



地 域 に お け る 支 え あ い 活 動

事 例 集

第 1 号



はじめに

社会福祉協議会では、地域福祉を推進する中核的な組織として、従来から身近な地域での住民主体の活動（小地域福祉活動）を進めてきました。地域によっては、地区社協などの組織を設置したり、福祉委員を配置したり、それぞれにあった形で取り組んできました。

一方で、近年、多くの地域では、少子高齢化や過疎化といったことが課題となっている中で、地域社会におけるつながり・支え合いの機能の重要性があらためて見直されています。様々な施策においても支え合う地域づくりが求められていますが、地域における多様な生活課題の解決に向けて、各地で既存の活動を活性化させたり、新たな活動を立ち上げたりといった住民の主体的な取り組みもたくさんあります。

三重県社会福祉協議会（以下、「本会」といいます。）では、平成25年11月に「第7回全国校区・小地域福祉活動サミット in みえ」を開催し、県内外の参加者の実践交流を深めました。また、本会の地域福祉活動支援計画・強化発展計画である「ウェルビーイングみえ21プラン第4期計画」の最初の推進項目として「地域のたすけあい、ささえあいの推進」を掲げ、平成27年度からは県内の小地域福祉活動の実践交流を進めるため「地域における支えあい活動セミナー」を開催してきました。本会が平成30年に実施した調査の結果によると、代表的な小地域福祉活動であるふれあいサロンは県内に2,858か所あり、具体的な生活支援を行う住民参加型在宅福祉サービスは138の団体が活動されています。今後、様々な機会を通して、住民主体の小地域福祉活動をさらに推進していくことが必要です。

今回は、平成28年度のセミナーで活動をご報告いただいた事例を紹介することとしました。ご報告から約2年が経過し、その後の活動の状況等を取材させていただくことで、活動の継続性やセミナーの成果を確認することもできたと考えています。これらの事例を通して、今後の地域づくりのヒントを感じていただき、活動の参考にいただければ幸いです。

なお、本事例集の作成にあたり、事例の掲載および取材にご理解・ご協力いただきました地域の活動者および社会福祉協議会の職員の方々に、厚くお礼申し上げます。



平成28年度地域における支えあい活動セミナーの様子



目次

事例1	いなべ市	四季の家	2
事例2	東員町	中上自治会	4
事例3	四日市市	下野・活き域ネット	6
事例4	菟野町	潤田の支え合う地域づくり「安楽寺」	8
事例5	鈴鹿市	天名地区社会福祉協議会	10
事例6	津市	みまもり研究会あのを	12
事例7	松阪市	第四地区住民協議会 福祉部会	14
事例8	伊勢市	南本町清和会	16
事例9	南伊勢町	みなみいせ市民活動ネットMICAN	18
事例10	伊賀市	矢持住民自治協議会	20
事例11	名張市	隠おたがいさん	22
事例12	御浜町	高齢者見守り活動	24

四季の家

参加者の希望に応える地域の居場所

キーワード #居場所 #サロン #自由でゆるやかな空間 #スタッフも一緒に楽しむ

地域の概要

いなべ市は、平成15年に、北勢・員弁・大安・藤原の4町が合併して誕生しました。滋賀県と岐阜県に接する三重県の北の玄関口として、緑豊かな自然と、平野を活かした農業と、都市近郊という地理条件を活かした工業立地が進む地域です。

地域の居場所を増やしたい

いなべ市では、市社協がサロンサポーターの養成を行い、自治会単位を主として地域でのサロン活動が進められてきています。そのようななかで、講座を受講したサロンサポーターから、『地域での孤立の解消が必要』、『高齢者の見守り、居場所づくりが今以上に必要』との声が上がられました。市社協としても『誰でも、いつでも気軽に集える居場所の拠点を増やしたい』という思いがあったため、有志のサポーターの方々と四季の家の開催に至りました。



ルールは名札だけ

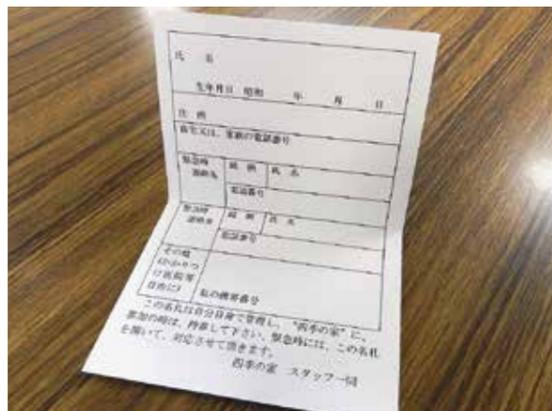
四季の家の活動は、平成23年6月に藤原地区で始まり、平成24年11月に員弁地区、平成25年2月に大安地区、平成25年7月に北勢地区と、活動を少しずつ拡大していきました。現在



では、各地区で公共施設を利用し毎月2回集いの場を開催しています。

開始当初は参加者も少なく3名程度のときもありましたが、今では多い時には30名を超える参加があります。

毎回、何をするのか決まった内容はなく、できる限り参加者の希望に応じた内容で実施していることが特徴の一つです。スタッフは、おしゃべりや軽体操、脳トレ、ゲーム、なつかしい歌などの準備はしつつも、参加者同士が交流しながら自由で楽しい時間を過ごせるように工夫をしています。全会場ルールとして決まっているのは、裏面に緊急連絡先等を記載した名札を



着用することだけです。開始当初は、緊急連絡先等を記載した書類をスタッフが預かっていましたが、スタッフの負担感を和らげるため、参加者が各自で名札を保管する形式に変更しました。実際に、参加者が体調を崩したときに、名札があったことで緊急対応がスムーズにできたこともありました。

四季の家の運営

四季の家は、旧4町各地区で決められたリーダーを中心としたスタッフで運営しています。毎月の定例会では各地区のリーダーが集まり、活動状況の報告や、反省点などの共有も欠かさず行っています。また、年1~2回程度は研修会も行い、スタッフ同士で学び合う機会も設けています。定例会や研修会の機会を通して、スタッフ同士の絆を深めています。

「スタッフの原動力は、参加者の『来てよかった』『楽しかった』の声です。」と四季の家代表の佐藤さんは話します。スタッフも一緒に楽しい時間を過ごせていることが継続のポイントになっています。



今後に向けて

四季の家は、子どもから高齢者、障がいの有無にかかわらず、誰でも参加できる場として開催していますが、現状の参加者層は高齢者がほとんどとなっています。そのため、開催場所までの移動手段の確保は一つの課題となっています。

また、活動を継続し、より活発に行なっていくために、広く地域住民へ活動の周知や参加を促していく取り組みが課題となっています。市内のイベント等へ出展し、活動の啓発や声かけをして参加者や協力者(ボランティアスタッフ)を増やしていきたいと検討しています。



中上自治会

見守り会議から広がる活動



キーワード

#外出支援 #見守り会議 #座談会 #車は社協と地元のお店から
#車の中もサロン #民家の軒先でサロン

地域の概要

東員町中上地区は、四日市市と桑名市に隣接しており、員弁川南側に広がる農地が大半の地域です。市街化調整区域のため一般住宅が建てられず、人口は約370世帯、約1,000人で、昔から住んでいる住民で構成されています。

見守り会議での協議から活動が始まる

平成25年に、町社協が自治会長に提案し地域福祉座談会が始まりました。自治会長、シニアクラブ役員、民生委員・児童委員が集まり、中上地区の伝統や文化、行事、課題など様々なことについて話し合いました。この会議は「中上地区見守り会議」という名称で、現在でも、自治会が中心となって概ね月1回のペースで継続しています。

平成26年には、安心して暮らせる地域づくりのために、「中上地区を良くしたい」という意識を地域に広げようと、地域の現状などの情報を記載したチラシを配布し、中上地区全体で取り組んでいく雰囲気づくりに取り組みました。

平成27年度には、シニアクラブの集まりの場で「困りごと、できること」のアンケートを取り、その結果から、買い物・外出の手段に困っているという意見が多くみられました。それに加え、運転ならできるという意見もありました。そこで、見守り会議内でいろいろと話し合っていたところ、地域で何とかしようという気運が高まり、町営バスのルートが廃止されるタイミングで、平成28年10月から「中上地区外出サポート活動」に取り組むこととなりました。



活動内容

中上地区外出サポート活動では、毎月15日に町内の大型ショッピングモールまでの買い物送迎の無料運行を行っています。使用している車両は、町社協から8人乗りの車両を2台借りていますが、地区内の飲食店の送迎用の大型ワゴン車を借りることもあります。自治会長が店主に相談したところ、地区の住民のためならと快く協力してくれることとなりました。

運転ボランティアは有志の地域住民で、活動開始時は4名でしたが、現在では10名が登録しています。年度当初に年間スケジュールと当番を決め、負担が偏らないように配慮しています。活動にかかるボランティア保険は、自治会が費用を負担して加入しています。

参加者の出欠は、見守り会議メンバーと運転ボランティアが協力して行っており、参加者の安否確認にもつながっています。

外出支援というよりも…

この活動当日は、ショッピングモールの開店時間の10時に合わせて、3か所の集合場所に集まり、車に乗っていきます。集合場所からショッピングモールまでは5～10分程度で到着しますが、参加される方は毎月楽しみにしているため、集合時間が待ちきれず、9時30分にはほとんどの方が集まってきます。早めに配車し、車内でのおしゃべりを楽しんでもらえるよう工夫しています。中上地区自治会長の廣田さんは、「活動を始めた時は外出支援の思いが大きかったが、今では地域住民の一緒にお出かけして、おしゃべりする機会として、貴重な活動だと感じている。」と話します。

一方で、活動を継続していく中で、利用者が固定しがちになっているという課題はあり、地域の中で埋もれているニーズを発掘していく必要性も感じています。また、男性の関わりが少ないため、今後の検討課題にもなっています。



活動はさらに展開

平成30年5月からは、地域住民が誰でも利用できる交流の場『にゃんにゃんの家』でのサロン活動も始まりました。現在使われていない民家の軒先を活用し、地域の住民が必要な修繕や看板の取り付けなども行いました。毎月2回、地域の方々が集まって、自由に会話を楽しんでいます。

今後も、見守り会議を基盤に、『集まる⇒話し合う⇒やってみる⇒発展させる』というサイクルを大切にしながら取り組んでいきます。

NPO 法人下野・生き域ネット 制度の枠にとらわれず、地域のニーズに応える



キーワード

#住民参加型在宅福祉サービス

#生活支援

#外出支援

#総合事業

#まずはやってみる



地域の概要

四日市市下野地区は、市の西北部に位置し、旧来型の田園地帯にある集落6町と、昭和40年代初頭に開発された二つの住宅団地で構成され、市街化区域と市街化調整区域が混在する地域です。世帯数約3,700、人口約8,700人の地区で、地区全体の高齢化率は約27%ですが、地区内の1つの団地では高齢化率が40%を超え、高齢者のみ世帯も40%を占めています。

法人設立のきっかけ

下野・生き域ネット（以下、「S.net」）は、地区の現状に課題意識をもっていた下野地区の



住民の有志が、自分たちができるところから実行しようと立ち上げました。行政や既存の組織（自治会や地区社協、まちづくり委員会など）に頼るのではなく、主体的に動きやすい形態で活動する必要があると考え、NPO 法人として活動することとしたのです。S.net は会費と利用者の一部負担金を主な財源として運営しています。



活動のしくみ

S.net の活動は、高齢者や障がい者の日常生活の支援を行う「暮らしのお手伝い」事業から始まりました。これは、活動を始めるにあたり、まずは高齢者や障がい者にとって本当に必要なことを提供する必要があると考え、比較的取り組みやすいサロン活動ではなく、日常生活上の具体的な困りごとを解決する事業から始めたのです。

「暮らしのお手伝い」では、基本的な利用料を、活動者1人につき30分300円としています。ゴミ出しは1回100円、庭木の剪定は30分につき450円、機材使用料や材料費等も設定するなど、利用する側と活動する側が互いに気兼ねなく利用できるように工夫しています。

S.net のコーディネーターを中心に、活動分野によってはリーダーを配置し、利用者と活動者の調整を行っています。



制度の枠に縛られない

平成24年4月からスタートした「暮らしのお手伝い」は、平成29年4月からは、介護保険上の介護予防・日常生活支援総合事業（以下「総合事業」）としても位置付けられるようになりました。しかし、制度の枠の中だけでは、本当に必要としている住民にサービスが届かなくなってしまうため、従来と同じように地区内のすべての高齢者及び障がい者を対象としながら、事業を継続しています。平成29年度の実績では、延べ利用者数は1,041名で、そのうちの約8割が総合事業としての活動です。

活動は多岐にわたる

S.net はそれ以外にも様々な活動に取り組んでいます。高齢者や障がい者支援の分野では、地域の住民の交流を促進するサロン事業「集ま

ろまいか」、介護予防事業として位置づけられている「すこやかサロン」があります。「集まるまいか」は地区内の3か所で各会場月1回開催し、「すこやかサロン」は週2回の開催です。

また、福祉分野以外の活動として、地域の美化事業や里山保全、竹炭焼成などにも取り組んでいます。どの活動も、自治会や地区社協、学校などと連携しながら、地域にとって必要だと感じたことに積極的に取り組んでいます。

動き出さなければ始まらない

S.net の理事長を務める谷口さんは、活動を開始するポイントについて「まずはやってみることが重要。何事もやってみないとわからない。一つの課題に取り組むと次の課題が見えてくる。万が一のリスクばかり気にして活動が委縮しないように、気を付けなければならない。」と話します。また、「生きがい、やりがいだけでは長続きしない。活動に参加することが楽しくなければならぬ。そのためにも、仲間同士がお互いのキャリアや思いを尊重し、批判厳禁で、あれもよしこれもよし精神で運営することが大切。」と活動を継続させるために必要な考え方についても話します。

S.net の活動が拡大していく中で、今後は活動会員を増やしていく必要性も感じています。また、NPO 法人として活動を継続していくために、法人運営の後継者も育成していく必要があります。他の組織、機関と連携して、地区の地域包括ケアシステムの中核団体としての役割を果たすべく、今後もチャレンジし続けます。



潤田支え合う地域づくり「安楽寺」 お互いさまの仲間づくり

キーワード

#サロン

#居場所

#老人クラブ

#毎週お便りを発行



地域の概要

菟野町の中央部に位置する潤田区は、人口2,158人、高齢化率24.7%、年少人口率15.3%（平成30年8月現在）と菟野町内では、比較的大きな区です。近年、アパートや新興住宅地が増え、毎年、世帯数が増加しています。



活動のキッカケ

安楽寺の活動が始まったのは、平成23年4月のこと。老人クラブの役員をしていた伊藤さんは、地域の高齢者から「一人でいると寂しい。」「みんなとお茶を飲んでおしゃべりしたい。」という声を多く聞くようになりまし。そこで、誰でも参加できる居場所を開設したい、いざというときに助け合える人間関係と地域でいつまでも暮らしていける安心感を育てたい、という思いを持ち、町内の他地区に視察に行ったり、趣意書を作ったりという準備を進め、老人クラブの下部組織としてサロン活動を始めました。活動場所となっている無住職の安楽寺は、老人クラブの活動であるため、区から借り、光熱水費などは区で負担してもらうことができます。

安楽寺の活動

安楽寺のサロンは、毎週金曜日10時から15

時までオープンしています。内容は日によってさまざま、脳トレのゲームをしたり、お茶やカラオケを楽しんだり、伊勢型紙や写真など自分たちの趣味の発表をしたり、自由に過ごしています。時には町内の新しい道路の見学や、お出かけなどにも行きます。参加費は100円で、昼食のお弁当は別で300円となっています。

毎回のお世話係の当番は年間スケジュールで決めています。決して強制ではありません。お昼ごはんを食べて行く人やそのお弁当を買いに行く人、皆が役割を持ってその時間を楽しんでいます。

活動は地域にも浸透してきており、地元の小学生が、授業の一環で交流に来てくれるようになっています。



お便りを毎週発行

安楽寺の活動は、開始以来300回以上となりましたが、代表を務める伊藤さんは、毎回お便



りを発行しています。毎週のサロンの内容に加え、ちょっとしたお役立ち情報などを掲載し、参加者に配布しているのです。その便りを見ながら、また話が盛り上がることもあります。伊藤さんは「毎週のことなので、大変なこともあるが、みんなが喜んでくれるならと思って、楽しく続けている。」と話します。

気兼ねなく集まれる場所に

参加者の中には、この数年の間で病気や認知症になる人も出てきていますが、変わらず来ってもらうように声かけをしています。できないことはできる人がサポートし、いつまでも気兼ねなく立ち寄れる場所となるように心がけています。知り合うことで人と人とが繋がりが、困ったときに気軽に助け合い「おたがいさま」といえる仲間づくりを大切に活動しています。

今後に向けて

安楽寺は老人クラブの下部組織として活動しているため、参加者が高齢者中心となっています。今後は、もっと地域の子どもたちと交流したり、子育て中のお母さんたちにも親子で参加してもらったりしたいと考えています。また、潤田区の中でも、安楽寺まで歩いて来ることができない方もいるため、別の会場でも開催してほしいという声もあります。参加者だけでなく、同じような活動に取り組む仲間も増やしていくことで、よりよい地域づくりを進めていきたいと考えています。

天名地区社会福祉協議会 平時のつながりで災害時の受援力を高める

キーワード

受援力

防災・減災

世代間交流

多機関と連携

地域の概要

鈴鹿市の南部に位置する天名地区は、約570世帯、人口は約1,500人、高齢化率は約32%で市内では比較的小さな地区です。昭和49年に集中豪雨の影響で地区の南部にある中ノ川が氾濫し、水害にあったこともあり、災害に対する関心が高い地区でもあります。



天名地区社協の活動

天名地区社協では、地域住民の交流を深め、「福祉の輪」を広げることを目的に、様々な事業に取り組んでいます。地域住民同士の交流を促進する一人暮らし高齢者の集いや、グランドゴルフ大会、ミニミニ運動会などの行事もあれば、民生委員・児童委員を中心とした一人暮らし高齢者の見守り・声かけ運動や、ふれあいいきいきサロンも実施しています。サロン活動については、高齢者を対象としたものだけでなく、子育てサロンもほとんど毎月実施しています。

また、サロン活動から派生した中高生の“愛☆エンジェル隊”の活動も、天名地区社協の特徴の一つです。最初は地域との交流を深めることを目的に、地域行事に参加していましたが、自分たちが地域のためにできることにもっと取り組みたいと、高齢者施設の訪問や「普通救命

講座」の受講をすることとなりました。学生たちが、地区社協の活動に参加することで、世代間の交流が生まれ、多くの笑顔が見られます。



防災・減災活動に注力

天名地区社協が力を入れているのが、防災に関する取り組みです。天名地区が防災に取り組み始めたきっかけは、東日本大震災から1年後の2012年3月11日に、まちづくり協議会が防災講座を開催したことでした。まちづくり協議会の役員の中にも、これまで防災に取り組んでこなかったことに対する危機意識が高まる機会となり、何か始めなければいけないと考えていました。



まず最初に取り組んだのは、避難所運営マニュアルの策定でした。行政の協力により、地域で防災に関する講座や避難訓練、HUG（避難所運営ゲーム）などを実施し、住民の意識を高めていながら、まちづくり協議会を中心に避難所運営マニュアルを作成していきました。そして、そのマニュアルの作成の際に、外部からの支援を受け入れることが重要だと考え、班編成の中に災害ボランティア班を設けました。

災害ボランティア班を設けたことで、市社協が災害時に設置運営する災害ボランティアセンターとの連携を考えていくこととなりました。そこで、市社協と協力し、天名地区で災害ボランティアコーディネーター養成講座を開催しました。この講座の開催は、天名地区の住民にとって、災害時のボランティア活動への関心を高めるだけでなく、平常時からの地域福祉活動に関心を持つきっかけにもなりました。

現在でも、地域からは「訓練は毎年繰り返し



ていくべきだ。」との声があがり、地域の様々な関係機関と連携しながら、防災・減災活動に継続して取り組んでいます。

連携強化を大切に

天名地区社協の会長で、民生委員・児童委員も務める川喜田さんは、「災害に関する取り組みは、平常時にできることから取り組むことが重要。それと、どこか一つだけの団体でなく、様々な団体と協力して取り組みを進めていくことも大切だと思う。そうすることで、自助と共助が強くなるし、受援力も高まる。」と話します。現在は、これまで民生委員・児童委員として整備してきた災害時に配慮が必要な方の台帳の情報を、地域で活用する方法を検討しています。地域の自治会や消防団など、これまであまりつながりがなかった組織とも連携して、地域全体で防災・減災の取り組みをすすめようと前向きに考えています。



みまもり研究会あのを 地域にやさしいまなざしを拡げたい

キーワード #見守り #きざしと気づき #ツールの作成 #多機関協働

地域の概要

津市安濃地域（旧安濃町）は、田園地帯が広がる温暖な気候の地域で、集落が点在しています。人口約10,500人、約4,300世帯で、高齢化率は約31%となっています。地域内には、4つの地区社協と46の自治会があります。山間部では若年層の人口が減少し、高齢者が増加しています。



見守りのしくみづくり

安濃地区では、従来から地区内の福祉関係団体が地域の福祉活動を円滑に推進するための連絡調整の場として「安濃地域社会福祉連絡協議会」を設け、地域福祉に関する協議を行ってきました。その中で、少子高齢化による今後の生活の不安が課題として挙げられ、「このままではあかん！何か動き出さなければ！」という気運が高まり、地域の見守りネットワークの構築を視点にしくみづくりを考えていくことになりました。

数回の準備委員会を経て、平成26年10月に安濃地域社会福祉連絡協議会を母体とする「みまもり研究会あのを」（以下、「研究会」）が設立されました。



きざしと気づき

研究会では、2か月に1回定例会を開催し、見守り活動の普及について話し合っています。研究会としてまず取り組んだのは、見守り活動に関する要点等をまとめたパンフレットの作成でした。見守り活動は、どこか一つの機関だけで取り組むことはできません。また、専門機関だけでも不十分です。いかに地域の住民が、日常生活の中で自然に見守る体制を作っていくか、ということを話し合い、その理解を広げるためのツールを作成することとなったのです。

パンフレットの作成にあたっては、見守り活動のポイントについて研究会のメンバーでしっかりと話し合い、対象となる可能性を生じる日常生活の変化である“きざし”と、具体的な対象者の変化である“気づき”として分かりやすくまとめました。

また、パンフレットの作成と合わせて、何か異変に気付いた時の連絡先を明確にする必要があると考え、自治会ごとに相談先を記入できる「相談先カード（裏面は安心カード）」も作成しました。

地域の中へ浸透させる

見守り活動を進めていくためのツールが完成してからは、自治会ごとに活動に取り組んでもらうために、自治会長への説明に行き、自治会内での理解を得られたところにツールを提供しています。取り組むことになった自治会では、相談先カードへ記入する内容を自治会内で話し合っ決めていきます。その後、パンフレットと相談先カードを自治会内の住民に配布していくのです。

平成30年12月の時点で、取り組んでいる自治会は9つとなっています。研究会の代表の小林さんは、「少しずつ広がってきているが、まだまだ十分ではない。まずは自治会長に理解してもらうことが重要なので、その機会を増やしたい。」と話します。

多様なメンバーでの話し合いが重要

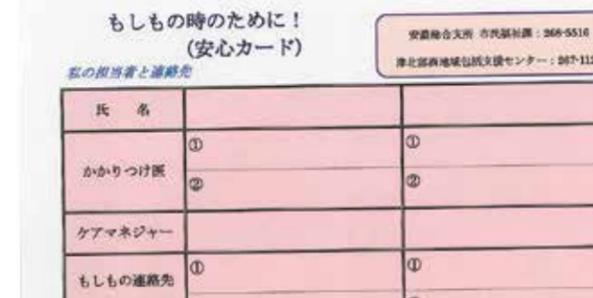
研究会では、偏った意見にならないように、地区社協や自治会連合会、民生委員・児童委員、各種当事者団体、警察、市の福祉課、市社協、

地域包括支援センターなど、多くの関係機関が参画しています。しかしながら、あまり堅苦しい雰囲気ではなく、柔らかい空気を大切にしています。フランクな話し合いの中からこそ、課題やその解決策のヒントが見えてきます。また、多様なメンバーが「見守り」というキーワードでネットワークをつくる事が、地域の安心につながると思っています。

今後に向けて

これまで、高齢者の見守りに関する課題について話し合われることが多く、子どもや子育て世代の課題については十分に把握できていません。平成30年度からは、主任児童委員も参画し、子どもの状況についても話し合っています。

見守りという、身近な課題だからこそ、地域全体で取り組んでいく必要性を強く感じています。今後も地域の様々な社会資源とつながり、見守りの輪を広げていきます。



第四地区住民協議会 福祉部会 交流の機会を作り出す活動

キーワード #住民同士の交流 #福祉施設との関わり #福祉の視点でまちづくり

地域の概要

松阪市の東端に位置する第四地区は、市街地から伊勢湾まで、海と川に囲まれた臨海部にあります。人口は約10,800人、世帯数約4,800戸であり、18の自治会があります。官公庁、大規模商業施設、農業・漁業・工業地域など多様な社会資源を有する地域です。主に商業地、新興住宅、集合住宅が混在（都市型）し、病院が充実、駅にも近く、人口が増加傾向にあります。そして、転入出が多いという特徴があります。

課題としては、地区の範囲が広大で、地域交流が難しい部分もあります。また、若者の出入



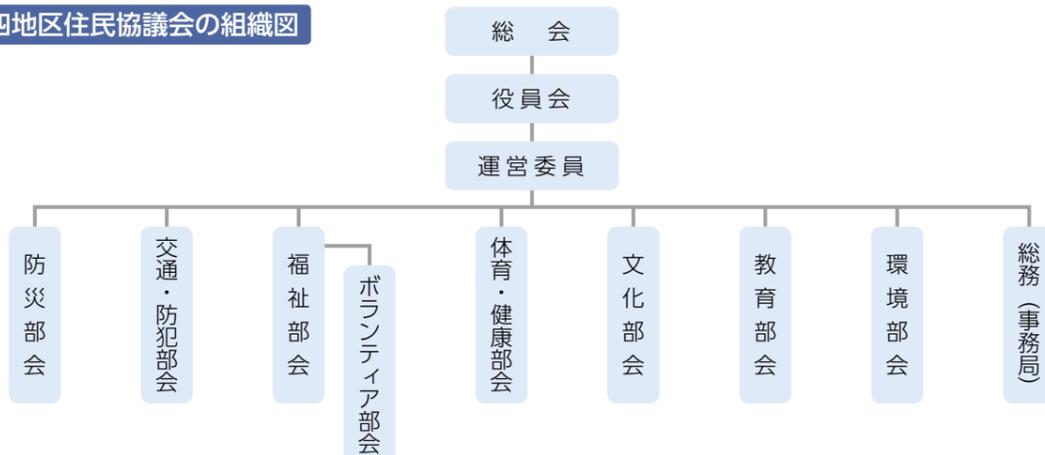
りが多く、人口は増加している一方、マンション等の自治会加入者が減少しています。さらに、個人情報保護法が壁になり、住民の把握に限界があることや、子どもたちが遊べる広い公園がない等の課題もあります。

住民同士の交流事業

第四地区では、住民協議会の福祉部会として様々な活動を展開しています。もともとは地区福祉会として活動をしていましたが、市の施策で住民協議会が設置されたため、平成25年からは住民協議会の福祉部会に移行しました。



第四地区住民協議会の組織図



地域の特性や課題をふまえ、住民同士の出会いや交流を作り出すための取り組みに力を入れています。

交流があるため、地域と施設をつなぐ役割も担うことができます。

●配食サービス

ボランティア部会のメンバーが中心となって、手作りの炊き込みご飯を作り、パックに詰めて、65歳以上の独居等高齢者に届けます。配布は、高齢者の見守りを兼ねていて、民生委員・児童委員と自治会長が配ります。配達を待つ高齢者の方の中には、「今年も楽しみにしていた。」と言う方もたくさんいます。

人口が多い第四地区では、1回の配食で、約550世帯分を配布します。年々対象者が増え、準備も配達も大変ですが、顔と顔の見えるきずなをつくる重要な行事となっています。民生委員・児童委員で福祉部会長でもある鈴木さんは「普段の見守り訪問では把握できないことも、お弁当があることで会える可能性が高くなる。」と話します。



福祉部会長の鈴木さん



●花菖蒲鑑賞会

地域住民が譲り受けた花菖蒲の苗を休耕田で育て、その花畑に地域住民を招いて鑑賞会を開いたことをきっかけに、2001年から継続して毎年6月に実施しています。当日は福祉部会の役員やボランティアが準備・運営を行い、地域の高齢者や保育園の園児を招き、菖蒲の花を觀賞しながら、参加者同士の交流を図っています。世代間の交流はもちろん、地域への愛着を育む事業にもなっています。



●ふれあい餅つき大会

第四地区にある高齢者福祉施設で、毎年12月に実施しています。もち米は、地域住民が育てたものを使用し、施設の利用者や幼稚園の園児全員が餅つき体験をします。つきたてのお餅は、民生委員・児童委員、ボランティアにより、味付けされ、ふるまわれます。民生委員・児童委員は、この高齢者福祉施設の利用者と普段から

話し合いが大切

第四地区住民協議会福祉部会では、役員を中心とした話し合いを大切にしており、役員会は年に6～7回開催しています。また、それとは別に、毎週月曜日の朝に3M (Monday Morning Meeting) という場を設け、実施した事業の振り返りや、日常生活の中で気づいたことや気になっていることなども共有するようにしています。

これからも、話し合いを大切にしながら、福祉の視点でまちづくりを進めていくために、丁寧に活動を継続していきます。

南本町清和会 毎日型の居場所で健康寿命を延ばして、 介護寿命をゼロに!

キーワード #毎日型のサロン #老人会 #総合事業(通所B) #豊富な事業から選べる



地域の概要

伊勢市小俣地域にある南本町自治会は、約360世帯900人の地区です。昔から住んでいる人は多くありませんが、同じ頃に新しく土地屋敷を購入して転入してきた住民が多いため、日頃から近隣の人間関係が良好な地域です。

清和会の活動

清和会は南本町自治会の下部組織の老人会として位置づけられています。平成22年には、清和会の活動目標を「健康寿命を延ばし、介護寿命を0にする」と定め、『近(ち)くにいい(い)る人が気(き)を合わせ普段(ふ)の暮(く)らしの幸せ(し)を守る』ために、地域福祉活動に積極的に取り組んでいます。

豊富な活動内容

清和会では、約70名の会員が所属する老人会として、従来からウォーキング、三世代交流、文化祭等の様々な事業を実施していますが、それ以外に取り組む地域福祉活動には大きく3つの柱があります。

①清和クラブ

清和会の地域福祉活動の最大の特徴ともいえるこの活動は、毎日型のサロン活動で、具体的な内容としては、主にグランドゴルフです。最初は、地区内の広場になんとか集まって話しているだけでしたが、少しずつ集まる人が増え、自然発生的にグランドゴルフをするようになっていきました。会場となっている広場は、



もともと空き地でしたが、地域の住民が自分たちで整備しました。毎日朝8時半ごろに集まってきて、10時ごろまでグランドゴルフを楽しみます。グランドゴルフをしない人は、広場のテントの中で、お茶を飲んだり、会話を楽しんだりして過ごしています。

②南本町倶楽部

この活動も清和クラブと同様にサロン活動ですが、こちらは毎月1回の開催で、地区内の保健福祉会館を会場として、茶話会やちょっとした講習会などを行っています。屋内で、おしゃべりを楽しみたい方は、こちらに参加することが多くなっています。また、南本町自治会以外の方も参加できるようにしています。



③ホームタウン南本町

上記の二つの活動が、行政や社協に注目されるようになり、平成29年度からは、介護保険制度上のサービス(通所型サービスB)として位置づけられているホームタウン南本町の活動も取り組むようになりました。毎週月曜日の10時から14時まで活動しています。

清和会の活動は、事業内容が豊富であるため、身体機能や特技、やりたいことに応じて活動や頻度を自由に選びながら参加することができることも大きな特徴の一つです。市内の他のサロンに比べて、男性参加者が多いのも、自分にあつたものに参加できるということが大きいかもしれません。



地域全体で取り組む

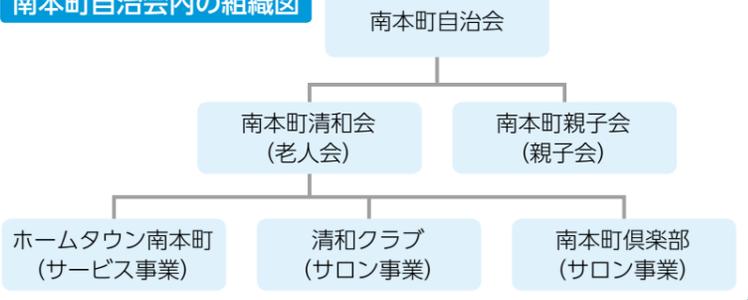
活動を進めるにあたっては、清和会員と有志の南本町住民からなるお世話係が10名以上います。市社協が開催する生活支援サポーター養成講座や市の認知症サポーター養成講座を受講し、基本的な知識を身につけたうえで、それぞれの趣味や特技を活かして、やりがいを感じて活動しています。お世話係は、それぞれ近隣の方3名程度の声かけを担当することとなっています。閉じこもりがちだった方も、お世話係が声をかけることで、清和会の活動に出て来ることができるようになることもあります。

また、南本町倶楽部やホームタウン南本町では、外部からではなく、できるだけ地域の中で特技を持っている方を招いて、発表してもらっています。南本町自治会全体として取り組んでいるという意識や雰囲気づくりを大切にしています。

これからも地域のために

地域に高齢者が増えていく中で、口数少なく自宅にいた認知症の方が、ホームタウン南本町に来るようになって、笑顔が見られるようになったとその方の家族も喜んでくれた、という事例も出てきています。清和会の代表を務める藤井さんは「本人もその家族も幸せになってくれた様子を見たり聞いたりするのはとても嬉しい。これからもこのように住民みんなが楽しく元気で、そして幸せに過ごせるような活動をしていきたい。」と話します。これからも、南本町に住んで良かったと感じられる地域づくりに取り組んでいきます。

南本町自治会内の組織図



NPO法人みなみいせ市民活動ネットMICAN 思い出ふれあい事業（地域回想法事業）の普及活動

キーワード

#居場所

#サロン

#回想法

#NPOと社協の協働

#民生委員・児童委員の協力も不可欠



地域の概要

平成17年に南勢町と南島町が合併して発足した南伊勢町は、県内で最も少子高齢化が進む、人口減少の著しい過疎地域です。沿岸部から農山村部まで38の集落があり、地域性が異なることも特徴の一つです。

高齢者の認知症への不安を和らげたい

みなみいせ市民活動ネット（以下、市民活動ネット）では、平成25年に認知症の専門医から回想法の研修を受けたことをきっかけに、年々増加する高齢者の認知症への不安を少しでも和らげるため、地域でこの活動を普及してきたいと考えました。そこで、町社協に相談し、平成26年度には共同で研修会を開催し、回想法コーディネーターの養成に取り組みました。

研修を受講した回想法コーディネーターには、「リメンバー」として社協が認定証を発行します。そして、研修後にはすぐに地域で活動するのではなく、実習の要素も兼ねて、社協のデイサービスセンター等で回想法を行いました。このことで、リメンバーは不安が軽減し、自信をもって地域での活動に入っていくことができるのです。

社協と協働で3方向の活動を展開

地域回想法の活動は、市民活動ネットと社協の協働でリメンバーを継続的に養成し、日常的に地域の住民や団体と関係のある社協の組織力を生かして、普及していきました。

現在は、地域や組織の特性を考慮しながら、①思い出喫茶、②時の茶屋、③出前カフェという3つの事業を展開しています。

「思い出喫茶」は、南勢地域で社協が主体となって進めている活動です。まず、民生委員と相談し年に2か所の開催地区を決め、その地区の公民館等で4回から8回実施します。内容は、45分間回想法、15分間は歓談、合唱、体操など地区により異なり、民生委員・児童委員や地



区の住民と相談して決めていきます。地域回想法の活動には民生委員・児童委員の協力も不可欠で、開催場所の選定だけでなく、家に閉じこもりがちな高齢者に声をかけて参加を促しています。

また、南島地域では、「時の茶屋」という名称で活動が進められています。こちらは、南勢地域の活動をベースにしながら、地域の方が入通所されているグループホーム等へも訪問活動を行っています。

このように、社協を中心とした地域回想法の普及活動が進む一方で、市民活動ネットではNPOの特性と機能を生かして、地域の個人宅に伺って実施する「出前カフェ」という小規模の地域回想法を実施しています。内瀬地区にある回想法実施場所として改築された建物に集まり、毎月第3火曜日午後1時30分から3時15分まで開催しています。開催当初は10人前後の参加者から始まったカフェは現在、認知症の方も含め、毎回15、6名の参加があります。具体的な内容としては以下の通り。

●出前カフェのスケジュール（例）

- ①カフェを開催して歓談タイムとハッピーバースデイの歌（20分）
- ②図書室司書による手指体操
- ③絵本の読み聞かせと朗読
- ④童謡合唱
- ⑤回想法実施
- ⑥参加者全員で童話の読み返し



町社協の濱口さんは、「市民活動ネット、リメンバー、民生委員・児童委員、社協でしっかりと話し合いながら活動を進めていることで、3方向の展開をうまく上げられていると思う。」と話します。

住民主体の活動へ

南伊勢町での回想法の取り組みは、定着しつつある一方で、現時点では社協とみなみいせ市民活動ネットが中心となって活動を進めている段階です。市民活動ネットの代表を務める平田さんは「これまでは、社協や行政にも支えてもらいながら取り組んできたが、今後は少しずつ地域の住民さんが主体となって活動していけるようにすることが重要。」と話します。これからも、社協と協力しながら、回想法と一緒に取り組む地域のボランティア活動者を増やしていこうと考えています。



市民活動ネットの平田さん



南伊勢町社協の濱口さん

矢持住民自治協議会 見守りによる支え合いから地域づくりへ

キーワード #見守り #サロン #地域会議 #地域ケアネットワーク会議 #住民と専門機関の協働

地域の概要

伊賀市矢持地区は、伊賀市の南端にある山間の地域で、人口は約530人（うち特養入所者約60人）、高齢化率は約60%となっており、伊賀市の中でも少子高齢化が最も進んでいる地域の一つです。地区の中には7つの小場（集落）があり、それぞれの小場で活動が行われています。

矢持地区住民自治協議会

伊賀市では、平成16年12月に「伊賀市住民自治基本条例」が制定され、住民主導のまちづくりをすすめるため、市内39地区に住民自治協議会が設置されており、矢持住民自治協議会（以下、「矢持自治協」）もその一つです。

矢持自治協の組織図



矢持自治協は、「見直そう自然」「深めよう絆」「伝えよう文化」をスローガンに、6つの部会を設けて様々な活動を行っています。その中でも特に重点的に取り組んでいるのが、健康・福祉分野の見守り活動です。



見守りによる支え合い

矢持自治協が見守り活動に力を入れるようになったのは、平成20～23年度にかけて、防災や福祉に関する市や国のモデル事業に取り組んだことがきっかけでした。そのモデル事業の中で、防災マップ作りや高齢者へのアンケート調査を行い、見守り活動の必要性を感じるようになっていきました。

矢持自治協の見守り活動の基盤になっているのは、7つの小場ごとに取り組んでいるサロン活動です。サロンは原則月1回以上の開催となっており、具体的な内容としては、世代間交流や創作活動、健康チェックなど、集落ごとに異なります。集落によっては、月1回のサロンだけでは足りないという声が地域から上げられ、独自の井戸端カフェを立上げ、サロンに追加するかたちで毎月1回開催しているところもあります。



見守りネットワークの構築

矢持自治協の見守り活動の特徴は、集落単位でのサロン活動と地域会議、住民と専門機関との協働の場となる地域ケアネットワーク会議による仕組みにあります。

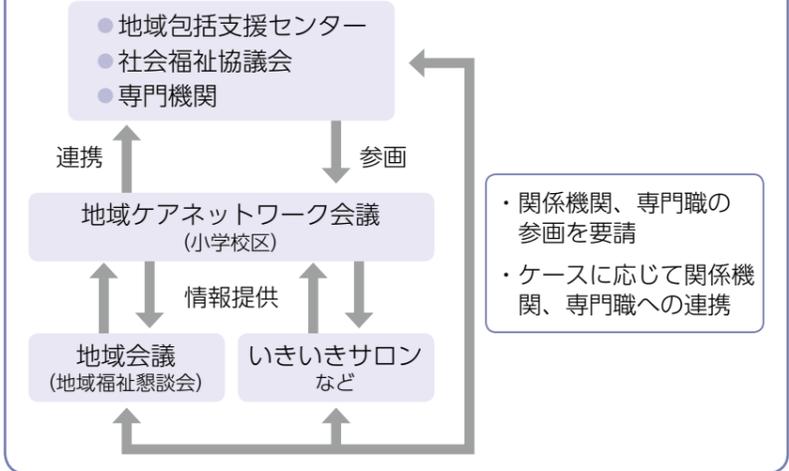
各集落では、日常生活やサロン活動の中で、気になったことや気がかりな人について話し合う地域会議を開催しています。支援が必要と思われる住民の情報などを共有します。

地域ケアネットワーク会議では、地域会議で話し合われた見守り活動や地域課題についての報告、情報共有を行っています。そして地域包括支援センターの保健師や社会福祉法人のケアマネジャー、市社協の地域福祉コーディネーター等の専門職が参加しており、地域の課題に対してアドバイスをしたり、そこで解決が難しいことは後日訪問する等の対応を行ったりしています。

この重層的な見守りの仕組みができるのは、見守りを基盤とした地域づくりに、自治協として、つまり矢持地区全体として取り組んでいることが大きなポイントです。



矢持流の見守りの仕組み



まずは継続していくこと

最近では、サロン同士の交流会も行われており、各サロンの長所を学び合うようになってきています。地域会議での話し合いから認知症高齢者の対応を検討するなど、主体的に住民が動き出している集落もあり、見守り体制が強化されていく良い循環が出てきています。

また、矢持自治協では、見守り活動以外にも様々な取り組みがあります。約90名が参加するグランドゴルフ大会があったり、地区内の社会福祉法人との協働で買い物支援バスを運行したり、防災では、矢持地区独自で緊急時に活用できる台帳（安否確認シート）も作成し年1回更新する取り組みもあります。

矢持地区としては、少子高齢化は進んでいく中で、活動者も高齢化していくなどの課題もありますが、地域の住民が少しでも楽しく安心して過ごせるよう、これまでの活動をしっかりと継続していきます。

なばり 隠おたがいさん 地域支え合い活動

- キーワード
- # 住民参加型在宅福祉サービス
 - # 生活支援
 - # 外出支援
 - # 関係機関との交流会



地域の概要

名張市名張地区は、かつての初瀬街道がある歴史の古い町で、人口約6,200人、世帯数は約3,200世帯です。70歳以上の高齢者世帯が約3割となっており、市内でも比較的高齢化率が高い地域です。

話し合いを重ねて活動開始

名張市では、市内15の地域づくり組織を基盤に、住民自治によるまちづくりが進められています。名張地区の地域づくり組織である名張地区まちづくり推進協議会では、ふれあい交流部会を中心に福祉活動に取り組んでいた中で、地

域に日常生活上のちょっとした困りごとを抱えている方や、支援を必要としている方が増えてきていると感じていました。そのようなときに、名張市としても身近な地域での支え合い活動を推進していこうという方針があり、市からの補助を受けて「隠おたがいさん」の活動がスタートしました。

活動を始めるとき、平成22年11月に準備委員会を発足してから、サービスの内容や役割分担などを決めるために、毎月話し合いを重ねました。そして平成24年4月から活動を開始することになりました。

仕組みとサービスの内容

隠おたがいさんは、会員制のサービスとなっており、年会費の500円に加え、利用料は1時間一人500円です。

隠おたがいさんのサービスは、家事手伝いや庭の手入れなどの生活支援活動と、通院や買い物などの外出支援があります。サービス内容には20以上の内容を記載していますが、その内容にとらわれず、相談があったことには、できる限り対応するよう心がけています。また、対応でき

ない依頼については、コーディネーターからシルバー人材センターや専門家へつなぎます。

開始当初は生活支援だけでしたが、活動を続けていくうちに、移動に関するニーズの多さを実感し、平成29年から外出支援のサービスにも取り組み始めました。現在では、利用されるサービスの3分の2が外出支援となっています。

利用会員にはリピーターも多く、顔見知りの関係であることや、有料の仕組みであることが、利用のしやすさにつながっています。



関係機関との連携も大切

隠おたがいさんでは、定期的に関係機関との交流会も開催しています。地域包括支援センターや社協、地域内の介護事業所にも隠おたがいさんのサービス内容等を知ってもらうことで、制度では対応できないニーズを関係機関からつないでもらうこともあります。また、地域の住民からの相談を、専門機関につなぐ場合もあるため、その際の対応などをスムーズにするためにも普段から関係を作っておくことが重要です。

3つの秘訣

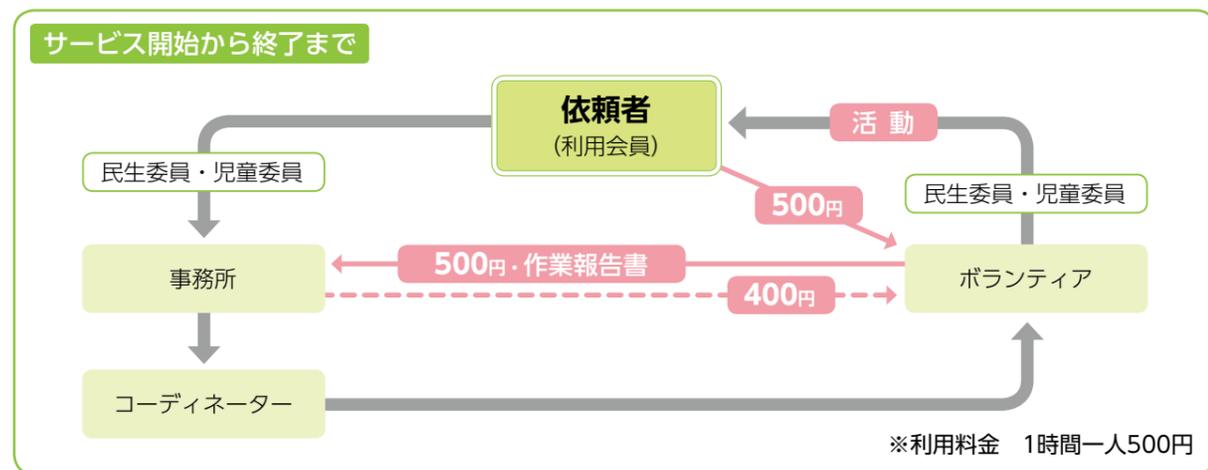
現時点での課題は、男性の協力会員が少ないことが挙げられます。依頼の内容によっては、

男性の方が比較的得意とするような分野もありますが、男性会員が少ないため、調整に苦労することもあります。会員が知り合いに声をかけて、地道に会員を増やしていこうと努力しています。

また、現在最も多くの依頼がある外出支援については、車は1台しかないため、通院の予約時間等に合わせて調整することも苦労することがあります。

そのような課題もある中で、代表の福山さんは「活動が順調に進んでいる秘訣は3つある。」と話します。一つは名張地区の特性。昔からの顔なじみの関係があるため、住民同士の信頼関係がもともとあります。2つ目は利用会員と協力会員をマッチングさせるコーディネーターの存在。隠おたがいさんは、生活支援と外出支援それぞれにコーディネーターがおり、どちらもとても丁寧に調整をしています。3つ目は、役員会での話し合いです。毎月1回の役員会はもちろんのこと、普段から気になったことは会員で共有し、話し合います。誰かに責任を負わせるのではなく、会員全員が一丸となって取り組んでいるのです。

今後も、暮らしやすい地域をつくるため、地域の困りごとを一つでも多く解決していきます。



高齢者見守り活動 地域のつながりをつくり、孤立を防ぐ

キーワード #見守り #民生委員・児童委員との協働 #地域での孤立を防ぐ
#安否確認ではなくつながりづくり

地域の概要

御浜町は人口約8,700人、高齢化率約39%の三重県南部に位置する町です。20代の人口が少なく、一部では高齢化率が50%を超える地区もあります。(平成30年12月時点)

活動のキッカケ

この活動が始まったのは、平成22年のこと。介護保険制度が始まり、公的な制度による福祉サービスは充実してきていましたが、その一方でヘルパーが訪問するようになったことで近所付き合いがなくなってしまうような状況も出てきていました。そのような状況に危機感を感じていた御浜町社協は、地域での孤立を防ぐために、安心できる地域での見守り体制の構築に取り組みました。



見守りに厚みをもたせる

この見守り活動は民生委員・児童委員の担当地区ごとに行います。活動のメンバーは、民生委員・児童委員に加え、高齢者見守りサポーターや認知症サポーターとして登録しているボランティアや、地域で配食ボランティアの活動を行っている方々です。従来から、地域での見守



り活動は民生委員・児童委員が行っていましたが、それをさらに充実させるために、この活動のために養成をするのではなく、それまで地域で活動している方々に個別に声をかけていったことが特徴です。

見守りの対象となる方は、ひとり暮らし高齢者及び高齢者夫婦世帯、認知症や身体機能の低下等により何らかの見守りが必要な方で、それらに該当する方々のうち、特に地域とのつながりが希薄な方としています。対象者の選定については、民生委員・児童委員が把握している情報をベースに、ボランティアの方との話し合いから情報を追加したり、専門職からの情報提供や要請により追加したりします。複数の情報を重ねることで、孤立している方を見逃さないように工夫しています。

具体的な活動内容としては、対象世帯への月2回の訪問による見守りを行います。訪問方法については、民生委員・児童委員とボランティアの協議により決定します。また、民生委員・児童委員とボランティアと一緒に訪問したり、ボランティアがペアで訪問したり、地区ごとに様々な方法で取り組んでいます。例えば、月1回配食を利用されている場合は、残りの月1回

を訪問するなど、対象者の実情に合わせて活動するようにしています。

訪問の管理については、民生委員・児童委員が行い、ボランティアだけで訪問した場合には、民生委員・児童委員に報告します。訪問した際に気になったことや、気づいたことなどを共有します。

つながりづくりが重要

活動を進めていくうちに、見守りの対象となる方の家でミニサロンが開かれるようになるなど、地域で孤立しがちだった方にも少しずつ地域でのつながりができるようになってきています。そのミニサロンは、対象の方が入所されたことで中止になりましたが、そこに集っていたメンバーは自主的なお互いの見守りのために、新たなサロンを立ち上げています。単なる安否確認の見守りではなく、地域の人が地域の対象世帯に訪問することにより対象者と地域とのつながりをつくるというこの活動の重要な目的が形になって現れています。

尾呂志地区でこの活動に取り組むボランティ



アの濱さんは、「訪問して、世間話や昔の話をしているのが楽しい。」と話します。また、同じ尾呂志地区で活動する民生委員・児童委員の山田さんは「民生委員・児童委員としても、一緒に見守り活動をしてくれる地域の方がいるのは非常に心強い。自分だけでは把握できない情報も知ることができる。」と、この活動のメリットを話します。

今後に向けて

この活動に取り組んでいるボランティアの数は約30名で、民生委員・児童委員と概ね同数ですが、地区には偏りがあるため、すべての地区で十分に活動できているわけではありません。また、異性の世帯には訪問しづらかったり、担当地区が広いために地区内でも離れたところの地域のことは把握が難しかったり、活動上の課題もあります。

今後は、活動者を増やしていくことはもちろん、社協や地域包括支援センターと連携して、地域の中でのつながりを少しでも広げていけるよう取り組んでいきます。





地域における支えあい活動 事例集
第1号

2019年3月 発行

三重県社会福祉協議会

〒514-8552 津市桜橋2丁目131

(三重県社会福祉会館 2F)

TEL 059-227-5145

<http://www.miewel-1.com>

