



藤澤 寿子

Toshiko Fujisawa

INTERVIEW



## 『ケア・カフェさっぽろ』を通して 職種をこえた人の輪を広げたい

医療、介護、福祉といった職業は連携していると思われるかもしれませんが、実のところ、ほとんど横の繋がりはないのです。介護職に就いて5年以上経ち、そのことに少々疑問を感じていたとき、旭川で『ケア』に関わる人たちが集う『ケア・カフェあさひかわ』を知りました。その後、友人とともに実行委員を設立して3ヶ月後には開催し、30人ほどが参加。今回は7回目を迎えます。医療、介護、福祉だけではなく、教育、保育、学生、飲食業界など幅広い職種の人が参加しています。「ケア」を軸に他職種の人と知り合い、語り合い、人の繋がりが増えていくのは楽しいですね。この集まりを主催して感じたことは、札幌は実現したいことを言葉にして行動すると、仲間ができて、応援してもらえるということ。何かやってみてみたいと思っている人は、その想いを言葉にして行動してみてください。きっといい機会にめぐり会えるはずです。



### タイムスケジュール



『ケア・カフェさっぽろ』開催当日のスケジュール。「終了後は打ち上げしたい」というが、資料等の整理のため早めに帰宅しているとか



### PROFILE

1969年、奈良県生まれ。東京で会社勤めを経て結婚。2006年より札幌で暮らし始め、介護職に携わる。2012年、旭川で行われている『ケア・カフェあさひかわ』を知り、2013年より札幌でも展開。 <https://www.facebook.com/carecafe.sapporo>

### 現在の仕事(活動)について

医療・介護・福祉関係やケアに関心のある方々が気軽に集まり、お茶やお菓子を楽しみながらワールドカフェ方式を用いて、お互いの想いや考え方、悩みなどをシェアする『ケア・カフェさっぽろ』を主催しています。また、障がい者福祉事業所の開所準備中でもあります。

### プライベートの過ごし方

知人のイベントなどに参加して、見聞や交流を広めています。そして、眠いときは、素直に眠る。眠気は体のシグナルなので、応じるようにしています。



- ①お茶やお菓子が並び、なごやかな雰囲気ですり合う
- ②子どもたちはお絵かきに夢中。スタッフが子どもたちをケア
- ③自由にテーブルに着いた参加者が語り合い、一定時間過ぎると席替えて違うメンバーで語り合う。最後に話題をまとめて、参加者全員で共有している
- ④写真は5回目の『ケア・カフェさっぽろ』開催の様子

## 気軽に同志が集い語り合う“場”づくりを展開

### 「やりがい」だと感じられること

医療・介護・福祉関係は案外横の繋がりが弱いので、『ケア・カフェさっぽろ』を立ち上げました。この会を通じて面識のなかった方同士が知り合いになり、それぞれの業種間で勉強会やイベントでの交流が増えているようで、とてもうれしいです。

### 忘れられないエピソード

『ケア・カフェさっぽろ』の活動は、一緒に頑張ってくれるコアメンバーとマイペースに行なっておりますが、他地区のケアカフェと少し異なるのは、コアメンバーが女性のみで、子ども連れの参加が自由なこと。参加された方に、会場の雰囲気がふんわりとした感じで癒されると言われたこともありました。

### 仕事と家事の両立で工夫していること

家事は、やる気のあるときにやる。できないときは無理のない程度のやり方で進めています。仕事も家事もやるべきことをするのは大切ですが、頑張りすぎないことも大事だと思います。

### 女性が活動する上で不足していること

友人・知人は子育て世代が多いので、周囲の印象では、一時保育に対応してもらえる場所が多くない地区であれば、子育てママさんが活躍できる場所や時間が増えるのでは…と感じています。

### 札幌を拠点に活動することについて

10年ほど前、関西出身で東京在住でしたが、夫の故郷である札幌に初めて訪れ、「ここに住みたい!」と思いました。そして8年前に札幌へ移住。日本のなかでも都市といわれるこの札幌は、自然豊かで四季も美しく、住みやすさを感じています。大好きになった札幌で活動することが楽しいです。

### 社会で女性が活躍することについて

女性の感性やしなやかさが、混沌とした社会の雰囲気を変えていくのではないかと考えています。一所懸命に頑張っている女性がいて、女性も男性も意欲的になる相乗効果があるのではないのでしょうか。

### 今後の目標・展望など

老若男女、障がいのあるなしに関わらず、気兼ねなく集まれる居場所を古民家や廃校を利用して創りたいと考えてます。『ケア・カフェさっぽろ』は、ケアに関心あれば職種は関係なく、無料で参加できます。気軽に参加して、語り合い、情報や知識を共有していきたいですね。

### 活動を望む女性へのメッセージ

その人自身が、自分らしく発言して行動していればきっと大丈夫!失敗だらけで今も模索しながらの毎日ですが、「これをやる!」と、思い立ったが吉日だと思って行動に移しています。急に結果や答えが見つかることはなかなかありません。毎日少しずつでも前へ進んでいくことが大切だと思います。