地域特性を活かした「小さな場」づくりの提案
――シェア奥沢での実践の記録――

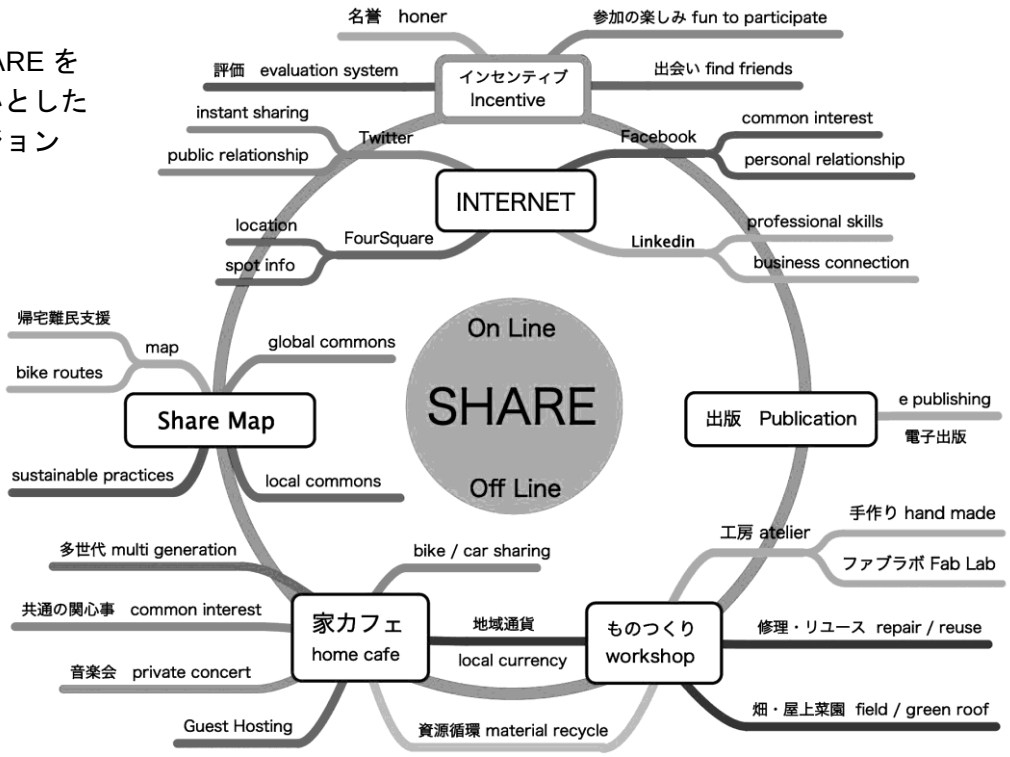
堀内 正弘（多摩美術大学）

１．はじめに

私は都市計画に取り組む中で、地域の拠点となる「小さな場」づくりの提案をしてきたが、ハード、経済重視の流れの中ではなかなか実現しない。東日本大震災の後に「SHARE」というキーワードでまとめたところ、そのビジョンがより明確になった。

ここに「家カフェ」と書かれたものが「シェア奥沢」として実現した。多世代の方々が共通の関心事で集う場になっており、まだ道半ばであるが、2013年に開設してから7年が経過したので、これまでの道筋について振り返ってみたい。

図１
SHARE を
中心とした
ビジョン



Masahiro Horiuchi 2011/4/10

世田谷区奥沢 2 丁目の私の家があるあたりは、かつて奥沢海軍村と呼ばれたところで、私が子どもの頃はまだ随所に空き地があり、勝手に陣地を作ったりできた。大正 14 年に祖父が建てた私の家には、まだその頃の風情が残っている。私の家に隣接し、叔母一家が住んでいたところが空き家として 15 年以上放置されていたので、そこを地域に開かれた場として公開することを考えた。

２．利用者さんのＤＩＹで空き家が片づく

シェア奥沢の整備が進んだきっかけは、「共奏キッチン」という、みんなで食事を作って食べるユニークな会の主催者のＴさんが私の家を訪れたことだ。それまで使っていた「三田の家」が閉鎖されることになったので、片づけを手伝うのでこちらで開催したいという。私は共奏キッチンに参加したことがあり、素晴らしい体験だったので開催を引き受け、その場で「シェア奥沢」という名称も決まった。（2013 年 5 月 24 日）

空き家には 3 世代にわたる不要物が蓄積され、ごみ屋敷に近い状態であったが、共奏キッチンの常連さんのチームの手で、みるみるうちに不要物が片付けられ、懐かしい昔の空間が姿を現した。畳を上げて床を張ることになり、杉板を敷いて蜜蝋で仕上げる作業、窓の修理など、手間のかかる仕事をコワーキングの利用者も加わって DIY で行った。

とりあえず片付いたものの、古い家の耐震問題が大きな懸念だった。ちょうど世田谷区の「空き家等地域貢献活用事業」の募集が始まることを知り、応募したところ採択された。200 万円の助成金と自己資金を投じて耐震補強工事を行い、2014 年 7 月に正式オープンとなった。空き家として長期間フリーズしていた戦前の古民家の空間は大好評である。年配の人は懐かしく感じ、マンション住まいの子どもや若者にとっては新しい体験だ。

世田谷区には「地域共生のいえ」という仕組みがあり、その主旨に賛同してシェア奥沢も登録した。この制度による資金援助は無いが、公的に認証されて登録されることで、一般の利用者にとって安心して使えるようになるというメリットが大きい。

写真１　片づけの様子

写真２　DIY による床張り

写真３　耐震補強工事

写真４
耐震補強工事
が済んだ
メインルーム

３．地域のコワーキングスペースとして

以前は漠然とコミュニティカフェを作ろうと考えていたが、そこで仕事もできる「コワーキングスペース」とした。特に私が工作好きで自宅にはいろいろな機材があったので、ものづくりにこだわった。カフェだとどうしても女性の利用者が中心になるが、ものづくりだと男性も多く来るだろうという目論見もある。お茶を飲むだけでなく、そこでの出会いにより常連さんが「何かを一緒にする」といった、より多様な展開となる。

2013 年の春、作品の制作に使いたいという若いアーティストが、空き家の一角を片付けて使い始めたのが最初の利用者である。

写真 5　最初のコワーキング

写真 6　音楽の練習をする利用者

個人での利用のほか、ボタニカルアート、人形作りといったグループでの利用、音楽の練習にも使われる。居合わせた人でちょっとした演奏会になることもある。そして、地域ならではのコワーキングは、子育て中の母親の利用だ。幼稚園に子どもを預け、送迎の合間の落ち着ける時間にフリーランスの仕事をする方、企業の正社員としてサテライトワークをする方もいる。カフェでは電話での打合せができないので、コワーキングスペースが良いという。またここで知り合った人の交流でコラボレーションが始まることもある。

写真 7　子どもを連れてコワーキング

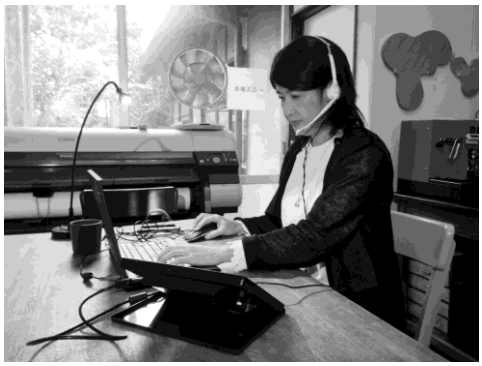


写真 8　サテライト勤務する母親

４．共奏キッチンというマジックに学ぶ

「共奏キッチン」は、三田の家で 30 回開催されたあとシェア奥沢に移って 70 回、毎月開催されており、開催回数は 100 回を越えた。そのユニークな進行から学ぶことは多い。

まずテーブルに、契約農家から送られて来たさまざまな野菜が並べてある。参加者たちはそれを見てどのような料理を作るか話し合う。それが決まらないと食事にありつけないという状況に皆は戸惑うが、これは災害時の状況に近いかもしれない。初対面でも自己紹介なしで進行し、肩書きは関係なく何をするかが優先される。主催者は見守り役となって口を出さないのがポイントで、参加者の中にお料理の得意な人がいると、その人が仕切り役となって進行することもあり、顔ぶれによって毎回違った展開になるのが面白い。

写真 9　共奏キッチンのお料理づくり

写真 10　共奏キッチンの交流会

作るメニューが決まったら、足りない食材を買い出しに行く人を決め、お料理が初めての人でも、材料を刻むといった簡単な仕事を担当する。このような進行では時間がかるが、参加者ひとりひとりが主役で、初対面でも作業を一緒にするうちに連帯感が生まれ、料理が終わるころには和気あいあいとなり、いわばひとつのチームとなる。並んだ料理を前にそれぞれの料理を作った人が説明をする。こだわりのあるユニークな料理はひときわ美味しく感じる。食事が済むと交流会となり、参加者の中から進行役が選ばれ、各人は思い思いに自分の取り組みのアピールなどをする。

普通のイベントでは主催者と参加者という明確な役割分担があり、主催者は準備を行い、参加者は受け身になるので、参加者同士の交流があまり生まれないことが多い。それに対して、共奏キッチンでは参加者全員が主役（プレイヤー）となる。毎月開催しているが、常連さんに加え初参加の人も多いので、顔ぶれが毎回異なり、マンネリ化することは無い。主催者としては準備の手間も最低限で済むので、ひとりでも運営できる。

このような共奏キッチンは、どのような地域、参加者でも展開できるので、そのノウハウが引き継がれ、今では他の場所でも開催されている。

共奏キッチンは遠方からの参加者の割合が高いが、そもそも別の場所（三田の家）で生まれた共奏キッチンのコミュニティがシェア奥沢に移ってきたことに注目したい。いわば「風の人」であるが、コミュニティは伝播する。彼らのおかげでシェア奥沢の整備が短時間ででき、シェア奥沢にさまざまな新しい活動が生まれる契機となった。このような行動力のあるチームが、新しい拠点を開拓することができる可能性がある。

新たに別の場所で自宅を開いた拠点にシェア奥沢の常連さん達が連れだって行くこともあり、それぞれのコミュニティの間で人の交流や連携も生まれている。

５．共通の関心事でつながる地域コミュニティ

シェア奥沢では、音楽や映像、絵画の鑑賞会、読書会、健康講座といった、さまざまなテーマの会が開催されている。ご近所の方々が共通の関心事で集まることで、居合わせた人どうしの緩やかなつながりも生まれている。こちらはいわば「土の人」のコミュニティで、「風の人」に比べるとシェア奥沢に足繁く通う「常連さん」となる方が多い。

最初に開催されたのは、隣町の玉川田園調布のお宅で長年開催されてきた「クラシック音楽を楽しむ会」というレコード鑑賞会であった。シェア奥沢に移ってからは映像の上映が増え、最近はサロンコンサート（生演奏）が中心となった。若いアーティストにとっては手軽に演奏を披露でき、ご近所の方にとっては身近に本物の演奏にふれることができる機会となっている。演奏会は敷居が低く、だれでもが参加しやすいので人気が高い。

写真 11　クラシック音楽を楽しむ会

写真 12　サロンコンサート

シェア奥沢で開かれるさまざまな会では、プログラムが終わると参加者同士の顔の見えるように座席の配置を変え「交流会」が始まる。プログラムが共通の話題を提供するのでその後の交流会での参加者のやりとりは楽しく、これを目的に参加される方も多い。

初参加の人は紹介され、順番に感想などをひと言ずつ述べる。そこにはひとりが長く話さないといった、皆にとって居心地の良い場にするためのちょっとした気配りがある。多くの会で手作りの料理が出され、アルコールもちょっと入りリラックスする。飲食ＯＫで時間の制限もゆるいという民家ならではの展開で、公共施設ではこうはならない。話題提供者やアーティストにとっても、このような顔の見える交流はとても有意義だという。

交流会での会話から共通の関心テーマが見つかり、何か新しいことを始めようという展開になることがある。これまでに「西洋絵画を愉しむ会」、「奥沢ブッククラブ」、「オペラの会」などの新しい会が生まれ、それぞれ回数を重ねて継続している。月に一回、同じテーマで顔を合わせるというリズムは小さなコミュニティを生み、毎回の参加を楽しみにされている。定例会としてスケジュールが固定できるので参加しやすく、主催者は公共施設のように場所取りの煩雑さが無い。場所のオーナーにとっても定例会はスケジュール管理が楽で、運営の手間が省ける。会の代表者には入口のパスワードを伝えてあるので、オーナーが留守でも中に入り、終了後は片付けて帰っていただくことにしている。

写真 13　オペラの会の交流会

写真 14　西洋絵画を愉しむ会

「西洋絵画を愉しむ会」は、大企業を定年退職されたご近所のＭさんが主催し、既に 60 回開催されている。クラシックの会に参加されていたＭさんが絵画についてお詳しいのに驚き、私がお願いして始まった。講師をするのは初めてで最初は遠慮されていたが、回数を重ねるたびに内容が本格的になってきた。交流会のお料理は奥様が準備され、お二人にとってシェア奥沢がいわば月一回の発表の場となっている。熟年になり奥沢に引っ越されたＭさんご夫妻は、シェア奥沢に来る前はご近所付き合いがほとんど無かったというが、この会がきっかけとなり、今ではたくさんの方との交流を楽しまれている。

Ｍさんのように、ある会の参加者が新しい会の主催者になる、といった展開が自然に生まれるのがシェア奥沢という場の力のマジックだ。図２にシェア奥沢での活動の系譜をまとめた。矢印は、個人のご縁で新しい活動が生まれた関連を示す。

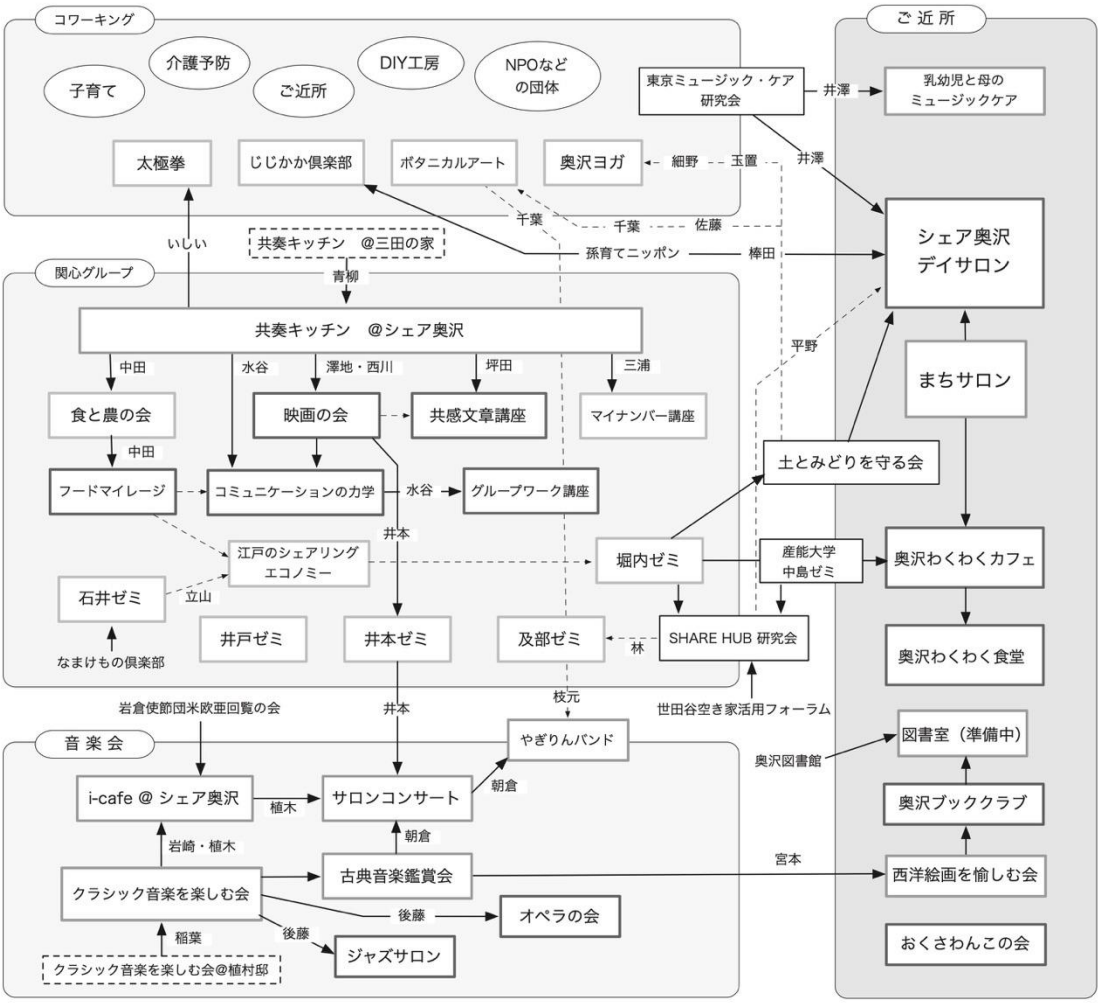


図２　シェア奥沢　活動の関連図

これらの活動に共通しているのは、その多くが文化、芸術をテーマとしていることである。それは私の個人的な関心事であるが、このあたりにお住まいの方の関心が高いテーマでもある。税金を使った施設や活動であれば、まんべんなくテーマを受け入れる必要があるが、個人が運営する場ならばこのようなオーナーの思い入れによる展開が可能である。

世田谷の「地域共生のいえ」は、それぞれのオーナーが自由なテーマで運営しており、そのような拠点の数が増えれば、気に入った場所を選んで行けば良いわけである。

シェア奥沢には団体などによる「場所貸し」の希望が多くあり、余裕があれば引き受けているが、ご近所の方が参加できるということをひとつの条件としている。いちばん最初が「東京ミュージック・ケア」研究会で、専門家による研究会の開催のほか、「乳幼児と母のミュージック・ケア」という地域に開かれた取り組みが始まり、地域の子連れのお母さんに人気の会となっている。公共施設だと予約がなかなか取れないが、ここだと年間スケジュールが組めるということでたいへんに喜ばれている。

写真 15　乳幼児と母のミュージック・ケア

写真 16　奥沢図書館＋地域包括 認知症講座

その他、社会福祉協議会、地域包括支援センター、区立図書館などの公的機関の利用もある。奥沢図書館と地域包括支援センターとのコラボレーションによる認知症講座は大好評で、図書館の地域での新たな展開の可能性を開拓した。大学教授による公開ゼミや研究会なども開かれ、社会人が参加した研究活動にはさらに力を入れたいと考えている。

地元ならではの利用は「おくさわんこの会」で、ご近所で犬を飼っている人たちが、やはりご近所にお住まいの動物看護士の方にお願いして、犬のしつけや相談事に応える講座が開かれた。なお、営利目的での利用は、原則お断りしている。

６．デイサロン（地域デイサービス／住民主体型デイサービス）

シェア奥沢にお越しになる方は、世代を超えいわば前向きで元気な方が多い。それに対して、ご近所付き合いもなく、ひっそりと暮らしている方がたくさんいらっしゃる。

じつはシェア奥沢を開設した目論見として、ご高齢の一人暮らしの方などにいらしていただきたいということもあったのだが、何かきっかけが無いと入りにくいようだ。

このような問題意識をもっていたところ、世田谷区で地域デイサービス（住民主体型デイサービス）という新しい事業が始まることを知った。

正式名称は、地域包括ケアシステム（総合事業）「通所型サービスＢ」で、厚労省が管轄する介護保険から要支援 1、2 を切り離して自治体に移行させるという制度である。

一般的なデイサービスは介護保険を使い、事業者が提供するが、地域デイサービスは、自治体の支援を受けて、住民グループ等が自主的に運営して提供するという大きな違いがある。一般的なデイサービスは、要介護者をもつ家族の負担を減らす目的が大きいが、地域デイサービスは、当事者の自発的な利用が基本となる。このサービスを利用する人は、地域包括支援センター（世田谷区はあんしんすこやかセンター）が受け付ける。

地域デイサービスの対象者は、要支援 1、2、あるいは基本チェックリスト該当者という、軽度の支援が必要な 65 才以上の方で、身体機能が大きく低下した人や高度の認知症

の方などは対象外となる。また、一般的なデイサービスは送迎付きであるが、こちらは利用者が自ら歩いて参加するのが大きな違いである。

まちサロンという、シェア奥沢の常連さんの食事会でこの事業を紹介したところ、皆で力を合わせて取り組もうということになり、さっそく有志がリーダーの研修会を受けた。「デイサロン」と名付け、制度の開始と同時（2016年5月）に開始して以来、毎週水曜日に開催しており、もうすぐ4年となる。

シェア奥沢の常連さん達は、手作りのお料理を出すのはお手のものである。そして、様々なプログラムを提供してくれる常連さんが名乗りを上げた。Kさんは元気体操、Wさんは太極拳、S さんはお話しの会、ソプラノ歌手のTさんは合唱や合奏を、「おくさわんこの会」講師のNさんは愛犬を連れて来て、楽しいお話や合唱のピアノ伴奏もしていただく。「東京ミュージック・ケア研究会」は、ふだんは障がい者の支援が中心なので、デイサロンで高齢者向けのプログラムを開拓したいという。

このようなシェア奥沢の常連さんの協力により、毎週違ったプログラムが提供される素晴らしいデイサービスが誕生した。こういったプログラムは利用者さんにもたいへん好評で、体調が悪くない限り、皆さんがほぼ毎週お越しになる。通常のデイサービスは介護度の高い人を対象としているので、行きたくないという方がいらっしゃるが、デイサロンは一般の方向けのプログラムとレベルがあまり変わらないので好評である。

写真 17 デイサロン 太極拳

写真 18 デイサロン　ランチタイム

お昼ご飯は、利用者さんとスタッフが一緒にテーブルを囲んで手作りのお料理を食べ、食後のリラックスタイムはゲームなどで遊ぶ。何よりも日常の話題を交わすのが人気で、利用者とスタッフの距離感があまりないので、新たなご近所付き合いといった感じである。送迎サービスが無いので、ご近所にお住まいの利用者さんが連れだって帰り、お互いの家を訪問することもあるという。利用者さん同士で一緒に旅行に行ったという話にはびっくりしたが、送迎付きのデイサービスでは、まずこのような展開にはならないと思う。

写真 19 デイサロン 折り紙細工

写真 20 デイサロン　ティータイム

地域デイサービスは利用者のみならず、スタッフにとっても「介護予防」になっている。ごく僅かの謝礼でお手伝いいただいているスタッフには 65 才以上の人が多いが、誰かの役に立つということが何よりの張り合いとなるという。

地域デイサービスの目的を、通常のデイサービスのコスト削減ととらえると、その可能性を活かせない。市民の自主的な活動がさかんな世田谷区の地域特性を活かすことで、地域デイサービスを普及させれば、実効性のある介護予防、高齢者の孤立の防止とＱＯＬの向上につながる。そして何よりも介護保険制度の破綻防止に貢献するはずである。

地域デイサービスの長所	地域デイサービスの課題
・楽しく参加できる介護予防	・無償で使える場所が必要（世田谷の場合）
・ご近所付き合いの復活による孤立防止	・互助に意欲のあるスタッフの組織化が必要
・こだわりのあるプログラムの展開	・地域包括センターの積極的な関与が必要

７．奥沢わくわくカフェ（子どもカフェ）

私が子どもの頃は、このあたりは空き地もあり、遊ぶ場所には欠かなかったが、今は子どもが遊べるところが少ない。

シェア奥沢の勉強会（堀内ゼミ）のワークショップで「子どもカフェ」を作ろう、という常連さんのグループがあった。子ども大人も一緒になって遊ぼう、学ぼうという場の提案である。ご近所で子ども教室を開かれているＩさん、子どもに絵本の読み聞かせをされているＵさんなどの常連さんの提案だ。

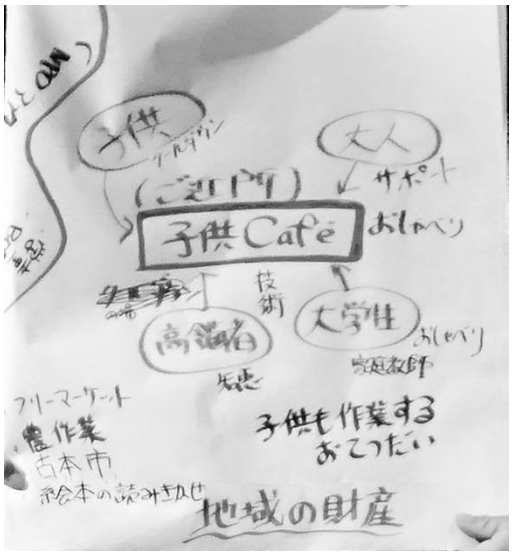


写真 21　子どもカフェの最初のアイデア

その後お近くの産能大学中島ゼミとの出会いがあり、シェア奥沢の常連さんとのコラボレーションで「奥沢わくわくカフェ」が始まり、年 4 回開催している。子どもが大学生と遊べるのが人気で、大学生にとってはアイデアを社会で実践する良い機会となっている。

写真 22　奥沢わくわくカフェ

写真 23　庭のハンモックで遊ぶ

８．奥沢わくわく食堂（子ども食堂）

子どもカフェの次のステップとして、社会福祉協議会と連携し「奥沢わくわく食堂」という子ども食堂を月 2 回、1 年半開催した。子どもカフェの定例化をねらったのだが、残念ながら今は休止している。その主な理由は、当初想定していた子どもだけでの利用が無く、お母さんと就学前のお子さんの利用が中心となったからである。ものつくりを教える準備をしたのだが、あまり出番が無かった。お料理は、デイサロンのベテランスタッフが中心になって、衛生面に特別な配慮をしながら提供し、好評であった。

写真 24　奥沢わくわく食堂

写真 25　折り紙で遊ぶ

このあたりは遊び場や児童館等の子どもの居場所が少ないこともあり、小学校低学年から塾に行くことが多い。若いお母さんから聞いた話だが、子ども食堂に行っているというといじめに遭うこともあるというのには驚いた。子ども食堂は経済的な「貧困対策」としてのイメージが強くなり、この地域ではなじまないようだ。別の意味での貧困対策は必要なので、最初に目指した「子どもカフェ」の原点に立ち戻り、新たな展開を考えたい。

９．お一人暮らしの男性の利用を増やすには

デイサロンは、シェア奥沢に要支援の方などに来ていただく道筋をつけることに成功したが、その参加者のほとんどが女性である。世間話で盛り上がるような展開になると、少数派の男性は居心地が悪くなり長続きしない。ご近所のお一人暮らしの男性の方の参加を促すにはどうしたらよいか、スタッフで話し合うがなかなか道筋が見えない。

一方で、シェア奥沢で開催されるテーマがある会は、参加者の男女比が半々くらいで安定している。どうやら男性を引きつけるには明確な目的があった方が良いようだ。

そこで今、奥沢図書館とのコラボレーションによる「図書室」をシェア奥沢に開くことを検討している。図書館はお一人の男性に人気で、開館前に男性の行列ができるという。シェア奥沢の空いている時間に図書室を開けば、お一人の男性の利用が増えるに違いない。

図書館の団体貸し出し制度を利用して書架をシェア奥沢に設置し、地元限定の会員制（無料）で利用できるようにする。お茶（実費）が飲めるので、ブックカフェだ。利用者の希望により書架の本は入れ替え、図書館で一番人気の新聞も置く。このような図書館の分館のようになれば敷居が低くなり、男性の利用も増えるのではと考えている。

ここでは他の人と話を交わす必要は無いが、コワーキングスペース的に、オーナーが利用者さん同士を紹介すれば、常連さん同士の交流も生まれ、話をしてはいけない図書館とは違った展開になるはずだ。夜はチョイ飲みコーナーを作るというアイデアもある。

１０．シェア奥沢の原動力は「常連さん」のソーシャルキャピタル

定例の会への参加、コワーキングなどさまざまなきっかけでシェア奥沢にいらっしゃる方は、同じ関心をもつ知り合いができ、しだいにシェア奥沢の「常連さん」となる。そして、その中からスタッフとして運営側にまわる人が出てくる。このような役割のある人は、だれかの役に立っているという感覚から生活に張り合いが出てくるので、きっと将来的に介護の世話になることが少なくなると思われる。常連さんの最高齢は、シェア奥沢のお隣にお住まいの 95 才の女性である。好奇心旺盛で、キッチンの片づけなど進んでやっていただく元気な方で、介護とは無縁。皆がぜひこのように生きたいと思うお手本だ。

「ソーシャルキャピタル」の定義はいくつかあるが、ここで言うのは少し前の日本では普通にあったご近所付き合いといった、日頃の交流やご縁による信頼関係から自然に生み出される共有価値のことである。地域のソーシャルキャピタルが充実していれば住民の孤立が減り、助け合いといったお金とは違う価値が共有され、心の豊かさにつながる。

新しい都市（マンションやニュータウン）はソーシャルキャピタルが希薄だが、奥沢のような古い住宅地にもその傾向が強くなってきた。また、人が集まっても交流の機会が

無い集会やイベント、あるいは商業施設でのにぎわいからはソーシャルキャピタルは生まれにくい。管理が重んじられる公共施設、車優先の街づくりも人間関係を疎遠にし、このようなさまざまな背景から、現代社会からソーシャルキャピタルが失われている。

奥沢もかつてはご近所付き合いが多かったが、疎遠な方が増えてきた。この状況を変えたいというのが、シェア奥沢という「小さな場」を開いた理由のひとつであるが、常連さんのコミュニティというソーシャルキャピタルが徐々に形成されてきた。デイサロンや子ども食堂などを無理なく始められたのは、このソーシャルキャピタルのお陰である。

１１．おわりに

以上、シェア奥沢のこれまでの取り組みの概要をご紹介してきた。この先の展開もいろいろと検討中だが、シェア奥沢をどのように次の世代に継承していくかということが最大の課題である。法定相続人のいない私の死後にシェア奥沢を継続させるための準備だ。このような取り組みをオーナーの好意に頼っている現状では、相続を乗り越えられない。同じような課題を抱えているオーナーさんは他にもいらっしゃるので、専門家と一緒に、継承のしくみづくりを検討中である。例えば、コレクティブハウジングとして建て替え、その共有部分をシェア奥沢として地域に開放するというアイデアがある。

文化、芸術がテーマとはなんと贅沢な！と思われるかも知れない。しかしここで動くお金はごく僅かで、500 円でデイサロンに参加でき、1000 円でチェロの生演奏を茶菓付きで楽しめる。ＤＩＹによる空き家活用は、経済活性化にはあまり貢献しないが、お金で買えない大きな価値：地域のソーシャルキャピタルを生み出す可能性がある。

もし、シェア奥沢のような拠点が全国に遍くできれば、高齢者の孤立防止、介護予防による介護保険の負担軽減といった、さまざまな社会的効果が期待できよう。しかし、これは施設やサービスの拡充、介護ロボットに依存するといった、市場経済と結びついた厚労省のスキームにはなじまないので、自治体が率先して制度的に市民を支援し、展開することが望まれる。シェア奥沢の取り組みは奥沢 2 丁目という地域特性から、結果的に高齢者を主なターゲットとした展開となっているが、それぞれの立地特性に応じて、若年世代の孤立の防止といった、あらゆる世代を対象とした社会問題を、地域のソーシャルキャピタルの力で解決することに期待したい。

こちらでシェア奥沢の詳しい情報や写真をご参照いただけます

https://urbanecology.jp/share-okusawa/

スマホ用 QR コード