

「つながり」はコロナに負けない 地域支え合い講座

お宝事例発表会

日時| 令和3年1月16日(土)午前10時から

会場| 多賀城市民会館小ホール(文化センター内)





発表会開催に向けて 多賀城市長

深谷 晃祐

あけましておめでとうござい
ます。

今回で4回目となる「お宝発表
会」。さまざまな形で発表される地
域の「お宝」を拝見できることを楽
しみにしております。

新型コロナウイルス感染症対策
のため、外出をする機会や人との関
わりが少なくなっている今だから
こそ求められる地域とのつながり。

このような状況下で、健康で長生
きしていただくためにも、感染予防
を行いながら、仲間と共に地域で生
きがいを持った生活を送ることは、
たいへん重要であると感じていま
す。

また、近年は、市民の皆さん一人
ひとりの暮らしと生きがい、地域を
ともに創っていく、「地域共生社会」
を実現するために、世代や立場を超
えた横のつながりを持つ重要性も
増してきています。

そのためにも、この発表会をきつ
かけに、コロナ禍でも市民の皆さん
が互いにつながり、支え合いの輪を
更に広げていただけたらと思いま
す。

本市といたしましても、市民の皆
さんが可能な限り住み慣れた地域
で、自分らしい暮らしを続けること
ができるような、そして誰もが活躍
の機会を得て、健康で豊かな生活を
送ることができるような地域社会
の実現を目指してまいります。

深谷 晃祐 ふかや こうすけ

1980年（昭和55年）生まれ

仙台市立仙台高等学校を経て、専門
学校東京ミュージックアンドメディア
アーツ尚美卒業。東北福祉大学社会福
祉学科在学中（通信）

令和2年10月就任



お宝事例発表会に 寄せて

特定非営利活動法人

全国コミュニティライフサポートセンター

理事長 池田 昌弘 氏

謹んで新年のお祝いを申し上げ
ます。

多賀城市では、日常のつながりと
暮らしのなかで、ごく自然に行われ
る支え合い、すなわち「地域のお宝」
を大切に考え、さまざまな形でお宝
の見える化を図り、広く市民に伝え
る取り組みを進めてこられました。

その視点でコロナ禍の暮らしを
見渡すと、感染防止対策をとりなが
ら、ご近所や友人など身近な人たち
とお茶のみや交流は、しっかりと
続いていることがわかりました。

一人暮らしの方を、いっそう気遣
うようになった、という声が地域支
え合い講座で聞きました。そして、
今年度の講座は感染予防対策を講
じながら、市内3会場に分けて開催
しましたが、結果、昨年度を上回る
市民のみなさまが講座に参加され
ました。つながり、支え合う地域
づくりへの関心の高さが、ここにも
表れています。

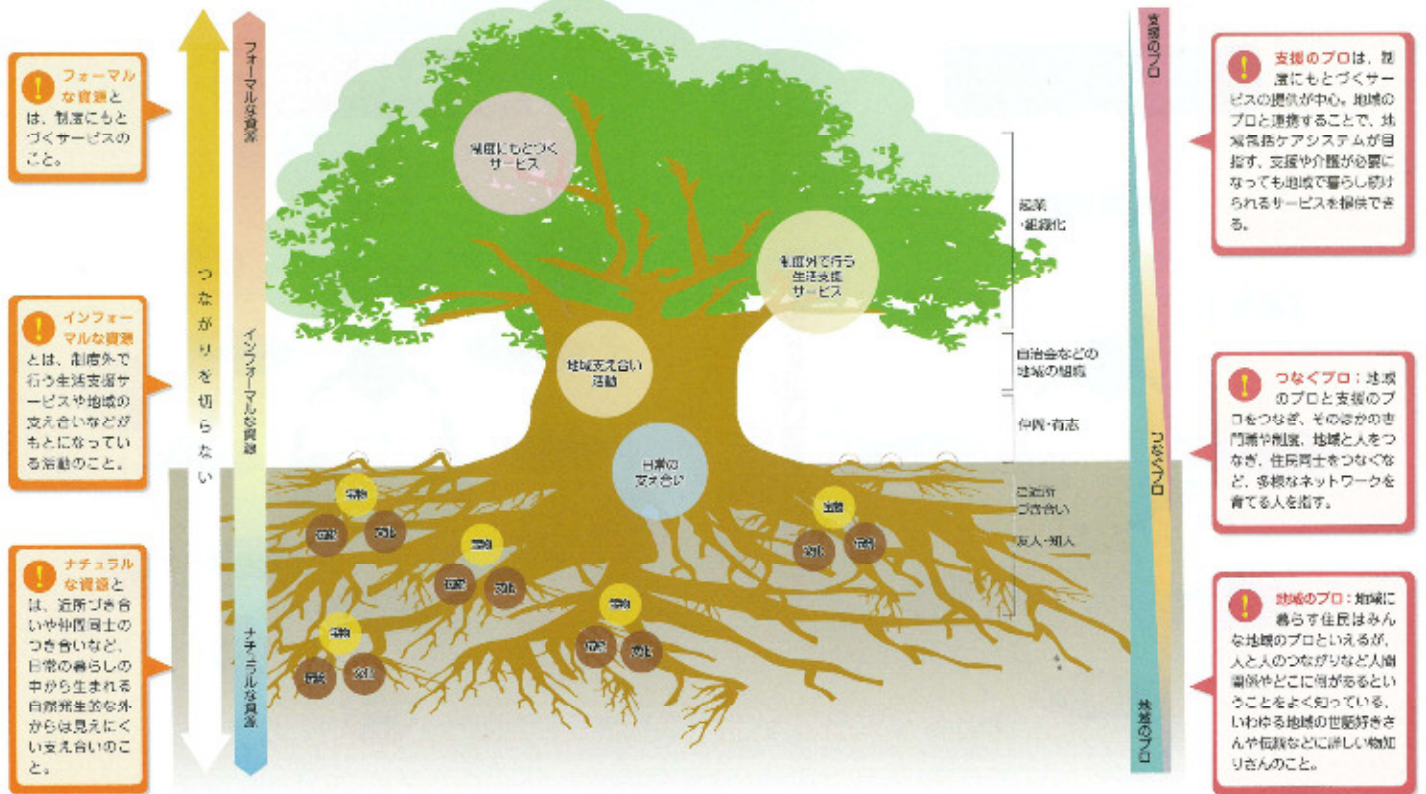
日常のつながりと支え合いを育
み、だれもが生きがいと安心を感じ
て暮らせる地域共生社会の実現に
向けて、みなさまのさらなるご活躍
を祈念いたします。

池田昌弘 いけだ まさひろ

社会福祉法人全国社会福祉協議会、
社会福祉法人栃木県社会福祉協議会、
社会福祉法人東北福祉会「せんだんの
杜（特別養護老人ホーム）」副社長など
を経て、2005年（平成17年）7月
から現職。生活支援体制整備事業の推
進のため全国を巡っている。



地域づくりの木



Ver.2.1(17.05.15)



「お宝」とは？



地域での日常の交流は、支えあ
い活動の基盤です。

さま」として「支え合う」関係と
なっています。

人の住む所には、地域独自の文
化と伝統が育まれ、さまざまな知
恵や工夫、技によって暮らしが営
まれています。

私たちは、このような地域で自
然に行われている支え合い活動
を地域の「お宝」と呼んでいます。

これらの日常は、地域の外から
は見えにくく、地域の皆さんにと
っては「ごく当たり前」の営みの
ため、その活動が持つさまざまな
「効果」に気付かず見過ごしてい
る方も多くいらっしゃいます。

今まで地域で活動をしていな
かった皆さんも、ぜひ自分の周り
の「お宝」を探してみませんか？

例えば、近隣とのあいさつやお
茶の会は、ゆるやかな見守りに
つながっていますし、立ち話や趣
味・学習のサークルは、情報交換
の場にもなっています。

このような関係は、一般的に
「近所（お友だち）づきあい」
と呼ばれ、「支える行為」だけで
はなく、「支えられる」という相
互性を双方が認識した、「お互い



1

多賀城花子さんの 366 日



2020年、多賀城市のあるところに多賀城花子さんが住んでいました。これは花子さんのこの1年を振り返る物語です。

1月 中国で原因不明の肺炎流行

「中国大変だわ…まさか日本までは来ないわよね…」

2月 国内でも初の感染者、多賀城市内のイベントも中止

「えっ？！今度の多賀モリ体操もサロンも中止？！仕方ないわね…」

3月 仙台での感染拡大

「きつと多賀城にも感染が来ちゃうー…私高齢者だからもうだめだわ。怖くて外にも出られない！」



4月 緊急事態宣言

「もう一か月も出かけていない。みんなどうしているかな。おしゃべりしたい。寂しいな…」

5月 緊急事態宣言解除

「ちよつと外に出てみても大丈夫かな。近所散歩してみようかな。」



6月 全世界感染者1000万人超、多賀城跡あやめまつり中止

「出かけるにはマスクが欠かせないわ。近所の新井さんはマスク手作りしているんだけど、通りがかりの小学生にあげたらとっても喜ばれていたわ。今じゃ顔馴染みで、よく声かけているのよ。いいわねえ。」



7月 GoToキャンペーン開始

「キャンペーンはまだ東京は除かれているし、遠出は不安だわ。いつものオンラインカフェしましょー！オンラインだ」と遠くにいても顔を見て話せていいのよね。」



8月 全世界感染者2000万人超

「あー暑いわね。具合悪くなりそう…一人暮らしだから何かと心配…でもね、若いお隣さんが在宅ワークで家にいるようになったら顔を合わせることが増えてね、今では仲良しで心強い存在なの。」



9月 二市三町の感染者が急増

「また感染が広がってきたから、サ

ロンはまた中止だな。庭いじりでもしようかな。そういえば、近所の菊地さんったら、今年は特に畑仕事に精を出していたわね。後ろのおばさんも出てきたり、隣の新しい家の人に声をかけられたり、にぎやかだったわね。」



10月 GoToイート開始、トランプ大統領が感染

「GoToもいいけど、おすそわけもいいわよ。おかず持っていきながら、お隣さんの顔みてこよう。」



11月 国内感染者が再急増

「コロナに左右された1年。ストレスのたまる寂しい1年…」

12月ウィズコロナの年末年始

「でもコロナ禍でもご近所付き合いは続いたし、新しい出会いもあったわ。つながりはコロナに負けないね！」



大変だった366日。花子さんは初め、不安や恐怖、混乱の毎日でした。今も不安はあるけれど、あの頃とは違って寂しさは小さくなって、2020年らしいご近所付き合いを楽しんでいます。

〈完〉

●実際のお話を元に物語を作成しました。こちらが参考にした実際の事例です。ご協力ありがとうございました。

「手作りマスクと小学生」

新井さん宅でのできごと。新井さんは裁縫が得意。子ども用のマスクも作り、シールを貼って、一

人の小学生に渡した。次の日、門をカチャカチャする音が聞こえる。外に出てみると、昨日来た小学生とそのお友だちが、何かを言いたそうに、でも言いにくそうにしている。呟く声に耳を傾けると、昨日のシールを貼ったマスクをお友だちもほし、とのことだった。それ以来、小学生とは顔なじみになり、朝には「おはよう」「行ってらっしゃい」の声が響いている。中には喧嘩しながら登下校する子もいるが、その時には新井さんが「影踏み」を教えながら仲直りさせてくれる。



「オンラインカフェで、いつも気持ちちは近くに」

藤嶋さん宅でのできごと。藤嶋さんは公民館でのサークルに参加したり、遠方にいる姉の家に遊びに行ったりと、アクティブな生活を送っていた。しかしコロナ禍になり、それが叶わなくなってしまう。このご時世、オンライン

〇〇が主流となったことを受け、藤嶋さんも元々利用していたSNSを活用した。それぞれのインターネット環境も様々なので、月末の携帯電話利用の残りデータ量に合わせるなど工夫が必要。遠くに住む姉や、なかなか会えない友だちとオンラインでカフェを開く。SNS越しでも、お茶をしている時には同じテーブルに座っている気持ちになっ

「在宅ワークのお隣さん」と

神谷さん宅でのできごと。いつもは仕事で日中不在だった若いお隣さんと顔を合わせることが増えた。聞いてみると、コロナ禍を受けて在宅ワークになったとのこと。会う機会が増えれば言葉を交わす回数も増える。あつという間に距離は縮まり、神谷さんがマスクの作り方を教えることもあった。また、お隣さんが買い物に行く時には、「一緒に行かない？」と声がかかるようになった。そして、神谷さんは思いきって「私一人暮らしだから、何かあつ

た時には私のことも気にかけてほしいの！」と伝え、お隣さんから安心をいただくことができた。

「畑がつなぐ、新旧の家」

菊地さん宅でのできごと。菊地さんは新田に住んで長く、後ろにはおばさんの家がある。

ある時、隣に新築の住宅が建ち、新しいお隣さんができたものの、引っ越しのあいさつ以来、話す機会はあまりなく、生活リズムも異なり、ご近所付き合いはなかった。

コロナ禍になり、菊地さんは庭の一角にある畑作りに精を出し、後ろに住むおばさんが通る「蓮子ロード」も作った。



そんなわけで、庭に出ている時間が増えたら、お隣さんが声をかけてきてくれた。

「隣は何する人ぞ」の心配も解消され、新しいお付き合いが始まった。

及川さんと ミャンマーの娘たち



新田地区に住む及川さんの近所には、日本で働くミャンマー人が住んでいる。一年ほど前から、ミャンマーの娘たちを見かけるとあいさつするようになり、徐々に立ち止まってお喋りするようになったと及川さんは話す。

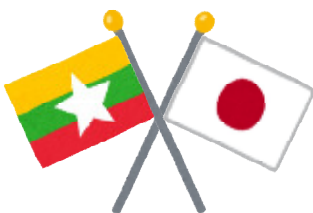
ゴミの出し方や日本の料理の作り方など、慣れない日本での暮らし方を教えた及川さんは、「ごはん一緒に食べない？」と自分の家に招き、家庭料理をご馳走したり、悩みを聞いたりしている。

根っからの世話焼きな及川さん。世話好きなのはどうしてか尋ねてみると、「私はね、7カ月で産まれて1500グラムしかなかったの。今の医療とは違う時代でしょ。産婆さんから、長くは生きられないと言われたの。母親も7カ月で産んだものだから母乳が出なくて、地域の赤ちゃんを持つお母さんたちが、代わる代わる母乳を飲ませに来てくれたの。中には、30分以上歩いて来てくれた人もいたんだ

って。だから、今こうし生きていられる。今はその恩返しをしているのかもね」と笑っていた。

及川さんの恩返しは、今、ミャンマーから働きに来てい

る娘たちに注がれ、国や地域を超え、人生の先輩としてだけでなく、母親のような役割もしている。





夫が作る天ぷら & 代々愛し愛され 50年

3



「夫が作る天ぷら」

とある一人暮らしの家に、お隣から天ぷらのおすそわけが届きます。妻の眞廣さんが作っていると思いきや、実は夫の賢一さんが揚げていました。賢一さんは料理が得意で、天ぷらや焼き焼き、カレーの日には多めに調理して、眞廣さんがお隣におすそわけを届けます。



回覧板をお隣に届けるのも賢一さんの役割です。そのおかげで、シャイな賢一さんもお隣には行きやすい。そんなお隣との仲良い生活が何十年も続いています。認知症と診断を受けて8年経った今も、そしてこれからも。

「代々愛し愛され 50年」

笠神地区に住む「阿部さん」ご夫婦は、昭和41年頃に隣町から移り住み、今も夫婦仲良く暮らしています。ご近所に住む佐藤さんや菅田さん、中野さんも同じ頃に越してきて以来、50年以上「密」なご近所付き合いを続けてきました。ご主人は、7、8年前から運転する車を擦るなどが増え、前々から異変を感じていた奥さんがいくつかの病院を巡った結果、4、5年前に「アルツハイマー型認知症」と診断されました。



奥さんはご主人の病気のことをご近所さんに隠しておこるかとも悩みましたが、勇気を出して打ち明けたところ、ご近所さんは今まで以上に気にかけてくれて、一緒に買い物に連れ出してくれたり、みんなでカラオケに行ったり、阿部家に集まってお茶飲みをしたりと、みんなに愛され、今も地域で生活を送っています。

おっきなごどでねえ
すこしのごどからはじめっぺ
そばさいるもん
わけだら
けっこういいすぺ



梅干し作り

正美さんはいただき物が多
い。「ここに持って来ると、どう
にかしてもらえる」と、近所や親
戚の人は話します。

野菜をもらえば、煮物や漬け物
にして、いただいた人に返す。こ
んなことが日常なのです。

今年も、「コロナに関係無く梅
は実る」と話し、もらった梅で近
所の人たちと梅干し作りを続け
ています。

「おすそわけはね、昔、体調
を崩した時に助けてくれた人へ
の恩返しなの」と正美さんは語り
今年も梅干しのおすそわけをし
ています。



花がっなぐご近所付き合

下馬東区の一部、同じ花が咲い
ています。ふと目を向けると、た
くさんの苗ポットが並んだ家が
あります。

桐ヶ窪さんは花を育てるのが
趣味で、それをいろんな人におす
そわけするのも好き。花がきっか
けで、ご近所さんや通りがかった
人とも話がはずんでいます。一つ
の苗が、地域のまとまりを表す花
の輪に広がっています。



世代をつなぐおすそわけ

玉子さんとひろみさんはお向
かいさん。ひろみさんが生まれた
時からのお付き合いだそうです。

生活ぶりが見えるから気にな
るのも声かけられるのも当たり前。お
すそわけはコミュニケーション
の一つです。「さぐいぐすねど、
だめだあ」というひろみさんのお
ばあちゃんの言葉通り、人とつな
がるには相手を受け入れる雰
囲気が必要で、それを察すれば自然
と近寄り合えると話します。



5

おそとさではって
くうきがうめー
がやがやすっぺし
いろんな出会い
いいことだっちゃ



早朝散歩

熊谷さんと伊藤さんは、長年散歩をするのが日課で、コロナ禍でも以前と変わらず続けています。熊谷さんは1時間の散歩で30人程と言葉を交わし、伊藤さんは途中で会うご夫婦と一緒に歩くことが楽しみだそうです。

散歩で出会う人とは、初めはあいさつ程度で、徐々にお喋りができるような変わっていったようです。

「横に並んで歩いてても、外だから3密にならない。普段している散歩を続けることで、コロナの中でも安全に人と話せるんだ!」「コロナでも俺たちは寂しくないよ」と2人はお話しされていました。



夜の散歩

一人二人と集まってきて、午後6時30分になったら出発というウォーキングを27年間も続けている、高橋さん・佐藤さん・大嶋さんの3人組。

ももとは町内会のバレーボール愛好会の仲間で、会が解散した後にも、「何かしたいね」ということでウォーキングが始まったそうです。



散歩途中には、さんまを焼くにおいがして、「あらー、まださんま高いのにー笑」と話したり、金木犀の香り、月の光、赤ちゃんの泣き声がすると、「ああ、この家では赤ちゃんが生まれたんだ」と分かったりと、季節の移り変わりや地域の小さな変化を感じながら歩いているのです。

犬の散歩途中での立ち話と出会い



伝上山にお住まいの永安さん。今日も愛犬のカシオ君（♂・14歳）と一緒に散歩をしています。散歩途中には近所の方や、幼稚園の送迎バスを待つご家族、通勤途中の方にもあいさつを欠かしません。

永安さんは、あいさつから始まった地域のつながりをとても大切にしており、散歩途中ですら立ち話をして、近所でお困りの方がいれば積極的に手助けするようにしているそうです。

今日も近所の岡田さんから、「小学校に行く用事があるけど足がなく困っている」との話を聞き、車で送って行くことに。

「あいさつの積み重ねから生まれるつながり（助け合いの絆）」をスローガンに、永安さんは明日もカシオ君とともに散歩をします。



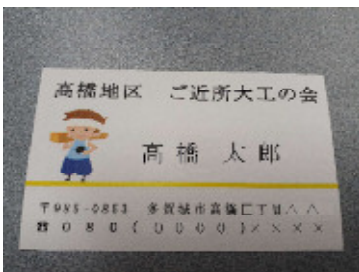
6

ご近所大工の会



ご近所大工の会は、高橋地区のとなりぐみの話し合いから生まれました。高橋地区に住む大工仕事が得意なお父さんたちが、自分の趣味のついでに、ご近所の家を修繕しています。修繕するのは、となりぐみのメンバーと有志の方々。専門的なことはできませんが、簡単な依頼なら精一杯対応しています。

回覧版や口コミで少しずつ広まり始めた「ご近所大工の会」は、一人暮らしのおばあちゃんからの依頼で、こたつの足の高さを変えたり、引き戸の滑りを良くしたり、時に大工仕事では無い事もありますが、「まあ、一人暮らしの方の依頼だから良いか・・・」と引き受けています。



目指すのは、修繕を通じて、地域の中に気にかける関係が生まれること！
「自分が地域で暮らす中で、気負いなく、ちよつと地域の人の手助けができたらい！この会を通じて、互いに気に掛け合う暮らしを目指そう！」と、ご近所大工の会のメンバーは考えています。今、コロナ禍でも、感染予防に気をつけながら、高橋のご近所大工のメンバーは奮闘しています。



西部地区

今年の生活支援コーディネーターの活動は、コロナと共存の一年でした。コロナの感染予防をしながら、地域で活動するにはどうしたらいいか、正しい知識を持ちながら知恵を絞り工夫を凝らしながら活動しました。

初めて、LINEや電話での協議体となりぐみに挑戦したり、人となるべく喋らずに、西部地域の町歩きをして、コロナ禍での住民の暮らしぶりを知ったり…

そんな工夫の中からは、「いざという時にも人とつながれる方法があるんだ」ということを学びましたが、やっぱり、「人と会えないことが人への思いを強くすること」「人は、人とつながらなければ生きていけない」ということを強く感じました。

地域の住民の皆さんは、コロナ禍の暮らしの中で、不自由さへ知恵と工夫をこらし、元気に楽しく暮らしていました。365日、毎日会っている近所の仲間たちは、コロナ禍でも、これまでと変わらず毎日会っていましたし、「stayhome」の期間には、「これまであまり話したことが無かった近所の新しい友達が出来た」という方もいました。

「やっぱり、地域の住民のみなさんって、たくましいし、素敵に人生を生きている！」

と感じ、つながりあう暮らしの尊さを感じています。



中央地区

中央地区協議体「ちゅうおう盛り上げ隊 たが和っか」は、地域の誰もが元気で、安心・安全に暮らしていけることについて話し合いをしています。今年はコロナ感染予防のため集まらない時期もありましたが、7月から、感染予防対策をしながら再開しています。

コロナのためにできなくなったこと、コロナはあるけどしていることなど、自分の地域ではどうか、ということなどを話してきました。

コロナ禍で、ということでは、LINEを利用してのつながりができています。市内にはいくつかのことも食堂がありますが、やはり食堂として集まるのが難しくなっている中、お弁当や食材を配る活動を報告し合ったり、悩みを共有されたりと横のつながりを持つことができています。

コーディネーターが出会ったお宝の中では、お友達同士で地域の公園を掃除している、というものがありません。保育園のお散歩コースにも入っている公園なので、きれいにしておきたい、という気持ちもこもっています。土に触って、おしゃべりをして、楽しみながら作業されていました。

地域の方から「何かあったらご近所だもんね」「お互いさま、が大事なんだよね」という声をよく聞きます。「新しい生活様式」の中でも、大切なのはご近所の、地域のつながりだと実感しています。



東部地区

東部地区協議体「あすなろう会」では、「子どもたちとの関わりがきっかけとなって地域に活気や交流を生むのではないかと」というテーマで天真小学校放課後子ども教室「わくわく広場」や生活科の授業などで、子どもたちと一緒に昔遊びを楽しんできました。

今年度はコロナ禍のため活動を自粛し、再び学校に行って子どもたちに会えることを心待ちにしながら、今は昔遊びの練習をしたり、楽しみ方の工夫を話し合ったりしています。

コロナ禍になり、生活支援コーディネーターとしても諦めることが多くありましたが、はっと気づいたり、視点を変えて見つめ直したりすることもありました。私たちもなかなか住民さんたちにお会いする機会が減り、いかに人と顔を合わせることが大切か、どれだけ活動の源になっていたのかということが身に染みています。

そこで今は、コロナ対策をしながら仲間と顔を合わせる方法として、公園の活用を試みています。



実行委員メンバー紹介

全国コミュニティライフサポートセンター
橋本 泰典

多賀城市教育委員会事務局生涯学習課
目黒 美歩

多賀城市市民活動サポートセンター
小林 雅子

多賀城市総務部地域コミュニティ課
舩木 崇雄
村上 瑠奈

社会福祉法人多賀城市社会福祉協議会
嵯峨 悦子
高橋 崇矩

多賀城市保健福祉部社会福祉課
福士 達也
猿田 慎

多賀城市自立相談支援窓口（PSC）
中島 ゆき子

多賀城市保健福祉部生活支援課
遠藤 主也

多賀城市西部地域包括支援センター
今野 まきこ（生活支援コーディネーター）
宮本 範子（生活支援コーディネーター）

多賀城市保健福祉部健康課
野村 功弥子
佐藤 香菜

多賀城市中央地域包括支援センター
大石 幸恵（生活支援コーディネーター）

多賀城市保健福祉部介護福祉課
志賀 和博
金野 志保
岩渕 みなみ

多賀城市東部地域包括支援センター
沼倉 亜紀子（生活支援コーディネーター）
熊谷 知世（生活支援コーディネーター）



主催 | 住民主体の地域づくりを広げる事業実行委員会
多賀城市保健福祉部介護福祉課

☎ 022-368-1141（内線 664～666）