

# 一般社団法人 アグリステーション丹波ささやま

## 丹波篠山市から世界につながる多世代交流プロジェクト

### 代表理事 西尾 雅子様

丹波篠山地域も共働き家庭や核家族の増加により地域の輪が希薄化、孤独感や無力感を持つ子どもが増えています。既存の学校や施設では受け入れ年齢制限も多く、放課後の居場所不足もあり、異年齢や多世代交流の機会にもめぐまれていません。私たちはどの年齢の子も大人も受け入れられる居場所として、多世代、多文化が自然に交わる『開かれた日常』を作ることを目指して、子どもの第三の居場所を運営しています。

### 広い空、土のにおい、 今この瞬間を生きる子どもたちのために

私がアグリステーションでの活動に注力するようになったのは4年ぐらい前です。コロナ禍真っ只中で、そもそも居場所事業が運営できるのかという不安もありました。学校行事中止や接触を避ける指導、上手に対応すれば外で遊んだりできるのに、社会の空気がそれを許さない。不安はありましたが、なんとしてでも子どもたちの居場所を作ろうという思いで、迷ってはいただけませんでした。だって子どもはすぐ大きくなってしまふ。子どもが遊びたいのは、何かを体験したいのは、居場所が欲しいのは今この瞬間なんです。そう思ったら動かずにはいられませんでした。拠点となるここは廃園になった保育園。窓が大きく、目の前に広がる園庭とその向こうに大きな田畑、なんせ空間が広がって。どうしてでしょうか、この景色をなぜか外国の方が非常に好まれまして、フランスを中心にたくさんの方の外国人ボランティアの方が来てくれています。おかげさまで、都会と違って外国人と接する機会の少ないこの地でも、子ども達に異文化を体験させてあげる機会も創出できています。



### 築60年の魅力とみんなのちから

私は古いものを大切にすることが好きで、できるだけ使えるものは大事に守りたい思いがあります。しかし築60年超えの建物で子どもたちを受け入れるためには、安全対策を軽視することは絶対にできない、残せるものはできるだけ残しつつしっかりと対応しました。耐震工事はとても費用が嵩みまして、内装の改修のほとんどは自分達の手で。コロナ禍で時間に余裕のあった地域の高校生の協力は本当にありがたかったです。工業科の子たちと私の夫がカフェのテーブルを学校の廃機の脚に板を貼って作ってくれたんですよ。素人ですのでペンキを塗った壁や木製の窓枠などに不格好なとこ

ろもありますが、それは大切な思い出として残していきたいです。子どもの遊び場は安全に留意し、授乳室とおむつ交換室は分けて落ち着く空間に、子どもと一緒に入れるトイレ、小さな子から大人まで多世代みんなが安心して集える場所を考えて作り上げていきました。



### 経験値を高める、 そんなワクワクを抱きしめて

今回の助成のおかげをもちまして順調にイベントを開催し続けています。企画内容は子どもも親も、外国人含むスタッフもみんながワクワクすることが基準。例えば英語もできるフランス人ボランティアによる絵本『スイミー』の三か国語読み聞かせの会。アグリには工作が得意な保育士のスタッフもいてスイミーの造形をしたり、魚の形のゼリーを用意してスイミーゼリーを作ったりもしました。最近は地域食堂として『おにぎり会』を緊急開催。「ずっと米食べてない」アグリに来た子どもの衝撃発言により緊急開催しました。ここは丹波篠山ですよ。米どころであっても価格高騰で米以外の主食を召し上がるご家庭も増えているようです。豚汁を用意し、おにぎりは一人2個まで。具はバイキング形式、自分で握って食べてもらいました。笑っちゃうくらい大きなおにぎりを作る子、おじいちゃんと来た子、多世代みんな楽しんでました。ここに集まる子はみんな優しく「〇〇君も来るかもしれないから、ちゃんと材料残しておこう」「学校の先生も誘って来てもいい？」って聞くんです。アグリに来る子どもたちはいろんな経験を積んで、のびのびと優しい心を育ててくれていて私も嬉しくなります。ですが、やっと軌道にのったと思った矢先に、来年度以降の運営資金について突如大きな試練が降りかかり、また一から頑張らなくてはならなくなりました。でも、まだあきらめてはいけません。やれるだけのことをやりきって、なんとかここを守っていききたい、子ども達の居場所のために絶対にあきらめません。



### 財団スタッフ コメント

キラリと光る代表のセンスの良さと工夫で整備された美しい空間は、ここに集う人々への愛があふれています。ここに来たいと切望する外国人ボランティアの方へのケアも確立し、新しい手法の居場所づくりを実現していると思います。愛あふれるこの場所をいつまでも守ってほしいと願っています。

# 介護メイク士協会

## 介護メイク士による脳活美容セミナー

代表 阪上 明子様

メイク(美容)のチカラで地域に暮らす高齢者の皆さまが自分に自信を持って暮らせるために、認知症予防およびフレイル予防といった自立支援のサポートを行っています。地域のコミュニティで介護メイク士が、脳活につながるメイクレッスンを行い、高齢者が元気な社会を創ることを目指しています。

### 脳活も、美容も、健康も、 メイクの魔法はみんなにかかる

介護予防美容の発祥の地として、私たちの拠点である川西市を中心に活動しています。10月は阪急川西能勢口駅直結の会場にて、セミナーを開催しました。この日は私どもの指導から誕生した介護メイク士



3名による運営で行いました。今日の3名は現役の訪問看護師、介護士、介護ヘルパーと3名とも介護の職に従事し、実際の介護現場をよく知る人たちです。要介護とならない健康寿命と呼ばれる期間を延ばすことが、いかに大切かを知っています。健康寿命が長ければ介護される本人だけではなく、その周りの人間にも幸福な時間を生み出すことができることを良く知った人材です。

セミナーは集中力が持続するよう1時間程度で、美容だけのイメージが強いメイクが脳活にどう作用するのか、認知症と健康寿命についての座学を先に行います。その後はまず、リンパを流す100秒ストレッチ。このストレッチも川西で深層リンパマッサージをされている方に考案いただいたものです。座ったままでできる体操で、実際に行うとちょうど100秒。本当に100秒なんです。リンパを流すと老廃物の排出を促し、免疫が上がって健康につながる。手軽で効果的なんです。体操で体をほぐしたらよいよ左右両手を使った脳活美容メイクの実践、といった流れでセミナーを進めます。参加者さんの背景は毎回いろいろですね。自発的にここに来られた方、娘さんなどご家族同伴で来られた方。ただ毎回そうなのですが、特にご高齢の方を中心に最初は懐疑的であったり、不安から皆さん一様に表情が硬いんです。でも、座学が終わっ



て、100秒ストレッチで体をほぐして、眉を書く段階になると皆さんのエンジンがかかりまして、会場内にやる気やワクワクとした空気が漂ってきます。セミナーを終えて毎回ちょっとしたお茶会を開くのですが、お茶会の席に着くころには皆さんの表情が本当に柔らかくて、笑顔がいっぱい。本当に毎回こうなんですよ。「ああ、メイクのチカラってすごいな」って我ながら思います。



### きっかけはシンプル

私の母は現在90歳を超えていますが、足が悪いのと耳が聞こえにくいだけで、お風呂も自分で入り、身の回りのことがきちんとできています。母は今でもメイクをしていて、あ、それがいいのかなど。身近な人物のおかげで脳活メイクのヒントを得ました。母が元気でいてくれないと私は自由に動けないですからね。この活動を始めるきっかけは、いたってシンプルなものでした。メイクが手段なら30年以上美容の仕事をしてきた経験も活かせますし。活動を本格化するにあたって根拠が必要だと思い、とある経営者の方に脳神経外科の先生を紹介いただきましたが、思うように話は進まずでした。というのも、この先生は日本一の執刀数を目指す方、予防よりも切ることが最重要な立ち位置でいらしたので仕方がなかったわけで。要介護者にメイクを施す従来の介護メイク士の先生に先述の医師とのお話をしていたところ「私の弟が脳神経内科医よ」と、思いもよらぬところからご縁をいただきました。新たにご紹介いただいた先生の見解のもと、メイクが脳活に繋がる根拠をまとめ、毎日継続しやすいように顔の印象の7割を占める眉に焦点をあてて展開したわけです。

### 目指せ！全国制覇！

今日のセミナーを運営した3名のように、今後はどんどん介護メイク士を増やしたいですね。そして神戸チーム、大阪南チームといった感じでどんどん独立してほしい。現在、介護メイク勉強中の方に男性美容師さんがいます。男性介護メイク士が誕生したら、ますます男女問わず参加しやすい環境を作れるかもしれません。そして目指すはメイクによる介護予防が世のスタンダードになること。全国制覇ですね。まだまだ、これからも頑張ります。

### 財団スタッフ コメント

メイクをすれば心が動く、心が動けば体が動く、体が動けば健康になる、健康になればまたメイクをしたくなる、セミナーでの印象的なお話でした。実際に眉を描くことで声が張り、笑顔になった高齢者の方を目の当たりにして、ぜひこのメイクの魔法を全国に広げて欲しいと心が震えました。発展を期待しています。

### 代表 横堀 ふみ様

神戸市長田区の真野地区で「Làng tôi (ラン・トイ) (私の村)」というコミュニティスペースを運営しています。スタジオの前には、私設の「ちいさな図書館」を設置しています。誰でも24時間自由に使えるこの図書館には、日本語やベトナム語の本や絵本を置いています。また、日本語学習クラブや、ベトナムにルーツを持つ子どもたちが母国語や文化を学ぶ寺子屋も開いています。



### 水上人形劇で育む 心の交流

夏休みに、3日間の日程でサマースクールを実施しました。ベトナムや日本など、さまざまな外国にルーツを持つ小学生19名が参加してくれました。室内学習では、子どもたちは自分の名前を漢字やベトナム語で書いたり、お互いの母国語を教え合ったりして、その様子を見ていただけでほっこりしました。



メインイベントは水上人形劇です。発表の舞台となる公園では、熱中症対策を万全にしなが、自分たちの手で竹のやぐらとプールを組み立てるといふ大仕事に挑戦。ベトナムからお招きしたプロの劇団員の方に、人形の操り方を丁寧に教わって、みんな一生懸命練習に励んでいました。



発表会当日、地域の皆さんに見守られながら、子どもたちは5つの演目を披露しました。初めは参加を渋っていた子もいたんですが、発表が終わる頃には皆とても晴れやかな表情で、本当に楽しそうでした。

観客の方々からは「昨年も見に来たから、今年も楽しみにしていたよ」といった、心温まるお言葉をたくさんいただきました。

次年度は、サマースクールの大人版を企画したり、水上人形劇

の公演に生演奏を取り入れたりするなど、参加してくださる皆さんに心から楽しんでいただけるような芸術体験を、もっと工夫して提供していきたいと考えています。



### つながる、ひろがる、地域の輪

真野地区では、公害問題への反対運動をきっかけに「まちづくり推進会」が発足しました。それ以来、住民、企業、そしてまちが一体となって地域づくりの礎を築いてきました。私たちの活動を大きく支えてくれたのは、ベトナム人住民を支援する一人の日本人男性でした。彼が活動場所の情報を教えてくれたり、団体の広報を手伝ってくれたり、本当に多岐にわたるサポートをしてくれたおかげで、活動が地域に認知されるようになりました。人とのつながりを大切にする、この地域ならではの出来事だと改めて実感しています。今では住民の会議に出席するほか、地元が主催する防災訓練でベトナムのおにぎりを提供するなど、地域と深く関わりながら、皆さんとともに協力して活動を続けています。

2月にはベトナムの旧正月を祝うイベントを企画しています。地域の方やいろんな世代・国籍の方々に参加してもらい、伝統的な「ちまき」作りを通じて交流を深めたいと思っています。このイベントを通して、地域の方はもちろん、日本で育った子どもたちや留学生など、これまでベトナムの文化に触れる機会が少なかった方にも、現地のお正月の過ごし方や食文化を体験してもらいたいです。

### 地域と若者が支える 持続可能な体制づくり

私たちが今、課題だと感じているのは、運営と広報のスタッフ体制づくりです。活動をさらに成長させる上で、ここは本当に大切な部分だと考えています。今後の目標としては、まずベトナムに縁のある若い世代、例えば高校生や大学生に積極的に参加を呼びかけたいです。世代を超えたつながりをつくることで、活動に新しい風を吹き込みたいと思っています。それと同時に、地域の方々ともっと絆を深めて、安定した運営基盤と組織体制を整えていきます。

将来的には、ここに住む皆さんが中心になって水上人形劇の上演を行えるように、次世代を担う人形操り手や音楽演奏者を育てていきたいと考えています。みんなで一緒にこの文化を伝えていきたいです。

### 財団スタッフ コメント

ベトナム住民の方だけでなく、地域に住む様々な方々が参加して成り立っている団体で、活動を通じて地元の方とのつながりや温かさを強く感じました。今後は地元企業などともっと関係を深めることで、多角的な視点を取り入れながら、この地域に根差した活動がさらに発展していくことを期待します。