

粕谷和夫の観察日記より。フクジュソウが咲きました。2月16日、八王子・宇津貫緑地です。よく管理された雑木林内で今の時期は林の木は葉を落としているので陽がよく差し込んでいる地面でいち早く春を感じての開花です。この林では3月になるとカタクリやアズマイチゲが咲きます。

# 紅葉台



# 新聞

第231号

2026年

4月25日

発行人：関谷 孝

## Cafe かじやしき みんなの憩いの場



～生協の支え合いネットワーク～

2026年2月13日八王子にある「Cafe かじやしき」の見学会があり参加しました。場所は八王子市元八王子町2丁目2051-1。高尾駅北口からホームスタウン行きに乗り、「鍛冶屋敷」バス停下車。徒歩3分。鍛冶屋敷の名前の由来は、戦国時代から明治初期にわたり山本但馬周重を祖として活躍した刀工群の拠点跡。この地域は刀鍛冶が住んでいたため「鍛冶屋敷」という名がつけられました。直ぐ近くに天皇の御陵があります。

この辺りは養蚕が盛んで昔ながらの大きな農家が点在しています。梅や栗なども収入源として栽培されていました。「Cafe かじやしき」は、大きな農家で空き家だった所を借りて2016年通所型サービスをサロン活動として今から10年前に開所しました。

もともとは厚生労働省の「介護予防、日常生活支援総合事業」のガイドラインの中で、八王子市高齢者生き生き課（行政）と住民主体による「訪問型サービス事業・通所型サービス事業」が協力して地域住民のために何かできないかとの構想から始まりました。つまり、国と八王子市、「八王子生活協同組合（はちせい）」の3者による居場所づくりが始まったのです。

八王子保健生活協同組合、通称「はちせい」は、地域の住民が出資して、医療や福祉の事業を運営する生活協同組合です。具体的には、城山病院などの病院やクリニック、それから介護サービスなどを通して、地域の人々の健康維持と福祉の向上に貢献しています。組合員は、出資を通じて運営にも参加できる組織です。

「はちせい」が運営する城山病院に近い「鍛冶屋敷」に空き家を見付け、この街に住む椎野さんは、はちせいの理事でもあることから、「Cafe かじやしき」の代表になりました。地域住民の居場所づくりとして月延べ200人以上の人たちが利用しています。例えば家に閉じこもっているお年寄りが歩いて出てきて、お茶をしながらおしゃべりし元気になって、また来たいと思うようになり、それがフレイル予防になっています。この日も90歳の方が元気に来て「ふまネット体操」をしていました。これは、認知症予防にもなります。四角いマス目の中をリズムよく歩きます。囲碁将棋麻雀やお茶会、楽々体操、ふまネット体操、はつらつ体操、映写会、手芸、健康、吹屋、健康チェック等。ただ単におしゃべりをするだけでもいいのです。活動日は月・水・



金。参加費は、100円。ランチは300円。歩けなかった人が、ノルディックウォーキングをするようになり、歩いて来られるようになりました。

今後の課題としては、活動の担い手を確保していくことです。ボランティアの方の力に頼っていますが、1日来て500円。ほとんど無償で行っています。そのような中で若い人がもっとボランティアに登録してほしいと願っています。

また、一般介護予防事業から「いきいきライフの会」家事支援の拠点としても活動しています。訪問いきいきライフの会は、生活支援活動拠点でもあるかじやしきのもう一つのサービスです。お困りの一人暮らしの高齢者の家事支援として買い物、掃除、洗濯、見守り、庭の整理、草取り、病院付き添い、終活の片付けなどのサービス事業を行っています。

これから高齢者が多くなる時代になくはならない拠点でありたいと思っています。このように地域住民がお金を出し合い、お互いに利用したり、その活動を支えたりと言うやり方はとても大事だと思いました。「はちせい」はこのような取り組みを八王子市の中でも先進的に取り組んでいます。はちせいの今泉さんに聞くと入会金5000円を払えばいつでも「はちせい会員」になり、いろいろなサービスを受けることができるとのこと。このような補助制度を知り、私たちも高齢になるのですから他人事ではありません。また今泉さんはノルディックウォーキングの資格もあり、お年寄りの方々と楽しく散歩をしています。このような居場所があることを皆さんに知ってもらいたいと思い紹介しました。

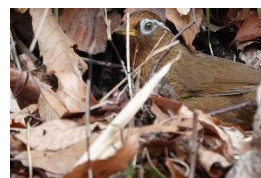


## 粕谷和夫の観察日記



落ち葉の中から餌を探すツグミです。2月12日、八王子・清水入緑地で野鳥カウントでの一コマ。ツグミは秋に日本に渡来直後は山野の木の实を食べますが、年が明けて今頃になると地上に降りて落ち葉の下に潜むミミズを探して食べています。

落ち葉の中で餌を探しているガビチョウです。近くで写真が撮れたので目の周りの「隈取」が良く撮れました。2026年2月12日、八王子・長池公園の雑木林です。外来種のガビチョウは日本で生息範囲をどんどん広げていて、つい最近のニュースでは中央アルプスの高山でも繁殖していることが確認されたらしいです。



紅葉台新聞は、「高尾フモト同盟」のHPに公開されています。高尾の情報や働く人たちが紹介されています。興味を持った方は、覗いてみてください。また、皆様からの情報や投稿もお待ちしています。