

多世代共創社会のまちづくり マニュアル

～あいさつ運動編～



CONTENTS

はじめに	2
1. 活動を「見える化」する	3
2. 住民主体の活動を立ち上げる	4
3. 学校と連携する	6
おわりに	8

2019年3月



地方独立行政法人

東京都健康長寿医療センター

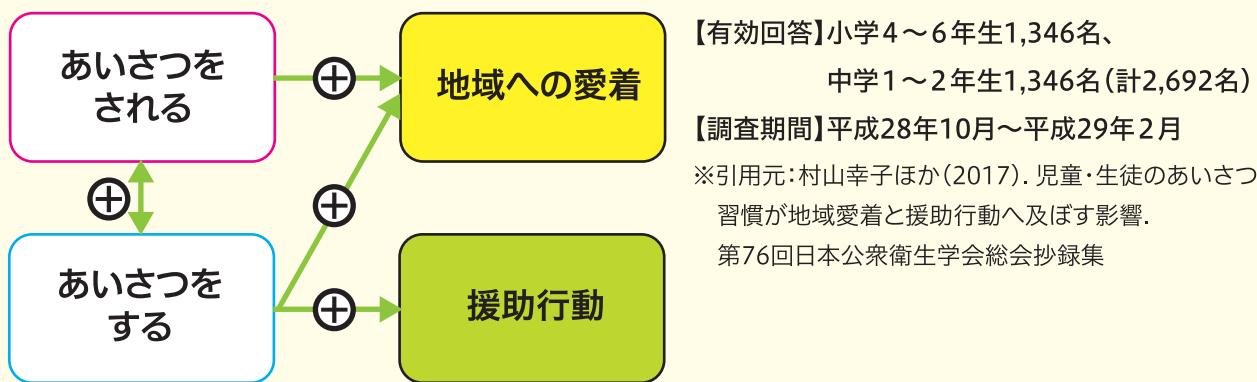
はじめに

あいさつから始まる助け合い

急速な少子高齢化や人口減少、財政縮小が進む中、子ども・子育て世代や高齢者の日常生活を支援する策として、住民主体の助け合い活動が推進されています。しかし、住民同士のつながりが希薄化した都市部では、助け合いに関する意識はもとより、あいさつという最小限の近所付き合いすら持ちにくいのが現状です。こうした中、地域づくりや助け合い活動の立ち上げを支援するコーディネーターは、住民間のコミュニケーションを活発化し、見守りや声かけといった緩やかなサポートネットワークを築く取り組みに着手することで、助け合い活動の開発と推進に活路を見いだせる可能性があります。

東京都健康長寿医療センター研究所・社会参加と地域保健研究チームによる小・中学校でのアンケート調査の結果、子どもたちにとって、日常生活場面で周囲の人々とあいさつを交わすことは、居住地域への愛着（「この地域は、私にとって住みやすいところだと思う」、「将来もこの地域に住み続けたい」など）を強めることが明らかとなりました。特に、彼らが自主的にあいさつする習慣を身につけることは、他者への援助行動（席を譲る、落とし物を拾うなど）にも結びつくことが認められています。さらに、あいさつを「する」頻度と「される」頻度は、下図のように相互に関連があり、周囲の大人たちの働きかけが、子どものあいさつ習慣を定着させる上で重要になると考えられます。

あいさつの効果：学校調査の結果から



このように、生活の中でのあいさつをすることは、誰かを助ける（助けられる）という、より深い近隣関係を築く上での素地となります。地域ぐるみでのあいさつの普及啓発活動（以下、あいさつ運動）に取り組むことで、コミュニティの活性化をはじめ、住民同士の見守りや助け合いの意識の啓発など、様々な効果が見込めるでしょう。あいさつ運動を通じて、助け合いの地域をつくるために、コーディネーターは住民と共にどのような取り組みができるでしょうか？

前述の学校調査とあわせて、当研究チームは全国のあいさつ運動先進事例を基に、活動上の工夫として3つのポイントを抽出しました。本書では、いくつかの実践例を交えながら、以下1～3に沿って、あいさつ運動の立ち上げと運営のプロセスを整理します。

あいさつ運動を効果的に進めるための工夫

工 夫	具体的な取り組み
1. 活動を「見える化」する	グッズの活用、ロゴマークや標語の公募・作成
2. 住民主体の活動を立ち上げる	住民説明会の実施～定例会の設置
3. 学校と連携する	横断幕の設置、朝会やラジオ体操での周知

※引用元：村山幸子ほか(2017). あいさつ運動に関する文献レビュー－効果に関する理論的考察と先進事例からみる活動上の工夫と課題－. 日本世代間交流学会誌、6(1), 75-82.

1 活動を「見える化」する

キャンペーングッズを活用する



1 グッズで啓発

不審者からの声かけや連れ去り事案等の防止策として、多くの場合、子どもたちは家庭や学校で「知らない人にあいさつをしてはいけない」、あるいは「あいさつをされても返してはいけない」といった教育・指導を受けています。こうした状況下で闇雲にあいさつを促しても、住民間の相互的なコミュニケーションは実現せず、かえって関係性にひびが入ってしまう可能性もあります。

このような事態に際して、先進事例の多くは活動のシンボルとなるようなグッズを製作し、参加者に配布する取り組みを行っています。

活動の目的に賛同する住民が共通のグッズを身に付けることで、子どもたちやその他の住民は「声をかけられても安心な人」、もしくは「自分のことを見守ってくれる人」を識別できるようになります。グッズは、参加者が気軽に身に付けることができ、なおかつ第三者から一目で認識できるようなものが望ましく、具体的にはネックストラップやリストバンド、缶バッジなどがおすすめです。

都市化の進展や、個人のプライバシーに重きを置く価値観の広がりなどにより、地域のつながりが希薄化してきています。この傾向は都市部において顕著です。

こうした環境で、あいさつ運動をスムーズに進めるためには活動を分かりやすく「見える化」することが重要です。

また、グッズを製作する上で、オリジナルのロゴマークやキャラクター、標語などを住民から公募し、活用することも有効です。公募にすることで、応募者に活動の目的や内容を深く理解しながら、ロゴマーク等の作成に取り組んでもらえるというメリットもあります。自身が製作の過程に携わったり、地元の住民が発案したグッズに対しては、それらを着用する人々も愛着を抱きやすいでしょう。

2 グッズ製作のプロセス

下の図には、公募の企画から、グッズを製作するまでの大きなプロセスを示しました。特に、地域の子どもたちを公募の対象とする場合は、学校や児童館などの施設に協力を求め、応募用紙を配布すると、多くの応募者を集めることができます。その場合には、募集内容や募集要項を決定する段階から、協力を要請する学校の教職員や、施設の職員にも打ち合わせに参加していただくことをおすすめします。さらに、優秀作品の表彰には、地域のお祭りや学校の朝会などの場を活用することで、広く活動を周知することが可能となります。

公募の企画からグッズ製作までのプロセス



◀ グッズの一例
左から、ネックストラップ、リストバンド、缶バッジ。
活動のロゴマークや標語があしらわれています。

2 住民主体の活動を立ち上げる

「見かける」「知る」「共感する」「関わる」で広める



活動のシンボルとなるロゴマークやグッズなどが完成したら、それらを使ってどのように運動の参加者を増やしていくか考えましょう。

また、参加者が定期的に集まり、運動の進捗や課題を話し合う場を設けることで、継続的な普及啓発活動が実現します。本章では、こうした住民主体のあいさつ運動を立ち上げるプロセスやポイントを整理します。

1 参加者を集める4つのステップ

あいさつ運動は、地域ぐるみで人々のコミュニケーションを活性化する取り組みであり、そのためにはいかに活動の認知度を高め、参加者を広汎に集めていくかが鍵となります。こうした住民参加型の普及啓発活動に人々が主体的に関わるようになるまでには、大きく分けて下の図のように4つのステップが存在します。

1 見かける

活動のシンボルが住民の目に触れる機会ができるだけ増やしていくことが重要です。ポスターを各所に掲示したり、グッズの着用者を地域に増やしていくことで、「(ロゴマークやグッズなどを)どこかで見たことがある」という感覚から、人々は活動に興味を持ちます。

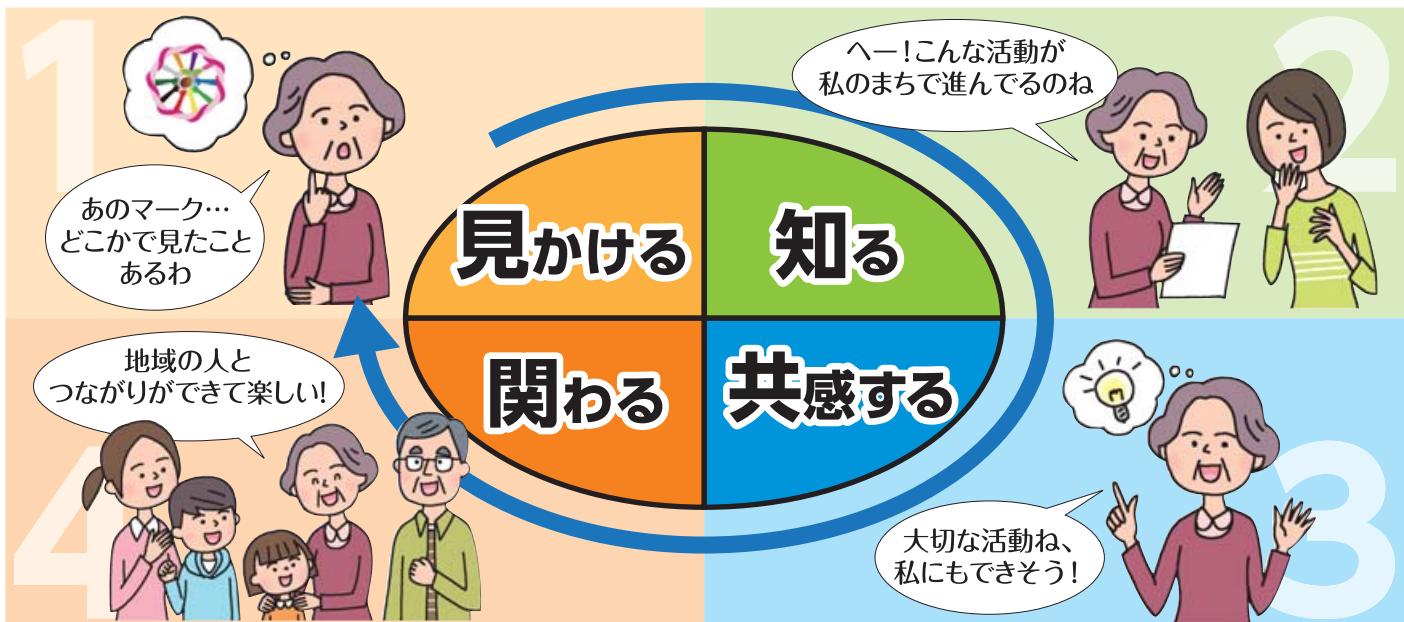
2 知る・3 共感する

チラシの配布や住民同士の口コミ等を通じて、自分の暮らす地域であいさつ運動が進んでいることや、活動の具体的な中身について多くの人が認知できるよう働きかけます。その過程で、「これは大切な活動だ」、「自分にも参加できそうだ」と「共感する」段階まで到達し、運動に加わる住民をいかに増やせるかがポイントとなるでしょう。

4 関わる

多くの住民に認知され、実績が伴った運動になること、そして何より「関わる」住民自身がやりがいを感じられる運動とすることで、活動に対する信頼が生まれ、より一層コミュニケーションが円滑になる、というポジティブな循環が生まれます。

住民があいさつ運動に関わる4つのステップ



2 募集説明会の開催

住民があいさつ運動に関わるステップのうち、「知る」および「共感する」の部分を促進する方法として、募集説明会（茶話会、交流会などの形式でもよい）を開催することも有效です。活動に関心のある住民を地域での掲示や回覧等を通じて広く募集しましょう。

募集説明会では、あいさつ運動の内容を分かりやすく解説し、その目的や意義に共感を得ることが重要です。また、その中であいさつの大きさをいかに体験的に理解してもらえるかがポイントとなります。前述の学校調査の結果など、実証的な知見を紹介することも効果的ですが、アイスブレイクを兼ねて、参加者同士で模擬的に地域でのあいさつ場面を体験し、気持ちの良いあいさつとは何かを考えてみて良いでしょう。ここでは下記の2つの方法をご紹介します。

名前bingo

- ①各参加者に3×3マスの空欄が書かれた用紙を1枚ずつ配布する。
- ②参加者は部屋の中を自由に歩き回り、途中で顔を合わせた人とあいさつを交わす。その際、お互いに簡単な自己紹介を行い、用紙の空いているマスに相手の名前を書き込んでいく。
- ③司会は、全参加者が9マス全てに名前を書き入れたことを確認した後、当日の参加者の名前をランダムに読み上げる。
- ④参加者は手元の用紙に該当する名前があればチェックを入れ、縦・横・斜めのいずれか3マスでチェックが揃った場合に「bingo」となる。

[所要時間：15～20分程度]

気持ちの良いあいさつ体験

参加者は部屋の中を自由に歩き回り、途中で行き合った人とあいさつを交わす。相手と目を合わせずにあいさつをするパターンと、きちんと相手の顔を見て笑顔であいさつをするパターンの2種類を体験し、それぞれで相手の印象や自分の気持ちがどのように変化したか感想を求める。

[所要時間：10～15分程度]

アイスブレイクが終わったら、グループディスカッションの時間を設け、どうしてこの活動に関心を持ったのか、この活動を通じて自分の暮らすまちをどのような地域にしたいかなどを参加者同士で話し合うと、活動のヒントを得ることができます。



▲ 募集説明会の様子（北区志茂地区）

3 定例会の設置

募集説明会や口コミなどを通じて、活動に「関わる」住民が一定数集まってきたら、定例会を設置することをおすすめします。毎月もしくは隔月程度の頻度で彼らが一堂に会する場を設け、実践者の立場から意見を集約することで、その時々の活動の進捗や課題が明確になります。

北区志茂地区では、「あいさつを通じて人々のつながりをつくり、子どもたちの健やかな成長を支える活動」に賛同する住民を「あいさつさん」として募集し、毎月定例会を開催しています。「あいさつさん」の活動では、意志のある個人に参加を呼びかけるだけでなく、青少年地区委員会や民生委員児童委員協議会といった地域活動団体とも連携することで、2019年2月現在、120名を超える参加者を集めています。日常生活場面では、個々の参加者がネックストラップを身に付けてあいさつを実践していますが、定例会当日は小学校の下校時間に合わせてあいさつ運動を行い、チームとしても活動をしています。

3 学校と連携する

小・中学校を拠点としたあいさつ運動を進めるには



▲中野島地区の小学校に設置された横断幕

1 学校との連携例

子どもや、その保護者を対象にあいさつ運動を普及啓発する上で、学校は重要な拠点となります。

川崎市多摩区中野島地区では、地域の小・中学校と連携し、公募により決定した標語とキャラクターを掲載した横断幕を設置することで、児童・生徒だけでなく、保護者や近隣住民に広く周知を行っています。また、朝会の時間で子どもたちにあいさつの大切さを啓発したり、缶バッジなどのグッズ配布を通じて、あいさつ運動への参加を継続的に呼びかけることにより、活動の認知度を高めています。

一方、北区志茂地区では青少年地区委員会と連携し、毎年、小学校を会場とした夏休みのラジオ体操であいさつ運動の強化推進を行っています。ラジオ体操の週間には、運営

あいさつ運動を幅広い世代を巻き込んだ活動とする上で、子どもや、その保護者への普及啓発は避けて通れないプロセスであり、そのためには学校との連携が重要となります。

本章では、地域の小・中学校を拠点としたあいさつ運動の実践例を紹介しながら、学校との連携について具体的な方法とポイントを提示します。

に関わる青少年地区委員会のメンバー全員がネックストラップを着用し、児童や同行する保護者に対して積極的にあいさつを行い、活動の普及啓発に取り組んでいます。

2 実現させるポイント

こうした取り組みを実現するためには、あいさつ運動の目的や意義について学校側から理解と共感を得ることが必要不可欠です。多摩区中野島地区や北区志茂地区では、生活支援体制整備事業における協議体の一事業としてあいさつ運動に着手しており、協議体立ち上げの段階から学校の教職員にも参画を依頼することで、活動の企画や実装に向けたプロセスがスムーズになりました。こうした場合は、校長、副校長、生活指導担当といった役職・立場の人に協力を打診してみると良いでしょう。

先進事例の紹介 盛岡市立松園小学校「MAT(松園あいさつトンネル)」

盛岡市立松園小学校では、「気持ちのよいあいさつを校舎内外に響かせよう」という目標から、毎年児童会のスローガンにあいさつが取り入れられています。同校では、教職員の支援のもと、児童会に所属する5～6年生が校内で児童主体かつ自由参加型のあいさつ運動「MAT(松園あいさつトンネル)」を発足しました。MATの活動は毎朝、校門前でのあいさつという形式で行われ、1日あたり平均40～50名程度の参加者を集めています。

運動を継続するうちに異学年の交流も生まれました。さらに、同校の卒業生が中学校への通学途中に数分間だけ参加したり、保護者も活動に加わる様子が報告されています。通学路の見守りボランティアを務める、地域の中高年世代も子どもたちと共にMATの活動に取り組んでおり、異なる世代の住民が相互に声をかけ合い、見守りの強化を実現しています。

※参考:中嶋一良(2013). 児童会活動 つながる喜び・広がる喜びを実感する自由参加型の挨拶運動(特集「自治的な活動」であればよいという勘違い). 道徳と特別活動:心をはぐくむ、30(5), pp.14-17.



▲校内の掲示板で当日の参加者数等のデータを示し、児童の活動への意欲を高めている。

あいさつ運動を通じて、助け合いのキャンペーンを効果的に進めよう！

あいさつ運動の目的は、あいさつの大切さを伝えるだけにとどまりません。地域で助け合い活動が進んでいることを広く周知し、住民自身の見守りや助け合いへの関心や意識を高めるキャンペーンとして、あいさつ運動を推進するという視点も重要となります。

ここでも、活動を「見える化」し、普及啓発のために多種多様な媒体を活用することが有効な手立てとなります。例えば、前述のネックストラップやリストバンド、缶バッジ以外にも、以下のように様々なグッズを使用もしくは配布することが可能です。この他にも、地域の情報誌や地元のテレビ局の取材といった、メディアを活用することも効果的でしょう。



◀のぼり旗



▲ベスト



▲クリアファイル

◀パンフレット



▲ポケットティッシュ



あいさつ運動実践者の声

ここでは、北区志茂地区の「あいさつさん」の活動における実践者の声から、地域で行き交う人と気持ちよくあいさつをするコツをご紹介します。

一方通行のあいさつではなく、双方のあいさつを実現するためには、あいさつをする相手に、自らをコミュニケーションの対象として認識してもらえるかが重要です。「私は、目の前にいるあなたにあいさつをしていますよ」と伝わるような言葉かけや動作の工夫が必要となります。

気持ちの良いあいさつのコツ



おわりに

「あいさつは、生活の潤滑油」。これは、前述の北区志茂地区における「あいさつさん」定例会での参加者からの言葉です。あいさつは、それ自体は簡単で馴染み深い行為ですが、あらゆる対話の入り口となる重要なコミュニケーションの形であり、より親密な交流や、助け合いの関係づくりの基盤となります。

また、種々の機能低下等により生活支援の担い手となることは難しい住民も、普段の暮らしの中であいさつを実践することで子どもの見守り等に貢献できる可能性があります。こうした観点から言えば、あいさつ運動を通じて形成された緩やかなサポートネットワークは、広義の助け合いに含まれると考えられます。

あいさつ運動は、地域にある多様な地域資源を活用することで、様々な形での実装が可能です。例えば、認知機能や生活機能の低下が見られる高齢者を対象として見守りを強化する場合、地域包括支援センターや病院、薬局などの拠点と連携すると、効果的に活動を進めることができます。

自分の地域の持ち味を生かしたあいさつ運動を住民と共に考え、具体化してみましょう！



▲北区志茂地区では、地域包括支援センターの全職員がネックストラップを着用し、「あいさつさん」の活動に取り組んでいます。

多世代共創社会のまちづくりマニュアル ～あいさつ運動編～

発行：地方独立行政法人 東京都健康長寿医療センター

印刷：株式会社 社会保険出版社

無断転載・複製を禁ず

お問い合わせ先

地方独立行政法人 東京都健康長寿医療センター研究所

社会参加と地域保健研究チーム

〒173-0015 東京都板橋区栄町35番2号

TEL:03-3964-3241

本マニュアルは、国立研究開発法人科学技術振興機構(JST)社会技術研究開発センター(RISTEX)
「持続可能な多世代共創社会のデザイン」研究開発領域の「ジェネラティビティで紡ぐ重層的な地域多
世代共助システムの開発(平成27~30年度)」(研究代表者:藤原佳典)による研究成果の一部である。