

# 地域における助け合いの拠点 「実家の茶の間・紫竹」が 実現してきたこと

lbasho Japan 代表、千里ニュータウン研究・情報センター事務局長 田中 康裕

2024年10月、新潟市東区の「実家の茶の間・紫竹」（以下、紫竹）が10年間の運営を終了しました。紫竹は「地域の茶の間」の創設者である河田珪子さんが代表を務める任意団体「実家の茶の間」と新潟市の協働事業によって運営されてきた地域における助け合いの拠点。「『助けて!!』と言える自分をつくる、『助けて!!』と言い合える地域をつくる」ことを目的として、赤ちゃんからお年寄りまで、障がいの有無、国籍などを問わず、すべての人の尊厳を大切にするという強い意志に基づき運営されてきました。

地域における助け合いの拠点は何を大切に、どのように運営すればよいのか。このことを考えるため、ここでは紫竹から教わったことを振り返りたいと思います。

## 理念にもとづく運営

### ◆運営終了のイベントは行わない

最終日となる10月30日の朝のミーティングで、河田珪子さんは運営終了のイベントを行わない理由を次のように話されました。紫竹で周年記念イベントを開いたところ、大勢の人が集まった。そのイベントに来られていた、認知症の方についての話です。

「認知症の方がお帰りになる時に手元を見たら、お弁当を持ってらっしゃったんです。紅白饅頭がついたお弁当を1つも召しあがらずに、開けた気配もなく、玄関に行かれました。その時、どういことが起こったのかって初めてわかりました。当番さんたちは皆さんとても隅々まで気遣いなさる方です。けれども、おいでになった方たちへの気配りで目一杯だったんだろうと思います。そして、当たり前のように気遣い、気配りしなければいけない人に気が回らなかった。箸のつけられないお弁当を持って帰られたことが、私にとっては心の傷になりました」

運営終了のイベントを行わない代わりに、紫竹がなくなっても「今後の生活を安心して過ごせるように」「本当にここがあった良かった」と思ってもらえるようにするための終わり方が考えられました。そして、どの日が最後まで心に残るように、10月の運営日である月曜と水曜の9回すべてが最終日と位置付けられ（鶴山芳子 2024）、人数の多寡にかかわらず、全員がフルネームを名乗り、一言ずつメッセージを伝える時間が設けられました。年齢を重ねれば重ねるほどフルネ

ームを名乗る機会がなくなり、遠慮して「自分はこうしたい、ああしたい」と口にしないようになる。だから、「自分で自分の名前をきちんと言いながら、自分の心をたった一言でいいので口に出せる」こと、それを定着させることが大切だという考えから行われることになったものです。

最終日の一言メッセージでは、「私はまるつきり一人ここがなかったら話をするともなく、声が出なくなつたと思います」「最初、ここは何する所かと思つていましたが、今では通わずにはいられない場所になりました」「ここに来ると、元気にしてる？ 最近何してる？ と気にかけてくれるのが嬉しい。私も自分の地域を、人々がお互い気にかけてくれるような地域にしたい」「地域で茶の間を開いています、ここで学んだことを活かせたらと思つています」など、視察や研修に来られた方を含めた全員が、紫竹への感謝や、これからに向けた思いを話していきました。

### ◆最後まで理念に基づいて運営する

最終日の昼食は、具だくさんの味噌汁を中心とするメニュー。具だくさんの味噌汁は、たくさんの食材を食べてもらえるようにと考えられたもので、当番の負担にならないように定番のメニューとされてきました。茶の間に掲示されたメニューの案内によれば、最終日の昼食には大根、人参、打豆、玉ねぎをはじめ21種類もの食材が使われていたとのことでした。

最終日の昼食について、当番の方々による次のような話し合いがなされました。10月28日はカレーの日でした。紫竹では具だくさんの味噌汁が定番ですが、カレーの日も人気で、定期的に開かれてきました。10月



手作りマイクを片手に、全員が一言メッセージを話した

28日は非常に多くの人が訪れ、台所は大変だったとのこと。その様子を見ていた方が、最終日も多くの人が食事をする可能性があるため、具だくさんの味噌汁より、カレーのほうが対応しやすいのではないかと提案。この提案に対して、「私たちは、利便性ではなく、来られる方を大切にして運営してきた。カレーばかりになるから、最後は懐かしいお味噌汁にしよう」と話し合った、その時の気持ちを大切にしたい」「何のためにやってたのかという原点に戻ってやらないと、そんな場所には誰も来なくなる」という話し合いがなされ、最終日は具だくさんの味噌汁とされました。

運営終了のイベントを行わないこと、全員が一言メッセージを話す機会を設けること、最終日は具だくさんの味噌汁にすること。紫竹では、運営する側の都合

でなく、一人ひとりの尊厳を大切にするという理念に基づいて運営することが、最後まで徹底されてきたことがわかります。

## 現場から学ぶ、人から学ぶ

### ◆紫竹における食事

新型コロナウイルス感染症が発生するまで、紫竹の食事はご飯と汁物を除いたおかずが大皿に盛り付けられていました。そして、当番を含めて、誰も他の人のおかずを勝手に取り分けず、自分で食べたい分を、自分で取るようにされてきました。

「油揚げは何枚食べたいか、お麩を何個欲しいかなんて本人が決めることでしょ。それをよかれと思って取ってあげると、『自分は手助け受けるから、言っちゃいけない』につながっていくんですね。それがだんだん『されるままにおとなしくなっちゃってれば、あそこにいられる』に変わっていったって、『あれがいくつ欲しい、これはいらぬ』っていう意思表示ができない場をつくっていくと、一人ひとりの表情がどんどん受け身の表情に変わってくるんですね」

食べるのが遅い人が、片付けている気配を感じて迷惑をかけていると思わなくてもいいように、最後の一人がお箸を置くまで、食器を片付け始めないことも徹底されてきました。

新型コロナウイルス感染症の発生後、しばらく食事は中止になりましたが、2021年7月から食事が再開（篠田昭 2023）。感染防止対策の1つが、台所で食事を一人分ずつお膳に載せて、ラップをかけた上で、

茶の間に運ぶという形です。これは2024年10月の運営終了まで続けられました。

10月28日のカレーの日は食事をする人が多く、お膳が足りなくなつたとのこと。お膳が足りなくなつたのは、この日が初めてだったようで、先に食べ終えた人のお膳が回収されることになりました。この時、お膳を回収した方が次のような話をされました。

「人の多さで、原点を忘れてた。……『お膳下げますね』と言った時に、『私やります』って言ってくれた人がいた。その時、『いいいえ私やりますよ』って言ったのを後悔してる。効率のことを考えてたんだと」

この話に対して、感染防止対策を徹底すれば、事務室で食事をしていく視察や研修に来ている人には、一人ずつお膳で運ばなくても良かったかもしれない、という意見が出されました。お膳にまつわるこの出来事も、理念に立ち戻ることに関わるものとして考えることができます。

### ◆具体的な出来事への対応

お膳を使い始めたのは、新型コロナウイルス感染症という予期せぬ出来事に対して、感染を心配することなく安心して食事ができるようにという、一人ひとりのことを考えた対応です。けれども、お膳が足りなくなるほど多くの人が食事をするという別の予期せぬ出来事に直面した時に、お膳を使うことが定着していたがゆえに、お膳を回収することが考えられた。しかし、それは運営する側の効率を考えた対応だったかもしれない。感染防止のためにお膳を使うことは善意、そしてお膳が足りず回収しようとしたのもまた善意。けれども、善意が思いもよらぬ結果をもたらしてしまう。だから



皆さんといつも通りおしゃべりをする  
河田圭子さん（写真中央）

こそ、いつも一人ひとりの尊厳を大切にするという理念に立ち戻る必要がある。河田圭子さんから、次のようなことを伺ったことがあります。

「今日までの歩みの中で、私は何かつくり出すのではなくて、『地域の茶の間』でも、いつも現場から学び、人から学んで決まりごとをつくってききました。……決まりごとの背景は、すべて具体的な事例で説明することができのです」

すべての決まりごとの背景には、ある出来事に直面した時に、どうすれば理念を実現できるかと考え、そのことにしたという経緯がある。すべての決まりごとは、その背景となった具体的な出来事と常にセットだということだ。

紫竹でお会いした方から次のような話を伺いました。紫竹で学んだことを、他に関わっている「地域の茶の間」でも活かしたいと考えているとのこと。他の「地域の茶の間」でどのようなことに困っているかと伺ったところ、次のような話をされました。

「困っていることはないんですよ。ただ、ここに来ると、当番の方が立ち上がって、動かれる。それを見て、そういうことかと気づかされることが多い。同じものを見ているはずなのに、見えているものが違う」

紫竹に来れば、自分が想像もしていなかったような配慮がなされていることに気づかされる。このような気づきは、具体的な出来事への対応を通して決まりごとがつくりあげられていくという、「地域の茶の間」の運営において大切なプロセスを体験することになっていると言えるかもしれません。このような学びの場所であることは、「モデル」として紫竹が担ってきた重要な役割です。

紫竹の運営は終了しましたが、紫竹で当番をされていた方が他の「地域の茶の間」に関わったり、新しい「地域の茶の間」を開いたりされていると伺いました。紫竹の近くで「地域の茶の間」が始められること、河田圭子さんが石山地区公民館で「地域の茶の間」を継続されることも伺いました。具体的な出来事を通して学びの場所という大切な役割を担う場所は、このような形で継承されています。

#### ◆柔軟な運営

居場所を運営していると、必ず予期せぬ出来事に直面します。その時に、あらかじめ決めたやり方で画一的に対応するだけでは、柔軟に対応することはできません。かと言って、当番の都合によってその時々でバラバラな対応をすることも、柔軟な対応とは言えません。紫竹が教えてくれるのは、柔軟な対応とは、予期せぬ出来事に直面した時に理念にまで立ち戻って、理念をどのようにすれば実現できるかを考えて対応すること。そして、別の予期せぬ出来事が発生して状況が変われば、再び理念にまで立ち戻って、対応を修正したり、別の対応をしたりすること。それゆえ、理念に立ち戻るのは、一度きりのことではなく、常に続ける必要がある

ということ。このような対応の積み重ねを、事後的に振り返った時、その場所は、予期せぬ出来事に対して柔軟に運営してきたように見える、ということだ。

### サービスの利用者はいない

#### ◆自己決定すること

紫竹で当番を担当されている方から、次のような話を伺いました。

「こういう茶の間って、運営する人、来るお客さんみたいな感じに分かれちゃったりしがちですし、そのほうがきつと運営する方は楽だったりすると思うんですけど。でも、ここは、それはものすごく厳格に徹底して、本当に徹底して……。地域で生きていく上で、お互い尊重し合って生きるのすごく大事だということの学ばせてもらいました。なかなかこういう場がないですよ。……。もう常にフラットっていう。それが、この居心地のよさに通じてるんじゃないのかなって思いました」

紫竹における人々の関係はフラットである。「ここにはサービスの利用者は一人もいない。いるのは、場の利用者だけ」（河田圭子 2016）という言葉の通りです。ただし、「目配り、気配り、気遣いが当番全員の最も大切な役割」というように、当番は細やかな配慮をされており、当番と、当番でない人が、全く同じように振る舞っているわけではありません。そうであるにもかかわらず、フラットな関係であるとはどういうことなのか。ここに自己決定ということが関わってくることを考えることができます。当番であるかどうかにか

かわらず、誰もが自己決定できるという意味で、同じ立場である。

「自分自身の意思が全くない状態になっていると、不幸になっていく。それだけを見てきているから、ここで、いかに主体性を出していくか、そして、自己決定していくかっていうのをものすごく尊重してるじゃないですか。……。それはね、結局は生き方の問題なんですよ。幸せかどうかっていうね。自己決定できてるかどうか」

一方的にサービスを受けるだけでは、たとえそのサービスが善意に基づくものであったとしても、「自分自身の意思が全くない状態」につながり、不幸になってしまう。そのため、自己決定が大切になりますが、自己決定とは誰かに強いられるものではありません。誰かに自己決定「させる」というのは矛盾であり、そのようなものそもそも自己決定ではない。このように考えると、自己決定のための配慮は難しい。それでは、紫竹においては自己決定についてどのような配慮がなされているのか。

10月に紫竹を訪れた時、自己決定のための配慮とは、もしかしたらこういうことかもしれないと気づかされる経験をしました。

### ◆何かをしやすい状況をしつらえる

最終日の10月30日の朝のミーティングの時、カメラを手にして廊下に立っていた筆者を見て、河田珪子さんは「写真撮りたいんだよね」と、皆の前で外回りの席を指し示してくださいました。ささやかな出来事です。が、あとから振り返って、これは写真を撮影しやす

ました。写真を撮影することは誰かに頼まれたわけではなく、自分で決めて行おうとしたこと。そうではあるのですが、この声かけによって、撮影しやすい外回りの席に行くことができ、同時に、筆者が撮影する者だとミーティングに参加されていた方々に共有されたことで、撮影しやすくなったように思います。

ある方から、次のような話を伺いました。当初、紫竹では台所と廊下の間に少し段差があり、躓いて危なかつた。河田珪子さんは、地域の男性に「ここに段差があるんだけどどうしたらいい？」と相談。相談を受けた男性は、大工の心得があったこともあり、工夫して段差を解消してくれたということでした。

このような声かけに、自己決定のための配慮が現れているように思います。それは、何かをしやすい状況をしつらえること。言い換えれば、何かを行うことが周りから不自然に見られない状況、何かを無理なく行える状況をしつらえること。「写真撮りたいんだよね」「ここに段差があるんだけどどうしたらいい？」という声かけは、「写真を撮ってください」「この段差を解消してください」という直接的な指示ではありません。筆者にはこれらの声かけの意味を知る由もありませんが、これらの声かけによって撮影したり、段差を解消したりすることが行われたとすれば、結果として、これらの声かけは自己決定がなされるきっかけとして機能したと捉えることができます。

このような配慮は数多くなされています。誰がいつ視察や研修に来るかを貼り出し、それを見て自分でその日に来るか来ないかを決める。当番は「手挙げ方式」で募られており、茶の間に貼り出された模造紙に

自分で名前を記入する。「お茶いれましょうか」でなく、「お茶はおかわり自由ですから、どうぞ」と声をかける。先に紹介したように、お茶は自分で食べた自分を取り分ける。いずれも何かをしやすい状況をしつらえているのだと捉えることができます。この他にも、当番による細やかな声かけや振る舞いを含めて、日々、無数の配慮がなされているのだと思います。

紫竹では、当番が「ありがとう」と言うことを大切にしていると感じました。当番が「ありがとう」と言われる機会が多いかもしれませんが、「ありがとう」と言われることは自己満足になっていないか、相手ができるかもしれない役割を奪ってしまった可能性はないかと問われる。このように問われるのは厳しいことですが、一人ひとりの自己決定を実現するためであり、これが尊厳を大切にすることになるからです。

自分だけでやるのが一番早い、自分ができるところを見せたいと考える人は当番に向いていない。そうではなく、当番には誰もお客さん扱いせず、頼み上手であることが求められる。頼み上手とは、一人ひとりが何かをしやすい状況をしつらえること。その結果として、自己決定による何かが行われた時、当番の口から「ありがとう」という言葉が出る。このように考えると、当番による「ありがとう」の言葉は、自己決定がなされていることを表すものと言えます。

## 究極の居心地の場

### ◆プログラムのない場所

食事と午後のラジオ体操以外は決められたプログラ

ムは行われておらず、「さあ皆さん」という声かけもなされません。囲碁、将棋、麻雀、オセロ、本、縫い物、折り紙、習字、絵の具など希望された物は何でも揃えられており、どのように過ごすのかもまた自己決定とされています。

「お年寄りが生きてきた生活の歴史とか、みんな違うじゃないですか。得意なことも、環境も。だから画一的なことをすればするほど、サークルになっていくんですね。それが好きな人しか集まらない。何もしなければ、誰でも来れるわけでしょう。だからサービスの利用者は一人もいない、いるのは『実家の茶の間』っていう場の利用者だけ。場は自分たちが、自分たちでつくる。それをそつと手助けしていく」

ただし、プログラムを行わなければ、自動的に居心地がよい場所が実現されるわけではありません。プログラムが行われない場所は、来たい時に来て、思い通りに過ごすことができる反面、居心地が悪かったり、嫌な思いをしたりすれば、二度と来てもらえなくなる。紫竹を視察して、「ただ話をして、お茶飲んでるだけで、特別なことはしていない」という感想を持つ方もいると伺いました。人々が思い思いに過ごしている光景は、あたかも自然に生まれたように見えるため、このような感想を抱くのも当然かもしれません。しかし、このような光景を生み出すためには数多くの配慮がなされている。筆者は、福祉でなく、建築の分野の出身ですが、紫竹では建物や家具などの空間に関わる配慮も数多くなされているのを知り、空間という点でもまだまだ考慮すべきことは多いと教えられました。「どなたでもどうぞお入りください」という意思表示

として、雨の日でも、風の日でも玄関の扉は開放されています。玄関から中に入ってきた人にとっての最も大きな心理的なバリアは、多くの人々が過ごす茶の間の戸を開けること。茶の間の戸を開けようとする時には、特に初めて来る人、久しぶりに来る人は、誰が来ているだろうか、場違いな所に来ていないだろうか、話をする相手がいないくて一人ぼっちにならないだろうかなど様々な不安がよぎるもの。そのような時に、「あの人だれ!!」という目が向けられると足がすくんでしまう。

そこで、「どなたが来られても『あの人だれ!!』という目をしない」ことが大切な約束事として掲示されています。ただし、自分では「あの人だれ!!」という目をしたと思っていなくても、訪れた人が「あの人だれ!!」という目で見られたと思う場合がある。茶の間の戸を開ける時の心理的なバリアは、そこまで大きなものだという事です。そこで、「戸を開けたとき、視線が集中しない配置にする」「会議風の口の字はさけて、5〜6人単位で座れる様に散らばる配慮をする」(河田珪子 2016)などのように、テーブルの配置も配慮されている



「外回り」の席から茶の間を見る

ます。さらに、茶の間に入った後、初めて来た人には「外回り」の席に座ってもらうことが配慮されています。

「笑い声とか話し声とか、外に漏れ漏れですね。楽しげですね。戸を開けた時、みんなが『何、あの人何しに来たの?』『誰、あの人?』とかって怪訝な目がぱつと向いたら、それだけで入れなくなったりする。初めて来た人は、できるだけ外回りに座ってもらおう。そうすると、あんなことも、こんなこともしてる姿が見えてきますね。すると、いろんな人がいいんだっていうメッセージが、もうそこへ飛んでいってるわけです。そこから始まっていくんです」

#### ◆究極の居心地の場

紫竹が追求するのは、「大勢の中で、何もなくても、一人でいても孤独感を味わうことがない『場』」であり、これが「究極の居心地の場」(河田珪子 2016)と表現されています。

「『うちの実家』の時に、ずっとテーブルにうつぶせになっている男の人見た時ね、しばらく眺めてたけれども、傍にそつと寄って聞いたら、『いや、このみんなのざわめきを楽しんでるんだよ』って言葉が返ってきたんですよ。子どもの頃、本当に近所の人とか、親戚の人とか集まったりね。それを自分は楽しんでたんだよって……。『そんな家で寝てりゃいいじゃない』なんて言う人もいるかもわからない。でも私、その人の言葉から、本当にこうやって一人でいろんなこと考えながら、思い出しながらいるのが、みんなと一緒にそうやって……。ここはそれが容認されている場所ね。何も、誰も喋らなくても、一人でいても排除されない場所。私

はね、究極の居場所がそれだと思ってた」

紫竹は駅の待合室のようだと言われている方がいます。駅の待合室は、それぞれが思い思いに過ごしていて、電車が到着したらそれぞれ帰っていく。そして、また新たな人がやって来る。仕事の帰りに、そのような駅の待合室に身を置いてみると、どこか心が落ち着いている。ここもそのような場所だ、と。プログラムや会話に参加せずとも、人々が思い思いに過ごしている場所。身を置くことは居心地がよいということです。

「究極の居心地の場」を実現するために、「当番さんたちに大事なことは、「一人を」味わって人なのか、誰も話をしてくれる相手もいなくて、溶け込めなくて孤独でいるのかの見極めができないといけない」。このように話す河田珪子さんは、自らについても「一人ぼっちでぼつんとしてね、所在なくいるかどうか。あるいは、一人ぼっちを楽しんでるかどうかというのをまず見てくださいね。いつもそれは見えています」と話されています。

#### ◆参加することの意味

紫竹では、訪れる人が「参加者」と呼ばれ、玄関で300円の「参加費」を支払うことになっています。ただし、ここで見てきたように紫竹における参加とは、プログラムや会話に参加するという意味ではありません。これは、駅の待合室に参加すると言わないのと同じです。

紫竹における参加とは、場所での過ごし方のことではなく、場所をつくりあげるプロセスに「参加」しているという意味。当番を担当すること、当番でなくても大工仕事をしたり、野菜の皮むきをしたり、食事を運んだり、花を生けたり、花壇の手入れをしたり、物を

寄付したりすること、さらに、現地にいなくても夢買人と呼ばれる賛助会員になることなど、紫竹には多様な「参加」の形があります。

ただし、「参加」の形は運営に直接貢献するかどうかという有用性の次元だけでは捉えることができません。一人で過ごすこともまた、かけがえのない「参加」の形です。

初めて訪れた人には外回りの席に座ってもらい、「あんなことも、こんなこともしてる姿」を見てもらうことで、「いろんな人がいていいんだって」いうメッセージを伝えることが配慮されていました。このことに関して、次のような話も伺いました。

「場の利用者は赤ちゃんもいてもいいし、子育て中のママも、それから障がいのある人もない人も、外国の人も来ますし、それはもう誰でも、自分が場の利用者として。今度、迎える側はすべての人が、その人がいてもいいよというメッセージを出していくという。表情とか振る舞いで。みんな、どの人が来ても『よう来たね、ここにゆっくりしてね、いてもいいんですよ、好きなように過ごしてね』っていうメッセージを、みんな出してしていく」

紫竹で過ごしている一人ひとりが、「いろんな人がいいんだって」いうメッセージを伝える側である。そうすると、過ごしている人が多様であればあるほど、過ごし方が多様であればあるほど、「いろんな人がいていいんだって」いうメッセージはより豊かなものになっていく。そして、「大勢の中で、何もしなくても、一人でいても孤独感を味わうことがない『場』が「究極の居心地の場」だとすれば、一人で過ごしている人も

重要なメッセージを伝えることになる。プログラムや会話に参加したり、運営に直接貢献したりせずとも、誰もがそこに「いる」だけですでに「参加」している。このことは、一人ひとりの尊厳を大切にしている究極の形だと考えることができます。

### のり 矩を越えない距離感を大切に

#### ◆一人ひとりの願いを受けとめる場所

現在、地域における助け合いが求められています。しかし、いくら大切なことであっても、地域で助け合いましょうと呼びかけるだけで、助け合いが生まれるわけではありません。突然そのように呼びかけられても、躊躇してしまうかもしれません。

地域における助け合いの拠点である紫竹が、まず大切にしているのは、「誰かに会いたい」「行くところが欲しい」「誰かに話を聞いてもらいたい」「誰かと一緒にお茶飲みをしたい」「誰かの役に立ちたい」という一人ひとりの願いを受けとめること（河田珪子 2016）。「究極の居心地の場」を実現すること、「サービス」の利用者は「一人もいない」ことをはじめ、ここで見てきたすべての配慮は、そのためのものと言えます。

繰り返しになりますが、紫竹は、何よりもまず一人ひとりの願いを受けとめる場所。この場所で地域の人々は顔見知りになり、そして、お互いの不自由も知るようになっていく。そこから助け合いの関係を築いていくために重要だと考えられているのが他者との適度な距離感であり、紫竹ではこれが「矩を越えない距離感」と表現されています。

## ◆地域における助け合い

1991年に立ち上げた会員制の有償助け合い活動「まごころヘルプ」を振り返って、河田圭子さんは次のように話されています。

「みんな、近所の人に来てもらいたくないんです。交通費がかかってもいい、どんな遠くからでもいい、全然知らない人に来てもらいたい、というのがすごく多くて。でもそれでは「地域における」助け合いにつながっていかないので」

その一方で、助ける側の人にも、次のような思いがあると伺いました。

『助けて』って言われなきゃ動けないんですよ。『あそこあそこ親戚だから、あの人とあの人仲いいから、余計なお節介しでも』となる」

助けを求める人は、近所の人には来てもらいたくない。助ける人は、「助けて」と言われないと動けない。だからこそ、地域における助け合いのためには、『助けて!!』と言える自分をつくる、『助けて!!』と言いつくれる地域をつくる」ことが必要になります。「誰もが、他人の手助けを受けることなく、自分でできたら、家族だけでできたら…の気持ちを持って依頼している」(『助け合い お互いさま・新潟』助け合い活動ガイドブック)。それゆえ、例えば、片付いていない部屋や台所などを、本当は地域の人に見られたくない。ましてや、地域に噂話として広められたくない。つまり、プライバシーが侵されない、他に漏らされないという安心感がないければ、地域の人に「助けて!!」と言えないということです。矩を越えない距離感が必要とされる理由はここにあります。

紫竹では、仲間同士で電話で待ち合わせをして集まったり、「こっち、こっち」と手招きして仲間同士で固まったりすることは、「仲良しクラブ」につながるものとして好ましいと考えられています。一見するとよそよそしく映ってしまう「その場にはいない人の話はない(ほめることも含めて)」「プライバシーを聞き出さない」という約束事も、矩を越えない距離感を大切にする関係を築くためのものです。

## ◆当番同士も矩を越えない距離感を大切にする

紫竹では、当番同士も矩を越えない距離感が大切にされています。当番の方々から次のような話を伺いました。

「いつ来てもここは変わらないからって言ってもらったことが、すごく安心につながって。…。行き続けないと、皆さんの仲間に入っていけないんじゃないかみたいな気持ちもあったりしたんですけど、そういったことをもう見抜いているかのように、河田さんは、もう月1回でも、3か月に1回でも、ここはいつ来ても変わらないからって言ってくれたのが安心して」

「私の後から当番になって、最初は隅のほうでおとなしくしてた人が、みんな次々ところ「堂々とするようになっただけです。普通なら、やきもち焼きですよ。」「ここではそれが」すごくね、心地いいの。…。最初、『この人は、私が来た時と同じ顔して』って思うと、優しくしてあげたいと思って声かけたりもするけど、そのうちにどんどん慣れてきて。私はおとなしくお茶を飲んでいても、もう大丈夫。そんな感じになるほどね、みんな立派になってきますよね」

仲間という関係は、頻繁に会わないと維持できない

と考えると重荷になってしまう。仲間内での自分の立場を守ろうとして、新しい人が育っていくのを快く思えないという感情が湧いてきてしまう。だからこそ、当番同士にも矩を越えない距離感が大切である。当番同士と一緒に食事に行ったり、遊びに行ったりすることはないと伺いました。それは、当番同士も「仲良しクラブ」をつくらなければならないためであり、それが当番一人ひとりを大切にするようになるからです。

茶の間に約束事を掲示することには当番を守るという意味も込められていると伺いました。当番は約束事を伝えなければならぬと伺いました。けれども、同じ地域に住む人の振る舞いを言葉で注意するのは難しい。そこで、言葉で注意するのではなく、掲示されている約束事を指差すことができるようにと考えられました。

「その人にとっては大切なね、ずっと死ぬまで生きていく場所ですよ。そうすると、この場を良くするために言った言葉でも『偉そうに』っていう話になるので、それで指差しにしたんですね。そうすれば、自分が思うってる、思っていないじゃなく、役割として指を差しているというふうには。みんなからも『あんたも大変だね』って言ってもらえるわけですね」

約束事を言葉で注意すると、その人が言っていると受け止められてしまう。けれども、掲示されている約束事を指差せば、約束事を一緒に見る同じ立場でいられる状況をつくることできる。これによって、注意しようとする当番を守ることが考えられています。

紫竹の当番は「手挙げ方式」で募られています。当番を募る模造紙には、運営最終日の時点で47人もの名前が書き込まれていました。これほど多くの方々の手

を挙げているのは紫竹が当番一人ひとりを大切に  
場所であることも大きな理由になっていると感じます。

### ◆矩を越えない距離感に基づく助け合い

先に紹介した当番の方々の言葉は、地域における助け合いを実現するために、なぜ仲間になることなく、矩を越えない距離感を大切にすることが必要なのかという問いにも答えてくれています。地域における助け合いの関係が、仲間の関係と重ねられてしまうと、その関係を維持しようと重荷になったり、仲間内での自分の立場を守ろうと新しい人を快く迎えることができなくなったりする可能性がある。誰もがどこかに弱さを抱えた存在としてこのような心理を持っているとすれば、地域における助け合いは、仲間の関係と重ねることによって広がっていかない。

もちろん、仲間同士での助け合いはあると思います。しかし、仲間同士での助け合いは個人で行うことであり、「個人の家の茶の間」でなく「社会性のある茶の間」として運営されている、紫竹（実家の茶の間・紫竹）が追求することではないと考えられています。

注意が必要なのは、紫竹は昔に戻することを主張しているわけではないことです。矩を越えない距離感を大切にする関係とは、かつての地域に存在したと言われる濃密で、抑圧的な性格を持つものではない。紫竹でお会いした方から、「社会性のある茶の間」について、「社会性というのは他者との距離感のことで、紫竹は多様な距離感を持つ他者との関係を、それぞれがつくり直していく場所だと思う」という話を伺ったことがあります。矩を越えない距離感を大切にする関係とはこれから意識的に築きあげていくべき関係ということです。

ただし、矩を越えない距離感がそもそもどのようなものかわからなければ、そのような関係を築くことはできない。居心地がよいものでなければ、そのような関係は地域に広がっていかない。ここに地域における助け合いのために、なぜ紫竹という具体的な居場所が必要なのかという理由があります。テーブルにうつぶせになって茶の間の雰囲気を楽しんでいた方がいたように、あるいは、新しい当番が育っていくのを心地いといと話されていた方がいたように、矩を越えない距離感を大切にしている関係に身を置くことは居心地がいい。居心地がいいからこそ、そのような関係を大切にしたいと思える。このような居心地のよさを経験するための場所として、紫竹は地域における助け合いを広めていくための拠点と位置付けられています。

### 目の前にいる一人ひとりを大切に

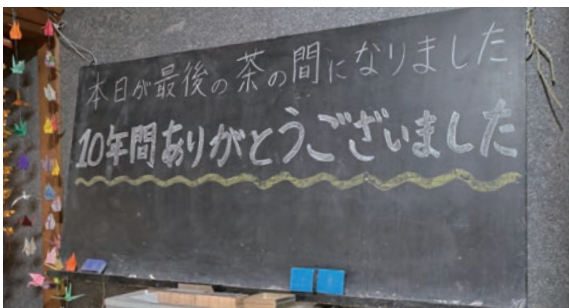
最後に、河田瑋子さんの言葉を紹介したいと思います。「私がやっていること、すべては空論でやったこと一つもなく、一人ひとりの悲しみや、切なさや、苦しみ、それらを受け止めた結果でしかない。だから、『地域の茶の間』やった時もそう、今の『実家の茶の間』〔紫竹〕もそうだけど、私がやりたいからやるなんて1回も言ったことないですよ。必ず、誰かの声をいれてるんですよ。……。だからね、誰かのつぶやきや、誰かの苦しみを解決することに、私にできることないだろうかっていう、それが今日までの活動なんですよね」

この文章では、「結果として」「事後的に」というややわかりづらい表現を用いてきました。それは、こ

でも「結果でしかない」と表現されているように、このような視点を持たなければ、紫竹の価値をすくいあげることができないと考えるからです。

地域における助け合いの拠点として多くの人々から注目され続けてきた紫竹においては、目の前にいる一人ひとりに向き合うことが徹底されてきました。その結果として、地域における助け合いが生まれてくる。

目の前にいる一人ひとりと、矩を越えない距離感を大切にしながら向き合い、今という時間をかけがえない豊かなものにする。事後的に見れば、その時間こそが助け合いの原点だったと思える。今、様々な課題に直面している方からは悠長なことを言っている余裕はないとお叱りを受けるかもしれませんが、このことは勇気を与えてくれます。紫竹は、そして、「地域の茶の間」は、そのような豊かな時間を持てる場所だから、多くの人々を惹きつけてきたのだと思います。



#### ■参考文献

- 河田瑋子 (2016) 『河田方式「地域の茶の間」ガイドブック』博進堂  
 篠田昭 (2023) 『「実家の茶の間」日誌 (2020年2月～2022年10月)：み～んなで生きてこ』幻冬舎  
 田中康裕 (2024) 「地域における助け合いの拠点「実家の茶の間・紫竹」から教わったこと」・『さあ、言おう』さわやか福祉財団 2024年8月号  
 鶴山芳子 (2024) 「新潟市「実家の茶の間・紫竹」が活動終了」・『さあ、言おう』さわやか福祉財団 2024年6月号