

人々の関わり合いを線で結ぶ

# 人間地図

<じんかん>

## 人は、どのように 助け合っているのか？

支え合いマップで見えてきた住民の意外な行動



これが支え合いマップづくりの現場

発行・住民流福祉総合研究所(代表および本冊子の著者・木原孝久)

〒350-0451 埼玉入間郡毛呂山町毛呂本郷1476-1

電話・049-294-8284

Eメール [kiharas@msh.biglobe.ne.jp](mailto:kiharas@msh.biglobe.ne.jp)

定価・200円

## ●人と人の関わり合いを地図に載せる。そこで見えてきたのは…

「人間地図」－「じんかん・ちず」と読む。私どもは「支え合いマップ」と言っている。人々の関わり合いを線で結んでいく。住民は50～100世帯でまとまって生活している。その住民に集まっていたら、要援護者がどこにいるか、その人に誰がどう関わっているか等を聴取する。住民が既に知っている情報だけをいただくのなら問題あるまい。この作業を20年近く続けているが、そこから住民の助け合いで様々な興味深い事実が浮かび上がってきた。彼らの助け合いの12の流儀を紹介しよう。

## ●住民の助け合い－12の流儀

福祉関係者は、対象者を要援護状態別に分け、どこかに集め、こちらで養成した人材を投入してサービスをする。住民には大して期待していない。しかし住民だってある程度の助け合いはしている。彼らは多様な手法を駆使して非力さをカバーしている。

福祉機関はサービスを充実させることにのみ関心を持っているが、その分住民が助け合いをやめてしまう。サービスと助け合いはトレードオフの関係になっているのだ。だからサービス充実の一方で、住民の助け合いを育てていくことにも力を注ぐ必要があるのだが、それには彼らの複雑な流儀に丁寧に付き合う辛抱がないと駄目だ。

---

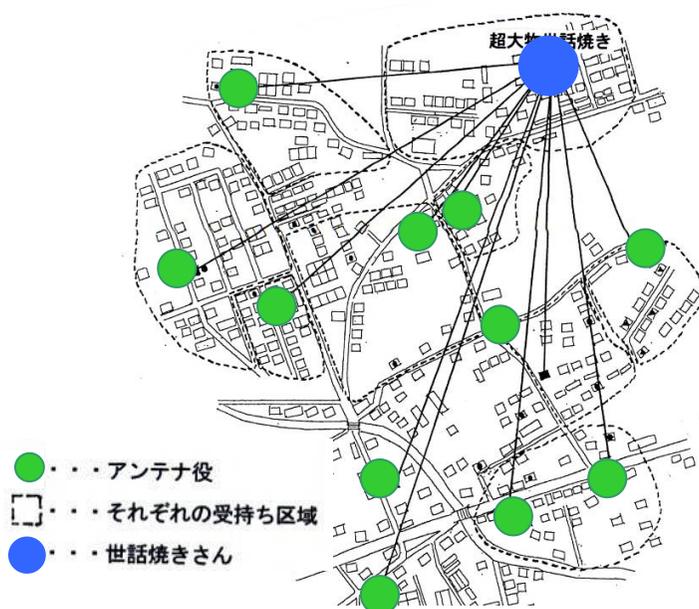
### <目次>

- (1)「ご近所」は実在していた！<3>
- (2)“助けられ上手さん”がいた！<5>
- (3)ご近所には世話焼きさんがいる<6>
- (4)“身内文化”はしぶとく残っていた<8>
  - (5)もう一つの「身内」<10>
- (6)“同病相哀れむ”の現代版<11>
  - (7)“相性”が大切<12>
- (8)活動は生活の“接点”で<13>
- (9)活動は私的、個人的に<14>
- (10)助けられる一方では困る<15>
  - (11)「タダでは頼めない」<16>
- (12)プロ・ボラ（プロのボランティア）<17>
- 【まとめ】12の流儀を使いこなせば<18>

# 1 「ご近所」は実在していた！

## ★助け合いの最適圏域は「50世帯」だった

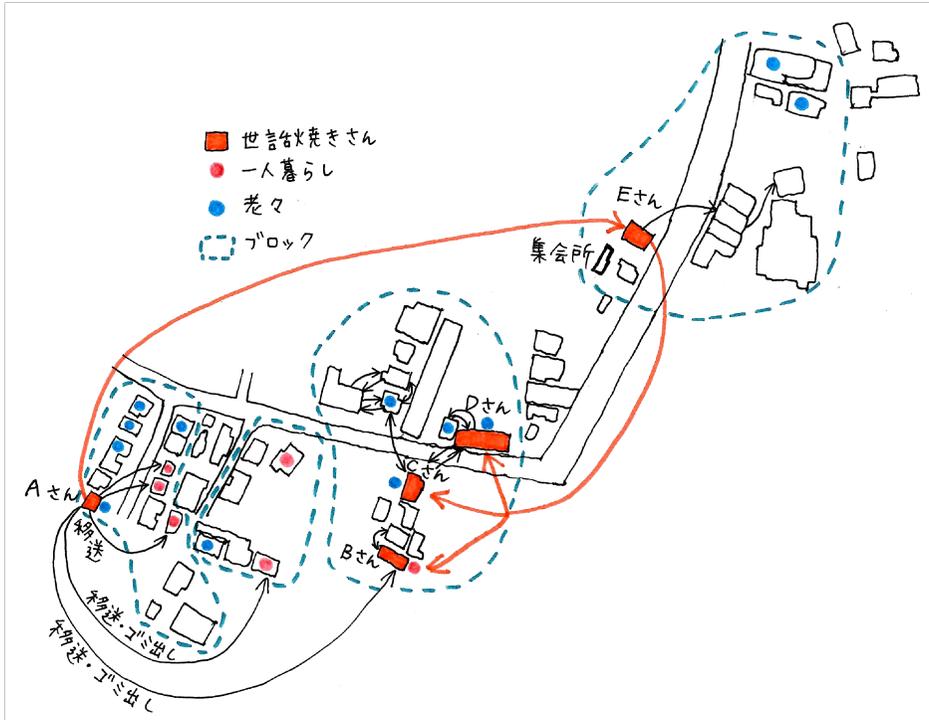
私は20年近く、支え合いマップづくりを続けている。そこで「助け合いのできる圏域」が見えてきた。それに一番近い言葉が「ご近所」であった。住民はおよそ50世帯の「ご近所」内で助け合いをしていた。それ以上広いと駄目なのだ



## ●超大物世話焼きさんも「ご近所」のことしか知らなかった

地域には人の面倒をみるのが大好きな世話焼きさんがいる。町内圏域（数百世帯）で活躍している超大型世話焼きさんを見つけた。上のマップで青色の印がしてある。彼女に「こんな広い地域で、よく要援護者を把握できるものですね」と言ったら、「そうではないのよ」。

彼女が見えるのは、自分が住んでいる「ご近所」だけ（点線で囲んである）。「其他のご近所では、要援護者がよく見える人（緑色）を探し出して、私へ連絡してもらっているの」。いくら大物でも、「ご近所」内しか把握できていなかった。



## ●「ご近所」は10世帯程度の「小ご近所」からできている

50世帯の「ご近所」は、さらに10世帯程度の「小ご近所」から成り立っているようだ。人々が積極的に助け合おうと思えるのは、この「小ご近所」なのだ。虐待はもっと小さい「向う三軒両隣」の5軒でならよく見える。

上のマップを見ていただきたい。このご近所は、4つの「小ご近所」からできている。私どもが勝手にそう区切ったのではなく、ここの大物世話焼きさんであるAさんがやったのだ。この男性は、毎日、それぞれの「小ご近所」の中型世話焼きさん（B、C、D、Eさん）宅を巡回して「なにか問題はありますか？」と訪ねていた。

私たちが助け合いのまちをつくっていくには、町内とか校区、ましてや市町村規模で考えるのではなく、およそ50世帯の「ご近所」を基本にして進めていかねばならない、ということなのだ。

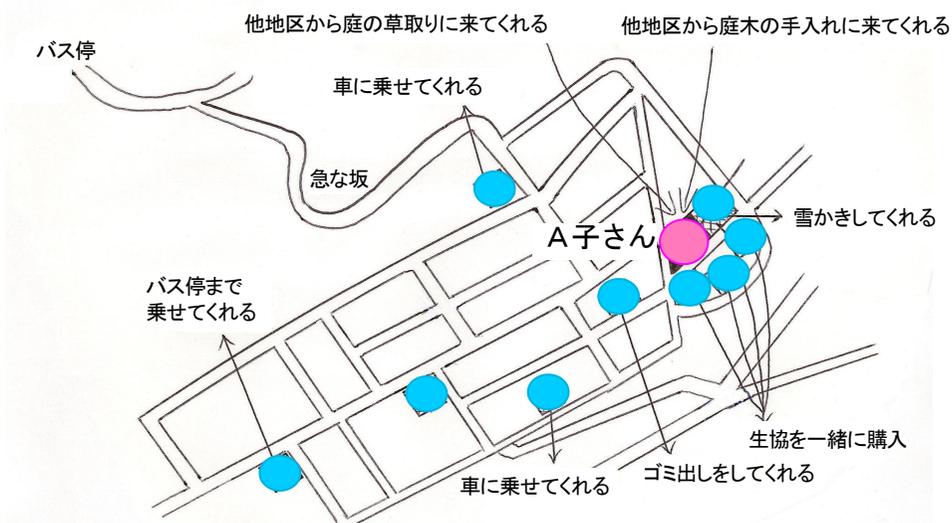
## 2 “助けられ上手さん”がいた！

### ★助け合いは当事者本人がリードしていた

#### ●要介護者自身が「あなたはゴミ出しをお願い」とご近所に

福祉とは、担い手が受け手の困り事の解決法を考え、実践することだと私たちは考えるが、主導権を握っているのは、むしろ当事者の方だった。

マップの主人公は要介護の高齢者夫婦。サービスは受けているが、まだ困り事が残っている。ご近所で対応する必要があるが、その手配を要介護の妻自身がやっていた。「あなたは雪かきをお願いね」「あなたはゴミ出しを」「あなたはサロンまで連れて行って」「あなたはバス停まで運んで」「あなたは病院まで乗せて行って。但しこれは有償で」と。



#### ●自分の未来の要介護状態に備えて、助け手育ても

こんな依頼にことごとくご近所が応じているというのも信じ難いが、これには裏があった。彼女は以前、お茶の先生をしていた。彼女の依頼に応じた人たちは当時のお弟子さんだった。売っていた「恩」を返してもらった。

まだ元気な頃から上手に（老後の）助け手を育てておく—といった芸当を無意識にやっている人に時々、出くわす。「備え上手さん」と私は言っている。福祉活動とはまずもって各自、自分の未来の「要援護」状態に備えることだった。

# 3 ご近所には世話焼きさんがいる

## ★連携してご近所福祉を仕切っていた

### ●「困った人を見つけたら、気になってご飯が喉を通らない」

①で紹介したが、マップで浮かび上がってくる人材が世話焼きさんだ。その人から周囲の要援護者に向かって数本の線が走っている。下のマップを見ていただきたい。

右下に10数本の線が出ている人が大型世話焼き。上部に5、6本出ているのが中型、左に2、3本出ているのが小型、と言っている。線の多さが世話焼きんのスケールと比例している。1つのご近所に大抵は、これぐらいの数で分布しているが、彼らはいつも水面下で行動しているから、周りの人には見えにくい。

彼女（大部分が女性）たちは皆、同じことを言う。「困った人がいたら、気になってごはんがのどを通らない」。そういう人を見つけたら、「即刻、行動を起こす」と言う。



### ●世話焼きと世話役は根本的に違う

世話焼きと世話役は違う。世話役は町内会長とか班長など特定の役についている人。世話焼きは、人の世話を焼くのが好きな人。

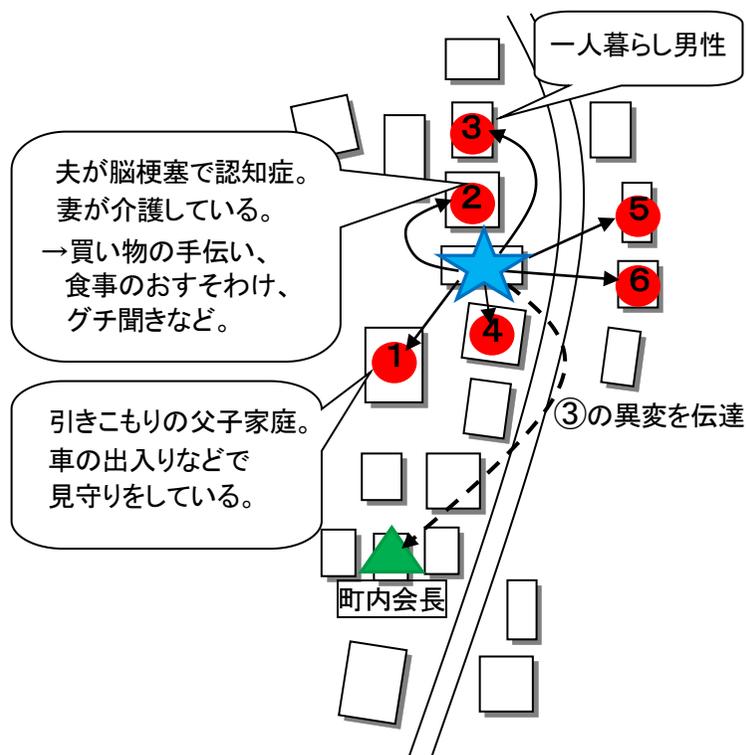
世話焼きさんに「その資質はだれから受け継いだのか？」と聞くと、「母親から」とか「祖母から」と、即座に答える。「では、あなたの子どものだれに引き継がれたのか？」と聞くと、これも即座に「3番目の子だけ」などと言う。世話焼きの遺伝子があって、特定の親族にしか伝わらないらしい。

## ●見守りからおむつ替えまで、何でもこなす

世話焼きさんはご近所でどのように行動しているのか。もう八十近くで、体もだいぶ弱ってきたという一人暮らしのこの女性（星印）。それでも自分の周り十数軒の人たちの面倒を見ていた。1番は最近越して来たという引きこもりの父子。彼らをほぼ1日中見守っている。2番は要介護の夫を介護している女性。ご覧のようにいろいろ面倒を見ています。

3番は一人暮らし男性で、最近異常を発見したのですぐに町内会長に連絡した。この3番が最近、要介護になって、彼女はおむつ替えに通っている。それ以外にも4, 5, 6番もいろいろ面倒を見ています。

このように一人の大物世話焼きさんは周囲の10軒余の人たちのお世話をしている。



## 4 “身内文化”はしぶとく残っていた

### ★親族同士の助け合いに執着し続ける日本人

#### ●「他人からの線」は世話焼きさんのみ

今回の東日本大震災で何が変わったか、というアンケート調査をNHKがやった。そこで出てきたのは、「この際、身内の絆を強めておこう」だった。「地域の絆を強めておこう」ではなかったのだ。支え合いマップをつくると、日本人がいまだに「身内の助け合い」に固執していることがわかる（下のマップ）。

要援護者（青印）に向かっている（見守りやお世話する人の）線を見ると、黒い線はすべて身内からの線である。スミの方から来ている線は、遠くから身内の世話に通って来ているということ。

その中にわずかに赤い線が食い込んでいるが、これが他人からの線で、ほとんどが世話焼きさんだ。いかに世話焼きさんの役割が大きいかがわかる。ある程度強引に入り込まないと親族の結束を崩すことはできないのだ。



● …要援護者・気になる  
★ …世話焼き

黒い線が、身内の関わり  
赤い線が世話焼きの関わり

都市部ではさすがに、これほどの「身内からの線」は引けないが、それでも遠くから娘や息子が通ってくる。それができなければ、携帯などで日々連絡し合っている。

NHKは「無縁社会」という言い方をした。地縁どころか、血縁さえ薄れていると言ったが、じつはマップを作ると、そうではないことがわかる。血縁はまだイキイキと存続しているのだ。むしろこの結束を崩すことがいかに難しいことか。

## ●ご近所内の「スープの冷めない」距離に息子が近居

最近マップをつくっていて気付くのは、「近居」が増えているという点だ。マップを見ていただきたい。息子や娘が同じご近所内の別の敷地に家を建てて、日常的に親元へ通って来ているのが18件見つかった。ご近所にスペースがない場合は、隣接した空き地に、住居を求めている。



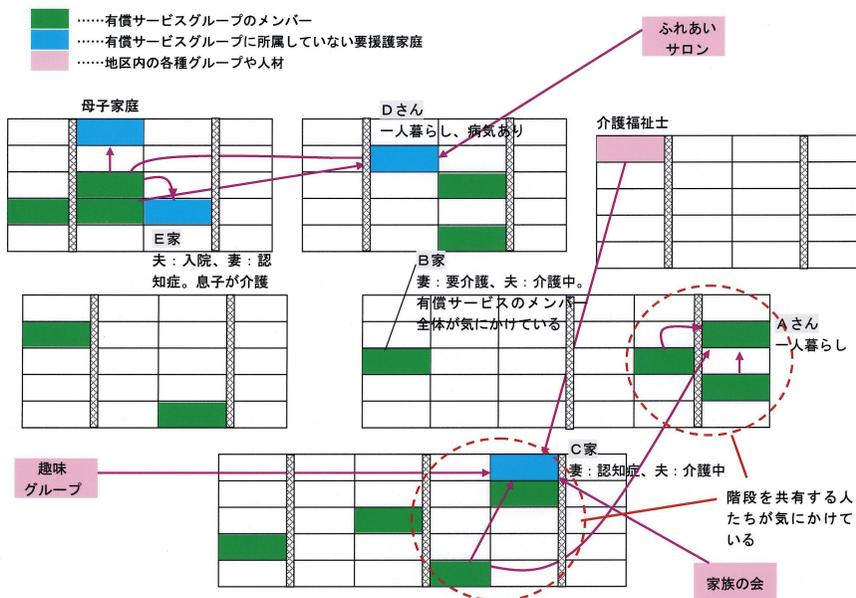
遠くから通って来ると、親が要介護になった時、大変になる。といっても、親と同居できるスペースもないし、「スープの冷めない距離」もキープしたい。ということで、近居となった。再び大家族主義がやってくる気配もある。こうした困難な時代には身内が寄り添って助け合うしかない、と思い始めた。

# 5 もう一つの「身内」

## ★趣味、スポーツグループの仲間で助け合い

### ●仲間意識を生かせば、有力な資源の一つに

地域にはたくさんのグループができています。ふれあいサロンから趣味グループ、スポーツグループ、ボランティアグループなど。定期的に会い、一緒に行動するから、当然仲間意識が芽生える。ならば、仲間が困った時に助けに行くぐらいのことはできるだろうと思うのだが、意外に助け合いは進んでいない。しかし、ここにも助け合いの可能性はあることは間違いない。



### ●有償グループもご近所では無償で助け合い

上のマップは団地の一角。この地域に有償の福祉サービスグループができていて、メンバーが地元に戻ってから助け合っていた。例えば一人暮らしの仲間（Aさん）を、同じ棟の仲間が見守っている。Bさんも要介護の妻を介護中だが、団地内の仲間全体で気にかけている。夫が入院、妻が認知症、それを息子が介護中という家庭（E家）も棟内の仲間が支えていた。これらはすべて無償だ。

他にも、C家には家族の会も来ている。他棟の介護福祉士も。Cさんには趣味グループの仲間も来っていた。Dさんの家には、サロンのメンバーが来っていた。

# 6 “同病相哀れむ”の現代版

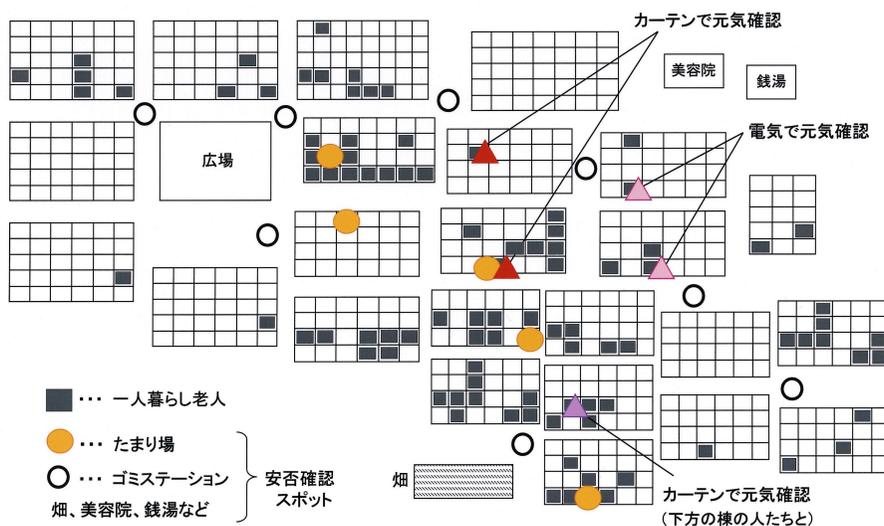
## ★同じ要援護者同士で助け合っていた

### ●一人暮らし高齢者たちで完璧な安否確認システム

最近話題になっている「要援護者だらけの集合住宅」。行政が意図的にそこに要援護者を住ませる場合と、家賃が安い等で自然に要援護者が移り住んだ場合がある。要援護者同士では助け合いようもないと思うが、そう悲観したものでもない。

下のマップは、地方都市の築数十年という公営住宅。黒印は一人暮らし高齢者。白い部分の多くは空き部屋だ。福祉関係者が嘆いていた。「よほどたくさんさんの担い手を養成しなくては、間に合わない」。この一人暮らし高齢者に、安全確保策を尋ねてみた。

「私は向いの〇〇さんと、夜、電気がついたら大丈夫としている」「私は向いの△△さんと、朝カーテンが開いたら元気と…。一人暮らしが集まる部屋も、棟ごとにあった。その他にも彼等の安否確認（し合うための）スポットがあちこちに。一人暮らしのリーダーたちが自転車訪問と電話訪問もしていた。



### ●「要援護者だらけの集合住宅」ではこの方式を使えばいい

私たちは「要援護者にはボランティアやプロが関わる」という図式に慣れているが、住民の流儀では、当事者同士が助け合うことが先決なのだ。「要援護者だらけの集合住宅」ではこの方式を多用すればいいということになる。

# 7 “相性”が大切

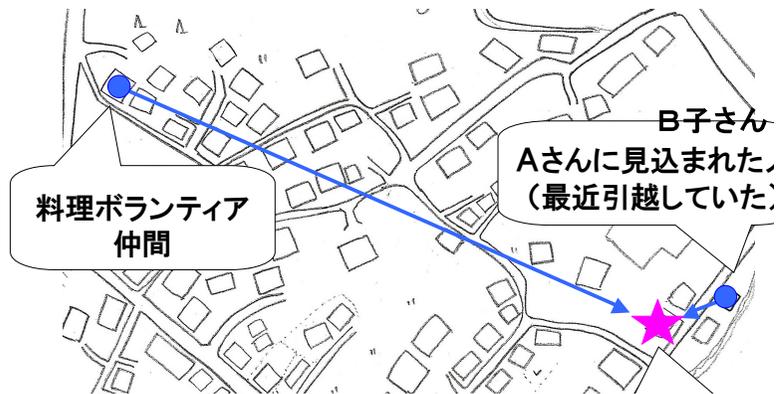
## ★当事者が主導権を主張するのが住民の流儀

### ●相性の合わない人なら、民生委員が訪れても戸を開けない

「見守り隊」が広がっている。ボランティアを募集し、グループを作って一人暮らし高齢者宅を訪問してもらう。その際訪問者と対象者との相性を顧慮することはない。民生委員の中には「気がかりな人を訪問しても戸を開けてくれない」と嘆いている人も少なくない。民生委員が行けば相手は受け入れるべきだと思っている。

マップを作ると、当事者が主導権を主張していることがわかる。自分と相性の合う人なら受け入れる。相性が合わない相手なら、たとえ民生委員でも受け入れない。

### C子さん



### ●本人と相性の合う人を探していたら…

死後1週間で発見された一人暮らしのAさん。民生委員や見守りボランティアが訪れても、ドアを開けなかった。「どんな引きこもりでも、2人や3人には門戸を開けるものだけど…」と町内会役員に確かめたら、「そういえばBさんは受け入れていた」。

ではなぜ孤独死したのか。Bさんが最近、引っ越していた。もし民生委員が、自分が受け入れられない（相性が合わない）ことは脇へ置いて、本人がだれを見込んでいたかを探せば、Bさんを発見できていただろうし、Bさんが引っ越すときに引き継げたはずである。相性を大切にしておけば、孤独死も防げたかもしれないのだ。

## 8 活動は生活の“接点”で

### ★「わざわざ」活動に出かけるのを嫌う住民

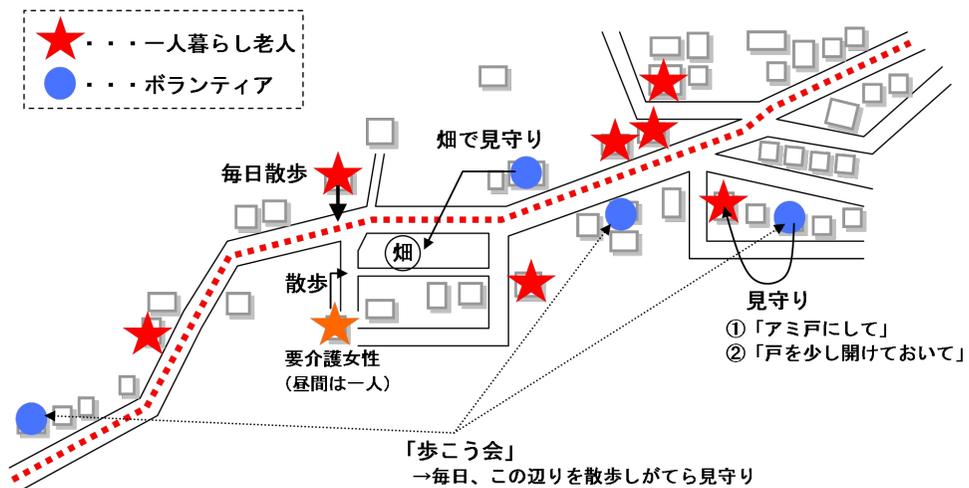
#### ●お散歩のついでに沿道の高齢者の見守り

一般に高齢者の見守り活動などをする時、ボランティアを募集し、彼らがグループを作って、指示された高齢者宅を訪問するというやり方を取る。

マップを作ると、住民はそんなことはやらない。生活の接点で出来ることをやっている。下のマップを見ていただきたい。一本の道沿いに人々が住んでいる地域がよくある。その中に一人暮らしの高齢者も交じっている。こういう場所がよく見つかる見守り方がある。

3人の主婦が「お散歩の会」をつくって、毎日、左から右方を歩くことにしている。その際、「ついでに」と、道沿いに住む一人暮らし高齢者の安否を確認することにした。見守りにくい家には「アミ戸にしておいて」とか「戸を開けておいて」とお願いする。そうやって見守りお散歩が終了すると、この道のずっと右に住んでいる民生委員に結果報告をするのが日課になっていた。

その他にも、自分の畑に行った時に周囲の一人暮らし高齢者に気を配る人、要介護の女性が散歩するとき、通り沿いの人たちが見守るなど、生活をしながらその接点で見守ったり、見守られたりしている。



# 9 活動は私的、個人的に

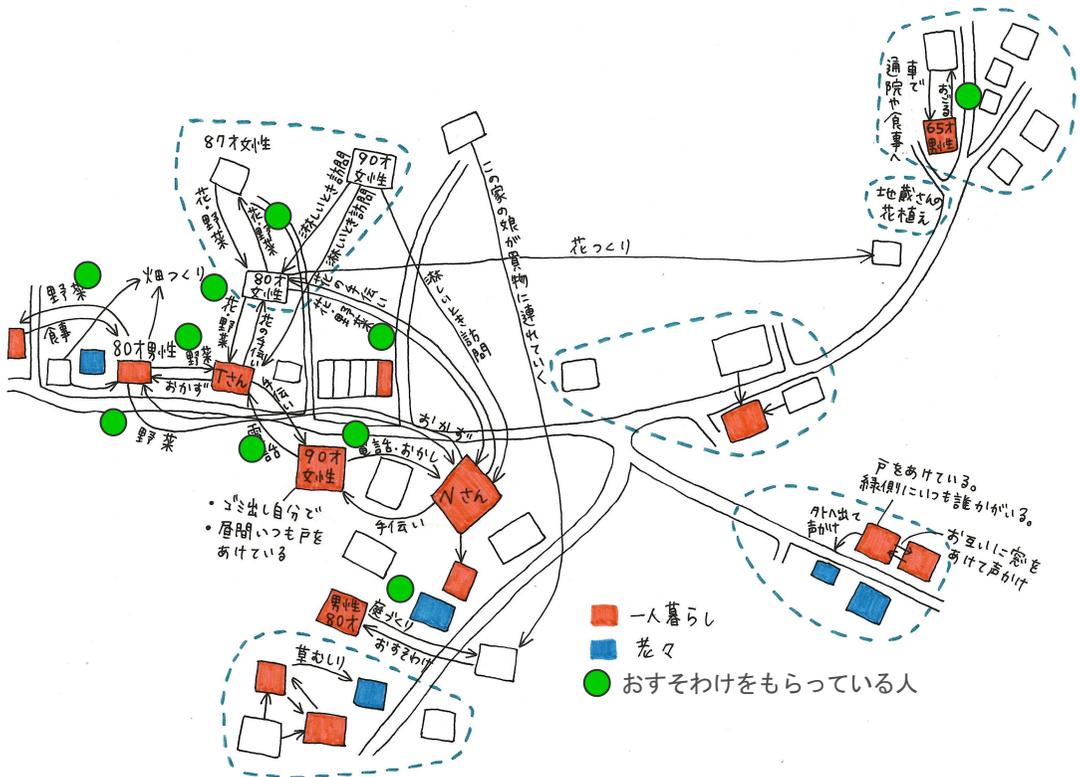
★住民は「一か所に集めてサービス」には馴染まない

## ●「お返し」が可能だから、安心していただける

NPOやボランティアが一人暮らしの高齢者を集めて食事をふるまう活動が広がっているが、住民はそういう集団操作的なあり方は好んでいない。

下のマップ。ご近所内で9人の一人暮らし高齢者が隣人からおかず等のおすそわけをもらっていた。それも各自が隣人の誰かから「私的」「個人的に」である。これだと、「福祉活動」という感じはしないが、その成果では「食事会」に劣らない。ただただ一方ではなく、畑で収穫した作物などで「お返し」もしていた。

食事だけではなく、隣人に車で病院へ運んでもらっている人（右上）や、買い物に連れて行ってもらう人（中央）など、すべて私的、個人的な活動になっている。



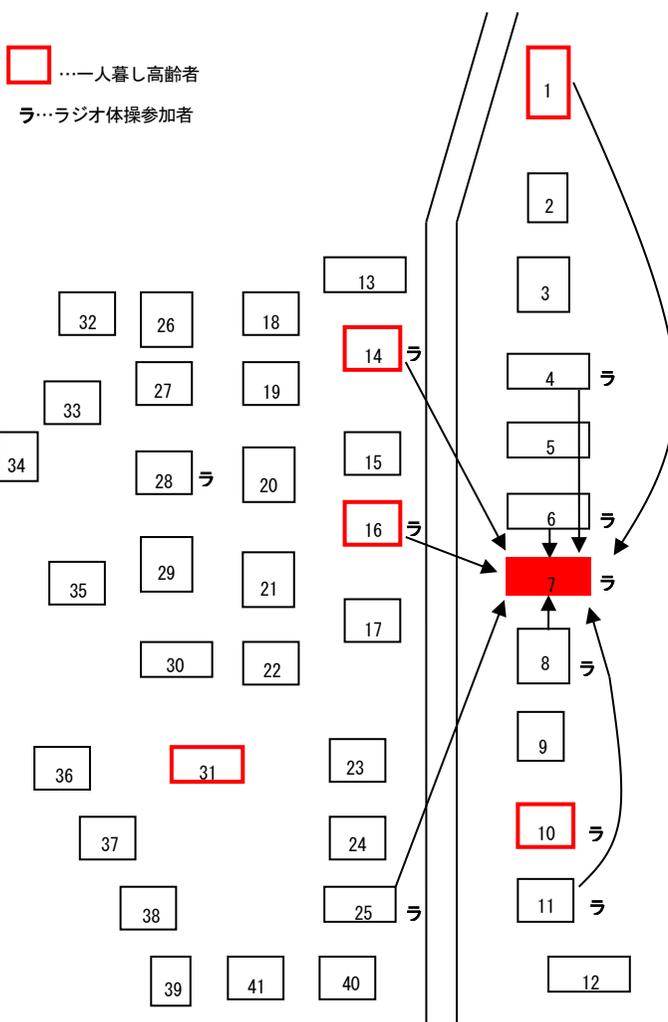
# 10 助けられる一方では困る

## ★地域では「双方向」が絶対原則

### ●自宅でお茶会開く一人暮らしの女性。参加者はさりげなく見守り

下のマップ。右側の道路は「あいさつ通り」と言われ、出会ったらあいさつすることになっている。ここで毎日、ラジオ体操が行われている。朝9時に世話焼きさんがラジオを持ち出すと、通りの住民が自宅前に出て、一斉に体操を始める。通りには一人暮らし高齢者が数名住んでいるが、体操への参加で全員の安否確認ができる。

メンバーに90歳の一人暮らしの女性がいる(7番の家)。彼女の家にとくさんの線



が入っている。彼女が「ウチに来ないかい」と誘っていた。ここで毎日のようにお茶会が開かれ、帰りには彼女の手づくりのおかずを手渡される。招待された方は、さりげなく彼女の体調を観察し、困り事があれば応じてもいる。

どちらがどちらに「サービス」をしているのか分からない、完全に双方向の関係になっている。マップを作るとこのケースが非常に多い。私たちが要援護者に一方的に「ボランティア」や「サービス」を提供しているのを住民は無神経な行為と見ている。

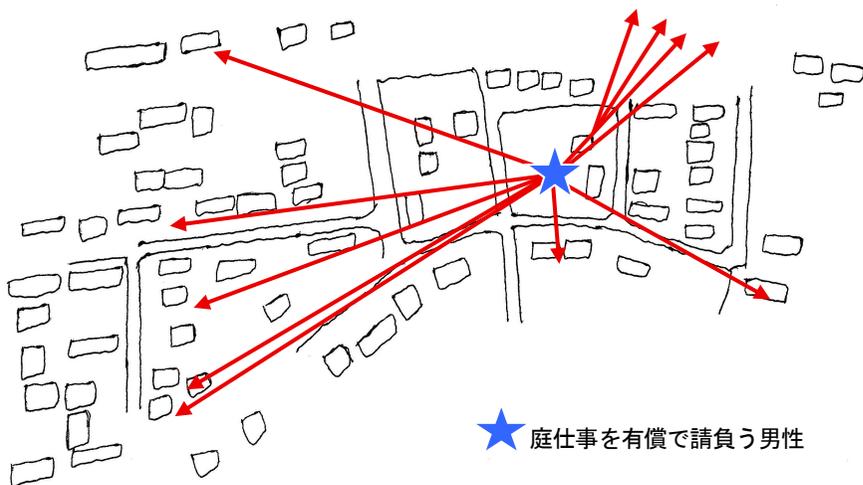
# 11 「タダでは頼めない」

## ★「無償」と「有償」を巧みに織り交ぜる

### ●「移送」サービスだけは個人契約で有償に

住民活動といえば「無償の奉仕」と決まっているようだが、最近はNPOなどが有償制を取り入れるようになった。たしかに住民同士の助け合いは基本は無償だが、「こんな大変なことは、タダでは頼めない」と判断した場合、その行為に限定して有償にする、という方式が、じつは住民の間でも採用されている。

5ページのマップを再度見ていただきたい。要介護の女性が、介護保険サービスにはない困り事をご近所の人たちをお願いしている。その中の「移送」サービスに限っては、個人契約で有償にしていた。それを当事者が主体的に判断するのが特徴だ。



### ●一定の料金設定はせず、両者の関係で千差万別

住民の有償制はじつに柔軟なやり方をしている。上のマップ。企業を退職した男性が、生きがいに庭木の剪定技術を習得した。すると近くの高齢者が「うちの庭をお願い」と頼みに来た。それを知った他の高齢者が「うちも…」と来て、とうとう11軒の庭木の剪定を請け負うことになった。

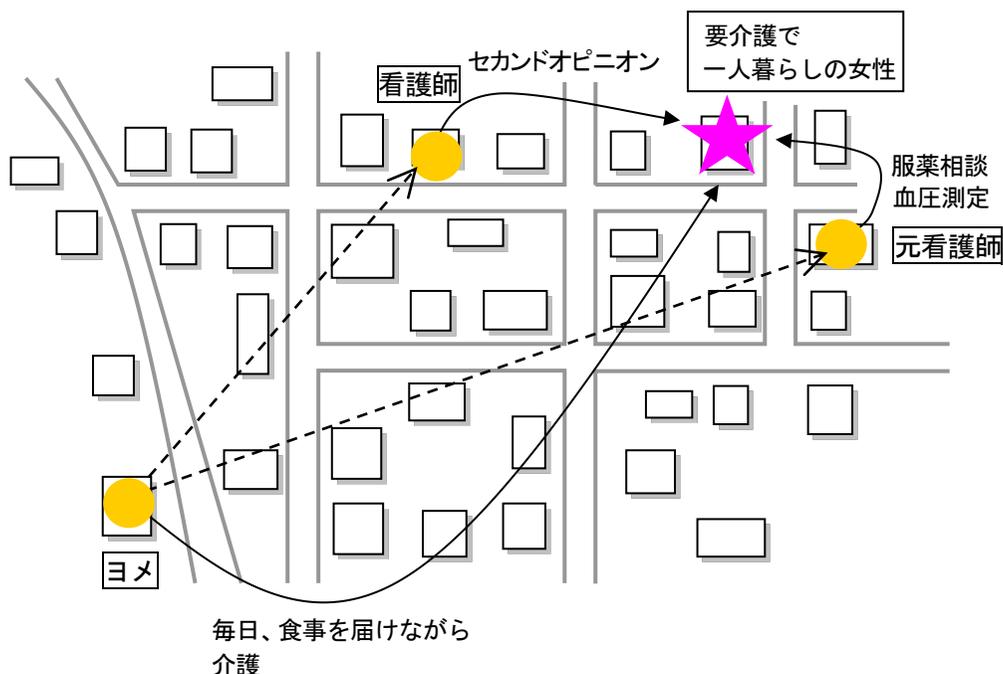
お礼はどうなのか。一定の料金設定はしていなかった。彼は価格を決める気はなく、無償でも構わないと言っている。したがって依頼主の判断や両者の人間関係によって千差万別のお礼形態となった。それで不都合が生じないのが、いかにも住民らしい。

## 12 プロ・ボラ (プロのボランティア)

### ★プロが専門技術を「住民の一人として」発揮

#### ●看護師がご近所で「診療所」の役割を果たしていた

マップ作りをすると、どのご近所にも看護師や保健師（またはOB）が数名見つかる。住民が彼女らを上手に活用している事例によく出くわす。福祉・医療のプロも家に戻れば「住民」の一人。その住民としての出番がやって来るのだ。



要介護で一人暮らしの義母に毎日、食事を届けている女性。ご近所の元看護師に母の病状を説明しつつ服薬の相談をしたり、血圧測定をしてもらっていた。それでは不安な時は、もう一人の看護師にも「セカンドオピニオン」を求めている。

ご近所には、夫や姑を介護した経験者もたくさんいるが（一ご近所に10名程度いる）、彼女はこの人たちにもアドバイスをもらっていた。

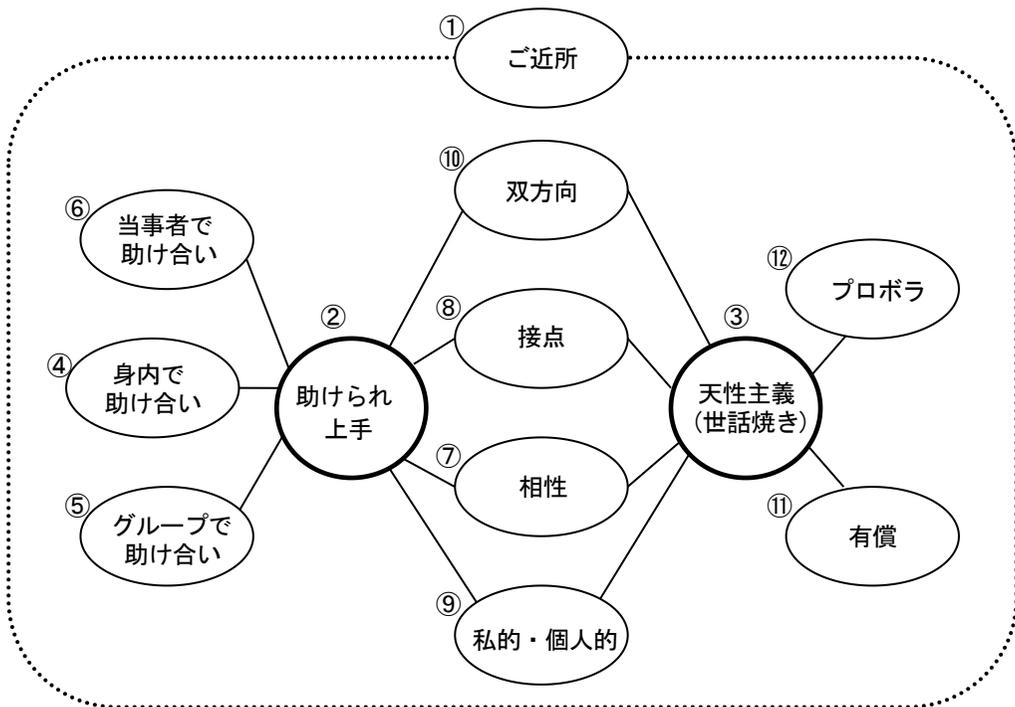
ご近所ごとに診療所があればいいが、それは不可能な話。と言っても、住民は日々医療問題で悩んでいる。そのとき足元の看護師や保健師に相談に行っている。「隠れた診療所」の機能を果たしていた。

# まとめ 12の流儀を使いこなせば

## ★住民力もバカにしたものではない

### ●すべての流儀を使いこなさねばならない

このように住民は12のパーツを使いこなしていた。②助けられ上手から左方向が当事者側のあり方。当事者が上手にお願いすれば助けてもらえる。④⑤⑥は身内での助け合いだ。⑥当事者同士、④家族・親族、⑤趣味グループ等での助け合い。

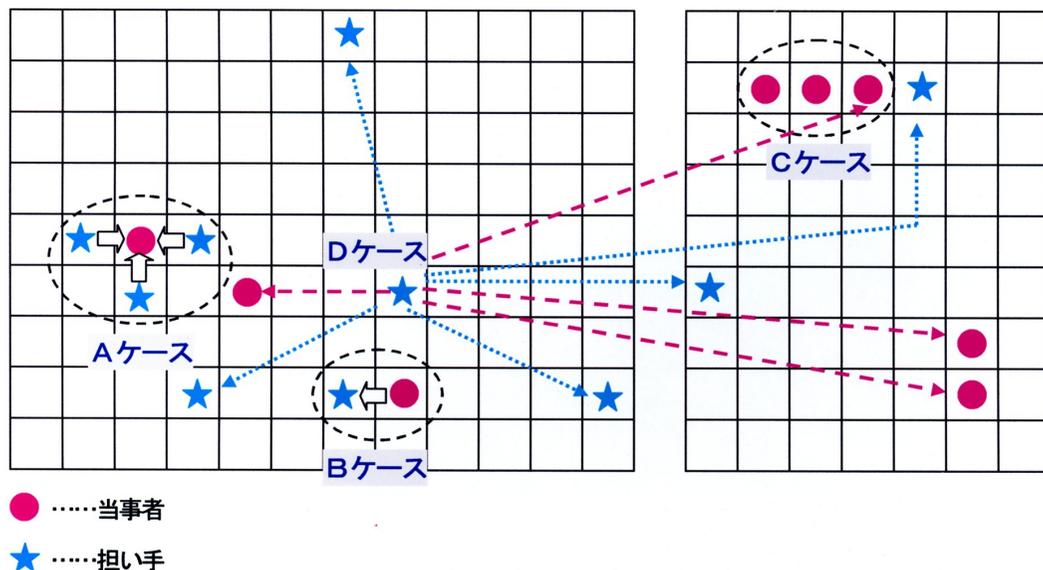


③の世話焼きさんより右側は担い手のあり方。住民は福祉力をどこから手に入れようとしているのか。一つが天性の資質を持った世話焼きさんに期待している。その他、本業の腕を発揮してもらおうプロ・ボラ、または有償という形で貢献してもらおう。

真ん中の5つは、助け合いが行われやすい担い手と受け手の関係のあり方。⑦相性が合うこと、⑧両者が接点で関わり合うこと、⑨私的、個人的な関わりを。⑩一方的な関係は駄目。こんな関係が保証されれば当事者も進んで助けてもらおうとするのだ。最後に、ご近所という狭い領域でこそ助け合いは行われ易いということ。

## ●マップを作ったことがない人は「世話焼きさんなんかいない！」

マップを作ると、12の流儀のどれがどう使われているかが見えてくる。これをヒントに助け合いとその支援システムを構築していくのだ。下のマップは都内のある団地1棟で、一人暮らし高齢者を住民がどのように見守っているのかを調べたものだ。



**Aケース**。この男性は誰にも見守られていないと言うが、マップ作りの場で、彼を見守っている人はいないかと聞いたら、彼の左右と階下に住む3人がさりげなく見守っていることがわかった。ミニ世話焼きさんがこのように、棟内のあちこちにいる。

**Bケース**。この80歳の女性が出かける時は左隣の人に「カギを預かって」とお願いしていた。当事者が助け手を自分で探し出し、巧みに活用している。

**Cケース**。一人暮らしの女性が3人、隣り合わせに住んでいて、見守り合い、カギも預け合う。買い物は3人で一緒に。要援護者同士が助け合うパターンもあるのだ。

**Dケース**。この棟全体の助け合いを仕切っている大型世話焼きさんがいた。棟内のほとんどの要援護者の情報を持っていた。彼女が普段面倒を見ている相手が4人いて、しかも棟内の5人の中型世話焼きさん（青い星印）と連携していた。

これらの情報を基に住民が安心して暮らせる助け合いシステムを考えるのだ。Dケースの大物世話焼きさんと5人の中型世話焼きさんを軸に、それぞれの要援護者に関わっている小型世話焼きさんたちとつながれば、棟内福祉の基本構図が出来上がる。

## ■“住民流福祉”を知りたいければ、まずこの1冊を

住民流助け合い起こし 筒井書房・A4判・168頁・1890円<税込>

住民流に基づいた支え合い型の地域福祉づくりのノウハウを、8つの発想に絞って簡潔にまとめたもの。住民流とは何かを知りたい方は、まず本書を。

副題は「頼れる地域福祉への8つのハードル」。「助けられ上手さんを育てているか」「世話焼きさんを大事にしているか」「ご近所を中軸に据えているか」など、他の地域福祉関連の図書では絶対に触れない事柄がズラリと並んでいる。



## ■支え合いマップを作りたければ、まずこの1冊を

支え合いMAP作成マニュアル 筒井書房・A4判・150頁・1890円<税込>



本研究所が20年前に提唱した支え合いマップ。災害時要援護者支援や孤独死対策の決定打として脚光を浴びた。地域福祉推進の情報を入手するベストの手段。今回は20年間のノウハウを集約。

「マップ作りは難しい」と言う方のために、聴取のポイントを対象別に並べるとともに、聴取の具体例も20示してある。聴取後の取り組み課題の抽出法も詳細に例示。マップの普及法やマップセミナーの開き方も取り上げた。

### ●お申し込み先 住民流福祉総合研究所

電話 049-294-8284 ファックス 049-294-8283

電子メール kiharas@msh.biglobe.ne.jp

ホームページ <http://www5a.biglobe.ne.jp/~waku/> 「住民流福祉総合研究所」