



余里の一里花桃（上田市旧武石村）

地域の保健室“はぐみ”（佐久市）

**商**店街の往来からビルの階段を上ると賑やかな雰囲気を感じられます。室内には準備に慌たしいスタッフさんたちの姿。テーブルに置かれた小さなチョークボードには「はぐみへようこそ」の文字。散歩コースの途中に立ち寄った高齢のご夫婦がコーヒーを飲みながらスタッフさんと言葉を交わしています。「病院の先生だと専門過ぎるから、こういうところだともう少し広い話が話せてうれしい」。

「地域の保健室“はぐみ”」は、地元の有志が商店街の空き店舗を活用して開いた“お休み処”（\*）を会場に、佐久総合病院地域ケア科のスタッフが健康の相談に加えて暮らしのちょっとしたことにも寄り添う取り組みです。地域とのつながりについて構想約1年。「やりながら考えていくのもあっていい」と今年の4月から“はぐみ”はスタートしました。



“はぐみ”の意味を尋ねるとスタッフさんの表情がにわかにはほころびます。“はぐみ”に込めた想いはふたつ。ひとつは一方的な取り組みではなく、地域と一緒にみんなで育みたいという想い。そして、英語の“hug”（抱きしめる＝ハグ）にかけて、地域のみんを包み込むような場にした

い。いずれは地域のボランティアにも関わってほしいとのこと。サロンといえば高齢者の集いの場を連想するが、“はぐみ”が求めているのは様々な世代が交流する場。だから、子育て中の方や子どもにも来てほしい。他人だから話せることもあるし、子どもたちの「コイバナ（恋話）だってかまわないんです！」。

「計画するのが苦手で・・・」と笑うスタッフさんだが、“とりあえずやってみる”という言葉が心強く響きます。病院とは別だから足も運べるし話せることもある。そういう“はぐみ”の取り組みから臨床へフィードバックできるものもあるはず。地域の活性化につながるよう地域の方々の声を聞きながらやっていきたいとのことでした。

（\*）お休み処『ベルフラワー』・・・地元有志「うすだ美図」の方々が気軽に休める場所として佐久市臼田地区の商店街に開設した空き店舗を活用したスペース。

花桃の里・春（上田市）

**上**田市、旧武石村の余里（より）は春になると花桃で賑わう山里です。花桃が咲き連なる様子は“一里花桃”と呼ばれ、例年5月の連休には県内外から多くの観光客が集まります。

4月の終わりに余里を訪ねた。連休前の平日とあって、観光客の姿もまばらだったが、今年は開花が早く、既に満開の様子。山里の入口に設置された観光客用の駐車場に車を停めて、集落に向かって歩いていくと、集落から下ってくる軽トラックの運転席にねじり鉢巻きが懐かしい顔を見つけた。花桃の整備をしている“花咲じいさん”（※）の北澤さんだ。軽トラの荷台には大きな切り株。「入口の駐車場に置いて椅子にするんだよ」と軽トラは村の道を下っていった。

集落に近づくと手書きの看板が目にとまる。『本家桃まで～千歩 花咲じいさん』。今でこそ山里を埋め尽くすほどの花桃も、もとを辿ると集落の一軒にあった花桃



が“本家”。落ちた花桃の実を育てながら広げたとのことだった。途中、道端に腰を下ろしている高齢の女性に観光客が声をかけていた。「いところですね」。



4月下旬とはいえ、青空へ照り返す日差しは眩しくて、花桃の赤や白、チューリップの黄色に山裾の新緑と、原色の鮮やかさに目がくらむほどだった。集落の真ん中にあるかつてのバス停留所は、昨年北澤さんに野点のコーヒーをごちそうしていただいたところだが、シーズンの今は仮設の売店となり、集落の方々が観光客を出迎える。売店からは集落の女性と観光客のにこやかな会話が聞こえてきた。

—どちらから？

—神奈川からです・・・きっとまた来ますね。

—お氣をつけて。ありがとう。

来る途中に出会った北澤さんへは、帰りに寄ります、と伝えたいけれど、駐車場に戻ると既に北澤さんの姿は見当たらず、その代わりに駐車場には丸太のベンチが立派に出来上がっていた。「明日は大型バスがたくさん来るんだよ」と話していたから、きっとその準備に忙しいのだろう。賑やかでいいですね、という「まあ、それはそれで大変なんだ」と笑っていたのを思い出す。

季節は過ぎて既に7月。梅雨が明けると一層の緑に花桃の里は包まれます。来年のにぎやかな春まで、花桃の里には静かな季節が流れます。

(\*)“花咲じいさん”・・・上田市旧武石村余里にて花桃の整備を行う地元グループ

## 珈琲サロン（上田市）

**梅**雨空の小雨の中、「珈琲サロン」の案内が貼られたドアに入ると、いつもと違う賑わいがボランティアセンターから漂ってきます。今日は丸子珈琲倶楽部の“珈琲サロン”、プレオープンの日です。

“珈琲サロン”は、昨年上田市社会福祉協議会が丸子地区で開催した男性向けのボランティア講座がきっかけでした。“男性を地域に呼び込むには？”。そのネタに選んだのがコーヒー。まずは講座を開いて、地元コーヒー

専門店のバリスタ（※）を講師に招き、コーヒーの楽しみ方を学び、次のステップは、せっかく学んだ珈琲の知識を生かして、地域に一步踏み出して活躍してほしい。そこで結成されたのが“丸子珈琲倶楽部”です。たとえばイベントや会議の合間など、地域の行事に出向いて淹れたたのコーヒーを振る舞います。これがなかなかの人気。くちコミで評判も広がり大活躍なのです。そこでボランティアセンターのコーディネーターさん、考えました。“さらにもう一步、何かできないか？”。そこで思いついたのが“珈琲サロン”。



高齢者の世帯や独り暮らしが増える昨今、高齢者の居場所づくりへの関心が高まっています。誰とも言葉を交わすことなくその日一日を過ごす高齢者がいかに多いか。「こういう活動を通じて、孤独な方を少なくしていきたい」と語る珈琲倶楽部のメンバーさん。「自助と共助でこれからの時代を乗り切っていかなければ・・・」という言葉の響きには、住み慣れたこの街ですずっと生きていきたい、という地域への愛着心の強さが感じられました。

はじめはまばらだった“お客”さんも、ひとり、またひとりやってきて、気づけばテーブルも満席。馴染みの顔に混ざって、はじめてボランティアセンターに足を運んだ方もちらほら。賑やかに話す方もいれば、ゆったりと新聞を広げる方もあり、赤ちゃんをおんぶした女性の姿もありました。“コーヒーを通じて地域の情報を交換し、たすけあいの輪が広がってほしい”と話す“バリスタ”さん。丸子珈琲倶楽部、第二幕のはじまりです。

(\*)イタリアの喫茶店（パール）でコーヒーを淹れる専門の方をバリスタ（Barista）と呼びます。バリスタが淹れる濃厚なカフェ（エスプレッソコーヒー）はイタリア人の生活に溶け込む欠かせない習慣なのだそう。

今年度 2015 信州ねんりんピックの式典・交流イベントは9月5日に千曲市上山田文化会館にて開催します。高齢者作品展の出品作品も募集中です。どうぞご参加ください。

（編集・発行）公益財団法人長野県長寿社会開発センター  
〒380-0928 長野市若里七丁目1番7号長野県社会福祉総合センター5F  
TEL 026-226-3741 / FAX 026-226-8327 / <http://www.nicesenior.or.jp>