住民を応援したいという思いが、地域食堂の出発点

東京都八王子市館ヶ丘団地　たてキッチン“さくら”

環境保全や防災、趣味、コミュニティづくりなど、人びとが地域活動に参加するきっかけはさまざまだ。そして、なかには既存の組織に参加するのではなく、地域に必要な場や活動を新たに自分たちの手で立ち上げる人たちもいる。そのひとつが2018年9月に東京・八王子市で誕生した地域食堂「たてキッチン“さくら”」だ。今では地域食堂だけでなく、保健室や地元の大学生との交流会、ちぎり絵や切り絵の教室なども定期的に開催している。たてキッチン“さくら”を運営する「団地応援隊」代表の水谷徳子さん、「さくら保健室」のメンバーである保健師の黒田藍さんにお話をうかがった。

地域活動参加促進のポイント

- 立ち上げ前には、地域食堂説明会やワークショップを実施し、地域住民の理解を得る努力をした。
- 「あったらいいな、こんな地域食堂」というテーマで地域の人たちの要望を聞き、取り入れた。
- みんなが一人ひとりのボランティアを温かく大事に迎えることを何より大切にしている。
- たとえ人数が多くなったとしても、ボランティアに来てくれた人たちは全員受け入れる。

〈地域活動に参加した方の声〉

- ボランティアとして何ができるだろうかと考えたときに、保健師という資格を活かしてできることがあるのではないかという思いが湧き上がってきた。
- 仕事で住民と面談する際は、専門職と住民ということで距離を感じてしまう部分があったが、もっと住民に密着した形で健康づくりや予防の普及活動にチャレンジしてみたいという気持ちがあった。
- 地域活動に参加することで自分自身の視野も広がり、それが保健師の仕事にも活かされている。

団地で家庭の味を求めている人たちにおいしく食べてほしい

1975年に街開きをした館ヶ丘団地（東京・八王子市）は、東京ドーム6個分（約29ヘクタール）の広大な土地に54棟・2,847戸を擁する大規模な集合住宅街だ。団地内には保育園や小・中学校、郵便局、クリニック、駐在所、商店街なども設けられている。現在、同団地の住民は約3,200人おり、そのうち65歳以上の高齢者が約57%を占めているという。

たてキッチン“さくら”を運営する「団地応援隊」代表の水谷徳子さん。団地内のスーパー撤退が団地応援隊発足のきっかけとなった。

団地内の商店街には整骨院や魚屋、本屋、蕎麦屋、歯科、スーパーなどが並び、その通りのなかほどに地域食堂「たてキッチン“さくら”」（以下、“さくら”）がある。

“さくら”の営業時間は、月～金曜日の正午から午後4時。代表の水谷徳子さんをはじめ、学生ボランティアを含む約50名のスタッフで、週5日間、毎日200～250パックのお弁当やお総菜をつくっている。かぼちゃやひじきの煮物、卵焼き、アジの南蛮漬け、魚の塩焼き、レバニラ、酢豚、ポテトサラダなど日替わりでさまざまな料理を提供しており、お弁当は350円、お総菜は100～200円、味噌汁は50円と価格もリーズナブルだ。お弁当やお総菜は、食堂内で地域の人たちと語らいながら食べてもいい

し、持ち帰ってもいい。希望すれば、玄関先まで配達もしてくれるという。また、学校給食のない日限定で小・中学生を対象とした「子どもランチ」も200円で提供している。

「“さくら”の料理の特色は、毎日食べても飽きのこない家庭の味です。一人暮らしの高齢者や子育てに忙しい人など、団地で家庭の味を求めている人たちにおいしく食べてもらいたい。その思いから新鮮な食材を手間暇かけて丁寧に調理しています」と水谷さんは言う。

“さくら”では栄養バランスや減塩にも気を遣っており、八王子市保健所から「はちおうじ健康応援店」の認定も受けている。

スーパーが撤退した高齢化が日々進む団地を応援したい

地域食堂「たてキッチン“さくら”」誕生のきっかけは、2016年8月にさかのぼる。それは、団地内の商店街にあったスーパーの撤退だった。「館ヶ丘団地の近隣には他のスーパーなど食料品を買い求める場所がないため、バスで高尾駅まで出なくてはいけません。ご高齢の方はバスの乗り降りも大変ですし、団地内はアップダウンもあります。団地内のスーパーの撤退は、団地の住民にとってまさに死活問題だったのです」と水谷さんは当時を振り返る。

水谷さんは館ヶ丘団地の住民ではないが、当時、団地の商店街の入口にある高齢者相談窓口「八王子市シルバーふらっと相談室館ヶ丘」に併設されたカフェで週2回ボランティアをしていた。そのため、団地の実情を詳しく把握しており、思い入れも人一倍強かった。だから、団地の一大事を知ったときは、「なんとかしなければ」という気持ちが自然と湧き上がってきたという。

「何ができるだろう」と住民と話し合うなか、おにぎり弁当をつくって低額で販売することにした。週3回、1日50食用意したおにぎり弁当は大好評で、販売日には行列ができるほどだった。こうして水谷さんをはじめとする「団地応援隊」の活動が始まったのである。このおにぎり弁当の活動を通じて、住民たちの間には「自分たちもやればできる」という思いが生まれ、根づいていったという。

その後、団地内に新しいスーパーが開店することになったため、団地応援隊の活動は終了しようと考えていたが、住民から「スーパーができた後も続けてほしい」という要望が相次いだ。住民のニーズが

“さくら”の料理の特色は、毎日食べても飽きのこない家庭の味。新鮮な食材を手間暇かけて丁寧に調理している。

お弁当を配達した際には、おしゃべりに花が咲くこともある。配達は、一人暮らしの高齢者などの見守りの役目も担っている。

これほどあるならば、本格的な地域食堂を立ち上げよう――。こうして2017年6月、団地応援隊による「地域食堂立ち上げ準備会」が設置された。

住民全員が「ここに住んでよかった」と思える地域づくりを目指して

立ち上げ準備会では、1年間、十数人のメンバーが活動資金、開設場所、規模、スタッフの確保、地域の協力などさまざまな角度から話し合いを重ね、プランを練った。

2018年1月には、第1回目となる地域住民への地域食堂説明会とワークショップを団地内の保育園で開催した。「まずは、私たち団地応援隊の思いを伝えることから始めました」と水谷さん。同時に、地域食堂の運営方法、商店街のおそば屋や新しいスーパーとの共存などにもついて詳しく説明した。そして、2回目は「あったらいいな、こんな地域食堂」というテーマで、地域の人の要望を聞くとともに、疑問にも丁寧に答えた。2回開催した地域食堂説明会には、いずれも約80人の住民が参加したという。

最も大きな課題は活動資金だった。水谷さんたちは地域食堂説明会に参加した住民に資金の必要性を訴え、出資金を募った。「クラウドファンディングという方法もありましたが、私たちとしては地域の人たちから資金を集めて応援してほしいと思いまし

た。相手の顔が見えるお金だからこそ、その期待に応えられるよう私たちもがんばれると思ったのです」と水谷さんは語る。

地域食堂に対し、市が「八王子市後援」として後押ししてくれたこともあり、行政の補助金も含めて約750万円の資金が集まった。商店街の空き店舗をUR（都市再生機構）から低額で借りることもできた。

こうして2018年9月、地域食堂「たてキッチン“さくら”」はオープンした。店名の「たて」は、もちろん「館ヶ丘」の略である。「9月のオープンなのにおかしいでしょ」と水谷さんは言うが、「さくら」という店名には、団地応援隊の思いがこもっている。「桜の5弁の花びらは、それぞれお父さんお母さん、おじいちゃんおばあちゃん、お兄ちゃんお姉ちゃん、子ども、赤ちゃんを表わしています。つまり桜の花は家族の象徴です。桜の花をよく見ると、いくつかの家族が寄り添って咲いている。そして、桜の木全体が館ヶ丘団地なのです」

春には桜が美しく咲き誇る館ヶ丘団地。その一角に誕生した“さくら”が目指すのは、赤ちゃんから高齢者まで住民全員が「ここに住んでよかった」と思える地域づくりなのだ。

地域の人たちが気軽に健康相談ができる保健室もオープン

現在、“さくら”で活動するボランティアは約50名で、厨房やお茶入れ、販売などさまざまな役割を担っている。主婦が中心だが、配達専門の中高年男性、学生のボランティアもいる。学生たちはお弁当の配達を手伝っており、玄関先での彼らとのやりとりを心待ちにしている住民も多く、一人暮らしの高齢者などの見守りの役割も担っている。また、学生たちは食堂内の飾り付けのほか、住民との交流会の司会や進行役を務めており、これが地域住民の元気の素にもなっているという。

さくら保健室で活動する保健師の黒田藍さん。「活動に参加することで視野が広がり、それが保健師の仕事にも活きている」という。

さらに、“さくら”のスペースを利用して、ちぎり絵や切り絵、コサージュづくり、クリスマスパーティなど、食堂以外の活動も行うようになった。そのなかのひとつが、2018年11月にスタートした「さくら保健室」である。発足のきっかけは、保健師の黒田藍さんが団地応援隊にボランティア登録したことだ。厨房や販売などを手伝うつもりで“さくら”を訪ねた黒田さんに、水谷さんが「ここで保健室をやりたい」と相談を持ちかけたのである。「地域食堂の出資金を住民の方たちからいただいたとき、NPO法人白十字在宅ボランティアの会が行っている『暮らしの保健室』のような場所があるといいねと住民のひとりが言われたのです。そのときから、地域の人たちが気軽に健康相談できる保健室のような場所をつくりたいと思っていました。そんななかで黒田さんに出会ったのです」

一方、黒田さんは「行政にも保健師がいるのに、私が“さくら”で保健師としてボランティアをしていいのだろうか」と最初は躊躇したという。「でも、自分がボランティアとして“さくら”で何ができるだろうかと考えたときに、やはり保健師という資格

“さくら”のスペースを利用して、ちぎり絵や切り絵、コサージュづくり、クリスマスパーティなども催されている。

「さくら保健室」で開催した健康に関するミニ講座の様子。目薬のさし方や栄養に関することなど、さまざまな講座を行っている。

を活かしてできることがあるのではないかという思いが湧き上がってきたんです。また、仕事で住民と面談する際は、専門職と住民という関係なので距離を感じてしまう部分があります。もっと住民に密着した形で健康づくりや予防の普及活動にチャレンジしてみたいという気持ちもありました。そんな私の背中を、水谷さんが『ぜひやってごらんよ』と後押ししてくれたのです」

さくら保健室のメンバーは、保健師、看護師、理学療法士、言語聴覚士、薬剤師、生活支援コーディネーター６人で、ほとんどが30～40代だ。毎月１回、「笑い」をテーマにした昔遊び、目薬のさし方などのミニ講座と健康相談を行っている。メンバーは、当日の昼食時の食堂の手伝いもしているので、住民は気軽に食や健康の話もできる。「専門職という鎧を脱いでいるせいか、住民の方たちも日々の生活や食習慣などお話をたくさん聞かせてくださいます。そのなかから健康に関する課題が見えてくることもあり、心身の健康は毎日の暮らしのなかにあることを改めて実感しています。さくら保健室の活動に参加することで自分自身の視野も広がり、それが保健師の仕事にも活かされています」

メンバーは、みな有給休暇を利用してさくら保健室で活動している。ここでの気づきは仕事にも役立っており、患者のケアの仕方が変わったというメンバーもいるという。

一人ひとりのボランティアを温かく大事に迎える

“さくら”がオープンしてから約２年が経つが、団地応援隊はますますパワーアップしている。一度ボランティアをした人は、必ずといっていいほどまた参加してくれるという。その秘訣を水谷さんは次のように語る。「ボランティアがいなければ、これだけの活動をし続けていくことはできません。だから、みんなが一人ひとりのボランティアを温かく大事に迎えることをなにより大切にしています」

“さくら”では、たとえ活動人数が多くなったとしても、ボランティアに来てくれた人たちは全員受け入れる。厨房のボランティアが７～８人と多く集まり、厨房が混雑するほどになっても決して断らない。これは、水谷さんの信念だ。「そんなにボランティアが集まるというのはありがたいことなんです。ボランティアは、『今日は都合がついたから』と言って時間をつくって来てくださったり、『勇気を出して初めて参加しました』という方たちです。そんな方たちに、『今日は人が足りています』なんて言ったら二度と来てくれないでしょう。だから、たとえお弁当ひとつ運んでもらうだけでも、テーブルを拭いてもらうだけでもいいので全員が活動できるように、一人ひとりを大事にしたい。そうして、ボランティアをしてくださった方たちが、『今日はちょっといいことをしたな』とか『楽しかったな』と思ってもらえたらうれしいです」

団地応援隊のボランティアのみなさん。近隣の大学生から主婦、中高年男性まで、幅広い人たちが“さくら”を応援する。

“さくら”の壁には、法政大学の学生たちがつくってくれた桜の木がある。花びらには訪れた人たちからのメッセージがつづられている。

水谷さんの言葉に誘われるように、黒田さんがつけ加えた。「“さくら”に来るとほっとするんです。『ただいま』と言ってしまいそうな、そんな温かい雰囲気があるんですよ」

館ヶ丘団地の住民を食の面から応援しようという思いからスタートした地域食堂「たてキッチン“さくら”」。これからも“さくら”は、この食堂を愛してくれる地域の住民とともに歩んでいく。

たてキッチン“さくら”facebook▶