取材対象：玖珠町 北山田ふれあい食堂みかづき 事務局長 斉藤ひろ子さん #2設立経緯
取材日：2023年1月28日
文責：大分大学福祉健康科学部 川野莉央、明徳真愛子、森田帆南、矢野彩菜

■北山田ふれあい食堂「みかづき」

北山田ふれあい食堂「みかづき」は、2022年4月にオープンし、北山田自治会館にて月に一度開催されている居場所です。この活動がどのように始まり、現F在のような地域の高齢者と子どもたちが一緒に会食し、楽しみ、学び、相互理解を深める場となったのか、コミュニティで社会参加できる居場所を形成するポイントを、事務局長　斉藤ひろ子さんをはじめ、参加者12名に伺いました。

■「みんなの居場所」という物語のはじまり

北山田地区でみんなの居場所が立ち上がった経緯は、事務局長である斉藤ひろ子さんが、ポツンと一言「子ども食堂できないかね」と口にしたことで「みんなの居場所」という物語がはじまりました。そして、斉藤さんが女性部団体の代表に、その思いを相談したところ「あなたがやるんなら私お助け隊作るよ」と、賛同者が現れ、徐々に具体化しました。そして、行政が開催したワールドカフェで、子ども食堂を考えるグループができました。斉藤さんは当時を振り返り、ワークショップで意見をいっぱい出し合い、みんなの思いを紡いでいくことの重要性を強調されていました。

また、それぞれが強く願ったことは「地域の方々が繋がり合うこと」、「一人一人できることをたくさん持っているから、その方々の力を引き出したい」、ということでした。特に、子供に食堂に来てもらい地域を胸に刻み担い手になることや県外に行ってもまた地域に帰ってきてほしいという地域の子どもへの思いから、「子どもたちの地域への思いを強める場」、山間部の高齢者の方々にも外に出て来てほしいという、「地域のお年寄りがつながり合う場」という思いから始まりました。このように、コミュニティの中で「思い」をつぶやける、存在を認め合える環境があったから、居場所が生まれたのだと思いました。

■コーディネーターとサポーター

一人のつぶやきを、みんなの思いとして紡いでいく為には、コーディネーターの存在が必要です。玖珠町には、斉藤さんという素晴らしいコーディネーターがいて、それぞれの役割を引き出し、参加者ひとりひとりの存在を尊重していました。そして、「できる範囲でOKだよ」、「来られる人は是非来て欲しい」という暖かい声かけ、気配りをしていました。それに呼応して、周囲の皆さんがサポートすることで、良い居場所を創ろうという雰囲気が生まれていました。

設立までには、以前から子ども食堂に関心があり、一年以上、他の食堂を視察していた夫婦が加わりました。その他、地域の方の得意なことが分かると、「やってみない？」、「〇〇できる人いないかな？」と誘い、仲間を増やしていきました。こうして現在のみかづきは、参加者の誕生日を祝い、５種類の遊びコーナーを企画し、地域の専門職と繋がる勉強会を開催し、地元の食材を使った食事を調理して一緒に食べるという充実したプログラムになりました。このように、思いを実現する為には、一人一人を尊重し、チームで取り組むことが重要だと感じました。

■参加者の変化

いろいろな世代と交流できる機会が少ない中、地域の人と多世代で関われるみかづきはとても貴重な機会を作っていると思います。みかづきに参加する皆さんのお話を聞くと、多世代で交流するからこそ得られる学びや影響があり、それが楽しいとおしゃっていました。

特に、高齢者と子どもの交流から得られる気づきは、目を見張るものがありました。それは、地域食堂に参加したことによって、小学生の高齢者に対する見方が変わったことです。高齢者にはできて、子どもにはできないと思っていたことであっても、交流、遊びを通じて子どもにもできたり、一方で子どもにはできても高齢者には少し厳しいのではないかと思っていたことが、実はできたりなど、お互いの力を認め合えるようになりました。そして、子ども達は高齢

者と交流する中で、一緒に楽しめる工夫や配慮等ができるようになりました。例えば、小学生が計画を立てた遊び(卓球)では、膝の悪い方でも椅子に座ってできるような工夫やルールを決めています。一緒に活動できる環境を作ることで、高齢者からは「自分の孫のように小学生の子どもたちと交流することで元気をもらえる」、子どもからは「いろいろな年代の人と遊べて嬉しい」、「学校だったら同学年の人としか遊べないけど、ここに来たら高齢者の方とも遊ぶことができるから楽しい」。と相互理解を深めた様子が伺えました。

また、地域で小学生から高齢者まで、多世代で交流しながら食を共にするということ、その実現まで誰かのために考え準備するプロセスは、心も体も満たされるものであると実感しました。具体的には、「月に一度、地区の料理を皆で食べることができる。この食べるということが幸せだ。」、「子供たちが食べている姿を見てうれしい。」、「一人で食べる時には味わうことができない、また違う美味しさがあります。」、「みかづきの当日も楽しいが、そこまでのプロセス、例えば企画についてみんなで会議をしたり考えたりして、みかづきを作っていくプロセスが楽しい、より仲を深めることができる。」とおしゃっていました。

このように多世代で交流することで、違う発見や刺激、楽しさを感じることができ、参加者にとってかけがえのない居場所になっていることが分かりました。参加している高齢者は、「活動を通して、たくさんの人と交流することができる。」「子どもと関わることで元気をもらえ自分も若くなれる」、「みかづきが近況を確かめる場になっている」、「みかづきが頑張りの種になっている」、「みかづきがあるから元気が出て、元気が出るから活動に参加できる」などと話していました。

さらに食堂以外での変化として、地域の人が参加してつながることで、今まで何も言わず通りすがっていた人とあいさつを交わすようになったり、参加者への思い込みが変わり新たな面を知ったという変化がありました。例えば、「参加するまでは、怖い人と思っていた方が、実はとても協力的に何でもやってくれた。」、「登下校中の小学生と高齢者が挨拶を交わすようになった」などです。

■夢を語り合える場

高齢の参加者は、コミュニティの中で、互いの存在を認め合える居場所ができたことで、未来を考えられるようになったそうです。例えば、「（次のみかづきの開催日を）ゆびおり数えながら、スケジュールにちゃんと入れてます」、「未来も続けて行かないかん。私もあまり時間がないんですけど、もてる力を精一杯発揮して、皆さん方と一緒に子どもにも高齢者にも喜んでもらうようなものができればいい。」などです。また、地域の方々が気楽に参加できるような工夫も検討されており、ふれあい食堂の活動内容を決める、月に1度の事務局会議の名前を、「やったろう会議」や「頑張ろう会議」などに変えたいと考えています。そして、高齢化に伴い、ふれあい食堂に足を運ぶことが困難な方々や子どもたちの親世代の参加の実現の為に、何ができるか検討しています。さらに、みかづきのように月１回集まるのとは別に、高齢者がふらっと訪れて、和気あいあいと雑談や会議ができる場を創りたいと夢を語られています。

■居場所づくりの役割が生きがいに繋がる

今回の参加を通じて、座学では決して学ぶことのできない、地域食堂に携わっている人の一人一人の思いや考えに触れることができ、また地域食堂を通した人と人との出会い、新たな役割取得、認められる喜び、地域の特産品を仲間と共に食べられる幸せなど地域食堂の役員の方や参加者の方との活動やお話を通して感じることができました。参加者は活動のなかで役割を全うし、自分の能力を発揮していました。これは、授業で学んだ、仕事を退職した高齢者の役割獲得であり、生きがいに繋がると感じました。そして、斉藤さんのようなコーディネーターが全ての地区にいるわけではないので、私たちが専門職となり力をつけて、地域で貢献して行くことは重要だと感じました。

現在、北山田ふれあい食堂みかづきでは、若い人や来たことがない人にも来てほしいという思いから、カードをみんなで配るなど広報活動をされています。皆さんも是非、参加してみてほしいと思います。

参加者との意見交換の様子