

# マンション管理人として考えたこと、 やってみたこと・生まれてきたこと ～認知症の人たちと、この町で一緒に～

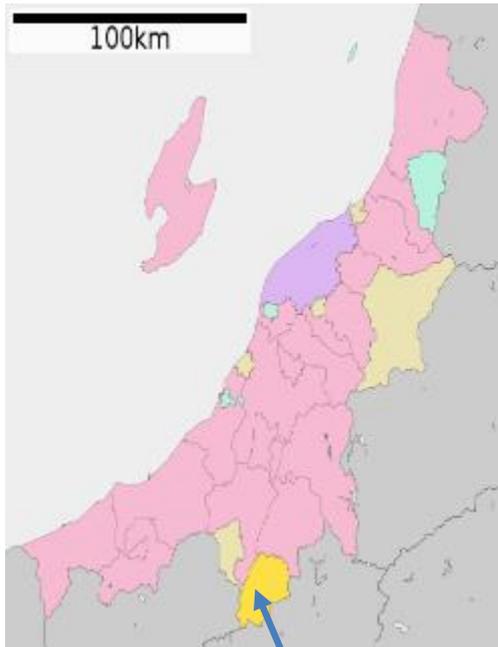


新潟県湯沢町

マンション管理人・アクション農園倶楽部団長  
マンション住民

丸山 静二  
渋谷すみ枝

# 湯沢町の紹介



新潟県湯沢町(ゆざわまち)は、古くから温泉場として知られ、川端康成の小説『雪国』の舞台、近年ではフジロック・フェスティバルの会場でもある苗場スキー場がある。湯沢町は緑豊かな自然に抱かれた町

- **面積**: 357.00km<sup>2</sup> (町のほぼ94%が山林が占める)
- 群馬県境の苗場まで町中心部から車で30分  
(湯沢地区、神立地区、土樽地区、三国地区、三俣地区)
- **気候**: 初雪11月中旬, 雪解け4月中旬  
積雪量 3m前後 約半年は雪との生活
- **人口**: 8,163 人 **高齢化率**35.24% (平成29年3月末)





**\* マンション人口が、人口の1割超**

**\* マンション居住の高齢者が増えている**

小さな町でも  
現在進行形

**\* マンション暮らしの高齢者に起きている色々な課題**

**\* マンション管理人として、思ったことは・・・**

ちょうど、町の行政からの呼びかけ:ちょっと参加してみた・・・

アクションミーティング

23年度から開始

認知症の人と、家族と、みんなが  
ともに安心して暮らせる地域をめざして

それぞれが声かけあって集まってみる

話し合ってみる

☆立場を越えて

行政の関係者、介護・医療職の関係者、  
地域の仲間・知人、同級生、などなど

伸びのびと  
話合う

出会い、アイデア、力、つながり、元気、  
安心、希望、自分たちで生み出そう

やりたいことが一致した人がチームを組んで  
できることから、いっしょにアクション!



行政の呼びかけで、仲間を誘いあって集まったら  
色々な人との出会いがあった。

## アクションミーティングに参加してみて思ったこと

○町に、いろんな立場の人たちがいるんだなあ・・・。  
知ってるようで、知らなかった。

- ・行政といっても、保健師、係長、課長さん 様々
- ・介護・医療の人たちも、様々
- ・民生・児童委員さんや地域を守り支えている人たち
- ・その他、いろいろ

○みんな、認知症の人のことをなんとか支えたいと  
思っている・・・でも、どうしたらいいか悩んでいる。

☆これまでの行政やプロのやり方でなく、もっと、気楽に  
取組める楽しいことをやれたらいいなあ～。





## 畑をみんなでやったらいいんじゃない？

- \* マンション住民も、昔からの町の住民も、自然に集まって、仲良くなれたらいいな。(立場の違いなんかを越えて・・・)
- \* 認知症のある人も、ない人も、畑で、いっしょに汗を流せたら元気になるじゃないかな。
- \* 建物の中だけでやっても、一部の人しか集まらない。外(畑)だと、集まりやすいよ。
- \* (堅苦しく)話あってだけいないで、ちょっと外に出て、やってみようよ。

# 「畑」のアイデアへの反応は……



「いいね！」と言ってくれた人たちがいた！



「伸びのび、一緒に畑をやれたらと、いいねえ〜」。

同じ思いの人がいてくれた！

行政職、福祉・介護職、同級生、地域の人

**\*まずは、自由に言うてみるのが大事だ。**

**アクション農園倶楽部が誕生！**

やりたい、と思う人たちが一緒に

どこでやる(土地)？準備は？お金は？等々……

いろいろ必要なことはあるけれど、自分たちだけでなく、  
「畑をやってみようよ」と周りの人にも呼びかけてみよう。



# 「畑、やれたらいいんね」と、みんなでつぶやいていたら・・・



土地を貸してくれる人がつながった！  
「草取りしてくれるなら使っていいよ」

苗、種、肥料、農具、その他が次々と  
「少しだけだけど使って」。色んな人が持ち寄ってくれる。



看板なら任せて。足組作るよ。  
町の看板屋さん、土建屋さんが：知人つながりで



カラス対策に、案山子もいるよね。

# 一人ひとりが、ちょっとできることを、少しずつ…



最初に眩いてから、数か月後に、  
アクション農園倶楽部がオープン！



畑開きのテープカット。

- ・町長も、よろこんで参加。
- ・町役場の産業観光課の課長さんも。  
(行政職員にも、畑が、大好きな人が…)

## ●農園倶楽部の団長は…

マンション管理人の自分がやることに。

- \* やりたい人たちが自主的に
- \* 行政や専門職ではやりづらいことを、  
自由な発想と行動力で、  
とにかくやってみよう。
- \* 地元の様々なつながりを駆使して  
→従来の行政・専門職にはない  
新しいつながり、出会い、  
おもいがけない力が出てくる。

# 毎週火曜日は、農園の日！

農園は、「毎週火曜日」の午前中です。

雨が降っても、必ず、誰か来ていないか、

確認に向かいます。



畑はいつも、「畑まもるくん」が守っています。

定番化、習慣化することで……  
認知症の方にも、

- わかりやすく、参加しやすくなります。
- 暮らしの中の楽しみごとになります。

毎回「お知らせ」する必要がありません。  
周囲の理解が広がります。

# 農園は、誰でも参加できるコミュニティスペース

認知症の人達に「畑の先生」になってもらい、

「畑のイロハ」を教えてください。

自分のペースで、できることを。



決められた役割を強いるのではなく、  
農作業ができる人、できない人に関わらず  
誰でも参加できるのが、  
「アクション農園倶楽部」です。

参加者みんなで、作物を収穫するまでの  
プロセスと充実感を楽しまます。

# ”農園”から支え合い、地域づくりに

参加者は認知症の人、高齢者、  
地域の人たち、マンション住民、  
研修医、看護学校の生徒、  
介護者、介護スタッフ、行政職と様々です。



月に1回、湯沢認定こども園の**チビッコ達**が遊びに来てくれます。  
そのチビッコを含めると参加者は50人くらいになります。  
チビッコが来る日はいつも以上ににぎやかです。

医療・介護の専門家じゃなくてもできることはたくさんある！

# 人のつながりが広がって 色々な変化が自然発生！

思いがけない  
力を発揮

元、土木作業  
やってたんだ



(引きこもっていた人が)  
自分で採ってみたいな



マンション住民とグループホーム入居者、  
そして自宅で妻と2人暮らしの認知症の  
人が自然と一緒に作業に励む



「お彼岸だからみんなでおはぎ食べようよ。」  
地域の方から差し入れです。  
地域の人も認知症の人と自然に。



畑へ「行きたい」  
ヘルパーさんや施設職員と一緒に。

他の介護職場の職員  
同士が畑でつながる。

傾聴ボランティアさんと認知症  
の人が畑で、ゆったり、じっくり。

孤立しがちだった人たちが、畑で出会えてうれしい！ 自然と仲良く、元気に！

# 認知症の人は、すごい力を秘めている。 共に過ごす体験を通じ、たくさんの学び、支え合い、日頃のつながりへ。



物忘れはあるけれど、  
できること、わかることも沢山！



知恵や技を伝授してもらえる。



畑に子供たちや若い親も。  
ママは畑でリフレッシュ  
子供を、認知症の人が見守る。



仕事の後は腹ごしらえ。



通りがかりの人も・・・  
ちょっと一緒に。戸外ならではの  
思わぬつながりは生まれる。



畑に来たい本人のために  
ちょっと送迎を。

# 収穫の喜びを仲間とともに

収穫した作物を、その場(畑)で、  
仲間と一緒に味わい、  
自然の恵み、この地でのつながりを、  
ともに感じるこのことのできるひと時・・・。



トマト、すいか、ジャガイモ、  
サツマイモ、サトイモ、枝豆、なす、  
キュウリ、オクライチゴ、カボチャ、  
ゴーヤ、メロン、トウモロコシ・・・  
ひまわり、コスモス  
(お花も植えてます)

地元みんなが協力して、  
たくさんの「季節の味」。  
お互いの元気を喜びあう。



畑を通じて、自然な見守りにつながりが広がってきた…。  
その中で、気がかりなことも。



認知症の人たちに、これからも安心して町に出かけてほしい。  
でも、この先が心配な人たちがいる。

外に出かけたまま行方不明になる心配のある人がいる。

- \* 知られていない。見過ごされがち。
- \* 一部の人たちだけで、心配・対応している…。
- \* マンション住民のため、地域のために、  
もう一歩、何かできないか…。

安心して出かけられ、いざという時も大丈夫な町にしたい！

湯沢町の行政も、行方不明を何とか防ぎたいと、動き始めようとしていた

認知症SOS探索訓練アクションミーティング（平成25年度から）

★メンバーの一人として、毎年、参加しています。

## 参加者

- 訓練対象地区の町内会長、民生委員、住民（介護者、地区組織老人クラブ その他）
- ファミリー健康プラン推進員（27年度）
- ケアパスアクションミーティング参加者（26年度）
- 認知症キャラバンメイト
- 社協、特養、小規模多機能型・グループホーム、病院、通所介護 町内全介護保険事業所から複数参加
- 認知症地域支援アクションミーティング参加者
- 警察署生活安全課
- 地元FM局
- 健康福祉部：認知症地域支援推進員、地域包括支援センター、保健センター、福祉介護課
- 総務部総務管理課：防災、消防団担当

わが町には  
こんなにも  
色んな人たちが  
行方不明を防ごうと  
取組んでいる！

## SOS探索訓練アクションミーティング(25年度から毎年実施)

- \* 特別な訓練では、実際の場面で役立たない。
  - ⇒ **普段の生活**の中で起きている内容についてよく知り、  
みんなで話し合っ、無理のない方法を実施してみよう!
- \* 周囲が大騒ぎしすぎて認知症の本人が、怖がって隠れてしまっていたことがあるよ。
  - ⇒ 「本人だったらどうか・・・」、みんなが本人の立場になって  
考え、動くことを大事にしよう。
- \* 一部の人がだけでやっても、限界がある。
  - ⇒ 訓練をきっかけに、一人でも多くの人たちに伝えよう。  
やさしい理解者、支え手を一人ずつでも増やしていこう!

一にも二にも、一緒に話し合いを重ねる：地元で暮らす人たち、行政、専門職と一緒に  
★自分ごととして、話し合おう。



実際に想定して模擬訓練：毎年やってみながら、見直しと改良を地道に繰り返す



家族が躊躇しないで、通報できるように



一緒に探す：危険箇所を念入りに



本人役・家族役：当事者の思いを



町のお店、ホテル等に知らせて回る

自分も一緒に



反省会で、次の一步を話し合う、見つけていく。



お疲れさま！農園の野菜を使った豚汁を、反省会で出す年もある。

# 今年度の模擬訓練&反省会より

2017年10月2日 ☂



時雨まじりの中、220名が参加。  
「こんな寒い日に、これが本当だったら・・・」



参加者みんなで反省会

- ・感想、気づき、アイデアが続々と
- ・研修医や看護学生も一緒に

警察の人も一緒に



町長も一緒に

- \* 地元で暮らしている人だからこそ知っている小道や(休めそうな)場所がある。
- \* ふだんから、もっと町をよくみて、よく知っておきたい。
- \* 行方不明発生時に一緒に動く仲間を、自分の周りに一人でも増やしたい。
- \* 真剣に考えて、何とかしたい！と願っている人たちがこんなにいる。  
このつながりや経験をふだんに活かしていきたい。
- \* 「見つけること」を目的にしがちだが、見つけた後も、本人と家族の毎日は続く。  
その時だけではなく、その後を支えていくことの大事さを考える機会になった。

## マンションに住んでいる人たちも、模擬訓練に参加



\* マンションに住む一人、この町に暮らす一人として。





**マンション(管理) : 町全体をみても、見えにくい暮らしの課題の縮図**

**日々、暮らしの現実と向き合いながら、だからこそ、つぶやいていきたい**

**「ちょっといっしょに、畑でも」**



一人ひとりが、この町を舞台に、思いと力を伸びのびと。



- \* 行政や医療・介護の専門家じゃなくても  
(ないからこそ)できることはたくさんある。
- \* ふだんからのつながりが、いざという時の力に。

この活動を次の世代につないでいきたい。  
一緒に活動を行っていききたい住民・リーダー役の  
人たちとつながり、一緒に色々な意見を出し合い  
ながら、お互いが安心して元気に暮らせる町を、  
これからも目ざしていきたい。

この町でこれからも一緒に。  
自然に、楽しく、息長〜く。



ご清聴ありがとうございました。

