

高齢者の元気回復でまちの再生を目指す

白糠町 NPO法人 陽向ぼっこ

ほんのりと甘い香りがあたり一面に立ち上る。と、ほどなくこんがりキツネ色のおいしそうなワッフルとせんべいが次々と焼き上がった。「こんどは上手く出来たぞ」、「うん、これならみんなに喜んで食べてもらえるね」。嬉しそうな会話が弾む。

ここは高齢者、とくに独り暮らしのお年寄りに栄養のある食べ物と収入の得られる職を提供し、ゆくゆくは町民全体の総合福祉の確立を目指し、4年前にスタートした釧路管内白糠町のNPO法人「陽向ぼっこ」の仮事務所兼食品製造作業場。作っているものはワッフルとせんべいだが、そこは過疎と高齢化に悩む地域の人たちの、何とか自分たちの力で地域を盛り立て、生きてゆこうという熱い思いが込められている。

■ 寂れたまちの再生に思いを馳せる

「陽向ぼっこ」誕生のきっかけは、このまちで生まれ育った法人総務・儀同一義さん(75)、幹事・佐々木英憲さん(66)ら高齢住民4人が、6年ほど前のある日、次第に寂れゆく自分たちのまちが今、どうなっているかを知ろうと連れだって街中に出掛けたことから。目に映ったのは、まち一番の繁華街にさえ人っ子一人通らず、シャッターを下ろした商店が軒を連ねている古里のうらぶれたたたずまいだった。

白糠町は漁業を中心に農業と林業で発展してきたまち。かつてはそれに炭砒もあって1970年代には人口2万7千人を数える道東有数の豊かな原料生産地だった。海辺の茶路市街地から内陸の北進地区まで石炭を搬出する鉄道・旧国鉄白糠線も敷かれ、多くの人との出入りで賑わった。それが時代の流れと共に炭砒は閉山、鉄道は廃止。前浜中心の漁業も次第に元気を無くし、少子高齢化と過疎化も急速に進んで2013年には9千人を切るまでに縮小。町予算は税収減に加え、国からの交付金も激減し、まちを何とかしようにも先立つものがないという貧乏町に。



高齢者の“食”と“職”確保の期待を担って完成したワッフル・朝の食卓と釧路啄木せんべい。食べるとほんのり甘く、元気が湧いてくる

こうした現状を目の当たりにした儀同さんらは「これが我がマチか」とがく然。「このままでは地域が崩壊する。町も頼りにならない。それなら我々がやるしかないではないか」——その思いが一同の胸にこつ然と沸き上がった。

なかでも特に感じられたのが、高齢者の元気のなさ。高齢者は全人口のほぼ3割上、うち独り暮らしは840人ほど。60歳前後で現役引退後、働きたいのに働く場所がない、集う場所もないなどの理由から家に閉じこもって日がな一日、無気力に過ごすお年寄りが何と多いことか。さらに調べてみると月に数万円の収入しかなく、苦しい生活を強いられているほか、三度の食事をおろそかにし、なかんずく朝食を摂らないため栄養失調で医者にかかる年輩者が極めて多いことがわかった。

■ 4人を中心にNPO法人を立ち上げ

ここにきて儀同さんらは、「町再生のカギは高齢者の元気回復」ととらえ、高齢者に働く場を提供し、同時に確実に朝食を摂ってもらうことを核とした総合的な生きがいづくりが必要と痛感、わずか4人が中心となって「陽向ぼっこ」を立ち上げた。名前は、ひまわりがいつも太陽の方を向いて明るく決然と咲いているのになぞらえ、町民みんなが明るく元気に生きてゆこう、にちなんだ。町側にも高い意識を持ってもらうために、代表を元町議の田中修二さん(80)に引き受けてもらった。2010年(平成22年)のことだった。

働く場を創設し、朝食を確実にとって

らう——この2つのテーマを同時に解決する方法は何だろう。メンバーは、長らく商社の経営者を経験してきた儀同さんを中心に智慧を絞った。高齢者の働く場は小ざれいで、家の中ででき、軽作業であることが必要。一方、朝食として毎日確実に摂ってもらうためには手軽で栄養豊富、しかもおいしくなくてはならない。NPOを立ち上げる段階で数々のアドバイスを寄せてくれた町内の医師や札幌・藤女子大食物栄養学科の菊地和美教授らの助言もあおぎ、導き出された結論がワッフルとせんべいの製造だった。焼く作業で労賃が得られる。ワッフルとせんべいは誰でも日常的に食べている。これに牛乳や蜂蜜を入れ、ビタミンやカルシウムを添加して焼き上げれば立派な栄養食品になる。

「これだ」。そう決まると一同の行動は早かった。早速、ワッフルとせんべい焼き機各1台を札幌から取り寄せ、各自の自宅や白糠駅前の一角に無償で借りた空き店舗の仮事務所で試作に取りかかった。とはいえお菓子の製造は全員素人。焦がしたり、軟らかかったり、おいしくなかったり…。さんざん試行錯誤を繰り返した結果、今年(平成25年)になってようやく色、香り、味ともに、だれに食べてもらっても恥ずかしくない栄養満点の一品ができ上がった。お年寄りにテスト的に食べてもらったところ「おいしくてやめられない。これで朝飯代わりになるなら毎日でも食べたい」と大好評。試食した菊地教授も「おいしいし栄養も十分。これにジャムかハムを挟み、牛乳やサラダと一緒に食べれば理想的な朝食

でしょう。病人食や成長期のお子さんにもお勧めです。量産して市場に出回れば救われる人は大勢いると思います」と絶賛。そこで事務局はこのワッフルに「朝の食卓」、せんべいには釧路ゆかりの歌人・石川啄木の肖像と歌の焼印を付け「釧路啄木せんべい」と名付け、2014年（平成26年）春にも、職を望む高齢者に、沢山焼いてもらって、市販することにした。焼き担当のお年寄りには時給730円で1日4時間、月23日働いてもらうとして約7万円支払えとされている。

この成功に気を良くした法人は目下、白糠産の大豆や小手亡豆をあんにしたシシャモとトウモロコシの形をした最中の創作菓子を、菊地教授らの協力を得て開発中。これも完成次第量産して、啄木とゆかりの深い札幌や函館、さらには本州でも売り出し、お年寄りの収入増につなげたい考え。一連のやり取りの中で藤女子大生との交流もでき、白糠の高齢者と札幌の若い女性との相互訪問という嬉しい“おまけ”までついた。



今日も理想のワッフルづくりに励む巖岡総務（左）と佐々木幹事。試作の繰り返しで手つきも慣れてきた

一方この朝食開発の最中にも、町民に対する病気予防の呼びかけや地元商店から買い物をしましょうキャンペーン、認知症にならないための日常生活のあり方、食生活の大切さなどを説いたパンフレットの全戸配布や講演会の開催等、町おこしには欠かせない運動も活発に行っており、町民の意識も少しずつ向上してきた。なかには「陽向ぼっこ」の活動を知り、「私にも何かお手伝いすることはありませんか」と協力を申し出る高齢者も出て、スタッフを感激させている。

■ 法人の基本目標、

総合福祉ゾーンへGO

“食”と“職”の確保に一応のメドを付けた「陽向ぼっこ」は、NPOとして本来の目的に掲げた高齢者交流福祉施設「憩いの館」と入浴施設「陽向ぼっこの湯」、それに農業用のビニールハウスの実現に向けて走り出した。

「憩いの館」は、高齢者の働く場と生きがいづくり、健康維持、ストレス解消と生きる喜びを総合的に実現する多目的施設。設計された計画書によると、現在仮事務所として使っている駅前の一等地の空き店舗、木造2階建て延べ約730㎡を改装。1階にワッフル、せんべい製造室、パン工房、売店2店、喫茶・食堂、カラオケルーム、NPO事務室などを配置。売店では製造したての栄養食品とパン、もう一店は地元の野菜や魚介類を販売。2階は製品を袋詰めにする包装の仕上げ室、それに軽スポーツのできるトレーニング室、碁将棋、マージャ

ンが楽しめる娯楽室、談話室、宴会用お座敷などを設ける。食堂では元気な高齢者女性が、前浜で獲れた新鮮な魚と地元産の野菜を使った栄養満点の“お袋料理”を調理し、格安で提供する。

また、館の裏側には別棟で入浴施設を新築する。浴場は、同町内に公衆浴場がなく、高齢者が厳冬期、釧路市内の風呂に行くため洗面用具を小脇に抱えて寒そうにバス待ちをしている光景が日常的に見られることから、スタッフ全員が“ぜひもの”として新設する。



2014年春にも町民福祉の中核・「憩いの館」となる現「陽向ぼっこ」の仮事務所

さらにビニールハウスは別の地に、代表の田中さんから600㎡あまりの土地を無償貸与されたので、花づくりや農業をやりたいお年寄りに自由に使ってもらい、収穫した作物は自分で食べたり、売店の商品に供してもらおう考え。

NPOのメンバーはこの館を中心とした一角を町福祉の中心としてとらえ、町民のだれもがここに来れば職あり、食あり、娯楽あり、話ができ、軽スポーツの後はお風呂でさっぱりと、心身ともに一日ゆったり

過ごし、生きがいを感じ明日を生きるエネルギーを蓄えてもらえるゾーンとしたいと考えている。

これに係る予算はざっと2億円。NPOメンバーの持ち出しや協力団体、個人の寄付などではどうていまかなえる金額ではない。そこで儀同さんらはいま、高齢者就労や福祉施設建設、自立援助資金など高齢者や障がい者を対象とした国のあらゆる支援制度を活用して資金調達するデータ集めを行っており、平成26年早々にも申告する。

「陽向ぼっこ」のスタッフは儀同さん、佐々木さんら現在でもわずか数人。協力団体こそ道内を中心に20近くと多いものの、目下のところ収入は会員らの持ち出しと寄付が中心で、経営的には楽ではない。しかし一同は「苦しいのは最初から覚悟のうえ」と笑い飛ばし、儀同総務や田中代表は「誰もが『無理だろう』と思うことを実現させて初めて成功といえる。絶対やりとげますよ」と意気軒昂。白糠町駅前の福祉ゾーンに館と浴場が完成し、老若男女が三々五々集い、交流し、笑いさんざめく日が一日も早く訪れることを全町民が待っている。

■ 連絡先

〒008-0562

白糠郡白糠町東1条南1丁目2-27

NPO法人 陽向ぼっこ

代表 田中修二

総務・事務局長 儀同一義

TEL：01547-5-4444

FAX：01547-5-3020