容によっては、ご希望に添えない場合もあります。詳細については、お電話でお問い合わせください。

千代田区ファミリー・サポート・センター ☎03-5282-3725 ✉famisapo@chiyoda-cosw.or.jp