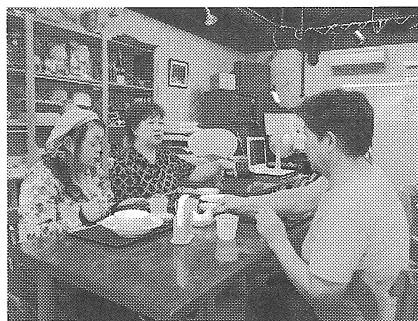


人生は 65歳から おもしろい

秋の自分新発見編④

行こう、作ろう、地元力フェ

本岡類



2時間はおしゃべりするという常連のお客さん(あんさんぶる)

せん。曜日を決めて、愛好者にスペースを貸して。歌謡茶の日もありましてね」

中村さんは笑う。ランチ500円、コーヒー230円と、客層が高齢者を中心となるだけに、客单価は高くできな。そこでスペース貸しで少しでも収益を上げ、さらに歌を歌ったり、麻雀を楽しんで。いると、のども渴くから、飲み物の注文も期待できる。

また近所の人作つた手芸品などを並べて即売し、そこからも収益を得ている。知恵をフルに働かせて。うちは「いろんな人が関われるよう、対象を限定せず、うちはある。

横浜市旭区にある左近山団地は開設から40年以上たつ、古いい、いや、伝統ある団地である。隣接する団地と合わせると、5000世帯もの人が住んでいる。かつて新婚さんにとって憧れ的だった団

地も、これだけ時がたてば、若い夫婦変じて、オジイちゃん、オバアちゃんとなり、高齢化率も40%に迫ろうとしているという。

大都市近郊では、珍しくもなく見られる——そう、あなた見られる——そう、あなた

地も、これだけ時がたてば、若い夫婦変じて、オジイちゃん、オバアちゃんとなり、高齢化率も40%に迫ろうとしているという。

「今日はゴミの日だからね。3人で来たのよ」

「そう、ゴミを出しに行つた時、顔を合わせて、ランチ行こかつて」

「ゴミの日だから、ですか?

「今日はゴミの日だからね。3人で来たのよ」

「そう、ゴミを出しに行つた時、顔を合わせて、ランチ行こかつて」

「ゴミの日だから、ですか?

「今日はゴミの日だからね。3人で来たのよ」

「そう、ゴミを出しに行つた時、顔を合わせて、ランチ行こかつて」

店でおしゃべり相手が見つかる

書店カフエ爛漫である。

エ、猫カフエ。先日、終了した「あまちゃん」では海女力

中で、最近よく聞くようにな

会文化協会」の昆布山良則さ

「地域にある高齢化や子育

て、ひきこもりなどの課題を解決しようと、みんなが集う場所を、そう呼んでます」

カフエとはいって、お茶では

なく、食事、趣味を楽しめるところもあり、多種多様。

次々に誕生しているらしい

が、全国で何千カ所あるか、全貌は不明。口コミ、地域に配られる無料新聞での紹介記事などで、その存在を知ることもできたりする。

東京都立川市にあるけやき台団地も高齢化が進んだ地区

で、その一角に「レストランサラ」はある。開店から15年目を迎えるコミュニティーカ

フェの老舗だが、ここは食事に軸足を置いている店だ。

チキンのオイスター炒め、

春雨のソテー、野菜の煮物、ぬか漬け、油揚げとカブの葉の味噌汁、黒米入りご飯。

肉と魚の2種類あるセットメニューのうち、肉のほうを

よくにしたいですね」

カボスをおすそ分けしても

マニシューか。そんな楽しい

ら、店を出た。今夜はサン

メニューのうち、肉のほうを

食べてみた。お世辞抜きで、ほんとうに美味しかった。

「野菜は無農薬か低農薬のものを使い、旬の素材が生き

よう、だしを利かせて、薄味

に作っています」

セツトメニューは850円

とやや高めだが、量を少なくすると、同じものが780円。食の細い方も多い高齢者のことを、よく考えている。

店での食事だけでなく、弁当の持ち帰りもできるし、弁

当の持ち帰りもできるし、弁

配も行っている。

「高齢者の食は一様ではな

く、千差万別ですから」

と、きざみやおかゆなど才

一ダメードができるとい

きめの細かさだ。

もとおか・るい 1951年生まれ。作家。ミステリー中心のエンターテインメント小説の著作多数。ヘルパー2級を取得し、介護職員として特別養護老人ホームに勤務した経験があり、高齢社会の現状に詳しい。著書に『介護現場は、なぜ辛いのか』(新潮文庫)、『大往生したいなら老人ホーム選びは他人にまかせるな!』(光文社)など



飲食業は初めてという60代夫婦のチャレンジ (手賀カフェ)

れている子供たちや、たくさんの友人たちがこしらえてくれた。店内のテーブルも、友人から不要になつた品を譲り受けた。節約できるところは、徹底的に節約！

そして、めでたく今年6月16日にオープンした。

建物は14坪しかないが、窓を大きくし、天井を高くとつたせいか、広く見える。

ランチは850円。私が行つた日は、豚肉の黒酢煮がメインで、ナスの焼き物、生春巻き、ゴーヤのサラダに飲み物がついていた。ただし、ランチは1日に12～15食しか作れない。飲み物を単品で頼む

多くなつた。

しまうと、萎縮する。会社の営業と同じで、失敗したら、改めればいいんです」

元サラリーマンの孝美さんが言う。実際、コーヒーのいれ方だつて、最初の頃はお客さんから、薄いんじゃないかと言われて、改良を重ね、今では砂糖もミルクも入れずにブラックで飲んでくれる人が

土地の取得や建物の新築などで、開業までにかかった資金は1800万円弱。これだけの投資は、30代、40代には難しいだろう。

そして「まずいと思ったら、変えればいい」という人生からの知恵。

いたいという。
入れ代わり立ち代わり、手
伝いに現れる仲間は、30代か
ら70代まで10人を超える。き
つとみんな、自分たちの居る
場所を作っている気分なんだ
ろうな。

カフェの裏手には畠が広が
つていて、
「農家の方が、形がふぞろい
で出荷できない野菜をくださ
るんですよ。ランチの食材に
使って、すごく助かるんで

唯一の不安は健康面だが、万一一、長期療養が必要な病気になつたら、店は仲間の誰かに引き継いでもらうという。庭には作りかけのブドウ棚があつた。友人が暇な時に来て、棚を作つてゐる。友人の中にはパティシエもいるから、ケーキ作りも本格的に習

お二人は顔をほころばせる。
「そうなんだ。シニアになる
と、経済的な面もざることな
がら、親しい友人の存在や、
人とのつきあいが、いちば
んに大切になつてくるんだ
——あらためて思つた。

唯一の不安は健康面だが、万一一、長期療養が必要な病気になつたら、店は仲間の誰かに引き継いでもらうという。庭には作りかけのブドウ棚があつた。友人が暇な時に来て、棚を作つている。友人の中にはパティシエもいるから、ケーキ作りも本格的に習いたいという。

入れ代わり立ち代わり、手伝いに現れる仲間は、30代から70代まで10人を超える。きっとみんな、自分たちの居る場所を作つている気分なんだろうな。

カフェの裏手には畑が広がつてゐる。

「農家の方が、形がふぞろいで出荷できない野菜をくださるんですよ。ランチの食材に使えて、すごく助かるんで



ヘルシーで豪華なセットメニュー
（レストランサラ）

面白いのは、この店では相席が原則で、大きなテーブルしか置いていないということ。「ここで知り合つて、おしゃべりをする方が多いんです。最初は一人でも、だんだんとつながっていく。話に加われるよう、スタッフが声かけをする場合もあります」

昆布山さんが、普通の喫茶店とコミュニティーカフェの違いについて、こんなことを言つていた。

「普通の喫茶店は個人がお茶

「毎日いらして、魚のほうを
注文される男性の方もいま
す。肉料理は自分で作れるか
ら、魚をここで食べるという

友人が次々と応援にかけつける

を飲んでいくところ。コミュニケーションティー・カフェは、居合わせた人が話をしてもいいという雰囲気があるところ」

地域で、それと思われる店を見つけたら、行ってみるのも面白い。世界が広がるかもしない。

もの土地を手に入れたのだが、そこは住宅のない雑種地。来ているのは電気だけで、ガスも水道もない。おま