

## 6. 孤独死から学んでいかすこと

- ・ 人間「どう死ぬか」それは「どう生きるか」という生き方の課題関わっていることを再確認
- ・ 人間、命、人生など改めて考えるキッカケに
- ・ 死は選べないが、生き方は選べる
- ・ 人生4つの道のり
- ・ 地域ぐるみで福祉のまちづくり

---

# 厚生労働省

## これからの地域福祉のあり方に関する研究会

### 報告(要旨)

常盤平団地自治会  
会長 中沢 卓実

2007.11.9  
東京・(財)商工会館

## 地域をまとめるポイント

### 1. 団地自治会の役員会を月一回定期開催する

- \* 役員会の成功が事業活動の成功となり、地域コミュニティ再生の原動力となる。
- \* 町会・自治会は、地区や地域を構成している基礎組織である。例えば防災防犯、ゴミ処理など問題処理に当たる地縁組織である。しかも民生委員を推薦する立場にある。それだけでなく、行政と協働しあうパートナーである。
- \* 「地域空間を共有する人や組織に関する問題を処理する地縁組織である」。  
(中田実 名古屋大学名誉教授)
- \* 私は「まちづくりの基礎組織」であると考えている。
- \* 代議員 (各棟から1名の代議員、年3回の代議員会開催)。
- \* 棟連絡員 (会費集め、回覧等)。
- \* 議案書を毎年度つくる。

### 2. 団地地区社会福祉協議会

- \* 理事会を月1回定期開催。
- \* 評議員、各団体で構成員。

### 3. 自治会の会報「ときわだいら」を定期発行

10月号(541号) 07.10.10 現在

タブロイド版4ページ・8ページ(毎月全戸配布)

- \* 団地社協は会報「福祉ネットワーク」を(年3回発行)
- \* 会報は地域ぐるみで行うのに不可欠。
- \* 会報の出来栄えにより、その団体の力量がわかる。
- \* 団地社協は毎月「事務局ニュース」を発行。

### 4. 自治会役員と団地社協理事の兼任

- \* 課題を共有し、課題の推進となり、地域ぐるみで取り組む推進力となる。
- \* 毎月第3金曜日、午後2時理事会、午後7時30分から役員会を定期開催。
- \* 両会議とも、報告と議題は7~9項目、実行課題を優先する。

## リーダーの役割

### 1. リーダーが行うこと

- ①大いに汗をかき
- ②時には恥をかき
- ③大いに原稿をかく

実行企画の提案書の原稿

役員会、理事会の会議議題の設定

会報等の原稿

### 2. トップに欠かせない3つの配慮

- ①目配り
  - ②気配り
  - ③思いやり
- } やりすぎることはない。

### 3. リーダーの役割7つの心得

- ①道を示すこと
- ②企画を立てること(その能力を磨くこと)
- ③一緒にやる配慮
- ④人の悪口を言わない
- ⑤各政党とは公平に
- ⑥やさしく、思いやり(女性役員に対してはこのことが肝心)
- ⑦補って、補ってもらう

# 現場から学んで生かす (基本姿勢)

1. ①現場から学ぶ  
②実態から学ぶ  
③経験から学ぶ
- } アイデアを生みだし  
実行企画を生み出す源である

## 2. 女性の力を重視する

(昼の主役は女性なり)・(男性より女性が強い)

## 3. 地域住民の「3つの法則」

- ①関心の高い住民  
②中間的な住民  
③関心のない住民

## 4. 体験から学んだ心得

①人のよるこびをわがよるこびとする。

それに「やりがい」「生きがい」をもつこと。

人々が与えてくれたよるこび、だと思う。

②「ともに喜ぶのは二倍のよるこび、ともに苦しむのは半分の苦しみ」。

### 住民に訴える心得

むずかしいことをやさしく  
やさしいことを深く  
深いことを面白く ともに歩む

### 井上ひさしの心得

むずかしいことを やさしく  
やさしいことを ふかく  
ふかいことを ゆかいに  
ゆかいなことを まじめに 書くこと

(改訂版) 2006. 8. 1

## —常盤平団地—

## 孤独死ゼロ作戦 (4つの課題)

1. 孤独死を発生させる社会的状況を見極める
  - ①高齢化の進展とひとり暮らしの増加
  - ②都市化に伴う近隣関係の希薄化
  - ③核家族化の普偏化 (最後はひとり暮らし)
  - ④長期不況とリストラ、失業
2. 孤独死の実態把握
  - ①ひとり暮らしの実態把握と「あんしん登録カード」の集約
  - ②事例を深く知り、学んで生かす (事例研究)
  - ③サービス制度、システムの活用
3. 8つの対策
  - ①孤独死した場合、早期発見・早期対応
  - ②65歳以上ひとり暮らしへの対応 (訪問、助け合い活動、見守り活動、安否確認、各種サービス制度の紹介、介護保険の活用等)
  - ④「通常時」及び「緊急時」の通報ネットワークの活用
  - ⑤「向こう三軒両隣り」の呼びかけ (地域コミュニティーの推進)
  - ⑥福祉よろず相談業務の充実
  - ⑦関係団体との連携
  - ⑧行政との協働と役割分担
4. いきいき人生への啓蒙、啓発
  - ①地域福祉の事業活動への参加
  - ②「いきいきサロン」の運営と地域住民の利用
  - ③「とじこもり」をなくし、出会いの奨励
  - ④「あいさつ」運動の呼びかけ
  - ⑤仲間づくりへの配慮
  - ⑥ユーモア感覚の開発と「笑い」の効用研究
  - ⑦配偶者を亡くしたあとの「立ち直り」への励まし
  - ⑧「死への準備教育」の研究 (死をタブー視しない)
  - ⑨「快食」快便「快眠」の奨励
  - ⑩その人に見合う運動、スポーツの実行
  - ⑪生活習慣病の予防
  - ⑫その他

## 『あいさつ』推進標語

松戸市長賞

あいさつで 明るいきずな 結ぶまち

松戸市議会議長賞

あいさつで 築く人の和 地域の和

松戸市教育長賞

あいさつが 育む明るい まちづくり

松戸市社会福祉協議会賞

こんにちは！ まちの絆は 笑顔から

都市機構千葉地域支社賞

あいさつと 対話で育む まちづくり

松戸市政協力委員連合会会長賞

こんにちは 一声かけて 助け合い

常盤平団地自治会会長賞

あいさつは 明るい社会の 第一歩

常盤平団地地区社会福祉協議会会長賞

あいさつで 孤独死ゼロの 街づくり

常盤平団地代議員会議長賞

あいさつが 行きかう笑顔の まちづくり

**あいさつは「孤独死ゼロ」の第一歩**

## 平成17年度 孤独死関連・報道/講演/活動日誌 2005.4.1~2006.3.31

期 日	時 間	内 容	会 場
3月22日(火)		滋賀県社協講演「フォーラム」講師・中沢卓実	草津市
5月28日(土)		常盤平団地入居45周年記念 まちづくりシンポジウム	
7月23日(土)		第27回「老人福祉問題全国研究会」事例報告・中沢卓実)	札幌市
8月4日(木)		佐倉市社協へ「孤独死ゼロ作戦」事例研究報告・中沢卓実	千葉県佐倉市
8月24日(水)		冊子①②発行 常盤平団地「孤独死ゼロ作戦に挑む」発刊	
9月7日(水)		浦安市社協「ホームヘルプ事業立ち上げについて視察・交流会	団地社協
9月14日(水)		県社協主催「17年度市町村社協相談事業研究協議会」報告	千葉市
9月24日(土)		NHKスペシャル・放映「ひとり団地の一室で・・・」	
10月2日(日)		みさと団地講演会「孤独死のゼロ作戦に挑む」講師・中沢	埼玉県
10月13日(木)		ニッポン放送「常盤平団地孤独死の課題」放送	
10月20日(木)		船橋市自連協・船橋市社協講演「孤独死ゼロ作戦に挑む」中沢	船橋市
11月23日(木)		テレビ朝日取材「孤独死ゼロ作戦について」	11月28日放映
12月13日(火)		コアラテレビ ニュース「地域福祉フォーラム」の予告	12月17日放映
12月14日(水)		FM. NHK千葉支局「孤独死ゼロ作戦」について生放送出演・中沢	千葉市
12月17日(土)		市社協主催「孤独死ゼロ作戦地域福祉フォーラム」実践報告・中沢	松戸市民会館
1月28日(土)		葛飾区NPOワーカーズコープ講演「孤独死ゼロ作戦」講師・中沢	東京都
1月29日(日)		藤心地区へ 講演「孤独死ゼロ作戦」講師・中沢卓実	柏市
2月14日(火)		「東集会所の青少年育成会議」・「みんなで守ろう通学路」会議	
2月15日(水)		北海道新聞より取材「孤独死ゼロ作戦」について	2/15掲載
2月24日(金)		世田谷区烏山地域社協より来所 視察・研修・交流会	団地社協
3月1日(水)		読売新聞より取材「孤独死ゼロ作戦」について	3/14掲載
3月28日(火)		TBSラジオより取材 3/28の「ふれあい会食会」	4/12放送
3月29日(水)		決起総会「みんなで守ろう通学路」	第一小前

## 平成18年度 孤独死関連・報道/講演/活動日誌 2006.4.1~2007.3.31①

期 日	時 間	内 容	会 場
4月10日 (月)		「みんなで守ろう通学路」激励会を開催	常1小玄関前
4月10日 (月)		共同通信(孤独死取材)	団地社協
4月12日 (水)		「孤独死ゴミ問題」三者協定調印式	市役所
4月23日 (日)	7:40~8:10	TBSラジオ(中村メイコ放送)中沢会長	
5月8日 (土)		東京新聞社へ感想文送付(5月7日付記事について)	
5月15日 (月)		宮崎県福祉保健部高齢者対策課 金子洋二氏 来所	団地社協
5月18日 (木)	5:40~6:00	TBSラジオ(生島ヒロシのいきいき生活)放送 中沢会長	
5月18日 (木)		全国民生委員協議会広報紙「ひろば」取材依頼	
5月25日 (木)	10:00~12:00	池袋立教高校生10名来所(孤独死の勉強会)中沢・大嶋・坂井	団地社協
5月25日 (木)		県立六実高校教諭来所(資料収集)	団地社協
6月15日 (木)		平成17年孤独死者人数調査発表	市高齢者福祉課
6月25日 (日)	10:00~15:00	第11回常盤平団地福祉フェア開催	市民センター
6月28日 (水)		流山市見田地区より研修来所	団地社協
6月29日 (木)		テレビ朝日(スーパーモーニング)放映	
6月30日 (金)		全国民生委員協議会広報紙「ひろば」7月号に孤独死掲載	
7月7日 (金)		ワシントンポスト紙取材(東アジア総局長)アントニー・ファイオラ氏	団地社協
7月11日 (火)		宮崎県福祉保健部高齢者対策課(金子洋士氏)来所	団地社協
7月12日 (水)		共同通信社会部(孤独死関連取材)中沢会長	
7月28日 (金)	13:40~13:55	松戸市の市長説明(厚労省陳情の件、事前報告)中沢	市役所
8月3日 (木)		市内県立高校教諭研修会(講師・中沢)	松戸市博物館
8月11日 (金)		団地社協理事会(現地取材、フジテレビ)	団地社協
8月22日 (火)		松戸市記者クラブ(厚労省陳情の件事前記者会見)	市役所(記者クラブ)
8月23日 (水)		川崎二郎厚労大臣へ陳情書提出(渡辺衆議院議員と同行) 陳情書提出(厚労省記者クラブ会見報告)	厚労省
8月28日 (月)		世田谷区社協「地区社協の立ち上げについて」講演会	世田谷区
9月1日 (金)	13:30~15:30	団地タウンミーティング(団地社協主催)	市民センター
9月15日 (金)		第2弾冊子「孤独死ゼロ作戦」③④発行	
9月22日 (金)		葛飾区民生児童委員協議会研修・交流会	テクノプラザ
9月18日 (月)		第38回常盤平団地敬老の集い開催	市民センター
9月20日 (水)		ザー・ガーデアン紙取材(英国)	団地社協

## 平成18年度 孤独死関連・報道/講演/活動日誌 2006.4.1~2007.3.31②

10月3日	(火)		平成18年度「市政懇談会」を開催	市民センター
10月4日	(水)		江戸川大学総合福祉専門学校「孤独死関連」「中沢講演」	流山市
10月7日	(土)		NHK「地方の時代」映像賞〔グランプリ〕受賞式	埼玉県・国際大学
10月17日	(火)		TBSテレビ、日本テレビ、読売新聞取材	団地社協
10月27日	(金)		新宿区主催「孤独死シンポジウム」パネリスト中沢理事	新宿区
10月31日	(火)		県立医療技術大学福祉学科川瀬早貴氏来所(資料収集)	団地社協
11月1日	(水)		日本テレビ取材(再取材11/29)	団地社協
11月7日	(火)		八千代市社協「サロン視察研修」来所	団地社協
11月13日	(月)		滋賀県大津市社協「孤独死ゼロ作戦」実践・事例講演会	草津市
11月25日	(土)		東京新聞取材	団地社協
11月30日	(木)		雑誌「いきいき」編集部記者取材	団地社協
12月2日	(土)		日本住宅会議シンポジウム(報告・中沢会長)	
12月13日	(水)		第4回都民児協連合会高齢福祉部会(講演・中沢会長)	千代田区
12月19日	(火)		テレビ朝日取材(高齢介護の実態)	大嶋会長
12月21日	(木)		都・北区区議会議員(視察来所)2名	団地社協
1月19日	(金)		韓国MBCテレビ、フジテレビ、TBS(団地内取材)	団地社協
2月2日	(金)		銚子市高齢者福祉課、民児協(視察、研修来所)	団地社協
2月9日	(金)		韓国MBCテレビ放映	
2月14日	(水)		少子高齢化等対応活性化に関する協議会開催	団地社協
2月16日	(金)	21:00~22:00	韓国MBCテレビ放映	韓国ソウル市
2月19日	(月)		NPO法人LPガスIT推進協議会(中沢報告)	
2月22日	(木)		経済産業省(いきいきサロン関連)要請	港区
3月2日	(金)		北九州市戸畑区まちづくり推進課 来所(資料収集)	団地社協
3月3日	(土)		多摩市NPO法人「見守り活動とサロン運営」について合同研修	永山公民館
3月6日	(火)		北九州市若松区社協「事例報告」講師・中沢会長	北九州市
3月14日	(水)		沖縄県議会議員「視察研修」5名来所	団地社協
3月15日	(木)		三菱総合研究所「視察研修」4名来所	団地社協
3月16日	(金)	10:00~12:00	鴨川市東条地区社協〔合同研修会〕	特別会議室
3月16日	(金)	14:00~16:00	広島市東京事務所主幹(資料収集、懇談)	団地社協
3月19日	(月)		TBSテレビ「みのもんたの朝ズバリ放映」(孤独死ゼロ作戦)	
3月29日	(木)		羽衣国際大学(堺市)研修来所(新井康友氏)	団地社協
3月30日	(金)	10:00~12:00	月刊「マネジメント」編集部(資料収集その他)清水久美子氏取材	団地社協
3月30日	(金)	14:00~16:00	ハンガリー・ブタペスト(都市計画研究所)視察研修で来所	団地社協

## 平成19年度 孤独死関連・報道/講演/活動日誌 2007.4.1~2008.3.31①

期 日	時 間	内 容	会 場
4月10日 (火)		千葉日報「高齢者の孤立を防ぐには」掲載	
4月15日 (日)		「いきいきサロン」青空パーティ開催(サロン開所式)	ふれあい広場
4月15日 (日)		同上、TBSテレビ、日本テレビ、コアラテレビ取材	ふれあい広場
5月10日 (木)		「月刊・マネージメント」に孤独死掲載(4ページ)	
5月27日 (日)		第一回常盤平けやきまつり開催(コアラテレビ取材)	ふれあい広場
5月31日 (木)		朝日新聞(いきいきサロン)掲載	
6月1日 (金)		産経新聞(編集記者、村上有紀氏取材来所)	団地社協
6月5日 (火)		月刊・介護保健 行田武志氏 取材来所(8月掲載予定)	団地社協
6月6日 (水)		鎌ヶ谷市中央地区社協5名サロン視察交流で来所	団地社協
6月9日 (土)		週刊東洋経済 孤独死防止の記事掲載	
6月12日 (火)		白井市第1、第2小学区社協(40名)サロン視察研修来所	いきいきサロン
6月22日 (金)		産経新聞(いきいきサロン・孤独死)掲載	
6月26日 (土)		埼玉県宮代町民児協(50名)視察研修で来所	いきいきサロン
6月30日 (土)		TBSラジオ「いきいきサロン」を放送	
7月3日 (火)		中央法規出版社来所(樋口恵子氏、伊藤弘氏)	いきいきサロン
7月3日 (火)		読売新聞本社編集局地方部(記者、河合正人氏)取材	いきいきサロン
7月12日 (木)		南房総市地区社協(18名)視察研修で来所	いきいきサロン
7月19日 (木)		岐阜県住宅供給公社サロン視察研修で来所	団地社協
7月19日 (木)		日本経済新聞編集局経済部(記者、森本学氏)取材	団地社協
7月19日 (木)		聖徳大学(准教授・川口一美氏、講師・福川康友氏)来所	団地社協
7月20日 (金)		韓国、カトリック言語大学(学生3名)孤独死の課題取材来所	いきいきサロン
7月20日 (金)	22:00~23:00	テレビ朝日(ニュースステーション)年金と孤独死放映	
7月20日 (金)		東京新聞(中沢会長インタビュー)掲載	
7月25日 (水)		月刊・介護保健 No.138号「孤独死」を掲載	
8月2日 (木)		市社協主催「タウンミーティング、サマーセミナー」(報告者中沢)	市民会館
8月2日 (木)		「ひとり誰にも看取られず」単行本発刊(NHK取材班・佐々木とく子氏)	
8月4日 (土)		中央公論社(中西記者)孤独死取材	まいふな編集局
8月4日 (土)		法政大学社会学部(大谷崇人氏その他3名)研修来所	団地社協
8月7日 (火)		ロイター通信(佐野日出之氏)取材来所	いきいきサロン
8月8日 (水)		大正大学(武田宏子氏)、日本赤十字看護大学(佐々木愛氏)	団地社協
〃 (水)		日本社会事業大学(石渡理恵氏)3氏研修取材来所	団地社協
8月9日 (木)		第一小(北川、青木2氏)実習来所(各一日)	団地社協
8月9日 (木)		日本福祉大学 内山学氏 視察研修で来所	団地社協
8月9日 (木)		淑徳大学 准教授 結城康博氏 視察研修で来所	団地社協

## 平成19年度 孤独死関連・報道/講演/活動日誌 2007.4.1~2008.3.31②

8月10日(金)		聖徳大学(高尾教授、他2名)団地社協理事会を傍聴	団地社協
8月21日(火)		大正大学社会福祉学部(高原英幸氏その他4名)	団地社協
8月22日(水)		新宿区高齢者サービス課(横田氏その他6名)来所	団地社協
8月31日(金)		船橋市湊町地区社協「いきいきサロン」見学研修	いきいきサロン
9月11日(火)		ノンフィクションライター 大村真人氏取材	いきいきサロン
9月12日(水)		テレビ朝日取材 放映9/17(16:50~)	
9月21日(金)		毎日放送(NBS)取材 報道局ニュースセンター 記者・伊佐治整	団地社協
9月22日(土)		「福祉フォーラムinえどせん」江戸川大学総合福祉専門学校へ講	江戸川大学
9月27日(木)		朝日新聞生活文化部阿久沢氏取材(掲載10/8~6回)	団地社協
10月17日(水)		船橋市自治会連合会講演(孤独死の課題と自治会の役割)	船橋市
10月21日(日)		白井市自治連合会講演会 講師・中沢卓実	白井市
11月7日(水)		神戸市社協・神戸市民事協講演 講師・中沢卓実	神戸文化ホール
11月9日(金)		厚労省(援護局主催/勉強会)参考人報告・中沢卓実	東京都
11月15日(木)		冊子「講話集」の発刊	
11月16日(金)		日本女子大学人間社会学部副専攻部会・講演中沢卓実	川崎市

## 平成19年度 予定されている孤独死関連の講演等

11月24日(土)		日本学際会議シンポジウム パネリスト・中沢卓実	東京都
11月26日(月)		長野市川中島地区社協 来所 視察・研修・交流	いきいきサロン
12月1日(土)		新宿区主催「孤独死を考えるシンポジウム」に参加8名	東京都
12月3日(月)		東海村社協・東海村在宅福祉支援サークル連絡会視察・研修	いきいきサロン
12月10日(月)		「孤独死ゼロ作戦を考えるフォーラム2007」開催	(常盤平市民センター)
12月11日(火)		市社協主催第25回「松戸市福祉大会」参加	松戸市民会館
12月17日(月)		県主催H19年度第1回「千葉県地域福祉フォーラム」参加	千葉市
12月21日(金)		淑徳大学千葉キャンパス 講演「死について」中沢卓実	千葉市
2月2日(土)		名古屋市シンポジウム(パネリスト中沢卓実)	名古屋市
2月13日(水)		柏市・大津が丘社協来所 いきいきサロン視察・研修	いきいきサロン
2月16日(土)		北九州市保健福祉局へ(事例報告・中沢)	北九州市
3月14日(金)		周西公民館「公民館の集い講演」講師・中沢卓実	君津市
3月29日(土)		愛西市「愛西市孤立死ゼロ・モデル事業」事例報告	愛知県
4月19日(月)		安城市 仮称「孤立死モデル事業講演会」講師・中沢卓実	愛知県

# 「孤独死ゼロ作戦」の成果

この5年間、本格的に「孤独死ゼロ作戦」に取り組み、その結果、成果は次の通りです。

## 1. まつど孤独死予防センター設置

「孤独死ゼロ作戦」を重要なテーマとして「まつど孤独死予防センター」を設置したことです。このセンターを設けたことにより、団地社協事務所と併用し、従来の約4倍広い43.7㎡の広さのオフィスを構え、相談業務の拡充、来客への対応、見守り、安否確認の機能を高め、全般的な地域福祉の推進に貢献しています。

## 2. 孤独死ゼロ作戦を提起

数多くの孤独死の課題に取り組む中で、その経験を生かし「孤独死ゼロ作戦」（4つの課題）を策定しました。この作戦は「孤独死を生む社会的な背景」「その実態把握」「取り組み課題」のほか「いきいき人生への啓発」を明記し、「どう死ぬか、それはどう生きるかという生き方」を示すことになり、孤独死ゼロをめざす方針となっています。その内容は団地における地域ぐるみで福祉の推進を図る方針の一環となっています。

## 3. いきいきサロンの開設

孤独死ゼロ作戦の一環として中央商店街に店舗を借りて、「いきいきサロン」を開設しました。この開設は、都市機構初の試みとなりました。

このサロンの開設により、住民の“憩いのひろば”となり、人々の交流、ふれあいと仲間づくりのサロンという役割を果たしています。

## 4. 会報「ときわだいら」の紙面を重視

自治会の会報「ときわだいら」は毎月定期発行して、45年の実績をもっています。この間、いちども欠かすことなく発行。この会報の紙面において、孤独死の取り組み課題をその都度、重視して、「地域ぐるみゼロ作戦」に努めました。

団地社協は『福祉ネットワーク』を発行。理事会の開催の都度「事務局ニュース」をつくり「みんなで課題を共有しあって、みんなで歩む」配慮を行いました。

また、団地自治会のホームページには、孤独死ゼロ作戦の取り組みを発信しました。