パルシステム東京

まちを支える行動が始まる“ひと”便り

となりて vol.2

「となりて」は、“すぐ隣で困っている人を助ける”行動のきっかけづくりをめざして、パルシステム東京が支援する地域のくらしを支える活動を紹介していきます。
今号で紹介するのは、世田谷区の地域デイサービスを行う「あじさいの家」。パルシステム東京の配達担当・諸（もろ）さんが、最近悩んでいることを“人生の大先輩”に相談しに訪れました。

25歳、配達担当。“びいおばあちゃん世代”に人生相談。

4月から社会人になり、ひとり暮らしも始めました！
新生活に少しずつ慣れながら、働くことの大変さを
知ったり、改めて家族のことを考えてみたり…。
同年代には話しづらい“人生相談”を、思い切って
「あじさいの家」のみなさんに話してみることに。

祖母が亡くなってから
ひとり暮らしの祖父。どんなこと
をしたら喜んでもらえる？

諸　祖父とは仲がいいんですが、僕が遊びに行くのは年に３～４回。地域の横のつながりもあんまりなさそうで心配で。

竹内さん　**横のつながりはやっぱり大事ね。**小林さんたちは「あじさいの家」の利用者さんどうしでとても仲がいいの。同じ時代を生きてきた方々の付き合いが地域で広がっていく様子は、見ていてうれしい。

小林さん　「あじさいの家」に来るには歩いて 15 分かかるし、上り坂もあるし…暑い日は本当に大変。でもここでみなさんと話して、楽しく過ごせるのが元気のもとだから。

竹内さん　それと同じで、**年代が違う人との縦のつながりも大切。**今日こうして「あじさいの家」の私たちのことを、諸さんみたいな未来をつくる若者に知ってもらえるのはとってもありがたい。

越村さん　家族の縦のつながりで言うと、私はお姑さんと 30 年いっしょに暮らしたの。おじいちゃんおばあちゃんのふたりで子どもを守ってくれて、おかげで優しい子に育った。

竹内さん　**おじいちゃんやおばあちゃんと孫って、お互いに相手が経験したことのない宝物を持ってるのよね。**諸さんは、おじいちゃんとはいつもどんなお話を？

諸　特別なことは何も。ふだんのささいなことを話したり、いっしょに出かけたりするだけで。

パルシステム東京は地域の居場所づくりを応援しています

世田谷区では、地域の方が担い手となって定期的な“通いの場”を運営する「地域デイサービス」が行われています。パルシステム東京は行政と連携してこうした活動を継続的に支援し、地域の居場所づくりをすすめています。

竹内さん　それだけでいいのよ。いっしょにいるだけでも、おじいちゃんの思いってなんとなく伝わってくるじゃない？ それを伝え合うことが人の幸せ。家族とのつながりでも、地域とのつながりでも同じこと。だからやっぱり、人のなかにいなくちゃね。

越村さん　うちは子どもたちが育って、両親が亡くなって、夫婦で世田谷に引っ越してきたのが 34 ～ 35 年前。でも３年前に夫も亡くなって…。それからすぐ「あじさいの家」に入れていただきました。

竹内さん　つらいときや体の調子が悪いとき、**仲間がいてくれることが大きな支えになる**ものね。

小林さん　気持ちは70代だけど、体は91歳。それでも「あじさいの家」でみなさんに会うって目標があるから、毎日必ず30分は歩いて足を動かしてるんですよ。

竹内さん　自分で動こうとするからこそ元気でいられる。「あじさいの家」はお世話する・される形ではなく、運営側と利用者さんが同じ土俵の上で、力を合わせて居場所づくりをしていくための場。私も今は運営側だけど、いつか利用者になっても自分の力で通い続けたい。**小さなことでも、目標をもちながら生きていくって重要なこと**ですから。

諸　じつは、仕事の悩みも相談するつもりだったんですが…。お話を聞いてたら、自分の悩みなんてちっぽけだなって。

竹内さん　「あじさいの家」の運営も、始めるときは仲間から「私たちが区の福祉活動をするなんて…」と反対意見が出て、スムーズにすすまなかったの。活動していけば問題も起きるし…。でも大事なのは、**目の前の問題に取り組むのをやめないこと。**一つひとつの解決を重ねて、ボランティアの人も利用者さんも増えてきました。

諸　僕の仕事も同じだなって思えます。失敗するときもあるけど…。

失敗なんてたいしたことないのよ。
ひとつずつどうしたらいいか
考えて、その繰り返し。

竹内さん　放り出さずに続けていれば、次の課題が見えてくるはず。だから**いつもアンテナを張ってなくちゃ**だめよ！ ぼーっと生きてちゃだめ。

諸　…刺さりました。

竹内さん　でも、毎日ガンガンやるともたないし、ぼーっとするときも必要。それを繰り返していたら、人生の目標も見えてくるんじゃない？

越村さん　諸さん、しっかりしていらっしゃるから大丈夫！

みなさんとっても気さくに
話してくれて、いろんな言葉に
励まされました。毎日の配達、
これからまたがんばれそうです！

あじさいの家

今年９月で３周年を迎えた地域デイサービス。パルシステム東京登録グループ「生活研究 あじさいグループ」の組合員が主体となって運営し、週に一度、パルシステム東京の施設「パルひろば下馬」にて行われる。運営者と利用者がいっしょになって体操や昼食、手芸などを楽しんでいる。

パルシステム東京の地域ネットワーク

パルシステム東京 コミュニティ・ワーク連絡会

CW連絡会 コミュニティ・ワーク連絡会（以下、CW）とは?

自分たちの地域を元気にし、地域の問題を解決するために、地域課題に取り組んでいる非営利の市民活動（NPO法人等）の集まりです。CWは互いに顔が見える関係をつくり、パルシステム東京はCWのさまざまな活動を応援しています。
加盟数：24団体（2019年10月時点）

子ども・子育て支援

NPO法人 こうとう親子センター

地域の子ども・子育てのために
何かしたい！と思う方、
一歩踏み出してみてくださいね

「子どもたちと子育てのために、自分たちの手でできる支援」をしようと有志が集まった、子ども支援＆子育て支援のボランティアグループ。子育て家庭訪問、電話相談、親支援講座などの活動で、子どもと子育てを支える、新たな地域の「つながり」をつくることをめざしています。

子育て相談

「非行」と向き合う親たちの会（あめあがりの会）

思春期の子どもの悩み、結構きつい、
しんどいものです。どんなことでも
安心して話せる場です

子どもの「非行」や「問題行動」に悩む親たちを支え励ますことを中心に、子どもの健全育成にかかわる人々や立ち直りをめざす子どもたちに対し、相談・交流など支援活動を行っています。「子どもは社会の鏡」といいます。子どもを豊かに育てる社会とは何かを探りつつ活動しています。

動物福祉

NPO法人 ゴールゼロ

犬猫セラピー訪問活動をしています。
「活動に参加したい！」「うちにも来てほしい！」お問い合わせください！

犬猫の殺処分ゼロをめざし、人と動物がともに豊かに暮らせるまちづくりのために活動する団体。犬猫の不妊去勢手術の推奨活動や、子どもたち向けの「命の教室」に携わってきました。最近では犬猫といっしょに介護施設を訪問し、新宿・中野・杉並周辺でセラピー活動を始めています。

セミナー・相談窓口

世田谷くらしのサポートネット

そのうち、なら今のうちに。
抱え込まないでお気軽にご相談ください

世田谷区を中心に活動する行政書士５名による団体です。遺言の書き方、相続の手続き、離婚問題など、「知っていればこんなに大きな問題にならなかったのに」というご相談がよくあることをふまえ、「日常の法的疑問・問題へ応える窓口を作ろう！」と立ち上げました。

ひきこもり支援

NPO法人 ウイッシュ・プロジェクト

対人関係やコミュニケーションが苦手な方、
セミナーやカウンセリング体験も実施しています。
一度参加してみませんか？

「ともに考え行動し、夢を実現させていく」を理念に、社会から孤立しがちな若者とその家族を支援する団体。一人ひとりが自分らしく暮らしていけるよう、カウンセリングを基本に、家族会（毎月1回）やセミナーの実施、経済面の相談など、総合的サポートを行っています。

人々のくらしを支える さまざまな活動を応援しています。

「自分も活動に参加してみたい」「何ができるかはわからないけど、力になりたい」と思う活動があれば、まずは私たちにお問い合わせください。

生活協同組合パルシステム東京 組織部 地域支援課

paltokyo-chiiki@pal.or.jp

http://www.palsystem-tokyo.coop/　〒169-8526 新宿区大久保2-2-6 ラクアス東新宿

パルシステム東京の組合員活動紹介

子育て個育てワークショップ

〈出会う・深める・つながる〉
子育て世代を超えて、
幅広い年代の組合員が参加中！

詳しくはこちらから！

多様なテーマのワークショップは、組合員の“参加・出番・対話”の場です。企画づくりや当日の進行は、パルシステム東京の養成講座を修了した登録ファシリテーターが各自の関心や当事者性を生かして担当します。