コミュニティ活動助成

一般社団法人 ケアと暮らしの編集社

兵庫県豊岡市

シェア型図書館等を拠点に健康相談等に応じる社会的処方の活動

兵庫県豊岡市の駅前商店街にある「だいかい文庫」。書棚を借りる「一箱本棚オーナー」が持ち寄った本を貸し出し、本を通した交流を仕掛ける

活動エリア

団体設立経緯

孤独は1日にタバコ15本を吸ったのと同等の死亡リスクを与えると言われており、人が健康に生きていくにはその解消が必要です。孤立や孤独といった病院内で解決できない課題に取り組むため、弊団体の医療福祉関係者らが白衣を脱ぎ、移動式屋台を引いて街に繰り出し、コーヒーを提供しながら健康相談を受ける「YATAI CAFE（**モバイル屋台de健康カフェ**）」の活動を2016年から開始しました。

この活動を通して地域住民とコミュニケーションを取ることで、相談者と地域のコミュニティへ紹介する機会が増加しました。その後20年に法人を設立し、住民と地域資源をつなぐ**社会的処方**の実践拠点として、商店街にシェア型図書館「**本と暮らしのあるところ だいかい文庫**」を立ち上げました。

活動概要と活動対象範囲

兵庫県北部に位置する地方都市の豊岡市。東京23区より広い面積に、23区の人口の1%にも満たない8万人が住んでいます。人口減少や高齢化、過疎化により、地域コミュニティの希薄化やピアサポートを形成する人口の不足といった、地方における社会課題を抱えています。このため、マイノリティの受け皿が存在せず、また回遊人口も少ないという状況が生じています。

本屋や図書館などの、本のある場も減少しています。だいかい文庫は豊岡市の駅前商店街大開（だいかい）通りに位置します。YATAI CAFEの活動を経て、地域で孤独を解消するためには固定の拠点が必要と考え、この小さな施設を開設しました。デイケアサービスなど従来の居場所に来なかった層にもリーチするべく、誰もが訪れることができ、その人にあった使い方ができるよう、シェア型図書館とケアの場を併設しています。

活動に至った理由や背景

社会的処方は、医療機関などの受診をきっかけとして孤独な地域住民に「コミュニティ」を処方する取り組みです。英国での実績があり、本邦でも注目されつつあります。21年度より厚生労働省が主体となり、モデル事業などが実施されています。

既存の制度上にある縦割りの医療福祉の相談の場、マイノリティの居場所ではなく、本というテーマに共感した人、誰もが集まれる図書館として20年12月にだいかい文庫を立ち上げました。YATAI CAFEで実践していた小規模多機能な公共空間というコンセプトを引き継ぎ、固定の施設として運用しています。図書館としても居場所としても使え、お店番という役割を持てる。本が好きなら誰でも自分に合った使い方ができる、ケアとまちの拠点です。

現在、若者、高齢者、引きこもり、精神障がい者、移住者などの様々なカテゴリーの地域住民が利用しています。今後さらに活動を広めていき、豊岡市全体を巻き込んでいくきっかけとしたいと考えています。

2022年7月に開催したイベント。市内の映画館を会場として、在宅看取りをテーマとした映画を上映した後、映画の監督を務めた家庭医とトークセッションを展開した

活動内容と成果

●だいかい文庫での「居場所の相談所」の活動について

開店2年目を迎えた22年度は、より幅広い活動を展開する年になりました。4月には心理的安全性を保ちつつ相談ができるよう、健康相談及び孤立孤独のためのスペースとデスクを設置。今後さらに快適に利用していただくためのリノベーションも予定しています。

また、スケジュールボードの設置や来店者への声かけ、関連機関への訪問説明、「**居場所の相談所**」のチラシ作成・配布などにより、弊団体の活動への認知度が向上。通常営業での利用に加え、居場所の相談所の相談件数も21年度の15件から3倍以上の、延べ50件にまで増加しました。連携する医療福祉機関の数も10機関を超え、相互での紹介件数も増えてきています。

7月にはケアとまちをつなぐ活動として、「在宅看取り」をテーマとしたイベントを主催しました。在宅看取り率の高い豊岡において、多くの方が問題意識は抱えているものの、深く考える機会のなかったテーマです。当日は80名を超える県内外からの参加があり、在宅看取りについて改めて考え、家族と話し合うきっかけになったと思います。

イベントでは活動周知のためのチラシの配布や、「居場所の相談所」についての広報もできました。また関連して、だいかい文庫では関連書籍を取り扱い、居場所の相談所でアフターケアを実践するなどしました。

●社会的処方の普及活動

だいかい文庫の活動と並行して、社会的処方についての理解を深め、実践を広める活動にも取り組みました。定期的にオンラインでの活動説明会を県内外で実施、11月と12月にワークショップとシンポジウムを開催しました。本格的な社会的処方普及プロジェクトとして弊法人が主催、豊岡市が共催、養父市・豊岡市社会福祉協議会が後援となって実現したものです。

同じく11月の「社会的処方を学

（上）ボードゲームを通して社会的孤立を考えるコミュニティコーピング体験会の様子。生活支援コーディネータやケアマネージャー、社会福祉士、保健師などが参加した
（下）だいかい文庫の店内で月1回開催する語り合い企画「ゆるいつながり研究室」

ぼう――コミュニティコーピングボードゲーム体験会@豊岡」は大きな反響を呼び、当日は用意した2つのボードが満員となる31名にご参加いただきました。お子さんを連れての参加もあり、ボードゲーム体験後、「現実世界で社会的孤立を解決するために、自分には何ができるだろう」という問いかけに対し、参加者一人ひとりが自身の立場を踏まえて振り返りの時間を持ちました。このボードゲーム体験を通じて、住民と地域資源をつなげる社会的処方がいかに重要なものなのかを、地域の方に実感していただけたと思います。

12月の講演会「社会的処方を学ぼう！ 緩和ケア医、西智弘先生に聞く。」も、あいにくの天候にもかかわらず、当日参加者が57名にも上りました。前半は社会的処方の普及活動に取り組む西先生の講演、後半は西先生、弊団体代表の守本と、養父市でモデル事業のリンクワーカーとして活動する保健師も交えての鼎談を実施。参加者同士の対話の時間も設け、みんなで但馬地域の社会的処方について、具体的に考えるきっかけになりました。

社会的処方という言葉が少しずつ地域に浸透してきた手応えを感じ、11月より「**ゆるいつながり研究室**」と称した月1回の語り合う会を開催しています。まちの居場所やゆるいつながり、生きがい・役割づくりなどに関心がある地域の方が、専門職、非専門職問わず集まります。この会では、現在まちに足りない居場所を考える、地域の居場所を見つける、よいコミュニティを考える、排除されている人に耳を傾けるなどをテーマとしています。この活動が種となり、地域の横のつながりの拡充・強化や社会的処方資源マップの作成、人間同士や人と場を結ぶ役割を担うリンクワーカーの人材育成などに発展していくことを期待しています。

この取り組みも踏まえ、外部講師をお招きしてのミニ講演会を、だいかい文庫を会場として実施しました。12月は奈良県で障がい者の就労支援の仕事をする傍ら、自宅を人文系私設図書館として開放している青木真兵さんをお招きして、「本のある私設公共空間に何ができるのか」をテーマに講演いただきました。23年2月には「15歳からの社会保障」の著者でもあり、ソーシャルワーカーとして働く横山北斗さんをお招きして「福祉とは何か・今後どうあるべきか」を、同じく2月には「1階革命　私設公民館『喫茶ランドリー』とまちづくり」の著者田中元子さんをお招きして「ケアとまちづくりの接点とは?」を、それぞれテーマとして開催。各回30名以上の方がオフライン・オンラインで参加しました。

講演後、講師と弊団体代表守本との対談を受けて、テーマについて参加者とも質疑を交わし、意見を交換しました。各講師が紹介した事例について一緒に考え、自分たちが生活の場とする豊岡に焦点を当てて話し合うことができ、非常に有意義な時間となりました。

●地域での実践

こうした普及活動を受けて、地域に今ない場は自分たちでつくっていこうという、住民主体の動きも見られるようになってきました。だいかい文庫では地域住民の自己表現を応援する場として、「やってみたいけど1人ではやりづらい、ハードルが高い」ということを支援しています。

ある若者が企画した「短歌と仲良くなる教室」では、参加した方がその内容を気に入って、自身が属するコミュニティでの開催をリクエスト。地域の高齢者も参加するなど、だいかい文庫から次の地域のコミュニティへと広がっていくケースも出てきました。

「だいかい文庫」では、地域の住民が中心となって読書会を企画するなど、新しい活動を支える場としての機能も果たす

居場所の相談所に寄せられた「自分の好きなことを共有したい、誰かの力になりたい」という相談も、だいかい文庫で応援しました。移住してきて地域や人とのつながりがなく、気持ちが落ち込んでいたその方は、月1回「旅行プランの相談会」を自分が講師となって開催。前よりも少し活動的に、そして地域の人と自然に話す機会が増えたようです。

また、時にはこちらから声をかけることもありました。地域に住む絵の上手な、少し引っ込み思案な常連さんに、「絵の展示会をだいかい文庫でしませんか」と提案してみました。最初は恥ずかしそうにしていましたが、少しずつ「チラシをつくってきたので置いてもらえますか?」、「ご近所さんに宣伝してきた。自分の居場所になっているだいかい文庫を知ってもらい、来てもらうきっかけになれば」と、自ら積極的に動きはじめました。その甲斐もあってか、展示会は大成功。初めての来店客も多く、居場所の相談所など我々の活動を知ってもらうきっかけにもなりました。

だいかい文庫はこのように、テーマでつながる多世代交流の場の起点にもなっています。最近では多くの地域住民から、「ちょっとやってみたいこと」が寄せられるようになりました。また、市立図書館や地域のスーパーマーケットのシェアスペース、個人運営のカフェなどから、それぞれの場所の提供を申し出ていただいています。

今後も地域住民の自己表現を応援する場、そして地域になかった場を地域住民が主体的につくっていく活動として、取り組みを継続していきます。

課題と解決方策

現在だいかい文庫に寄せられる相談には、属人的に対応しています。相談件数が増えるにつれ対応が難しくなり、個々人の知識やつながりだけに頼るのではなく、テーマ型コミュニティの見える化も必要だと感じています。

一連の社会的処方の普及活動や、地域の横のつながりを広げていくことにより、地域のフォーマルな資源だけでなく、地区の寄り合いや趣味のサークルといったインフォーマルな資源の情報も少しずつ集まってきました。しかし、それぞれのコミュニティをまたいでの交流はまだ難しく、今後開かれたものになっていくよう働きかけが必要であることも浮き彫りになりました。

こうした事情から、テーマ型コミュニティの見える化は慎重に進める必要があると思っています。理解を広めていく手がかりは、「ゆるいつながり研究室」にあると考えています。現状の横のつながりの中で、どういった方をどのように紹介できるか、取り組みを検討・試行中です。

今後の予定

「シェア型図書館等を拠点に健康相談等に応じる社会的処方の活動」として、22年度はだいかい文庫という本のある場の運用と共に、社会的処方の普及と実践に様々な方法で取り組んできました。今年度の活動を踏まえ、今後各機関と連携してテーマ型コミュニティの醸成や見える化に取り組んでいきます。また大学とも連携し、社会的処方のエビデンスの作成まで踏み込めると、より大きな潮流が生み出せるのではないかと考えています。

今後もだいかい文庫は継続的に活動しつつ、豊岡市全体で社会的処方が浸透する潮流をつくり、本活動から市や県を挙げての実践につながるとよいと考えています。

一般社団法人ケアと暮らしの編集社

2016年12月設立、20年11月法人化／メンバー数:7人／代表者:守本 陽一（もりもと・よういち）
●〒668-0033　兵庫県豊岡市中央町6-1
☎050-3551-3779　info@carekura.com　carekura.com/

街に暮らすことで気づいたら「Well-being」になっている社会を目指し、市民と医療福祉専門職が当事者性を持ち、関係性を超えて協働してケアするまちをデザインすることで、誰もがつながりや表現ができる地域社会をつくります。