

住民力をあげ、 孤立させない地域づくり — 専門職と地域住民でつくる コミュニティ食堂 —

中村 一孝 氏 松平 のどか 氏

おおた高齢者見守りネットワーク
代表

大田区地域包括支援センター入新井
社会福祉士



食堂の担い手であるサポーターたち

要旨

近年地域包括ケアが推進され、地域住民同士での見守り・支援体制の強化が全国各地で模索されている。そんな中『おおた高齢者見守りネットワーク(愛称・以下：みま～も)』は、平成20年度より‘高齢者が安心して暮らし続けられるまちづくり’を目的に、医療・介護の専門職、および地域団体や企業等が協働して活動している。活動を続けてきた中で、地域に暮らす高齢者が、より一層主体的な役割を持って取り組める地域活動を作りたいという想いがあった。また、みま～もの活動に参加する地域住民からも、自分たちが楽しいだけでなく、多くの人に活動を知って欲しいという想いも出始めた。そうした想いをもとに、地域包括ケア実践の場として新たに始めた取組が、コミュニティ食堂『元気があさんのミマモリ食堂(以下：食堂)』である。この食堂では、毎週金曜日11：00～13：00に1日20食限定で、サポーターが1食500円のワンプレート定食を提供している。その他にも、食堂の周知及び地域交流のためのイベントを開催。運営にあたっては、みま～も協賛企業である薬局の管理栄養士が衛生管理、メニュー監修を担当した。1年が経過し、地域住民が主体的な役割を持つ場として食堂が機能している。専門職ではなく、みま～もの活動に参加している地域住民が担い手となることで、同じ立場の者だからこその緩やかな「ミマモリ」体制が構築されていくことが期待されている。

1.背景と目的

みま～もの取組の1つに、サロン活動『みま～もステーション』がある。商店街が空き店舗を改修して設置した無料お休み処を拠点としている。平成25年3月の地域包括ケア研究会によれば、地域包括ケア推進のためには「自助」「互助」の果たす役割が大きく、それを意識した取組が必要であることが明示されている。みま～もステーションは、平成23年の活動開始当初よりその視点を持って「地域の誰もがいつでも集える場」「役割をもって活動できる場」をコンセプトとしている。この活動に賛同し、主体的に関わってくれる地域住民を『みま～もサポーター(以下：サポーター)』と呼んでいる。

4年が経過し、サポーターが一層主体的に役割を持って取り組める地域活動を作りたいという運営側の想いがあった。そして自身が楽しいだけでなく、近隣の多くの人にみま～もの活動を知って欲しいというサポーターの想いもあった。そこで、サポーター自身が担い手と

なるコミュニティ食堂『元気があさんのミマモリ食堂(以下：食堂)』の取組を始めた。



食堂の様子

2.活動内容と実績

(1)活動内容

この食堂では、毎週金曜日11：00～13：00に1日20食限定で、サポーターが1食500円のワンプレート定食を提供してきている。その他に、食堂の周知及び地域交流のためのイベントを表1の通り実施した。

表1 活動内容詳細

活動内容	回数/日程
「ミマモリ食堂」(毎週金曜日 定期運営)	計41回開催(H27/6~H28/3)
「ミマモリ食堂オープン記念祭り」	H27/5/30開催
「年末餅つき祭り」	H27/12/28開催
「サポーター向け研修会及び会議」	計21回開催
(詳細)サポーター研修3回、スキルアップ研修1回、衛生チェック5回、メニュー会議6回、試作会6回	

運営にあたって、みま～もの協賛企業である薬局の管理栄養士が衛生管理、メニュー監修を担当した。衛生面での安全確保に努めるため、衛生研修を開店前後に各1回開催し、その他に月1回管理栄養士による定期的な衛生チェックも行った。メニュー監修については、主菜・副菜・おにぎり・汁物からなる、カロリー・塩分計算された定食を考案。定食は全て当日朝からサポーターが手作りで準備をした。四季に合わせて献立を変え、その変更の際にはサポーターから得意料理などのメニュー案を出し、管理栄養士との話し合いの場を設けたり、事前に試作会を行ったりした。



食堂で提供しているメニュー

(2)活動実績

食堂活動の運営主体として、参加したサポーターは13名。この13名は表1にあるように定期的に衛生研修を受講しており、シフトを組んで月2回程度の持ち回りでスタッフとして食堂に立った。食堂の来客数はのべ646名。1日平均にすると15.8名の来客があった。その内訳を年齢・性別にみると、60歳以上女性：50%、60歳以上男性：8%、60歳未満女性：22%、60歳未満男性：20%であった。

3.活動の評価

既述した目的①サポーターがより主体的な役割を持つ場とすること②より多くの地域住民にこの場を知ってもらい繋がり構築していくこと、という2点について以下評価していきたい。

①について、約1年が経過した平成28年3月時点でサポーターから回収したアンケートによれば、「働いたことがなかったから、働いてお金をもらうということ、人の役に立っている実感があって嬉しい」「食堂をやるようになって生活にはりが出た」「日々の自分の健康管理に気を

つけるようになった」という。「周りの人にみま～ものを勧めやすくなった」「近隣の人に食堂に来るように声をかけている」と、食堂の活動が、サポーター自身が自主的に地域住民に働きかけていくきっかけになったこともわかった。また、「声をかけた人が来店してくれると、自分の自信になります」「トラブルが起きても知恵を出し合って乗り越えられた」「ここに来ると皆に会えるから楽しいし、がんばれる」といった声から、サポーター自身の参加意欲・自信の高まりや、絆の深まりがうかがえた。フロアで接客を担当しているサポーターから「人間それぞれ違い、考え方も違うことをつくづく思います」との声があがったのも興味深い。以上のことから、サポーターが主体的な役割を持つ場としての食堂の機能は、評価に値するものであった。

②については、活動実績に既述の通り、一定の来客が継続しており、地域住民に活動を知ってもらえるきっかけになったといえる。利用客層は様々で、高齢者層はもとより、子ども連れの母親や高齢の親を持つ壮年層の利用もあった。それが多世代交流の機会となったり、高齢者の家族へみま～もの活動紹介をする機会となったりと、関わりに広がりを持つことができた。ひとつの好事例を紹介したい。来店直後は話しづらい雰囲気だった72歳の男性客は、サポーターが接客をしていくうちに、自ら話をするようになり「死にたい」「家にいてもすることない」と愚痴をこぼした後「ありがとう、また愚痴を聞いてもらいに来ます」と帰って行った。この接客にかかわったサポーターは今でもいきいきとそのエピソードを語り、そういう人に一人でも多く利用してほしいと接客に精を出している。これは同じ立場の住民だからこそできる‘ちょっとしたおせっかい’から生まれた繋がりだといえる。

あくまでサポーターが担い手となり、サポーターの主体性や要望を引き出し、実現することを、私たち専門職は目指してきた。そのために専門職は、サポーターに個々の能力に応じた役割を与え、多職種からのアセスメントに基づいたアプローチをすることに力を注いできた。それがこの食堂の成果に結びついたと感じている。

4.今後の課題と展開

食堂をはじめて1年、多くの地域住民に食堂を利用してもらうことができ、繋がりを生み出すことができた。今後はその中でも特に、社会からの孤立が危惧され、継続的な見守りが必要な独居高齢者や要支援高齢者の利用を増やしていきたい。食堂利用を通じた緩やかな「ミマモリ」体制の構築がはかられるように、引き続き活動していく。