取材対象：玖珠町 北山田ふれあい食堂みかづき #1活動に参加した際の気づき
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、玖珠郡玖珠町の北山田自治会館ホールを拠点として、2022年4月にオープンしたばかりの居場所です。名前の由来は、会場近くの「みかづきの滝」で、みんなで話し合って決めたそうです。毎月第4土曜日の10時～13時まで開かれ、数十人の地域住民が活動に参加し、小学生からお年寄りまで様々な年代の人が集まります。活動内容は毎月異なり、今月は、誕生日のお祝い、卓球、昔遊び、麻雀、トランプ、防災教室、お茶コーナーなどで、最後に輪になって食事を頂きました。

■結束力があり排他的でない、あたたかな雰囲気

私たちがみかづきの会場に入ると、司会の斉藤さんが駆け寄って、「今日は来てくれてありがとうね」と歓迎してくださいました。そして、一人一人に声をかけて名前を聞き、自己紹介の後、参加者全員で「〇〇さ～ん！」と拍手をして盛り上げてくださいました。こんなにストレートに歓迎の言葉を頂き、初めての場所で緊張しているとか、人前でちょっと恥ずかしいという気持ちが吹き飛びました。新しく来た人に対する温かい気持ちが伝わってきて、嬉しい気持ちになりました。司会のコーディネートと地域の皆さんの雰囲気づくりで、自分と他の参加者と繋がるように声かけをしてくださったことに、とても感謝しています。

その後、参加者の誕生日を祝いました。該当する方は前に出て、自分の名前や一言コメントを述べ、「おめでとう！」とお菓子のプレゼントを貰い、ハーモニカの得意な方が誕生日の演奏を奏でる中、他のメンバーで花道を作ってその中をくぐります。お祝いされた人達はみんなすごく嬉しそうで、終始笑顔でした。歳を重ねるごとに自分の誕生日を祝う機会は少なくなると思います。しかし、ここでは自分の誕生日を周りから祝われるという喜びを味わうことができ、より長生きしたい気持ちや人とのつながりを感じる良い取り組みだと思いました。

このような「北山田ふれあい食堂みかづき」の取り組みは、一人一人を大切にしている証左であり、新しくコミュニティに入る人を受け入れることはもちろん、受け入れられる側の気持をあたたかくしてくれるそんな雰囲気作りに長けていると思いました。このソーシャルワークのおかげで、「結束力がありつつ、まったく排他的でない雰囲気」が生まれているように感じ、どうやって創ってきたのか興味を持ちました。

■ごちゃ混ぜの居場所

遊びの時間、会場には５つの遊びコーナー（大型トランプ・お手玉・お茶・卓球・麻雀）が作られていました。企画する方は、自分が得意なことを活かして活躍することができます。例えば、斉藤さんに「手伝って」と誘われて参加し、茶道ができるからお茶のコーナーを創った方は、他の参加者と一緒にお茶を楽しむことで、みかづき参加するのが楽しみになっているそうです。コーナーも協力して作り、道具を集める人など役割分担をしていました。

参加者も企画者も各コーナーを自由に行き来し、それぞれが好きなことをして楽しそうに過ごしていました。子どもから高齢者まで楽しめる遊びとはどんなものだろう、そんな気持ちでコーナーを覗くと、小学生から高齢者、歩行が困難な方までごちゃ混ぜで遊んでいました。例えば、私はお手玉も麻雀も初めてでしたが、高齢者の方が優しく教えてくださり、楽しく活動できました。小学生が考えた卓球コーナーでは、歩行が困難な方と対戦するときはお互い椅子に座って卓球をするという、みんなが楽しめるような配慮がありました。卓球を台の周りの人は、「点つけるよ」と率先して手伝いをして、「卓球する？」と他の人を誘ったりして、みんなで楽しく遊ぶことができました。そして、大きなカードを使った神経衰弱では、小学生対大学生で勝負をしました。「ここにあるよ！」とカードの位置を騙しあったり、お年寄りも「ここじゃない？」と位置を教えてくれたりして、みんなが参加でき一気に仲良くなることができました。

得意なことがあっても、生かせる場がなかったり、場所や一緒にする人がいなかったりすることが、特に高齢者には多いのではないかと思います。このような自分の強みを生かせる場や、

自分が楽しく遊べる場があることは生きがいや居場所になると思いました。その他、それぞれが歌を歌うことや遊び道具を集めるなどの役割があり、これも参加者の食堂に行く意味をより大きなものにしていると感じました。大学の授業で学んだ、退職した高齢者の社会参加や役割の獲得に寄与すると感じました。

このように、既存の遊びを参加する相手が楽しめるように工夫したり、教え合ったり、自分が得意なことを生かしたり、それぞれ役割を担うことで、みんなが楽しむことができるように配慮していました。

■顔の見える関係、つながりづくり

みかづきでは、地域の専門職による教室の企画をしており、今月は地域の防災士さんが災害の時に使える段ボールの椅子の作り方を説明してくれました。小学生とお年寄りが椅子づくりを体験し、みんなで教えあいながら、楽しく防災について学ぶことができました。このように、災害時に役立つ知識と共に、顔見知りの関係をつくることで、災害時の協力体制を築きやすいのではないかと感じました。

食事は、会議でメニューを決めて、食材をみんなで持ち寄り、４つのチームに分かれて交代で作っています。この日のメニューは、黒米、スープ、おでん、サラダ、漬物等で、特に黒米やフキの佃煮は、参加者が育てた地元の食材であることを知りました。このように多くの人が関わってできたご飯に感謝し、みんなと顔を合わせて円になって食べるのは、とてもおいしかったです。コロナ渦で人と顔を合わせながら食事をすることが少なかったため、久しぶりの経験でした。私は、小学生が手招きしてくれ、隣に座って一緒に食べました。おいしいご飯を食べながらいろいろな話をすることができ、より仲良くなることができました。また、足りない人はおかわりをして、食べきれないときには「残してもいいよ」と声をかけ、時間がない子には持って帰れるようにパックに詰め、それぞれに合わせた食べやすい環境が作られていました。

このように、コロナ渦で集まることが減った中、地域の人で集まって活動をする貴重な機会だと感じました。このように地域でとれた食材を調理して食事をすることや、防災時の備えをしながら地域の人々とつながることで、地域愛を育むことができると思いました。

■地域住民が主体となり生き生きする場

みかづきの現在の課題は、過疎地域で交通手段も豊かでない為、移動手段がない高齢者に対してどのようにアプローチをしていくのか、ということだそうです。多くの方に参加してもらいたいのですが、歩行が困難なため参加できない方がおり、限られた資源で考えていく必要があるとおっしゃっていました。

みかづきは参加者が多く、年代も幅広い多世代交流の場ですが、それぞれがみかづきに対して強い思いを持って活躍しています。それは、斉藤さんの思いに呼応し、地域住民が主体となって考え、運営しているからだと思います。みかづきでは、みんなが楽しめるように参加者同士の声掛けや配慮があり、これらの言動が、お互いを尊重し役割を担う良い雰囲気を作っていると感じました。今日の体験を通して、自分が授業で学んだ、「多世代交流」や「コミュニティ・ソーシャルワーカー」という言葉を実感することができました。また、コロナ渦で交流の場に参加する機会がほとんど無かったこともあり、参加者みんなが輝いていて笑顔で溢れていたこと、こんなにもあたたかい方々とこの取材を通して出会えたことが、とても嬉しくて幸せで光栄に思え、胸がいっぱいになりました。

過疎化によって地域の人口が減少する中で、住民同士がそれぞれ協力し合うことは、今後ますます重要になってくると思います。そのような日本の現状において、住民同士がつながりの場、相互理解の場であるふれあい食堂みかづきを多くの人に知ってもらいたいと思いました。そして、このような活動が各地で実践されるよう、私たち学生が伝えていくべきだと感じました。

「北山田ふれあい食堂みかづき」
2023年1月28日のスケジュール

10：15～　自己紹介
10：30～　誕生日会
10：45～　遊びの時間（お手玉、お茶、麻雀、トランプ、卓球、お茶）
12：00～　防災教室（段ボールで椅子づくり）、地域の発信
12：20～　食事の準備・円になって食事
13：30～　質疑応答

小学生の考えたルールで卓球を楽しむ様子

多世代で大きなトランプで遊ぶ様子

災害時に使う段ボール椅子を習う様子

地元食材を使った昼食