

TENOHASI

地球と隣のはっぴい空間池袋
会報誌 第47号 2025年10月31日発行

生活相談の様子



- P2 2024 年度 年次報告
- P8 インタビュー 「橋の下8年を経て TENOHASI のシェルターへ」
- P11 女性支援の現状
- P14 追悼 太田料理長 ～「てのはし」を支えた料理長と集う仲間～
- P16 光源寺さんありがとうございました
- P18 会計報告
- P20 ご寄付への感謝
- P23 ハウジングファースト 15 周年の集い



〈年次報告〉

～ 2024 年を振り返る～

【炊き出し】 毎月第二第四土曜日

・ 並ばれた方の人数

2024 年度、炊き出しに並ばれた方の平均は約 546 人、総数 13112 人。

昨年度と比べ微増しました（2023 年度は平均 529 人、総数 12717 人）。

2024 年 11 月は 617 人で最高記録を更新しました。

・ 並ばれる方の傾向

以前よりも若年化が進んでいる印象です。女性は 10% 程度、ときどき親子連れの姿も見られました。物価高でやりくりがうまくいかなかった時にスポット的に利用する方もいらっしゃるようです。

・ 配布するもの

弁当は昨年に引き続き 2025 年 1 月までつるや庚申塚店に発注。2025 年 2 月からマルエツ板橋南町店へ発注先を変更。パルシステム様から野菜・果物・パンの無償提供を受けています。大塚モスク様提供のビリヤニもお配りしています。

・ ボランティアの分担 / 連携作業

1 回に約 40 人のボランティアが参加し、配食・整理誘導・バックヤード・並ぶのが難しい人コーナー・受付・ドライバーなど、当日スムーズにお弁当をお渡しし、対応が出来るよう作業する班を分けています。終

了後は各班から報告・反省を受け、変更・調整を行っています。

・ お弁当配布の受付時間

並ばれた皆さんへ公平に弁当をお配りするため、お弁当に並ぶ列の締め切り時間を 18 時までとしています。割り込みや複数回列に並びお弁当を受け取ろうとする等のトラブル防止の為です。



2024 年 11 月 23 日、617 人が並ばれました

【衣類配布】 毎月第一土曜日

・ 並ばれた方の人数

平均約 143 の方がいらっしゃいました。昨年と比べ微増しています（昨年度は平均 130 人）。衣類の他にも靴、カバン、日用品などをお配りしています。衣類は季節に合わせたものも募集し、必要なものを必要

な数お渡しできるよう心掛けています。

・クジ引きの導入

衣類等の受け取る順番はクジで決めています。先着順ではなくクジによって公平性を保ち、前日から並ぶなどのことを防ぐためです。



【参加ボランティア】

炊き出しボランティアスタッフが登録する LINE のオープンチャットには 3 月末時点で約 300 人が参加しています。

炊き出しの運営を担う「炊き出し運営」グループにはボランティアと職員の 14 人が参加しています。このグループから様々なアイデアが提案され、より良い活動となるよう心掛けています。

1 回の炊き出しを行うために毎回約 40 人のスタッフを必要としています。最低必要人数に満たない事もあり、今後も継続的に参加されるボランティアの方を増やしていきたいと思っています。

〈課題〉

コロナが収束を迎えているが、物価高騰の

煽りもあり『炊き出し利用者』の減少に転じていません。むしろ利用者が利用者と呼ばれ、お弁当の受け取りやすさも相まって増加傾向にあります。

【おにぎり配りと夜回り】

毎週水曜日 21:30 から、池袋駅前公園でおにぎりとパンをお配りしています。並ばれる方は平均 56 人、今年度は延べ 2,836 人にお渡しすることができました。毎回 10 人前後のボランティアさんにご協力いただいています。

お配りしているおにぎりは 18:00、もしくは 18:30 にお集まりいただいてボランティアの方が握ってくださるほか、ほぼ月 1 回の割合で自由学園の生徒さんと、東京第一友の会の皆様の手作りおにぎりも提供していただいています。クリスマスの頃にはクッキーを焼いてきてくださったこともありました。パンは毎回、障害者支援施設「いけぶくろ茜の里」様からご提供いただいております。月 2 回はあさやけベーカリーでもおにぎりとともにパンを焼いてくださっています。「野菜のちから」様からお送りいただいたたくさんのパンや、生産者の方から届いた野菜もお配りできました。その後、生活相談もお受けし、生活保護や、自立支援センターにお繋ぎしました。そこからシェルターに入居された方もいらっしゃいます。

おにぎり配りの後は、おにぎりとパンを持って、5 コースに分かれて夜回りを行っています。毎回お会いする方は平均 37 人、安否確認の他、夏は蚊取り線香や虫よけスプレー、冬は寝袋やカイロ、マスク等のご希望もお受けしました。雨の日など、路上生活の方はいろいろご苦労されていますが、屋根のあるところで待っていてくださる方もいらっしゃいました。

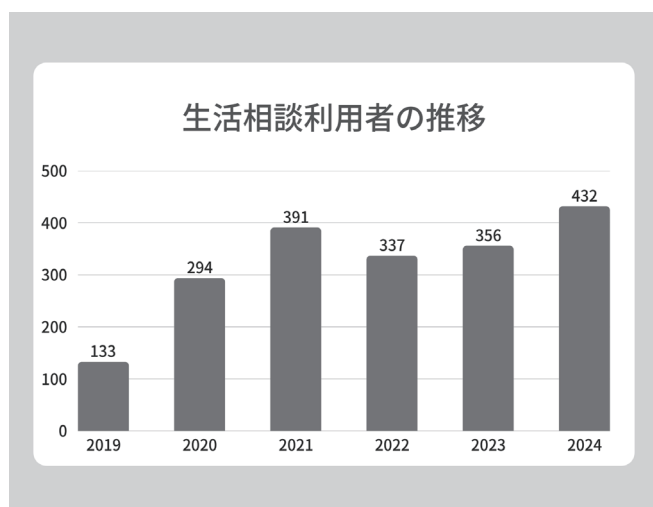
夜回りのボランティアもほぼ定着して、当事者さんと顔なじみになり、長年路上生活を続けて体調が不安な方をシェルターにご案内することができました。同じく体調不良から医療班につながり、入院・手術を経験し、現在シェルターで生活している方もいらっしゃいます。夜回りの時間帯はお休みになっている方も多いのですが、お声がけを続けて、そこで培った人間関係からその先の支援につなげることもできると実感しました。

【保存食品配布】毎月最終火曜日

17:00 から池袋駅前公園で保存食品配布を行っています。かつての大人食堂はコロナ禍でお弁当配りに変更を余儀なくされましたが、並ばれる方が増え、今はご寄付いただいた保存食品を配布する形になっています。物価高騰が続くなか、毎回 100 名以上の方が並ばれ、多くの方が配布する食品がなくなるまで 2 周、3 周され、食費を倅約しようとされています。

【生活相談】

炊き出し・夜回りでの生活相談に 2024 年度も多くの方がいらっしゃいました。

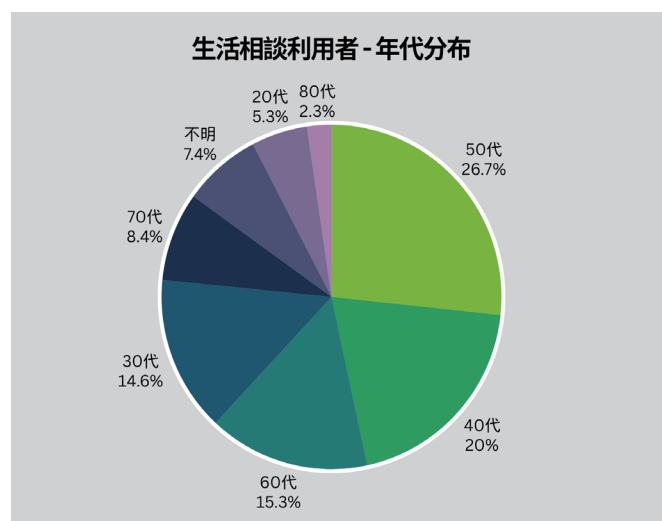


～相談件数～

2024 年度の相談者は過去最多の 432 人

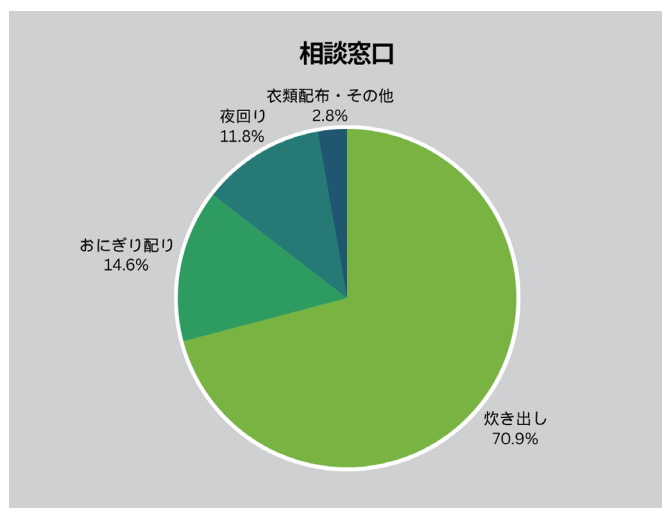
(実数。2023 年以前からの継続相談者含む)でした。

【年代分布】相談者の平均年齢は 50 歳を下回りました。(相談件数ベース)



～相談窓口～

相談につながった窓口は炊き出しが約 70%。水曜夜のおにぎり配りが約 15%、夜回りが約 12%、その他が約 3%。やはり炊き出しが一番大きな相談の機会となっており、昨年より 10% 増えました。



～相談内容～

コロナが直接的な理由で相談にいらした方は減りました。ただ、コロナ禍での失業、所得減により生活が崩れ、生活基盤を再建出来ずに相談につながった方は多くいらっしゃいました。また、騒音や隣人トラブルを抱える

方の相談が引き続き多くありました。

〈相談例〉

1. 派遣やギグワークでその日生活する為のお金を得て、ネットカフェやビデオボックスを寝床として確保していたが、体調不良や家庭の事情によりその生活を継続する事が出来なくなってしまった。

2. さまざまな生きづらさを抱えている方のニーズにあった支援を求めて行政に交渉を求めよう相相談。一度で解決に至る相談は少なく、継続的に話し、都度状況確認と選択肢を共に考える関わりが必要。

3. 住まいはあるが隣人等の音に悩まされ、出来るだけ早く生活拠点を変えたい方や、既に飛び出てしまった方がいらっしました。過去に辛い経験をしていると改めて住まいを設定する際にフラッシュバックしてしまい、同形態の住まいを拒否する方が多い印象でした。

【支援実績】

- ・ 87 人に宿泊費や交通費を支給
- ・ 97 人の生活保護の申請に同行（2023 年度 110 名、2022 年度 71 名）
- ・ そのほか、自立支援センター同行・就活支援・福祉事務所との交渉・家探し・雑談など多数。

※生活保護の利用に踏み切れないが現状困っている方、他自治体で生活保護受給中だが安心出来ず相談を必要とする方がいました。このような方を公的支援へ繋ぐために数日隙間が出来てしまい、宿泊支援を提供するケースが目立ちました。

【シェルター運営】

連携団体のつくろい東京ファンドと共に 2024 年は 25 室（うち直接借主が TENOHASI の部屋 1 室）のシェルターを運営しました。

・ 2024 年度中のシェルター利用者 32 人（利用中の方を除く）

・ うち本人名義のアパートに転宅された方 26 人。（前年度は過去最多の 27 人）

多くの方はその後も関わりが続いています。ゆうりんクリニックと訪問看護で転宅後の生活を支えているケースが多く、TENOHASI とゆうりんがハウジングファースト利用者の地域定着を支えています。

・ 利用中に失踪または退去された方は 6 人。約 19%の方が地域定着に至りませんでした。

〈内訳〉

シェルターでの生活に安心できず他施設に行かれた方が 2 人。

失踪された方が 3 人。うち 1 人はその後戻ってこられて、今も関係が続いています。

寮付の仕事へ行かれ退去となった方が 1 人。

【ハウジングファースト東京プロジェクト】

プロジェクトは 6 つの団体（つくろい東京ファンド・訪問看護ステーションフローカ・ゆうりんクリニック・BaseCamp・世界の医療団・TENOHASI）で構成されてきました。

脱退はしていないが連絡がない団体もあり、プロジェクトのあり方、構成団体の見直しを検討中です。

今後も連携して路上脱出と地域生活定着の支援、政策提言を続けていきます。

【鍼灸班 東京路上鍼灸チーム TRUST】

村井・野田・内島・平井

～活動日時～

■毎月第2・第4土曜日 14時～18時半頃
■年末年始（TENOHASI 越冬活動日程に準ずる）

～活動内容～

公園内にテントを張りベッドまたはマットを設置しての鍼灸治療、椅子のみの座位で施術ができる気功を、路上生活者、生活保護や年金の受給者、低所得者の方々を対象に無料で提供。※整体とマッサージは施術者不在により、現在活動はお休み。

～活動当日の流れ～

- ・14時 東池袋四丁目はりきゅう院に集合、テント・ベッド・毛布・受付用のテーブル・カルテなど器材をリヤカーに積んで出発、公園にて設営
- ・15時 受付
※15時の時点で受付に来た方々でくじ引きをして施術順番を決定
- ・17時45分 治療終了、片付け開始、撤収
- ・18時 はりきゅう院に戻って片付け
- ・18時半頃 活動終了

～活動参加者～

- 施術者：鍼灸師1～3人 / 気功1人 ※毎回1～3人ほどが参加
- 受付係：1～2人（受付順番。カルテ管理、問診）

現場の参加者だけでなく、活動にあたりベッドやテントなど活動備品の保管のために場所

を提供してくださる鍼灸院の先生、年末年始の参加者が少ない時に助っ人で参加して下さる施術者や受付の方々、引退後も諸々サポートしてくださっている石崎先生を含め、活動を陰で支えてくれている後方支援の参加メンバーがいる。

～受療者～

- 人数：約110人（前年約90人）
- 男女比：男性＝8～9割 / 女性＝1～2割
- 年代：20～30代＝1割 / 40～70代＝9割
- 新規既存：新規受療者＝1割 / 既存受療者＝9割

受療者は生活保護の受給者、年金の受給者、路上生活者と様々。前年より受療者数が増えているのは、施術者人数と活動日数の増加によるものである。コロナ禍になり20代の若い方や女性の受療者が増えたが、基本的には50代以降で数年前から施術を受けているリピーターの方たちが9割。新規ではテントに貼ってある看板を見て受付にくる方や、既に施術を受けた知り合いから教えてもらったと施術を希望する方もいる。

～受療者の症状～

- 主な症状
頰椎症・肩こり・腰痛・膝痛・股関節痛・坐骨神経痛・頭痛・眼精疲労・不眠・身体各部痛み痺れ・倦怠感・むくみ、不安感 など

全体的には、慢性疾患の割合が多い。8～9割以上は日常的に抱えている痛みやコリについて緩和を求めて受療を希望し、なかには「だるい」「重い」などを訴える場合もよくある。緊急性を要する症状の比率はそれほど高くない。

症状は、筋骨格系疾患、内臓疾患、精神疾患など様々で、肉体的な過労による症状、加齢による症状、季節の変化による症状、社会生活の中でストレスがあり精神的な負担から心身のバランスを崩した症状など。

～活動の現状～

■施術受付は、先着順によるトラブル回避のため 15 時に受療希望者に集まってもらい、くじ引き方式で順番を決めている。

■受療者ひとり当たりの施術時間は、鍼灸は約 30 分、気功は約 15 分程度。

施術できる人数は施術者一人につき鍼灸が 5 人程度、気功は 10 人程度と限りがあり、受療希望者が多い場合は何人かお断りすることがある。

■深刻な状態の路上生活者が受療を希望してくることはあまりなく、「生活が楽ではない」「生活保護受給者」「収入が低い」などの方が 9 割以上と思われる。非常に深刻な状態、ギリギリの状態の方は無償の鍼治療や気功があるという情報も得ていないのではないかと推察される。

～活動の課題～

■施術者不足

「本当に必要としている人」への施術を行う一方で、居場所の提供という役割も果たすには、施術者の人数を現在よりも確保する必要がある。継続的な活動への参加をしてくれる施術者を発掘していくことが重要な課題。

■情報発信

相対的な情報強者「無償のサービスを知っている人」が繰り返し利用するパターンが多くなり、そのなかで、「本当に必要としている人」への告知、情報発信が課題。一方で、身体に深刻な症状や痛みを持たない方達の繰り返し利用について、排除する必要もなく、施術を行っていて日常的に人と会話することが少ないのではないかと推察される受療者は施術そのものよりもコミュニケーションを求めている様子も散見される。そのような方達の受け皿の一つになることも必要なことであり、TENOHASI の活動方針とも一致しているものであると考えられる。



当事者インタビュー

「橋の下8年を経て TENOHASI のシェルターへ」

山手通りの陸橋の下で8年生活されていた耕田孝之（73）さんがテノハシのシェルターへ入居されました。これまでの経緯、シェルター入居を決断した理由などを伺いました。

一ご出身はどちらですか？

松平健さんやシンセサイザー奏者の喜多郎さんと同じ愛知県豊橋市出身です。18歳の時に東京へ出てきて、3科目で入りやすかったから慶應義塾大学の法学部に行ったんだけど、生活費を稼ぐために大学生の時はアルバイト漬けだったね。

一入りやすいと言っても倍率が高く難関大学だと思いますが。

そうでもないよ。高校が進学校だったから私の他にも早稲田・慶應が何人もいてね。分からない時は鉛筆倒してマークシートを塗りつぶしたのも覚えてるよ。でも2年生の時に授業

料の値上げがあって、それから行かなくなっちゃった。

当時はこれといった趣味はなかった。とにかく家賃を払って飯を食わなくちゃならないから仕事も選ばなかった。一貫してたのは辞められる形態（非正規雇用やアルバイトの意）を選んでいたよ。簡単に辞められるし迷惑かからないからね。今はスマホや雑誌で色んなアルバイトが見つかるけど、昔はアルバイトニュースくらいしかなかったし。選ぶほど数もなかったよ。

2017年から路上生活になったんだけど、それまではずっと警備とか現場仕事ばかり。路上生活者もそうだけど、アルバイトで食いつないでいる人も色んな人がいたね。

【 転機① 】

40歳の時に2度も交通事故にあった。1度は勤務中だったから労災が下りて、ライトバンに引っかけられて救急車で運ばれたよ。2度目も同じように車にぶつけられた。反射で利き腕を出して庇うから

傷だらけでね。ほら、長袖でしょ？この間も路上で座っていたら「暑くないんですか」と声をかけられたよ。理由は言わなかったけど、傷を隠してるんですよ。（話を伺った日も8月21日で30度を超える猛暑だった）

一下肢静脈瘤になったと聞きました

警備は立ち仕事でしょ？一日仕事して、夜帰る時にはいつも足が腫れてたんだよ。いつもは次の日の朝になれば腫れがひいて、また仕事に行けたんだけど、朝になっても腫れがひかなくなった。それまでも朝まで痛い時があったけど仲間にシフトを変わってもらって凌いでいたよ。

一痛くなった時に病院で診てもらおうとはならなかったんですか？

ホルマリンの匂いが嫌いで一切医者にはかからなかったよ。

当時の給与は良くてね、自

分みたいな非正規雇用でも残業無しで35万は貰っていた。ボーナスは無かったけど多めに貰った時に家賃7万円のアパートに入った。でも8年前にとうとう動けなくなって仕事を辞めたよ。同時に家を出る事を決意した。家賃が払えないしね。路上に出るのは抵抗なかったよ。働いている時から路上で寝ている人も見たし場所も知ってたからね。

※1週間過ごせる位の荷物だけをもち、『すみません。出ます。片付けに使って下さい』とメモ書きを残したのだそう。給与の残り数万円をメモと一緒に置いて。

一アパートを出てすぐ橋の下に行かれたのですか？

最初の2、3 か月は近くの公園にいたよ。足が痛くて動けないから水とトイレが確保出来るようにね。朝公園にいと犬の散歩で出会う人がいて、差し入れをもらったね。今も公園に行くと顔を合わせるよ。当時助けてもらったからね。

一公園での生活も周囲の方の助けがあったと思います。あえて橋の下に移動されたのはなぜですか？

路上に出たのが5月だったんだけど、公園に大きな樺の木があって雨風凌げてたんだ。それが10月になったら葉っぱが散って雨に晒されるようになった。

だから橋の下に移動しようと思った。それに公園のベンチは真ん中に手すりがあって横になれないし休まらない。

一路上で生活されるようになって、一日どういった動きをされていたんですか？

昼間は池袋駅の方に歩いて行ったり、公園で過ごしていたよ。当初はまだ足が痛くてね、段々と歩ける距離を伸ばしていった隣駅まで歩けるようになるまで8ヶ月かかった。夜になったら橋の下に戻ってきて寝る生活だったね。駅中に夜中までいて明け方また駅に入る人もいるけど自分は寝床を橋の下と決めていた。

一テノハシと出会ったきっかけを教えてくださいませんか？

橋の下で寝泊まりするようになってから、夜におにぎりを届けてくれる日があった。その時にテノハシという団体が夜回りや炊き出しをやってる事を知ったよ。当時はまだ

足が痛くて炊き出しの公園まで歩けなかったけどね。

一生活費はどうされていたのですか？

日中、駅の中で座ってるでしょ？どういう訳かお金置いていってくれるんだよね。最初のうちは断ってたんだけど、餓死するよりこっちの方が良いかなと思って受け取ったよ。お金以外にも飲食店に勤めている人から仕事終わりの決まった時間にお弁当をもらってたよ。手作り弁当を持ってきてくれる人もいた。着るものをくれる人も。中には元路上生活で生活保護を受けアパート生活をする知り合いから貰ったこともあったよ。どうせパチンコで使っちゃうからあげるよって。貰ったお金はまず銭湯とコインランドリーに使ったね。1週間に1回だったけど現金がないとこればかりはどうしようもないし。

変な話だけど、路上生活を始めてから困った事はほとんどなかったね。

【 転機② 】

一お知り合いにも生活保護を受けている方がいらしたと思いますが、自分も受けようとは思いませんでしたか？



普段の生活に困らなかったからね。でもある日、橋の下の荷物を撤去されちゃって。夜に戻る場所がなくちゃ困るから清野さんに「シェルターをお願いします」って言ったんだ。北区、練馬区とシェルターが空いたけど踏ん切りがつかなくて、橋の下から近い豊島区のシェルターが空いた時は飛びついたね。

ー荷物を撤去されなかったらまだ路上生活をするつもりでしたか？

ああもちろん。65歳で路上を始めたでしょ。年金を繰り下げて75歳で受け取るつもりだったんだ。73歳で受け取る事になったけど仕方ないかってね。良かったかどうか後にならないと分からないね。

ーテノハシにはどういうイメージをお持ちでしたか？

テノハシの炊き出しにはよく弁当を貰いに行ったから安心だったけど、他に頼った事がないから比べられないな。生活相談には一度も行ったことが無かった。生活保護の申請と一緒にしてくれる事も知っていたし、シェルターっていう部屋がある事も耳にはしてたけどね。

でも駅中にいた時は怪しい人達に連れて行かれた仲間もいたよ。Sさん（友人）は『すぐ近くに車止めてあるから、泊まれる場所に連れて行ってあげるよ』って言われていなくなったけど数日で帰ってきた事があったね。何でも印鑑と通帳を取り上げられて、危険だと思ってすぐ逃げて来たみたい。電車賃もないから恵んでもらって池袋まで戻ったんだって。Sさんは、名前と電話番号しか書いてない名刺を渡されたらついて行っちゃダメと言ってた。そういう時は自分もお断りしてる。

ーシェルターはどんな所だと想像していましたか？

ドヤに行って、うるさくて寝れないって言う人の話を聞いてたからね。似たような場所かなって。二段ベッドで色々な人と一緒にの部屋っていうイメージが強かったね。入って見たら、家具も電化製品も全部部屋の中にあるからね。

着替えだけあれば住めるんだなって思ったよ。1人部屋だし。ここまで揃ってるとは想定してなかった。

ー落ち着いた生活をされていると思いますが、今後はどのように暮らしたいですか？

シェルターを出た後は近場でアパート暮らしたいね。学生時代から50年以上この辺にいて顔見知りもいるし長年付き合いのある人もいる。今更どこか離れた場所で生活するのはどうかと思うよ。

「名前も顔も隠す必要はない。そのまま出して構わない。男前に撮ってね。」

年金の手続きも無事に終わり、部屋探しを始められました。近くの図書館でゆっくりするのが習慣になっているとおっしゃっていました。

記：大野力

〈女性支援の現状〉

～ TENOHASI が出会う女性たちが抱える困難～

【はじめに】

私の TENOHASI との出会いは、たまたま東池袋中央公園で炊き出しの現場を垣間見たことから始まります。その時は親の介護に関わっていたため、時間に余裕ができたなら私もお手伝いをしたいという思いに止まっていたのですが、2018 年春、ようやくその機会がめぐってきてボランティアに申し込み、レクチャーの場面で初めて清野さんと話をしました。その時、生活に困っている女性もいるはずだが、ホームレス状態などの男性と違って目にすることが少ない、そういった女性たちはどこにいるのかというような話をした記憶があります。

しかし現在、困難を抱える女性の姿が目に見えるようになってきました。炊き出しやおにぎり配りの列に並ぶ女性も増えてきていますし、夜回りで出会う女性もいれば、住まいを失って相談にみえる女性も少なくありません。そしてその転機がコロナ禍であったのは間違いないとして、それに続く物価高が追い打ちを掛けていると言えるでしょう。

【女性相談会の取り組み】

コロナ禍の拡大によって多くの労働者が解雇・雇い止めに遭いましたが、この問題が、製造業で働く男性の問題が中心だったリーマンショック時と違うのは、エッセンシャルワークといわれる飲食、小売り、宿泊、観光業等

で働く女性を直撃したことにありました。2020～21 年の年末年始には「コロナ被害相談村」が取り組まれましたが、そこではこうした相談会に少なかった女性の相談者が 2 割を超えたといえます。しかし、男性の相談員にあたった女性が、女性特有の問題を話せなかったケースがありました。そこで女性が安心して相談できる居場所が必要との思いから、2021 年 3 月、「女性による女性のための相談会」が生まれ、2025 年 8 月で 10 回目を迎えました。その日の 118 名の参加者のうち TENOHASI と繋がっている女性も、10 名以上参加されています。

相談者は 40、50 代が多く、80 代までの幅広い年齢層の女性が訪れました。そこではさまざまな問題が寄せられましたが、生活費が足りないため、食料品や下着、生理用品などの生活必需品の支援を必要としている方が大勢いらっしゃいました。相談内容は、生活費が足りず困窮している状況や、体の不調もありなかなか仕事が見つけれない、職場のハラスメントや不当解雇、雇い止め、労災の認定などの労働問題、離婚後の養育費や慰謝料の不払い、離婚調停がうまく進まない、DV やその被害に伴うフラッシュバックや子どもへの影響など、多岐にわたっています。それらを共有し、当座の支援にとどまらず、伴走支援を含む継続的な支援を続けています。

【TENOHASI が出会った女性たち】

次に、具体的に私たちが出会った女性の状況を見ていきます。TENOHASI で出会う女性たちは、男性同様単身の方が多く、生活困窮者支援が活動の中心にあることなどから、相談・支援の方向はある程度限られ、なかでも生活保護利用と住まいの問題が大きな要素になっています。一般的に住まいがない方が生活保護の申請をすると多くは無料低額宿泊所（無料でも低額でもないのになぜこう呼ばれるかはナゾ）という集団生活の施設に案内されます。原則個室となったものの、風呂・トイレが共同、食事も決まった時間に提供され、場所も都心から離れているので、多くの女性ができれば避けたいと考えることになります。宿所提供施設（マンションタイプの施設、支援が受けられる）が空いていれば、そちらをお勧めすることもあります。中には、TENOHASI が運営するシェルターが空くまでのつもりで無料低額宿泊所に入居され、そこが住みやすいということで居住を継続された方もいましたが、多くの方はシェルターを利用してアパート転宅を希望されます。

アパートで暮らしていても家賃が払えず、手放さざるを得なくなったなど、支援を必要とされる人もいます。

中学を卒業後、虐待を受けていた親元を離れ、働いて自活していましたが、体調を崩して収入が減るとともに高額な家賃が払えなくなった女性がありました。おにぎり配りで出会い、生活保護に繋がって転宅の相談にも乗ってもらい、仕事も徐々に再開されました。彼女の場合、緊急連絡先が見つからず、高額な家賃契約をせざるを得なかったという事情もありました。

また、東京チャレンジネットの支援でアパートを得たものの、コロナ禍で働けず、結局アパートを失うことになった女性。バイトアプリの仕事でネットカフェに泊まっていたが、ネットカフェ代が払えなくなり相談。生活保護を利用し、宿所提供施設を経て、無事アパート転宅をされました。

中にはドヤ（簡易宿泊所）で暮らしている女性もいます。原則3畳間に布団という部屋で、東京の山谷、横浜の寿町など、かつては日雇い労働者が利用することが多かったのですが、現在は生活保護利用者向けのドヤとインバウンド対象とに2極化している感があります。



女性の住まいとしてはドヤはなかなか環境が整わないケースもあり、そこでの生活に耐えられなくなり、東京での生活保護の利用を考えて近県から出てこられた女性もいました。

相談先で前の保護が切れていないことがわかり、ドヤを離れていた期間の辛さもあり、ケースワーカーも待っていてくださったので、再度相談するために戻っていかれた女性がいました。人間関係でドヤを出られた女性は外国籍で、住所地でしか保護が利用できないことがわかり、紆余曲折はありましたが、この方も住所地に戻って生活することを選ばれました。一方、集団生活を避けられる場所としてドヤを選択した女性もいました。幸い、支援体制が整っていて、女性用のトイレ・シャワーもあるところに入居でき、ホッとしたところです。

TENOHASI のシェルターはホームレス状態だった方、矯正施設や病院から繋がった方、外国から日本に拠点を移した方等、さまざまな境遇の女性が利用されてきました。入居者には、原則として週 1 回の訪問を通して生活の様子をうかがったり、必要なお手伝いをしています。現在も安定した生活を送っている方、入居中の数ヶ月の間に生活を整えアパート転宅をされ順調に生活している方もいる一方、シェルター利用中に失踪したり、犯罪に手を染めてしまった方もおり、サポートの難しさも感じています。女性で広義のホームレス状態の方は多いのですが、なかには路上に出てしまった方もいらっしゃいます。いろいろな事情はあるのですが、メンタル面で問題を抱えていて、生活保護を拒まれる方が複数いらっしゃり、資源の問題も含め支援のありように課題を残しています。また、高齢になって家を失い、終夜営業のファミレスやマックな

どで夜を過ごしてきた方が、生活保護に繋がって、施設やシェルターで過ごされていて、そこらはひとまず安心してあります。

その他、女性に顕著な傾向として警戒心が強く、プライバシーに介入されることを避けたがるということが見受けられます。ある女性のケースですが、生活に困窮し地元での食糧支援を希望していましたが、経済状況他詳細な情報を求められ、支援を断ったということがありました。相談に来られる方で、氏名等個人情報を明らかにしたくないとおっしゃるのは圧倒的に女性です。そういう方たちへの支援の仕方も課題として残っています。

【おわりに】

最後に支援団体としての TENOHASI の強みに触れておきたいと思います。家を失なったり、生活に困窮している方の多くに精神疾患が見られます。軽度の知的障害の方もいらっしゃいます。特に、女性は特有の身体の問題に加え、重層的な問題を抱えている方たちが多く、TENOHASI だけでは支援に限界がありますが、連携団体のゆりりんクリニックにお繋ぎすることができ、大変ありがたく思っています。丁寧に話を聞いて下さり、訪問を含む診察・看護が受けられ、生活面その他いろいろな相談にも対応してくれ、困難を抱えている女性に寄り添ったサポートをいただいています。

最近は若い女性も相談に見えますが、社会全体が高齢化していくなかで、相対的に低年金の単身高齢女性の支援はますます必要になっていくと思われます。公的な支援に繋げるのはもちろんですが、ゆりりんクリニックとの連携で心身ともに女性が安心できる生活のお手伝いができればと考えています。

記：生活相談員 高橋秀子

〈追悼 太田料理長〉

てのはしを支えた料理長と集う仲間

TENOHASIの炊き出しはコロナ前まではずっと手作りでした。約60キロの米を炊き、野菜と肉を煮込んだ熱々の汁をかける「ぶっかけ飯」。その「料理長」だったのが太田英一さんです。元ラグビー部で自衛隊上がりのトラック運転手という屈強なおやじさんですが、彼の作る汁はとても味わい深く、「都内で一番おいしい炊き出し」と自称していました（笑）。

身体を壊して一時は路上生活を経験し、その後「ビッグイシュー」の販売をしながらずっと炊き出しの現場で陣頭指揮をしていた太田さんですが、2015年ごろに体調を崩してTENOHASIは引退して古巣の新宿連絡会一本に活動を絞り、残念ながら今年6月に69歳で亡くなりました。

葬儀の後、TENOHASIのメンバーが集まって太田さんの思い出を語りました。「TENOHASI結成（2003年）の前くらいに太田さんが来て、炊き出しのクオリティがすごく上がったんです。ほんとにおいしくなった」



「自分も当事者の一人として、当事者のために、っていう気持ちが強かった」「ボランティアに出してくれ、まかない飯も旨かったよね。炊き出しにもっていく具だくさんの汁にうどんを入れたりして、ちょっと工夫してくれたりして、おいしかった」「太田さんは職人肌で、炊き出しの味にはすごくこだわりのあったから、調理場では厳しかったよね。指示を聞かないで勝手なことをすると『勝手なことすな！』って怒鳴られた」「私もしょっちゅう怒られて

た。いろいろ言われたけど、その分しっかりやってる人だから、従ってましたね」「自分でも瞬間湯沸かし器って言うてたね」「でも冷めるのも早くて『ごめんね』って（笑）」「あんなふうにものはつきり言う人って少ないから、すごく面白かった」「だからあなた葬儀のときに号泣してたんだね。びっくりしたよ」「子どもたちにはいい先輩だった。うちの子たちは小学生のころから炊き出しに来てるけど、太田さんがとてもかわいがってくれて、アイスとかよく買ってくれてた。他にもか

わいがってくれるおじさんたちがいて、うちの子たちも遠慮がないから、今日はどのおじさんに何を買ってもらおうとか狙いすましてた(笑)」「うちの娘には作業するのに危ないからって革の手袋をプレゼントしてくれた。かなり高いやつ」「子どもたちが大きくなってからも、自分たちだけで太田さんの部屋に遊びに行っているいろいろアドバイスもらってた。ビッグボスだったね」「優しくったけど叱るときはビシッと叱る。ビッグボスだったけど厳しくておっかないおじさんでもあったね」「子どもたちは炊き出しでいろんなおじさんの中でもまれてきたから、社会に出てどんな人に出会ってもビビらなくなった。うちの娘のAが学生時代に図書館でバイトしていたら、声がやたら大きい高圧的なおじさんがいて『この本はどこにあるんだ！早く教えて！』とか、みんなびびってたけど、娘は『はい、それはこっちです』ってふつうに対応したら、みんな『Aちゃん強過ぎ！』ってビックリしたの。でも娘は『え、何がですか？あのおじさんは耳が遠くて声が大きい

だけ』。声がでかい人なんて炊き出しで慣れっこだから」「英才教育だね。未知ではないんだよね。そういう人はこう扱えばいいって。そういう経験してると、ひきこもりとかにはならないでしょ」「たしかに、ヒッキーにはならなかったよね」「猫も好きだったね」「家でイグアナかなんか飼ってたらしいよ。Aが写真とってた。これこれ」「飼っていいの、それ？」「誰かが飼えなくなったのを押しつけられたんじゃないの？」なぜ太田さんがイグアナを飼っていたのか・・・永遠の謎となりました。

文：清野賢司



〈光源寺さん、ありがとうございました〉

TENOHASI 最大の危機と言えは2009年の「南池袋公園閉鎖」事件でした。炊き出しの調理と配食を行ってきた南池袋公園が閉鎖され、豊島区は代替地の提供を拒否し、炊き出しは存続できるかどうかの瀬戸際に立たされたのです。

事件の概要は、

- ・東京電力の地下変電所を作る工事のために南池袋公園が2009年9月から5年間閉鎖されることになった。

- ・ちょうどそのころ、リーマンショック・派遣切りの影響で TENOHASI の炊き出しに並ぶ人が急増した。

- ・カトリック系の団体も金曜日に炊き出しを行っていた。

- ・公園閉鎖のわずか3か月前、豊島区が TENOHASI に「公園を閉鎖する。他で炊き出しをすることは認めない」と突然通告した。

- ・「生活困窮者の命と生活を守る活動を、豊島区はやめさせようとするのか」と抗議したが、豊島区は「地元から炊き出しに対する苦情がある。豊島区には他に炊き出しを許可できる公園がない」と拒否。

- ・それから3ヶ月間、豊島区の担当部局と胃が痛くなるような交渉を続け、閉鎖の3週間前に「今後は公園の通常使用の範囲（配食や相談だけ）で行う。それなら区の許可は要らない。会場は東池袋中央公園」ということで話をつけた。
- ・しかし、それまで公園で調理していた（もちろんモグリで）ので、かわりの調理場が必要に

なった。教会・公共施設など打診したが全滅。
・閉鎖の二週間前、「浄土宗のお寺が調理をやらせてくれるかも知れない」という情報が入り、初めて駒込大観音光源寺を訪問しました。

そのときの日記です。

2009年9月11日（金）

21時に、本駒込の光源寺へ。炊き出しの調理場を提供してくれるかもというので、あまり期待せずに行く。森川すいめいさん（TENOHASI 代表・当時）は遅れ、料理長の太田さんと、仲介してくれた浄土宗のお坊さんたちの支援団体「ひとさじの会」のお二人と門で合流。

法衣の吉水さん（ひとさじの会）とともに駒込大観音（おおがんのん）を最初に拝む。長谷寺の観音様とよく似た巨像。小柄でボーイッシュな女性が案内してくれた。これがご住職の娘の絵加さん。本堂もお参りする。ステキな茶室の奥に阿弥陀如来像が安置されていて、覆い堂がかけてある。空襲で本堂が焼けたときに檀家さんから焼けなかった茶室が寄進されて、やがてそれを覆って本堂が建てられたそう。中尊寺の金色堂の質素バージョンみたいでステキ。

奥の部屋に案内されて、島田ご住職と奥さまと面会。じつはひとさじの会の2人も住職とは初対面なんだそうで、にわかに実現性の低さを感じる。ご住職は本当に柔和な顔をされているが、きっとその口から「残念ですが・・・」という厳しい言葉が出るのを覚悟しながら、調理場が必要な理由を説明した。するとご住職

は、奥さんと「だったらあそこを使えばいいよなあ」「倉庫も使えるんじゃないの」とのんびりと話して「うちでは、水族館劇場という劇団が毎年庭にテントを立てて芝居をやっている。公園でやりたいがどこも許可してくれないんだそう。7月にはほおずき千成り市をやって、そこでは何百食かの炊きこみや焼きそばもやっているから慣れてる。じゃあ、まず場所を見てもらいましょうか」と、信じられないようなスピード展開。庫裏というのかな、ご住職のお宅の駐車場の奥にちょうどいい空き地があり、井戸水と水道水の二つの蛇口とシンクがある。「ここを使ってもらえばいいでしょう。雨が降ったら、テントがいくつかあるから・・・」と。「うちはお祭り家族なんです」と絵加さん。

・・・・・・・・・・・・・・・・

いま読み返しても涙が出ます。まさに地獄に仏。ご住職が阿弥陀如来に見えました。それ以来、水も電気もすべて無料で炊き出しをやらせて頂きました。もちろん、「経費は負担します」と言った覚えはあるのですが、ご一家のみなさんは静かにほほ笑むだけでした。そして途中からは薬局だった一軒家も丸ごと使わせていただき、雨でも安心して調理ができるようになりました。

コロナ禍になって調理場でのクラスターを避けるため調理をやめてからも、一軒家は寄付された衣類の仕分けと保管場所として使わせて頂きました。

そして15年。一軒家が解体されることになり、2024年12月、TENOHASIはお借りしてきた一軒家から資材を搬出して、光源寺さんからお別れしました。

2009年9月から2024年11月まで、TENOHASIは光源寺さんを拠点にして443回の炊き出しを行い、126363人に一食を

提供しました。

その間の水道代・電気代・固定資産税などすべて光源寺さんが負担してくださいました。さらに、ご住職一家が烏骨鶏を冷凍庫にしまっていたのにスタッフが開けてしまってダメにしたり、絵加さんご夫妻の車にトラックをぶつけてしまったり、かけたご迷惑も際限なく、・・・今日、TENOHASIがあるのは光源寺さんのおかげです。感謝しきれません。

本当にありがとうございました。

＊光源寺でTENOHASIが調理作業をしていることはインターネットに流さないという約束だったので、いままで光源寺さんのことは意図的に伏せていました。今回、ご一家の了承を得て掲載させていただきます。



文：清野賢司

2024 年度 会計報告

前期繰越			72,995,040
収入	正会員会費		18,000
	寄付金		27,096,036
	助成金		2,166,156
	利息他雑収益		355,531
	収入合計		29,635,723
支出	事業人件費	支援員人件費等	11,556,783
	食料品費	炊き出し・夜回り食材費等	7,340,990
	地代家賃	シェルター家賃等	4,363,880
	減価償却費	トラック償却費等	1,242,984
	消耗品費	事務用品等	1,147,275
	通信費	職員、当事者貸出し用電話代	1,131,772
	宿泊支援費	当事者宿泊費等	1,131,772
	車両費	トラック経費等	581,221
	外注費	パン作り外注費等	470,900
	印刷費	チラシ印刷費等	371,618
	リース料	印刷機等	347,827
	修繕費	シェルター修繕費等	278,168
	旅費交通費		269,882
	賃借料	鍼灸班倉庫代等	103,620
	支払手数料		101,971
	会議・会場費		75,888
	新聞図書費		19,130
	諸会費		10,718
	交際費		10,718
	保険料		7,620
	研修費		2,500
	水道光熱費		2,163
	事業雑費		11100
	事業費合計		30,303,630
	管理費	手数料・通信費・地代家賃 管理人件費等	5,676,764
	事業費管理費総計		35,980,394
	単年度差し引き合計		
経常外費用			
	過年度損益修正益		839,583
	過年度損益修正損		1,752,193
	当期経常外増減額		-912,610
次期繰越			65,737,759

～会計報告～

2024 年度の会計は、約 720 万円の赤字になりました。いままで赤字になった年も何回かあったのですが、赤字額は過去最大です。

収入は約 2960 万円でした。収入の約 91%は個人からの寄付です。みなさま本当にありがとうございました。

TENOHASI への寄付は、コロナ禍でテレビ新聞に盛んに取り上げられた 2020 年、2021 年度は 5000 万円前後でしたが、2022 年、2023 年は 3000 万円台となり、2024 年は 2000 万円台になりました。

額は右肩下がりですが、コロナが収束してマスコミに取り上げられる回数も激減したにも関わらずコロナ前と比べると 2 ～ 3 倍の寄付をいただいていることは、感謝に堪えません。

支出は約 3600 万円でした。

昨年度の 3850 万円よりは減少しましたが、コロナが収まっても炊き出しに並ばれる人数は増加を続けており、世界の医療団の車両を引き取ったこと、夜回りのパン作りの経費が増えたことなどの要因から、経費節減にも限界がありました。

2025 年はまだ途中ですが、今のところ昨年並みの寄付をいただいております、経費節減にも努めていますが、赤字は避けられない見通しです。

まだ預金も約 6500 万円あるのでしばらくはすぐに活動停止とはなりません、みなさまどうぞご支援をお願いします。



物資・資金のご寄付ありがとうございました。

2025年2月～2025年10月に物資・資金をご寄付くださった方の

お名前を感謝を込めて掲載いたします。(順不同・敬称略)

多くのお名前の中には、いつもの方も、初めての方も。

TENOHASIは皆様に支えられています。

※お名前が漏れている方がいらしたら申し訳ありませんが御連絡下さい。

個人情報保護のため、ご寄付頂いた方の名簿は
web版では割愛させていただきます。

個人情報保護のため、ご寄付頂いた方の名簿は
web版では割愛させていただきます。

個人情報保護のため、ご寄付頂いた方の名簿は
web版では割愛させていただきます。

～引き続き皆様からのあたたかいご支援よろしくお願いします～



居場所を失った人への
緊急活動応援助成

私達の活動は、共同募金の
助成を受けて実施しています。

ハウジングファースト東京プロジェクト



ハウジングファースト東京プロジェクト 15 周年集会 『これまで』、『いま』、『これから』

2026 年 1月31日 (土) 18:00 開場

会場 としま産業振興プラザ ※イケビズ 6 階 多目的ホール

対象 関心のある方どなたでも

当日参加団体

- ・TENOHASI ・ゆうりんクリニック
- ・つくろい東京ファンド ・BaseCamp
- ・フローカ訪問看護ステーション ・オノカ

生活困窮者の支援へ取り組み 15 年前に発足した【ハウジングファースト東京プロジェクト】、
[プロジェクト発足の経緯]、[挫折]、[取り組み]、[現在のかたち]、[これから]
を各参加団体から皆さまと共有します。

【参加無料】 お申込み方法・詳細は TENOHASI
(<https://www.tenohasi.or.jp/>) 内でもお知らせします

【ご支援のお願い】

コロナ禍以降、当法人の事業活動はニーズ増大に伴い、拡大し続けています。既存事業の拡大に加え、この数年で新たな事業も生まれました。こうした経緯からこれまでに寄せいただいた資金も数年のうちに枯渇してしまいます。いくつかご支援の方法をご用意しています。ご都合の良い方法で、かつご無理のない範囲で、ご支援いただけますと幸いです。

【クレジットカードからのご寄付】

1000 円からご寄付いただけます。クレジットカード決済には「VISA」、
「MasterCard」、「JCB」、「American Express」、
「ダイナースクラブ」をご利用いただけます。
<https://www.tenohasi.or.jp/donation/creditcard/>
ロボットペイメント株式会社が提供するクレジットカード決済サービス
「サブスクペイ」を採用しています。決済情報は SSL で暗号化され、安全
に管理されます。また当法人はクレジットカード情報を保有しません。



【ゆうちょ銀行 払込取扱票からのご寄付】

同封した払込取扱票からご寄付いただくことができます。郵便局でお手続きください。
口座記号番号：00190-8-259686
口座名：特定非営利活動法人 TENOHASI

【ゆうちょ銀行からのお振込によるご寄付】

記号番号：00190-8-259686
口座名：特定非営利活動法人 TENOHASI
※ご依頼人名にふりがなをお書きいただけると大変ありがたいです。

【他の金融機関からのお振込によるご寄付】

金融機関コード：9900
店番：019
口座種別：当座
口座番号：0259686
口座名：特定非営利活動法人 TENOHASI

お問い合わせ（担当：小野田）

資金や物資のご寄付に関するお問い合わせは当法人ウェブサイト上のお問い合わせフォーム、
または電話（03-6824-5538）にてご連絡ください。
お問い合わせフォーム：<https://www.tenohasi.or.jp/contact/>

＼アパートを募集しています／

路上生活から抜け出してアパートを借りようとしても、生活保護受給者や路上生活経験者、
また障がいのある方々は、不動産業者から契約を拒否されることが少なくありません。悪質
な業者にだまされたり、運よくアパートに入居できても孤独に耐えられず路上に戻ってしま
うケースもしばしばあるのです。そこで TENOHASI では不動産業者を通さず、大家さんと
入居者が直接契約で賃借できる物件を求めています。現在、豊島区・練馬区・板橋区・中
野区・北区・文京区（その他自治体でもご相談ください）内で探しています。
入居後も定期的な訪問や生活支援、入居者と入居者に関するオーナー様からのご相談を
行います。まずはご連絡ください。お待ちしております。

お問い合わせ

E-mail：info@tenohasi.or.jp
TEL：03-6824-5538

○食料品のご寄贈をお願いします

ご家庭や事業所などで余っている保存のきく食料品がありましたら当法人への寄付をご検討ください。

【食料品の送り先】

171-0043 東京都豊島区要町 1 丁目 28-20 マカロニ

特定非営利活動法人 TENOHASI

03-6824-5538

宅配ボックスをご用意していますので、曜日、時間をご指定いただく必要はありません。
量が多い場合はご相談ください。

○衣類が足りません

毎月第 1 土曜日に実施している衣類配布ですが、配布する衣類、カバン、靴が足りていません。80 人ほどの利用でしたが、現在は 140 人を超える方が衣類の受け取りにいらしています。ご家庭や事業所などで余っている衣類、カバン、靴をぜひご提供ください。

なお、衣類は季節に合った男性物のみ募集しています。これからは秋冬物をお願いします。

●ジャンパー・セーター ●パーカー ●Tシャツ ●ポロシャツ ●シャツ ●フリース

●カーディガン ※ L から LL が需要高

●ズボン ●靴下、下着（未使用のものに限る） ●ベルト ●靴

●リュックサック（容量の大きなもの） ●キャリーバッグ（キャスターが劣化していないもの）

●ショルダーバッグ ●ポーチ ●タオル・バスタオル（きれいなもの、または新品）

【衣類の送り先】

113-0001 東京都文京区白山 1 丁目 30-5 大野方 1 階

03-6824-5538

宅配ボックスをご用意していますので、曜日、時間をご指定いただく必要はありません。

※季節によって必要なものが変わる為、詳細はお問い合わせ下さい。

○引き続き活動資金のご寄付もお願いします

TENOHASI は常勤 2 名、非常勤 3 名体制で日々の生活支援、相談活動を担っています。支援に必要不可欠なソーシャルワーカーを雇用し続けるためには年間およそ 1500 万円の人件費を必要とします。また炊き出しには年間およそ 1000 万、シェルターには年間 300 万の維持費が必要です。お寄せいただいた寄付金を大切にに使わせていただいておりますが、その他経費合わせて年間 3600 万の資金が必要です。どうぞ引き続きご無理のない範囲でご支援いただけますと幸いです。

TENOHASI の活動

- 炊き出し&医療生活相談&鍼灸 毎月第2/ 第4土曜日 東池袋中央公園
- 衣類配布 毎月第1土曜日 東池袋中央公園
- おにぎりと夜回り 毎週水曜日 池袋駅前公園～池袋駅とその周辺
- ハウジングファースト東京プロジェクト

お問い合わせ

メール：TENOHASI ホームページの「お問い合わせ」から

電 話：03-6824-5538（事務局）平日 10:00 ～ 17:00

特定非営利活動法人TENOHASI

会報第 47 号 2025/ 10/ 31 発行

□ HP <https://www.tenohasi.or.jp/>

□ facebook <https://www.facebook.com/tenohasi/>

□ twitter <https://www.twitter.com/tenohasi/>

炊き出し（毎月第 2・第 4 土曜日）ボランティアを募集しています。

炊き出し実施日の 13 日前の日曜正午から申込フォームより受け付けています。

「できるかも？やってみたい」と思われた方、まずはご応募ください。

一度ご参加いただき、「これなら続けられそう。次回以降もまた参加したい」

と思っていただけをお願いしています。

詳しくは「てのはし 炊き出しボランティア」と検索、

または以下 URL をご覧ください。

<https://www.tenohasi.or.jp/join-us/>



発送元

〒171-0043

豊島区要町1-28-20 マカロニ

特定非営利活動法人TENOHASI / TEL 03-6824-5538

会報誌のweb版をホームページにアップしています。

＊個人情報保護のためweb版では「ご寄付御礼」ページは削除しています。

「紙の会報誌は不要」という方は、お手数ですが上の「お問い合わせ」から

ご連絡ください。

印刷 アビーム（社会福祉法人復生あせび会）