

コミュニティを学び、 自分たちも一部になる！

成蹊大学の「コミュニティ演習」は、大学生が実際に地域へ足を運び、
“コミュニティ”と関わることで、社会や地域の課題について体験的に学んでいる授業です。
武蔵野市や吉祥寺という街を実際に歩き、魅力的な取り組みや人々のかかわりを知ること、
普段何気なく通っている道や乗っているバスにも、実は面白い背景や意味があることを知り、
日常が少し楽しく見えてきます。

テンミリオンハウスとは？

皆さんは毎年 1000 万円貰えるとしたら何に使いますか？
趣味に使う？ 旅行をする？ 貯金する？

使い道はたくさんありますよね。

武蔵野市では **65 歳以上の市民に向けた福祉事業**を行っているんです！

創立の背景

2000 年に介護保険が始まったことで、
自治体間で差があった高齢者福祉制度の統一がなされ、
他の自治体より手厚い福祉が行われていた当時の武蔵野市では、
3 割の高齢者がそれまで受けていたサービスの対象外となっていました。

健康であるがゆえに行き場のない高齢者の受け皿として、
市が年間 1000 万円を上限に補助金を出し、
民家等での運営をサポートするテンミリオンハウスが始まりました！

テーマ

地域の安心感を高める仕組み

2025 年度は、武蔵野市のテンミリオンハウスに焦点を当てました。

人々のつながりの場がどのように生まれ、
日々どのように運営・維持されているのか、
活動されているスタッフの方々や実際に利用されている方々と交流し、インタビューをすることで、
自分の地元とは違う地域の仕組みや魅力に気づくことができ、視野が大きく広がりました。
自分たちも **“コミュニティ”の一員として関わる体験**は、
まさにコミュニティ演習ならではの醍醐味だと感じています。

テンミリオンハウスができてから
25 年が経ちました。
物価高騰や担い手不足が
この素敵なコミュニティの場でも
問題視されるようになっていきます。
私たちができること、
テンミリオンハウスをはじめ
武蔵野市の取り組みを広めていくために、
一緒に考えていきませんか。



種崎 美悠 鈴木 なずな 萩野 結衣
春日 志織 佐藤 佑宇 山口 葉々
豊岡 潮美 山本 真央 吉田 雄希
担当教員：澁谷智子

地域の安心感を高める仕組み

テンミリオンハウス

REPORTED by
SEIKEI UNIVERSITY - Faculty of Humanities
コミュニティ演習 2025

川路さんち（西久保 1 丁目）／月見路（吉祥寺北町 1 丁目）
そ〜らの家（吉祥寺南町 5 丁目）／きんもくせい（境 4 丁目）
花時計（境南町 2 丁目）／くるみの木（中町 3 丁目）
ふらっと・きたまち（吉祥寺北町 5 丁目）

成蹊大学

協力：武蔵野市健康福祉部 高齢者支援課 / 社会福祉法人 武蔵野市民社会福祉協議会

① きんもくせい

ドアと心をひらいてつながる、
きんもくせい

〒180-0022 武蔵野市境 4-10-4
0422-50-2611

開館日：月曜日～土曜日
（祝日も開所、夏季・年末年始を除く、第 5 土曜日と月末最終日は休所）
利用時間：午前 10 時～午後 4 時
昼食代：600 円



② 花時計

花びらも笑顔も花開く

〒180-0023 武蔵野市境南町 2-25-3
0422-32-8323

開館日：月曜日～金曜日
（祝日も開所、夏季・年末年始を除く）
利用時間：午前 10 時～午後 4 時
昼食代：500 円



③ 川路さんち

緑あふれる自由で楽しい学び舎

〒180-0013 武蔵野市西久保 1-34-2
0422-55-6239

開館日：月曜日～金曜日
（祝日・夏季・年末年始を除く）
利用時間：午前 10 時～午後 4 時
昼食代：600 円



④ ふらっと・きたまち

手作りの道具・リーズなぶる

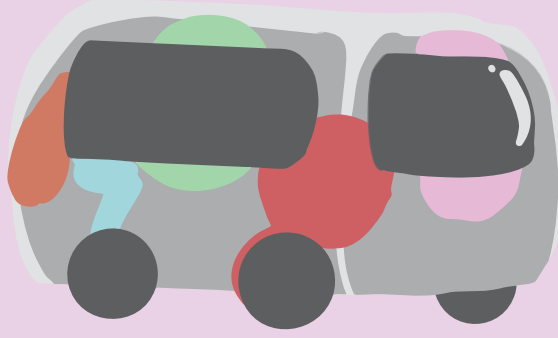
〒180-0001 武蔵野市吉祥寺北町 5-7-9
0422-56-8537

開館日：火曜日～土曜日
（祝日・夏季・年末年始を除く）
利用時間：午前 9 時 30 分～午後 3 時 30 分
昼食代：400 円



武蔵野市内では 7つのテンミリオンハウスを設置。

自分の足で来られる高齢者を中心に、
誰もが気軽に立ち寄れる場となっています。
幼い子連れ親や大学生も訪れる、
世代を超えた居場所にもなっています。
このような場所は、
人と人とのつながりが自然と結びつく貴重な空間であり、
武蔵野市の特徴的な取り組みです！



ムーバス料金
100 円（未就学児は無料）
バスモ、スイカ等の交通系 IC カードも利用できます。
（注意）シルバーバス、バス共通カード、定期券は利用できません。

⑤ くるみの木

出会いと学びが実る場所

〒180-0006 武蔵野市中町 3-25-17
0422-38-7552

開館日：月曜日～土曜日
（祝日・夏季・年末年始を除く）
利用時間：午前 9 時 30 分～午後 4 時
（第 1・3 土曜日は 9 時 30 分～12 時）
昼食代：700 円



⑥ 月見路

開放的グリーン

〒180-0001 武蔵野市吉祥寺北町 1-11-7
0422-20-8398

開館日：月曜日～土曜日
（祝日・夏季・年末年始を除く）
利用時間：午前 10 時～午後 4 時
昼食代：700 円



武蔵野市のコミュニティーセンター（コミセン）

A：西部コミセン	I：吉祥寺西コミセン
B：境南コミセン	J：御殿山コミセン
C：関前コミセン	K：吉祥寺北コミセン
D：八幡町コミセン	L：吉祥寺東コミセン
E：西久保コミセン	M：本町コミセン
F：緑町コミセン	N：本宿コミセン
G：けやきコミセン	O：吉祥寺南町コミセン
H：中央コミセン	

※地図外のコミセン：桜堤コミセン

⑦ そ〜らの家

電車の音をかき消す笑い声

〒180-0003 武蔵野市吉祥寺南町 5-6-16
0422-71-3336

開館日：月曜日～土曜日
（祝日も開所、年末年始を除く）
利用時間：月～金 午前 10 時～午後 4 時
土 午前 9 時～午後 3 時
昼食代：600 円



若々しさの秘密につながる！

地域ボランティアとのかかわり

「きんもくせい」を訪れて印象的だったのは、**利用者さんの若々しさと活気**でした。平均年齢を聞いて驚かされ、初期から働くスタッフも「昔より利用者さんが元気になった」と語っていました。これは、強制ではなく**自分の意志**でプログラムに参加できる仕組みが、活力を生んでいるためだと感じました。



1. きんもくせい

また、他施設とは異なり、**2つのプログラムが同時進行**で行われている点も特徴的で、ボランティアが講師を務めることで地域との繋がりや熱意も感じられました。他にも、訪問時に入口の看板や**外に掲示された通信**にも心を惹かれ、施設に入る前から期待が高まりました。プログラム料金が無料で、麻雀も初心者から上級者まで楽しめる構成になっており、利用者さんが**自分に合った活動**を楽しんでいる様子が印象的でした。将来、私もこのような場で充実した日々を送りたいと思います。



また来たくなる！自分らしく過ごせる居場所

居場所としての安心感と温かさ

「くるみの木」は、入口近くに植えられた大きなくるみの木と、**季節の花々に囲まれた庭**が印象的な、自然にあふれたテンミリオンハウスです。室内には利用者さんの手作りの作品が飾られ、**にぎやかな声が響く、あたたかい雰囲気**に包まれていました。

多彩なプログラムと共に過ごす空間

体操・パッチワーク・麻雀など、さまざまなプログラムが用意されており、スタッフの方も一緒に参加していました。ただ支援するのではなく、利用者とスタッフが共に楽しむ「**居場所**」としての役割が強く感じられました。

誰もが安心して参加できる環境

スタッフ全員がヘルパー資格を持っており、利用者にとって**安心できる環境**が整っています。また、多くの方が短時間の利用を選んでのことから、それぞれの**生活スタイルに合わせた柔軟**な運営が行われていることが分かりました。

「また来たい」と思える仕組み

イベントや季節ごとの企画が充実しており、通う人が自然と「また来たくなる」ような魅力にあふれていました。

見えてきた課題と私たちの役割

一方で、**スタッフの人数不足や男性の利用者**が少ないことなどの課題も見られました。こうした現状に触れ、今後の地域福祉を支えるために、私たち若者にできることは何かを考えるきっかけとなりました。



地域に根付く花時計

幼児から高齢者まで幅広い世代間交流の場

他のテンミリオンハウスとは異なり、ここ「花時計」では**幼児たちも利用できる**というのが最大の特徴です！実際にお邪魔させていただいたときも、2歳のやんちゃな男の子が1人、お母さんと一緒に和室で遊んでいました。



2階には幼児たち用の遊び場が用意され、**大量のおもちゃ 安心して**くつろげる**授乳ベッド**が用意されています。遊び場は窓が大きく、日差しがよく入る明るい空間でした。一方で授乳室は遊び場との間をカーテンで閉めることができ、静かで、落ち着いた雰囲気を感じることができました。階段にはベビーゲートもついている、安全対策にも気を配られていると感じました。



2. 花時計

1階はプログラムを行う場所となっており、伺った日は着物のリユース講座が開かれていました。また、「花時計」の名を模した時計も飾られており、なんと、紙粘土で手作りされたそうです！**赤ちゃんとおばあさん双方との交流**を通して、**幼児の元気な笑い声と高齢者の上品な話し声**が共存する素敵な空間でした。



夢中になれる居場所

何歳からでも始められる夢中

月曜日の編み物のプログラムを見学した際に、編み物の先生が生徒である利用者の方の細かい工夫に感心し、日々学ばせてもらっているとおっしゃっていました。帽子や服、小物入れなど**完成した作品は普段の生活で**使っていらっしゃるそうです。なかでも**70歳**くらいから始めて、熱中しているという利用者の方のお話にはとても驚きました。

自分が今まで学ぶことがなかったものであっても、それを学んだ経験がある人が同じ場所にいればその人から教わり、その**立場は時に転換**します。川路さんでは、その教える側と教わる側の転換がスムーズであると感じました。

いま川路さんに限らず、多くのテンミリオンハウスでは**人手不足が問題視**されています。こうした立場や年齢に囚われないコミュニティを継続していくために、私たち**大学生が少しずつでも関わる**など、地域の中でできることを考え、実践していくことが大切だと感じました。



6. 月見路

月見路での一時

緑と心が落ち着く交流拠点

住宅街の一角に佇む「月見路」は**吉祥寺駅と成蹊大学の間**にあり、緑色の外壁が特徴です。グリーンの外壁と共に、さまざまなお花が輝いています。建物の目の前には通路があり、反対側の道路に出られ、誰でも通り抜けができる**開放的な場所**です。

プログラムの一つである絵手紙は、**実物の野菜や果物**、植物を使って2枚から4枚描きあげます。筆を持つ利用者さんによって角度や大きさ、捉え方が変わり、**個性や想いが詰まった作品**は、私たちにも努力や挑戦の大切さを考えさせてくれます。



高齢者との交流は、**大学生の属するコミュニティとは異なり**、新しく会う人とのつながりが生まれていきます。そんな「月見路」は**世代を超えた交流**を通じて、新たな居場所や視点を得られる貴重な場所です。足を運んでみると、新たな発見が得られる充実した時間になるでしょう！



温もりのある場所

工夫が光るプログラムがたくさん！

「ふらっと・きたまち」は、ふらっと立ち寄れる**気軽さ**が特徴です。初めて来た人でも**すぐに馴染む**ことができる居心地の良さがあります。プログラムは**体を動かすものが多く**、手作りボウリング、吹き矢など、みんなでわいわい楽しめるスポーツが盛りだくさんです。**吹き矢はパイプやくぎで道具を手作り**して創意工夫が伺えます。また、人気のプログラムとして折り紙講座があります。私も星形の小物入れを作りました。工程が多く大変でしたが、しゃべりながら作るとあっという間でした。綺麗にできた時は、達成感がすごかったです。ランチは**1食400円とリーズナブル**で、**日替わりで多彩なメニュー**が楽しめます。400円で十分すぎるほどのボリュームがあり、学食にもあったらなと思いました。他にも、韓国風甘辛チキンやクリームシチュー、麻婆豆腐など、多種多様なメニューを気軽に食べにすることができます。スタッフさんと利用者さんが一緒に楽しみながら過ごす雰囲気は、**とても温かい**と感じました。

4. ふらっと・きたまち



生きる活力

「そ〜らの家」に戻ってくるために入院生活を乗り越えた

私たちが初めて利用者の方と交流したテンミリオンハウスが『そ〜らの家』でした。どんな方が利用されているのか実際に会うのが楽しみでもあり、緊張もしていました。

いざお邪魔してみると、たくさんの方がおしゃべりしていて、**仲の良い楽しい雰囲気**が伝わってきました。利用者の方に質問をした時に、以前入院していた方のお話が印象に残っています。

7. そ〜らの家



その方は「**そ〜らの家にまた来たい**」という強い意志で復帰され、再び戻ってこれたと話してくれました。「そ〜らの家」をはじめとするテンミリオンハウスは**生きる活力をくれる場**なのではないかと思い、この事業の素晴らしいさを感じることが出来ました。

利用者の方々と交流後はスタッフの方とお話ししました。そこでは武蔵野市の他の福祉事業について教えてくれて、**レモンキャブ**というワードが出てきました。その時は何か分かりませんでしたが、武蔵野市について詳しくなるにつれ、どういふものかを知り、レモンキャブと遭遇する度に目につくようになりました。

