

**特集** 共生社会は知り合うことから始める

～当事者による語りの実践から～

インフォメーション

能登半島地震災害支援金募集結果……	4
研修・活動動画ページ紹介 ……………	5
民生委員児童委員専用ページ紹介……	5
秋の褒章・叙勲 ……………	6
北海道支援情報ナビのご紹介……………	6
アンテナ表紙写真募集……………	6
クローズアップ「この人」……………	7
新年のごあいさつ……………	8
エッセイ:ひとをつなぐ 「⑩薪ストーブ」……………	8

# 共生社会は知り合うことから始める

～当事者による語りの実践から～

昨年の第24回民生委員児童委員活動推進講座のテーマは

「障がいのある人たちと築く地域共生社会」。

8月29日から9月5日にかけて、

就労継続支援B型事業所

「ここりカ・プロダクション」の

皆さんに道内6会場を回っていただき、

体験報告や講義をお願いしました。

地域での支援や共生の実現にあたり、

どのような考え方が必要なのでしょうか。

事業所スタッフの服部篤隆氏に

推進講座を振り返っていただき、

メンバーの体験談などをお伺いしました。

## 令和5年度第24回民生委員児童委員活動推進講座

開催地	参加者数	登壇者
札幌	65名	〈メンバー〉 マルコ氏、ナベヤマ氏、イトウ氏 〈スタッフ〉 杉本 香氏（生活支援員）
	オンライン 159名	
旭川	356名	
苫小牧 函館	164名	〈メンバー〉 クラチ氏、アソウ氏、エチゴ氏 〈スタッフ〉 田中 良人氏（職業指導員）
	206名	
釧路 北見	221名	〈メンバー〉 イタガキ氏、イナダ氏、ナベヤマ氏 〈スタッフ〉 服部 篤隆氏（管理者）
	211名	
合計	1,382名	

### 就労継続支援B型事業所 「ここりカ・プロダクション」のご紹介

ここりカ・プロダクション（愛称「ここプロ」）は、札幌市白石区にある精神障がい者が働く就労継続支援B型事業所です。全国でも珍しい障がいのメディア事業所として2014年6月16日に開所しました。運営母体は、公益財団法人北海道精神保健推進協会です。

映像制作、出張講義（大学・専門職・市民向けへの講義）、メールマガジンの配信・ブログ・Facebookのほか、研修企画・実施、ラジオ放送のほかオリジナル商品の制作・販売など、その活動は多岐にわたり、地域との交流も積極的に行っています。

リカバリーからレジリエンス（パーソナリティを成長させるしなやかな力動）志向への活動を基本としており、メンバーそれぞれの可能性を広げることを目指した支援を行っています。

「障碍」は障害の旧字体表記ですが、「碍」は障り、妨げを意味し、「障碍」は何か事を行う際に差し支えることを指します。ここプロでは、当事者が病気や障壁等により日常生活・社会生活に制限を受けているという思いから「碍」という字を使っています。

### プロフィール

はつ どり あつ たか  
服部 篤隆

公益財団法人北海道精神保健推進協会 平成8年入職。

就労継続支援B型事業所ここりカ・プロダクション 管理者・サービス管理責任者。

精神保健福祉士。

当事業所は札幌市内の住宅街にあり、2014年から障害者（主に精神障害）のメディア事業所として活動しています。利用者が障碍を持っているメンバーは、20代から50代まで幅広い年齢層の12名と4名のスタッフで、冗談や笑い絶えず和気あいあいの雰囲気、日常を包んでいきます。事業所の開設当初は、「メディア」とは何かをスタッフとメンバーで話し合っ、どんな活動をするのかを考えるとところから始めました。それから10年が経過し、大学などでの出張講義やコミュニティFMでのラジオ放送等に加えて、映像制作などが主な業務となっています。近年は「語り」を主体とする仕事も行っていきます。

そうして縁あって、北海道民生委員児童委員連盟（以下、「道民児連」）が主催する研修会の記録映像制作等を行う中で、民生委員児童委員に向けて精神障碍当事者の体験談を語ってほしいという依頼をいただきました。

### ■ 準備の過程とメンバーの不安や期待

道民児連主催の民生委員児童委員活動推進講座（以下、「推進講座」）は、8月29日から9月5日にかけての1週間で、道内6か所をほぼ連日まるまる強行スケジュールでした。こうしたことは、当事業所でも初めての体験でした。具体的な準備は研修3カ月前から着手し、まずはピアスタッフ（当事者経験のある

職員）が開催場所や日程をメンバーと共有することから始めました。連日の講話や移動による負担が懸念されましたが、メンバーに不安な様子は少なく、「全ての研修会場に行き、自分の話をしたい」という強者もいて、関心は開催場所や行程に向いていたようでした。

調整の結果、メンバー3名ずつが3チームに分かれ、6会場での講話を行うこととし、コアメンバー4名（メンバー2名、

ピアスタッフ、スタッフ）が講義の進め方の原案を作成し全体で共有しました。

各会場で語る共通テーマを「自分にとつての「碍」とはなにか？」とし、「碍（さまざまの意）」の字の成り立ちに合わせ、自分たちの病気や障碍、これまでの自分のあゆみをスライド3枚にまとめ、そのうち1枚を本人の過去や現在の困りごとなどの「碍」をイメージしたイラストで表現します（[図参照](#)）。

並行して自分の体験談を話す準備も行いました。自分の過去や未来をチームで話し合いながら、スライドや文章に起こしていくと、普段から自由に話すメンバー同士なので、かなり突っ込んだ話もできるようでした。

本番直前のリハーサルにはYouTubeライブを活用しました。「幸せとは」と題してチームごとに話をする時間も作り、他チームの発表を聴く機会にしたのと同時に、時間配分などの進行の確認も兼ねた練習としました。

初めての連続講義と収録業務などメンバー総出での仕事とい

うこともあり、各メンバーの体調に心配はありますが、これまでも出張を伴う仕事を行っている本人たちは不安に感じていなかったと思います。

あるメンバーは出身地に近い会場で発表するため、過去を話すことで自分が崩れないかを心配しました。しかし、その一方で「自分が少し変わる」期待もあったようでした。過去に縛られて苦しかったが「今が変われば、未来が、過去が変わる」と。そうした、それぞれの期待と不安で会場に向いました。



「碍」のイラスト

### ■ 語りによる福祉教育的な効果

推進講座の語りの効果を、参加者アンケートの結果から紐解いていくと、内容について「良かった」「まあまあ良かった」等の回答が99%を占めました。多くの方々に受け入れられたことはうれしい限りです。

自由記述回答の内容を見ると、「障碍者の体験や障碍に対して理解が深まった」や、堂々と話をしている姿を見たことで、その人の「健康的な部分を知った」という感想が多く寄せられました。また、希望・本音や仲間への信頼といった「当事者の内面を知った」という感想も多く、これからは素の私たちを知ってほしいという意図が受講者に伝わったと考えています。

参加者の中には民生委員児童委員として障碍者と接している方もいて、私たちの話からより理解が深まったことから「身近な方への見方や関わり方が変わった」という期待感も見られました。



当事者の語り

「他者のメンバ－のしるべ」のメンバ－のしていることがうらやましくて、自分の感情を爆発させていた」といったことが、自身の困りごとにつながっていました。講義を終えた後は「準備から一緒にいたので、その人の体験を初めて深く知ることができ、相手の話も聞き、自分の話も知ってもらったことが

実践から得た学び 今回の推進講座の推進講座で発表の機会を得たことは、ありがたい体験です。参加者から「深い話だった」という感想をいただいたことは、各人の語りが深く伝わったのだと思います。これは私たちにとても大きな自信となりました。また、語りを通して他者との関係性が変わったことも大きな収穫でした。事業所内で講演資料を作成するにあたり、メンバ－が自分の体験や障－について

改めて考え、それを仲間へ伝え、また仲間から感じたことを伝えよう。自分の体験を他者と一緒に共有する中で自身に変化が生まれ、他者の捉え方も変化する土壌を作ったのだと考えています。メンバ－はこれまでにないほどやり取りを重ねて準備する機会を持ち、仲間と話し合う経験を通して対話することに抵抗がなくなると話しています。これは事業所で話していく中で、自分のダメなところを見せなくても低く評価されない安心感があることと、(むしろ自分の障－の部分を出さないと仕事にならないほどの) 周りに表出してもよい状況があったことが大きかったと考えます。言いかえると、多少変わっていても大丈夫だという環境にいればこそ、その人が力を発揮できるのです。これからの共生社会は、互いを知り合うことから始まるのであり、こうした自分の気持ちや伝えられる場所が身近にあることが、過ごしやすさや生きやすさを実現していくのだと考えています。

## ■メンバ－の変化

さらに、「事業所の取り組みを知った」との回答もありました。障－者メディア事業所という聞き慣れない活動ですが、自分たちで活動を作り上げていく自由さについて知ってもらえたことは、環境が整うと障－者のみならずどのような方も力を発揮しやすくなるという、実践の成果を理解していただけたと思っています。

もられたことで、自分でも努力したらできるという自信になっているようです。また、移動に不安のあるメンバ－は、出張を経験したことで「道内だったら大丈夫」と自分の体力に自信を得ました。

講義の準備段階でもメンバ－の変化があり、あるメンバ－は「話し合ったことで、お互いの得意不得意をより深く知ることができて、その後話すことが楽になった」と言います。このメンバ－のこれまでの人付き合いは「他のメンバ－のふるまいや発言が気になってしまう」「他のメンバ－のしていることがうらやましくて、自分の感情を爆発させていた」といったことが、自身の困りごとにつながっていました。講義を終えた後は「準備から一緒にいたので、その人の体験を初めて深く知ることができ、相手の話も聞き、自分の話も知

実践から得た学び 今回の推進講座の推進講座で発表の機会を得たことは、ありがたい体験です。参加者から「深い話だった」という感想をいただいたことは、各人の語りが深く伝わったのだと思います。これは私たちにとても大きな自信となりました。また、語りを通して他者との関係性が変わったことも大きな収穫でした。事業所内で講演資料を作成するにあたり、メンバ－が自分の体験や障－について

## ■今回の推進講座の実践から得た学び

改めて考え、それを仲間へ伝え、また仲間から感じたことを伝えよう。自分の体験を他者と一緒に共有する中で自身に変化が生まれ、他者の捉え方も変化する土壌を作ったのだと考えています。メンバ－はこれまでにないほどやり取りを重ねて準備する機会を持ち、仲間と話し合う経験を通して対話することに抵抗がなくなると話しています。これは事業所で話していく中で、自分のダメなところを見せなくても低く評価されない安心感があることと、(むしろ自分の障－の部分を出さないと仕事にならないほどの) 周りに表出してもよい状況があったことが大きかったと考えます。言いかえると、多少変わっていても大丈夫だという環境にいればこそ、その人が力を発揮できるのです。これからの共生社会は、互いを知り合うことから始まるのであり、こうした自分の気持ちや伝えられる場所が身近にあることが、過ごしやすさや生きやすさを実現していくのだと考えています。

改めて考え、それを仲間へ伝え、また仲間から感じたことを伝えよう。自分の体験を他者と一緒に共有する中で自身に変化が生まれ、他者の捉え方も変化する土壌を作ったのだと考えています。メンバ－はこれまでにないほどやり取りを重ねて準備する機会を持ち、仲間と話し合う経験を通して対話することに抵抗がなくなると話しています。これは事業所で話していく中で、自分のダメなところを見せなくても低く評価されない安心感があることと、(むしろ自分の障－の部分を出さないと仕事にならないほどの) 周りに表出してもよい状況があったことが大きかったと考えます。言いかえると、多少変わっていても大丈夫だという環境にいればこそ、その人が力を発揮できるのです。これからの共生社会は、互いを知り合うことから始まるのであり、こうした自分の気持ちや伝えられる場所が身近にあることが、過ごしやすさや生きやすさを実現していくのだと考えています。

## 令和6年 能登半島地震 災害支援金募集 結果報告

本支援金募集の趣旨にご賛同いただき、温かいご支援ご協力を賜り衷心より厚くお礼申しあげます。おかげさまをもちまして140民児協より3,942,237円のご協力をいただきました。お寄せいただいた支援金を全民児連「被災地民児協支援募金」へ3月27日送金(8月20日追加送金)しましたことをご報告いたします。  
\*本支援金の募集は既に終了しております。





## この人

釧路町民生委員児童委員協議会委員  
船山とし江さん

釧路町は、北海道釧路総合振興局にあるまち。1920年の区政施行の際に、現釧路市から独立した自治体として成立しました。総面積の約80%が海拔100メートル前後の起伏ある丘陵地帯であり、隣接自治体と同様にラムサール条約登録湿地である釧路湿原を擁しています。さらに町域の南東部は「厚岸道立自然公園」に指定されています。さらに町域の南東部は「厚岸道立自然公園」に指定されています。さらに町域の南東部は「厚岸道立自然公園」に指定されています。

このまちで活躍する船山とし江さんを訪ねました。

## 山国から湿原のまちへ

船山さんは長野県長野市のご出身。進学した東京の大学で釧路町出身のご主人と出会い、結婚したのを機にこの地に移り住んで40年が経ちました。「長野は海なし県だったから、釧路に来た当時は海水浴ができると楽しみにしていました。ところが日本有数の冷たい海だと聞いてがっかり」。

四方を高い山々に囲まれた盆地で生まれ育った船山さんにとつて、どこまでも続く平坦な湿原と冷たい海に面した根釧での暮らしは、まるで海外に移り住んだようなカルチャーショックだったそう。

それでも、しばしば見かける大好きな猛禽類や、隣人のように現れるエゾシカやキタキツネが、心を和ませてくれるのが「釧路に暮らす喜びのひとつとなった」と言います。

## 生きることは学ぶこと

女性の大学進学率がさほど高くなかった時代に、東京の大学に進学したことについて何となく、とても興味深いことを話してくれました。それは、今の船山さんの生き方を支える重要な経験のようです。

「長野の農家は山国のそれゆえに、

子どもが複数人いても土地を分け与えることができない風土でした。相續して家業を継ぐのは長男だけ。その代わり弟妹は学問の道へ進むことが奨励されていました。ですから、私が育ったころの長野は、全国に誇る教育県として知られていました。ありがたいことに、私も大学に行かせてもらえた。この経験はすごく大きいもので、今でも学びの大切さを痛感しています。何歳になろうとも、その時々で自分が学ぶべきことを見逃さないようにしたい、そう語る船山さんのまなざしは、一際強い光を宿して印象的です。

## 人を支えるということ

船山さんの専攻は文学でした。だから大学で福祉について学んだわけではありません。でも、ご主人が社会福祉法人の職員となったことから、徐々に地域福祉が抱える光と影について知ることになったそうです。そんなある日、民生児童委員のスカウトがやってきました。それは当初、ご主人に対してのものでした。でも、ご主人が「うちの妻が適任」と推挙して委嘱されることになったのだとか。「長野の祖父母が大好きで、高齢者に接することは違和感がありませんでした。農村ではどのお爺

ちゃんもお婆ちゃんもみんな顔見知り。お年寄りを敬う気持ちもまた、長野で培われたのかも知れません」。その一方で、高齢者ケアの現実もたくさん見てきたと船山さん。「子どもが手のかかる年頃で、しかも夫婦共稼ぎで、お爺ちゃんお婆ちゃん世話もするとなれば、それこそ寝食を忘れるほどに大変なはず。ところが、現在の介護保険制度の建付けでは、家族と同居している高齢者はヘルパーのサービスを受けられません。これは不条理極まりないと思つのです」。

そうした家庭に声をかけると、多くの場合、たとえ苦しくろうと「大丈夫ですよ」と答えるそう。「要支援者はもちろん、世話をする家族の負担こそ和らげたい。そして、そうしたケアの在り方が、当たり前のこととして地域に根付いてほしい」。制度上の限界を正しく理解して、その上で何ができるのか。「地域での支え合いの真髄は、そこにあると思う」と船山さん。

目を輝かせながら、しかし淡々とそう語る姿は、生涯の学びを信条とする船山さんならではの。これからは彼女なりの知見に裏打ちされた「真理」の実践を重ねていくに違いありません。

# 謹んで初春のお慶びを申し上げます

昨年中は本連盟運営につきまして、格別のお力添えを賜り厚くお礼申し上げます。

本年も誰もが安心して暮らせる地域づくりに向け、役職員ともども努力してまいりますので、一層のご指導、ご鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。

令和七年 新春

公益財団法人 北海道民生委員児童委員連盟

会長 佐川 徹  
副会長 梅田 絹子  
船橋 優子  
関原 久稔  
常務理事 長谷川 稔  
他役員一同

エッセイ



ひときり  
つなぐ

## 14 薪ストーブ

鳥居 一頼



飯を炊くのは薪ストーブ

焚き付けを割る仕事が目課だ

隙間風が吹き込む寒い部屋

どてらを着込んで寒さをしのぐ

暖を取る薪ストーブ

薪は毎年秋口に切ってもらう

チンチンと鳴る鉄瓶

熱い茶でもてなし人もようけ集まった

いまも燃える薪ストーブ

灯油は高くても買えない

節約よりも当たり前前の暮らし方

めつきり人も寄らず寂しいもんだ

火の用心する薪ストーブ

火事だけは出してはならない

立ち寄ってくれた民生委員

大丈夫と暖まっていくのが嬉しい

暮らしを支える薪ストーブ

芋を焼くと香ばしい匂いが立つ

話し込んでいく民生委員

美味しいと口に運ぶのが嬉しい

今年も人恋しい薪ストーブ

昔からの雪だるまのカタチがいい

たわいない話を聴く民生委員

穏やかに過ぎる時間が嬉しい

### 【筆者紹介】

鳥居 一頼(トリイ カズヨリ) 1949年生、登別市出身、北海道教育大卒。

道内で18年間教壇に立つ。道教委、道庁などに勤務後、室蘭・登別で小学校校長歴任。その後関西の私立大学の教授。現在、登別市きずな大使として市社協の地域福祉実践計画推進を支援するかわら、地域福祉アドバイザーとしても活動している。社会福祉法人北海道友愛福祉会理事。また道民児童連が令和5年より設置した「民児協のあり方検討委員会」の委員長を担われている。「民生委員児童委員のためのワークショップのすすめ」(道民児童連2021年刊)の中で詩集「情緒は私を支配する。論理よりも強く」が教材化され、初任者研修では詩をもちいた斬新な研修スタイルが評価されている。主な著書に「子どもと学ぶボランティア」こっちょのボランティア授業論(大阪ボランティア協会など)。