

2019

大阪市における 生活支援コーディネーター 実践事例集

社会福祉法人 大阪市社会福祉協議会
大阪市内各区社会福祉協議会

● 本事例集のご案内 ●

現在、大阪市内各区で「生活支援体制整備事業」が推進され、事業を受託する各区の社会福祉協議会（以下「社協」という。）に「生活支援コーディネーター」が配置されています。

生活支援コーディネーターは、高齢者がお住まいの地域で、元気でいきいきと暮らし続けられるよう、住民やさまざまな関係団体と連携しながら、介護予防の取組み、居場所づくり、生活支援の活動などを推進しています。

事業の全区展開から間もなく2年が経過する中で、各区で生まれつつある多様な実践について、大阪市内での共有と、他都市への発信を図るために、事例集を作成しました。

事例集の3つのねらい

生活支援コーディネーターの役割を可視化する

生活支援コーディネーターが連携・協働する住民・関係者の方々に、その役割を伝えるツールとして作成しました。また、研究者の協力のもと、現在区に1人の生活支援コーディネーターが果たしている機能や今後のあり方を整理することを試みました。

大都市における生活支援体制整備事業のあり方について発信する

大阪市には、都市部ならではの課題や困りごともあるが、さまざまな資源や担い手を効果的につなげ、展開を広げる可能性もあります。そうした視点から全24区の事例を集約しました。

生活支援コーディネーターとしての参考書とする

各区社協の生活支援コーディネーターが中心となって事例を執筆しており、自らの実践をまとめるとともに、区を越えて互いの実践を参考にし合うこともねらいとしました。

事例集を手にとってくださった方へ

大阪市内の住民・関係者（地域団体、医療・福祉関係者、NPO、企業等）の方々へ

「生活支援コーディネーターって何をする人？」「どんな風に連携できる？」「こんなこと一緒にできるかな？」というイメージをつかむきっかけとしてご覧ください。具体的なお相談は、各区の生活支援コーディネーターまでお寄せください。

他都市の関係者（生活支援コーディネーターや社協職員など）の方々へ

大阪市内の実践を調べるための媒体としてご活用ください。お問合せは、市社協・各区社協まで。「3 事例から見えてきたこと」では、研究者による考察も収録しています。

区社協 生活支援コーディネーターとして

さまざまな実践手法を集めた参考書として。また、自身の役割を伝える名刺代わりに。

目 次

1	生活支援コーディネーター(生活支援体制整備事業)とは	1
2	実践事例	3
	(1) 地域情報・ニーズ・資源の把握・分析	5
	天王寺区社協 淀川区社協 阿倍野区社協 住之江区社協 住吉区社協 平野区社協	
	(2) 高齢者が利用できる資源情報の周知	17
	中央区社協 東住吉区社協	
	(3) 介護予防に関する取組みの立上げ・充実に向けた支援	21
	此花区社協 西区社協 浪速区社協 旭区社協 西成区社協	
	(4) 生活支援活動(サービス)の立上げ・充実に向けた支援	31
	都島区社協 港区社協 東成区社協	
	(5) 居場所の立上げ・充実に向けた支援	37
	北区社協 大正区社協 生野区社協 城東区社協 鶴見区社協	
	(6) 協議体の設置と運営	47
	福島区社協 西淀川区社協 東淀川区社協	
3	事例から見てきたこと	53
	大阪市・区社会福祉協議会 一覧	56



1 生活支援コーディネーター(生活支援体制整備事業)とは

■ 各区1人の生活支援コーディネーターを段階的に配置



生活支援コーディネーターによる説明
場面(東成区)

高齢化が進む中、ひとり暮らし高齢者や高齢者夫婦のみの世帯が増加しています。平成 27 (2015) 年の国勢調査によると、大阪市では、高齢者世帯のうちひとり暮らしの割合は 42.4% (全国平均 27.3%) であり、全国の政令指定都市の中でも、もっとも高い値となっています。

年齢を重ねても、住み慣れた地域で、元気に暮らし続けたい。その願いを叶えるには、医療・介護などのサービスだけではなく、つながりを持つことができる居場所や、生きがいをもって活躍できる機会、また、ちょっとした困りごとへのサポートが必要となります。

こうした背景から、国の介護保険法に「生活支援コーディネーター」が位置づけられ、全国的に配置が進みました。大阪市内では段階的に事業展開され、現在、全 24 区社協で「生活支援体制整備事業」を受託し、第 1 層の「生活支援コーディネーター」が各区に 1 人配置されています。

年月	大阪市における取組みの推移	実施区
平成 27 (2015) 年 8 月	3 区にモデル配置 (港区、鶴見区、住之江区)	3 区
平成 28 (2016) 年 9 月	5 区に追加配置 (此花区、東成区、生野区、東住吉区、平野区)	8 区
平成 29 (2017) 年 10 月	16 区を追加して市全域で展開	24 区

■ 住民・関係者と連携しながら「介護予防」「生活支援」の活動を推進

生活支援コーディネーターは、高齢者一人ひとりが、元気で暮らし続けられる (=介護予防)、また、ちょっとした困りごとを解決し合える (=生活支援) 地域づくりをめざして、

- ✓ 高齢者の暮らしの困りごと (ニーズ) を分析して伝える
- ✓ 住民、ボランティアや NPO、社会福祉施設や民間企業等による具体的な活動を支援する
- ✓ 介護予防・生活支援に関する多様な主体の情報共有・連携の場 (協議体) をつくる
- ✓ 今ある社会資源やサービスにアクセスしやすいように情報を収集・発信する

などを、高齢者本人の社会参加も大切にしながら進めています。また、これらをすすめるには、高齢者の総合相談窓口「地域包括支援センター」との連携は、特に重要となります。



区独自の情報媒体を発行(生野区)

大阪市における「生活支援コーディネーター」の主な役割

※生活支援体制整備事業 仕様書に基づく

- ① ニーズと地域資源の把握・ネットワークの構築
(協議体の設置・運営を含む)
- ② 地域資源・サービスの開発
(介護予防、居場所、生活支援に関する取組みなど)
- ③ 活動の場の発掘・開発
- ④ サービス実施情報等の周知



多様な形で広がる居場所(福島区)

■ 区社会福祉協議会(区社協)とは

大阪市内で「生活支援コーディネーター」を配置しているのは、各区社会福祉協議会(通称:区社協)です。社会福祉法に位置づけられた、地域福祉を推進する民間団体(社会福祉法人)であり、「区在宅サービスセンター」という拠点を構えています。

区社協は、困りごとを抱えた個人・世帯への相談援助をおこなう(=ひとりを支える)機能と、地域福祉活動やボランティア・市民活動を推進する(=地域を支える)機能を大きな柱としています。

生活支援コーディネーターは、区社協内のさまざまな部門と連携しながら、事業を推進しています。



区社協の拠点「区在宅サービスセンター」
(西淀川区)

各区社協の主な事業・部門

ひとりを支える	地域を支える
● 見守り相談室 ● 地域包括支援センター ● 生活困窮者自立支援事業 ● あんしんさぽーと事業 など	◆ 地域福祉活動の推進 ◆ ボランティア・市民活動センター (ボランティア・ビューロー) ◆ 生活支援体制整備事業 ◆ 見守り相談室 など

※事業によっては区ごとの実施有無があります

■ 大阪市のあらし

人口・世帯数・高齢化率は平成 27 (2015) 年 国勢調査に基づく

人口	269 万 1185 人
世帯数	135 万 2413 世帯
高齢化率	25.3%
区数	24 区 ※区の人口規模は約 6 ～ 20 万人
地域包括支援センター数	66 か所 ※民間法人の受託・運営。うち 25 か所は区社協が受託

2 実践事例

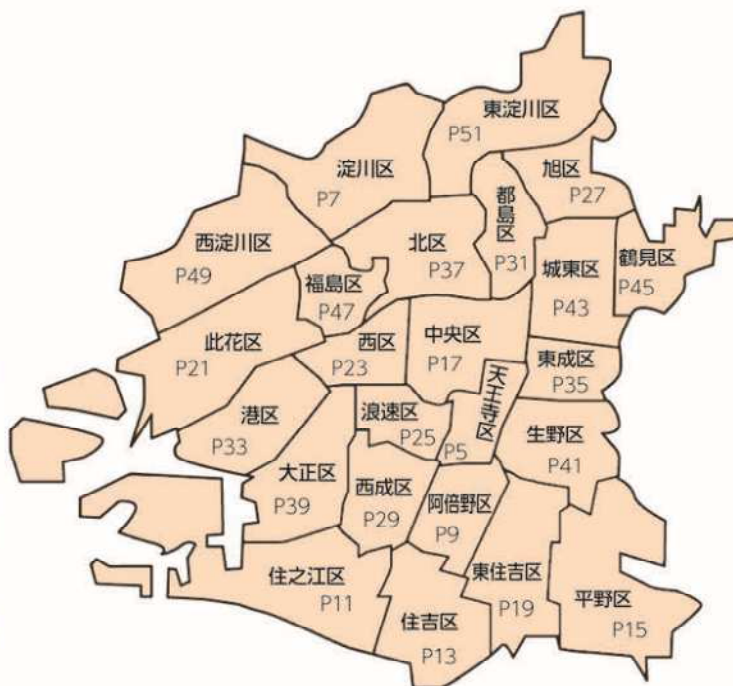
大阪市社協では、各区社協の生活支援コーディネーターが情報交換する「生活支援体制整備事業連絡会」を定期開催しています。

本事例集の企画、事例ページの項目設定にあたって、同連絡会の平成 30（2018）年度幹事会（西区・西淀川区・東成区・阿倍野区・平野区社協の生活支援コーディネーターにより構成）で協議しました。

本事例集では、市内 24 区社協での特徴的な実践について、生活支援体制整備事業の枠組みをもとに整理した、6つの分類により紹介します。



事例集のねらいや構成について議論（幹事会）



(1) 地域情報・ニーズ・資源の把握・分析

番号	区社協名	事例タイトル	ページ
1-1	天王寺区社協	「つながり・生きがいづくり」に関するアンケート調査	5
1-2	淀川区社協	多職種連携の地域診断	7
1-3	阿倍野区社協	“おしゃべり”からはじめる地域づくり	9
1-4	住之江区社協	小地域における高齢者の実態調査及びネットワーク委員会の再生について	11
1-5	住吉区社協	地域住民のニーズを知る・社会資源を知る	13
1-6	平野区社協	アンケート調査を基にした居場所づくり・有償による助け合い活動の新たな取り組みについて	15

(2) 高齢者が利用できる資源情報の周知

番号	区社協名	事例タイトル	ページ
2-1	中央区社協	いろいろな媒体を用いての情報周知	17
2-2	東住吉区社協	14 地域ごとの『地域の居場所・交流の場』マップ	19

(3) 介護予防の取り組みの立上げ、充実に向けた支援

番号	区社協名	事例タイトル	ページ
3-1	此花区社協	マンション住人の介護予防と交流をめざして ～見守り活動の気づきからの出発～	21
3-2	西区社協	体力に少し自信のある高齢者に向けた取り組み ～介護予防から担い手へのステップアップをめざして～	23
3-3	浪速区社協	いきいき健康体操の立上げ支援	25
3-4	旭区社協	コミュニケーション麻雀を用いた介護予防の取り組み	27
3-5	西成区社協	老人保健施設との協働による将棋を通じた居場所づくり	29

(4) 生活支援活動(サービス)の立上げ、充実に向けた支援

番号	区社協名	事例タイトル	ページ
4-1	都島区社協	買い物弱者 ^{ゼロ} をめざして	31
4-2	港区社協	買い物支援でコミュニティづくり	33
4-3	東成区社協	生活支援活動“きづくちゃん「たすけ愛」活動の会”の活動者増加 に向けた取り組み	35

(5) 居場所の立上げ、充実に向けた支援

番号	区社協名	事例タイトル	ページ
5-1	北区社協	元小規模多機能型居宅介護を活用した喫茶立上げ	37
5-2	大正区社協	囲碁・将棋サロン立上げについて	39
5-3	生野区社協	地域のお宝発表会	41
5-4	城東区社協	定年後の男性が参加しやすい場づくり	43
5-5	鶴見区社協	野菜提供ボランティアを通じての男性の居場所づくり	45

(6) 協議体の設置と運営

番号	区社協名	事例タイトル	ページ
6-1	福島区社協	ワークショップを交えた協議体の開催	47
6-2	西淀川区社協	専門部会の設置、協議体会議の「実務と協議の両立」へ	49
6-3	東淀川区社協	多職種連携による協議体の開催	51

- ◆ 各事例の執筆・写真提供は各区社協によるものです。
- ◆ 事例は平成 31（2019）年 3 月時点の内容を基本として作成しています（一部事例を除く）。
- ◆ 「生活支援コーディネーターとしての思い」の部分には事例作成時の担当者名を記載しています。



「つながり・生きがいづくり」に関するアンケート調査



取組みの背景・課題

地域住民・関係機関からの聞き取りや地域ケア会議等で、独居・高齢者世帯やマンション住人、定年後の男性について心配の声があった。問題を抱えたまま孤立している世帯・家族も一定数潜在している可能性もある。その要因の一つとして、(マンション増加など環境の変化も影響し)身近な場所でのつながりの機会が減少していることが考えられる。孤立化や問題の深刻化を防ぐために、日頃から地域とつながることができる居場所づくり、相談につながる仕掛けづくりが必要と考え、実態把握をすることとなった。



取組みの目的・ねらい

- 65歳以上の人「どんな場であれば行こうと思うか」「参加・活動したいニーズ(担い手としての可能性)」について調査・把握する。
- 地域活動や制度につながっていない住民を含めて広く意向を把握する。
- 近所や地域とのつながりの大切さを伝え、地域活動への参加・参画を呼びかける。



内容・プロセス

調査テーマの設定

住民が日頃感じている生活課題(関心)は何かを探りテーマを絞るため、地域包括支援センター・見守り相談室から相談集計データや地域に関する情報等を収集。地域課題を整理し、生活支援コーディネーターの視点で“見出される要因・課題”“必要と思われる地域資源”を洗い出す。あがった地域課題のうち、『地域とのつながりの希薄・孤立』が大きな課題として見出され、「つながり」を今回の調査における主なねらい・テーマとすることになった。

アンケート調査 質問項目

近所づきあいの状況
あなたは、ご近所の人と普段どのようなおつきあいをしていますか → (“あいさつ程度”もしくは“つきあいはほとんどない”と回答した方へ) その理由は何ですか
困ったときの相談先
あなたは、何かあったときや困ったときに、どちらに相談されますか。または相談しようと思いませんか
地域活動への参画の有無
あなたが現在、継続的に参加したり、かかわっている団体や集まりはありますか → (“参加している”と回答した方へ) あなたが、参加するようになったきっかけは何ですか → (“参加していない”と回答した方へ) あなたが、参加していない理由は何ですか
活動中・参加したい活動
下の項目のうち、あなたが「している」または「してみたい」活動はありますか (体操・運動、脳トレ、ビリヤード・バンパー、囲碁・将棋、歌・カラオケ、絵を描く・絵手紙、園芸・盆栽、農作物の栽培、初心者向け料理教室、子どもや若者との交流、高齢者の暮らしのサポート、お祭りなど地域行事のお手伝い など)
趣味・特技
あなたの趣味や特技を教えてください
その他 意見
その他、生きがいづくりや地域における活動についてご意見がありましたら、ご自由にお書きください

※上記内容に加えて、基本項目(年齢・家族構成等)に関する設問あり

事例概要

区内在住の65歳以上を対象に「つながり・生きがいづくり」をテーマとしたアンケート調査を実施。近所づきあいの状況、地域活動への参加状況（参加したきっかけ・参加していない理由）、興味のある地域活動・趣味や特技などについて尋ね、広く意向を問う。

事例における生活支援コーディネーターの役割

- 地域課題の整理：地域包括支援センター及び見守り相談室から、相談内容や地域に関するデータを情報収集し、生活支援コーディネーターの視点で分析
- 協議体にて企画内容、調査票の質問項目・様式、配布方法、結果の公表方法を検討
- 回答結果について分かりやすい形で見える化し、地域住民・関係機関へフィードバック

対象者及び方法の決定

対象としたい層は、区内在住の65歳以上。担い手発掘にもつながるよう、主に要介護認定の非該当～要支援1・2程度の健康状態の方を想定。地域活動に参加あるいは活動していない（＝地域とつながりの薄い）住民にも届くよう、高齢化率の高いエリアを中心に、郵便局のサービスによる特定エリア内の全戸配布を実施することとした。

調査票は、大阪市や他区・他町村で実施された内容を参考に、質問項目のたたき台を作成。回答者にとってできる限り負担のないよう、レイアウトについても意見・助言を得るとともに、地域のふれあい喫茶等での活動者・参加者へプリテスト（準備調査）を経て完成。発送前に、区社協理事会や民生委員・町会長役員会にて説明・周知をおこなった。



調査票等の送付内容一式

調査結果を活用した展開へ

今後は、回答結果をもとに、①地域とのつながり（近所づきあい）の希薄化についてデータで提示し、“（元気な）今のうちから”地域行事等に参加・活動する必要性を呼びかけ。②性別・居住形態等で分析し、住民が参加しやすい居場所・通いの場を企画・立上げ。③“活動したい”ニーズ（興味のあることや新しく始めたいこと、多様な趣味・特技）から、養成講座など担い手として活動につながる企画を実施する予定。

現時点での到達点（結果・効果など）

調査票を1月中旬に発送し、2,000通以上の回答あり。回答結果の入力・集計作業まで終了している。今後、回答結果の分析作業（年齢・性別・居住地・居住形態ごとに詳しく分析）を進め、居場所・つどいの場の構想、担い手養成講座の企画に活用するとともに、地域住民及び関係機関へフィードバックをおこなう。また区地域福祉ビジョン策定に向け、住民の声を反映する取組みの一環としても位置づけられている。

生活支援コーディネーターとしての思い

今回は“地域におけるつながりの希薄化”という課題に基づき、地域行事や喫茶サロンに参加していない住民の声・意向を含めて聞きたいというねらいから、住民に向けて広くアンケート調査をおこないました。孤立した世帯の深刻化を防ぎ、見守りにつなげる意味でも、住民同士がつながる場づくりの大切さと、“アクティブシニア”の存在や可能性を感じています。またアンケートの実施自体が、本事業について理解を得る良い機会になりました。

（井上）





多職種連携の地域診断



取組みの背景・課題

区社協内で、地域支援担当、地域包括支援センター、見守り相談室が、それぞれの役割を踏まえてより連携を強める必要があった。また、在宅医療・介護連携相談室からは「地域包括支援センターともっと連携したい」という声が、区社協内では「他機関の業務をもっと知りたい」という声があがっていた。一方、生活支援コーディネーターが地域資源を把握する中、多機関で共有すれば有効と思われる情報が多く、共通理解の場が必要と感じていた。



取組みの目的・ねらい

- 区社協内の各部署の連携の強化及び関係機関同士の連携を強化するためのツールとしておこなう。
- 地域の社会資源の集約や課題の検討などを多職種でおこなうことで多くの情報が集まり、また幅広い視点で意見交換することで、地域の理解を深める。
- 地域課題を多職種で検討することで、課題解決に向けた協働取組みにつなげる。



和やかな雰囲気で見意見交換がおこなわれ、参加者それぞれにさまざまな気づきがあります



内容・プロセス

- 1 参加者 地域包括支援センター、ランチ、認知症施策推進担当、在宅医療・介護連携相談室、まちづくりセンター、見守り相談室、区社協 地域支援担当、生活支援コーディネーター
- 2 手順
 - ①話し合いのたたき台になる地域台帳を生活支援コーディネーターが作成。
(人口特性、公共施設、医療機関、介護事業所、生活資源、地域活動団体と活動内容、地域活動、その他団体がおこなう活動、地域の特色、ニーズ、課題等)
 - ②社会資源（医療機関、介護事業所、スーパー、コンビニ、銭湯、金融機関等の生活資源）の地図を地域支援担当とコーディネーターでおこなう。
 - ③多職種で「地域診断」の実施

事例概要

淀川区の18地域全てにおいて、地域包括支援センター等の多機関・多職種と協働で地域の情報交換、地域課題の検討等をおこなっている。専門職が集まって情報交換することで多面的な視点で地域を知ることができ、また専門職のネットワーク構築にもつながった。

事例における生活支援コーディネーターの役割

- 高齢者支援をおこなっている関係機関等の専門職のネットワークづくり
- 地域のニーズや地域課題を把握し、その解決に向けて関係機関と連携して取り組む

- 3 検討内容**
- ① 高齢化率や独居率、住宅状況等統計データを共有し、地域概要を共有。
 - ② 社会資源を共有。高齢分野に限らず、専門学校や障がい関係の施設、地域の活動など幅広い情報を共有。
 - ③ 住民の声、ニーズの共有。一人では拾いきれないが、協働することで多くの住民の声を集められる。
 - ④ 地域課題の検討。①～③を踏まえて地域の強みと課題を共有する。

現時点での到達点(結果・効果など)

「地域診断」が多機関とつながるきっかけに、お互いを知るきっかけになった。また情報交換でより多くの地域の情報を知ることができた。その人にとっては当たり前知っていることも、他の職種の人にとっては「宝物」である。また、高齢者支援に防災や障がい者支援など新たな視点が入ること、幅広い視点で地域を見ることができた。

また、地域診断で、「地域の行事はほとんど〇〇会館でおこなわれ、高齢者が多く住む北の方で活動場所がない」との話から、地域包括支援センターと地域に働きかけ、町会主催の介護予防運動教室の開催に至った。また、「〇〇地域では百歳体操がおこなわれていないが、参加したいという声が多い」という意見を共有し、地域包括支援センターと協働で地域に働きかけ、百歳体操立上げに至るなど、協働で社会資源を開発することができた。

専門職で地域の社会資源や課題を共有できたが、地域住民との共有は今後の課題である。



地域台帳をもとに話し合います



社会資源を色分けしてマッピング

生活支援コーディネーターとしての思い

「地域診断」をとおして専門職同士で地域に対する共通認識を持つことができました。生活支援コーディネーターひとりでは地域課題の把握や新たな社会資源を作ることもなかなか進みませんが、関係機関と一緒に取り組むことで、一歩ずつ前に進めていくことができました。心強いつながりの輪ができたと思っています。

(松尾)

※発行(令和元年8月)時点の生活支援コーディネーター:谷澤





“おしゃべり” から はじめる地域づくり



取組みの背景・課題

平成 28 年度の阿倍野区地域福祉計画策定の際に、区内でわいわいトークを実施。阿倍野区地域福祉計画策定後、区全体の計画だけでなく、地域ごとの計画策定をめざした。そこで、地区社会福祉協議会会長から「わいわいトークを開催したい」という声があがった清明丘地域において、地域単位の地域福祉行動計画の策定に向けて取り組むことになった。



取組みの目的・ねらい

- 地域の強みや課題、地域福祉ニーズを把握し福祉のまちづくりへ意見を反映させる。
- 地域の当事者意識、協働意識の醸成
- 既存資源の拡充、新たな資源の創出



内容・プロセス

おしゃべりから課題把握、共有へ

コアメンバーでの打合せを経て迎えた第 1 回わいわいトークでは、「やさしい清明丘地域」「やさしくない清明丘地域」というテーマで意見を出し合い、第 2 回では、第 1 回で出た意見をカテゴリーに分け、その中でも特に気になる課題に対して何ができるかグループで話し合った。

計 2 回のわいわいトークを終え、参加されていない地域の方に向けてわいわいトーク経過報告のポスターを作成し、地域の掲示板、回覧板で周知した。さらに、わいわいトークに参加することが難しい子育て世代や、障がいのある人の意見を把握するため、それぞれが集まる場所に赴きヒアリングをおこなった。第 3 回はこれまでにあがった地域課題に対しての対応策をグループごとに考え、より具体的な企画書を作成した。

各わいわいトークの間、他から出てきた意見を次のわいわいトークにどうつなげていくか、どう整理するかの話し合いも継続的に実施した。

課題出しで終わらせない！計画づくりと発信

これまでの経過を踏まえ、コアメンバーが集い、表出された地域課題を長期課題、中期課題、短期課題に分類、分析し、それぞれに具体的な対応策を検討。



わいわいトークで話し合う様子

事例概要

「わいわいトーク」とは、地域住民が普段の暮らしのことを気軽にしゃべりする中でどのような課題があり、どのような活動が必要なのかを見つける場である。清明丘地域では、平成 29 年度より 4 回わいわいトークを重ね、グループワーク等で抽出された地域の課題に対してどのような取り組みができるのかを話し合ってきた。

事例における生活支援コーディネーターの役割

- 地域のニーズ・資源の把握と整理：わいわいトーク開催に向けた連絡調整。事前打合せ会議の開催。資料・周知チラシ作成。参加が難しい層へのヒアリング。わいわいトークにより表出された課題整理
- 新規資源の創出、既存資源の拡充：男性のみの集いの場や、地域食堂（誰もが集える地域の食堂）の立上げ等、課題に対する取り組み支援

また、一方で清明丘地域の小学生が総合授業で「清明丘地域はお年寄りにやさしいか」「自分たちには何ができるか」について地域の協力のもと取り組んでおり、最後の授業ではこどもたちが保護者、地域、区長に対して取り組んできた内容を発表し、区長に提言書を渡した。その際に、地域からも、これまで行ってきたわいわいトークについて発表した。こども目線の地域診断、大人目線の地域診断の取り組みを、地域全体に向けても発信した。



出てきた意見の共有

可視化することで見えた新たな課題

この段階で、一旦これまでの取り組みをひとつの資料にまとめた。しかし、平成 30 年度に入って災害が続いたことを機に、計画に「災害について」の категорияがなかったことに気づき、第 4 回は災害についてのわいわいトークを実施。今後は第 4 回のわいわいトークの内容を取り入れた行動計画の作成のまとめと、以前検討した具体的な対応策をもとに居場所の立上げなど計画的な取り組みを進めている。



（左上）経過報告ポスター（下）わいわいトークをまとめた清明丘地域福祉行動計画の一部

現時点での到達点（結果・効果など）

わいわいトークで出た意見と対応策を基に、清明丘地域では実際に男性だけの集いの場や、地域食堂等の活動を立ち上げて取り組んでいる。また、意見を整理し可視化することで足りていない部分にも気づき、そこから新たな話し合いの場が生まれている。



生活支援コーディネーターとしての思い

地域の強みの再発見や福祉ニーズの把握、共有を何気ない“おしゃべり”の中でおこない地域の“気づき”のきっかけになればと考えています。また、進めていくなかでめざす地域像の共通認識をもつということや、参加していない方への経過報告等も通して過程を共有するなど、地域全体の意識の醸成を図ることも目的としています。

今後もわいわいトークを定期的におこない、見えてきた課題に対しどのようなことができるかをみんなで考え、具体的な実践につなげていきたいです。地域の方と顔を合わせて一緒に考えていくわいわいトークという「場」や「プロセス」を大切にしていきたいです。（土居）



小地域における高齢者の 実態調査及びネットワーク 委員会の再生について



取組みの背景・課題

平成30年度の初めに、区の地域福祉計画改定に際しての当該地域へのヒアリングに区社協職員が同行。聞き取りの中で地域活動協議会の会長から「地域活性や子育て世代に向けたイベントは充実してきたが、高齢者の地域行事の参加が減少しつつある。今後は高齢者を対象とした取組みにも力を入れていきたい」といった意向を伺う。「地域事情から組織的な見守りのしくみである地域ネットワーク委員会が久しく開催されていなかったこと」「会長が高齢者支援に対して意欲的であること」から、組織の再構築と高齢者へのアンケート形式でのニーズ調査の企画案を区社協で検討。後日会長を訪問し、提案したところ承諾をいただき、調査の実施が決定した。



取組みの目的・ねらい

- 地域における主体的かつ組織的な見守り活動の構築（地域ネットワーク委員会の再生）
- 高齢者の生活実態やニーズを把握し、今後の事業等の参考にする。
- 地域における相談拠点の設置整備



内容・プロセス

「地域住民とともに作る」アンケート

高齢者の実態調査に関する話し合いの場を「地域ネットワーク委員会」に位置づけ、町会役員、民生委員、あったかネットコーディネーター等約30人の活動主体とともに集まり、高齢者等支援について話し合うきっかけとした。大阪市の高齢者実態調査の質問項目を参考としながら、「地域にお住まいの高齢者に聞いてみたいこと」を質問候補としてあげていった。こうしてあがった質問案の更なる検討、調査手法に関する意見交換をおこなうため、委員会から10人程度の主要メンバーを選出し、「アンケート作成部会」を実施した。

なお、アンケート作成にあたっては、梅花女子大学の綾部貴子准教授に助言者を依頼。アンケート項目の作成と調査の手法について専門的見知から意見をいただいた。



地域ネットワーク委員会(全体会)の様子
アンケート設問や配布・回収に関するアイデアを
検討

事例概要

清江地域は区内で最も高齢化率が低く、PTAをはじめとした若手による活動も活発でハロウィン等のイベントも多数開催されている活気のある地域。しかしながら、65歳以上の単身世帯の割合が高いこと、地域行事への高齢者の参加率の減少、地域ネットワーク委員会が久しく開催されていないなどの課題を抱えていた。そこで、「住民全体の見守り支援体制の構築」という観点から、地域に住む高齢者の実態把握と地域ネットワークの再生をめざした取り組みをおこなった。

事例における生活支援コーディネーターの役割

- 地域ネットワーク委員会開催に関わる協力
- 地域に住む高齢者を対象としたアンケートの作成及び実施協力
- 地域の相談拠点整備に対する支援

多くの人に答えてもらうための工夫

「アンケート作成部会」での「同じような項目は極力まとめた設問にする」「専門用語には解説をつけて、区社協や地域事業紹介のパンフレットも同封する」「お礼品をつける」といった意見をもとに配布用のセットを作成。1500部程度を作成し、3月1日に地域で配布をおこなった。町会役員が中心となり、手配りで聴き取るなど、きめ細やかに高齢者の声を聴いた。区社協も見守り相談室や地域包括支援センタースタッフが担当する利用者等へ配付、聴き取りをおこない、地域の取り組みを側面から支援した。



アンケート作成部会の様子
全体会であがった意見を基に、調査に具体的な手法について意見交換

現時点での到達点(結果・効果など)

- 現在、同封の返信用封筒でアンケートを回収中。平成31年（令和元年）度初めに集計をおこない、今後の地域福祉の推進の参考とする。
- 検討に参画した地域ネットワーク委員を対象としたアンケートでは「非常に有意義な会議だった」「どんな回答が返ってくるか楽しみ」といった声があがっており、「地域の高齢者の方が何を望んでいるのか」「地域として何ができるか」を考え、共有する契機となった。

生活支援コーディネーターとしての思い

アンケートの作成・実施に関して多くの意見をいただきながら、さまざまな方の協力のもと住民の皆様が主体となったアンケート調査を実施することができました。

「みんなで話し合いながらアンケートを作成し、調査が実施できたこと」に地域の皆様もやりがいと手ごたえを感じておられ、このような検討・実施の機会をコーディネートできたことをとても嬉しく思いました。

今回の調査を通じ、地域の中で見守り活動や高齢者支援、居場所づくりに関する機運が高まっています。今後はこの結果を踏まえ、地域の皆様とともに高齢者のニーズに沿った新たな取り組み等について考えていきたいと思います。

(松川)





地域住民のニーズを知る・ 社会資源を知る



取組みの背景・課題

ひとり暮らし高齢者や高齢者夫婦のみの世帯が増加し、医療や介護サービスの他、在宅生活を継続するための日常的な生活支援やちょっとした支え合いが必要とされているのではないかと考え、実態把握のための調査等を企画・実施することとなった。



取組みの目的・ねらい

- アンケート調査を通して、必要とされる生活支援サービスや担い手の意識を明らかにする。
- 専門職に社会資源の一覧を情報提供することで、自立に向けた支援や、地域とつながる支援に役立ててもらう。



内容・プロセス

①生活支援体制整備事業の推進にかかるアンケート調査(ケアマネジャー向け)

協議体のワーキングチームにおいて内容を検討し、高齢者支援におけるさまざまなニーズに対し、介護保険では対応できないために特に悩んだこと、苦慮したこと、地域住民に協力をお願いしたいことを主な質問項目とした。介護保険サービス事業者連絡会の居宅支援事業者部会に依頼し、区内4か所の地域包括支援センターから各圏域内の居宅介護支援事業所へアンケートを配付・回収いただいた。(事業者数80カ所へ配付。在籍ケアマネジャー全員へ依頼。回収率48%)

②ボランティア・助け合い活動に関するアンケート調査(老人福祉センター利用者向け)

日常的な生活支援における担い手の発掘・養成に向けて、元気な高齢者の社会参加への意識やニーズを把握するアンケート調査を実施した。対象は、住吉区老人福祉センターの利用者。(200部回収)

事例概要

- ①地域のニーズ把握やサービス資源の開発のため、日頃、高齢者の方の支援をしているケアマネジャーへアンケート調査を実施。高齢者支援におけるさまざまなニーズに対し、困っていること、地域住民に協力をお願いしたいことについて把握した。
- ②ボランティア・助け合い活動などの生活支援サービス創出に向けて、元気な高齢者の社会参加への意識やニーズを把握するアンケート調査を実施。新たな担い手の養成につなげるため、これまでの経験やボランティア活動において重視すること、得意なこと、今後できそうなことなどについて把握した。
- ③区内の社会資源の情報を取りまとめ、協議体のワーキングチームでの情報共有を進めながら、民間サービスの情報を含め地域の社会資源一覧を作成した。

事例における生活支援コーディネーターの役割

- 高齢者のニーズを把握し、生活支援サービス創出の材料を整理する
- 地域の社会資源の情報を把握して取りまとめ、情報発信をおこなう

③地域の社会資源一覧の作成・発信

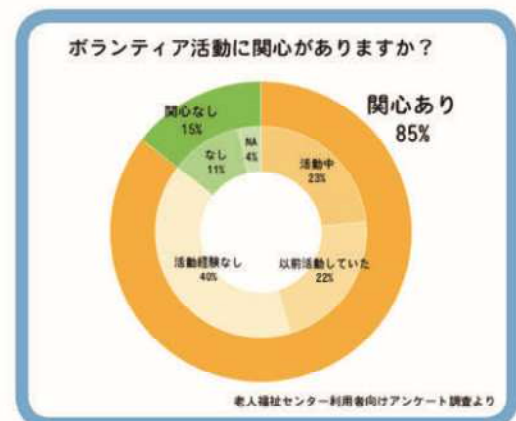
区内の社会資源の情報を「趣味」「運動」「交流」「食事」などのカテゴリーに分けて取りまとめをおこなった。町会単位のサロンなどについては随時訪問し、実態把握。協議体のワーキングチームで情報共有し、実施団体への掲載許可を確認後、ケアマネジャーを中心とした専門職向けとして、紙媒体で情報提供した。



社会資源一覧の表紙(③)

現時点での到達点(結果・効果など)

- ①ケアマネジャー向けの調査では、高齢者のさまざまな困りごとにおいて、専門機関として支援の工夫をすべきところ、地域住民の方へ協力を依頼したいところ、それぞれのニーズが明らかになった。
- ②老人福祉センター利用者向けの調査では、ボランティア活動に関心のある方が全体の85%と非常に高く、先の調査のニーズにマッチングできるような回答も得られた。次年度は、調査結果をもとに、サービス創出に向けて検討していく。
- ③運動、趣味、交流編として社会資源一覧を配布。今後の情報の更新方法や配布頻度、掲載内容などは検討中。



老人福祉センターへの調査結果(②)

生活支援コーディネーターとしての思い

地域包括支援センターに配属されていた時、「この人は本当にデイサービスが必要なのか?」「ペットのお世話はケアマネジャーがするの?」と疑問をもつことがありました。社会資源一覧は高齢者の方の自分らしい暮らしに役立つことを期待して作成しました。またちょっとした困り事を助け合える仕組みがあれば、きっともっと自分らしく過ごすことができる人がたくさんいると思います。活動したいという方々の心強いニーズのもと、仕組みづくりの検討を進めたいと思います。

(中西)



把握・分析

1-6

平野区社会福祉協議会



アンケート調査を基にした居場所づくり・有償による助け合い活動の新たな取組みについて



取組みの背景・課題

高齢者を取り巻く環境が大きく変化している中で、①区内の高齢者の暮らしの実態を客観的に捉え、活動の根拠を明確にすること、②各専門職の横串をさせた場をもつことによって地域住民と専門職が共通理解をもって事業推進する必要性があった。



取組みの目的・ねらい

- 区の実情に応じた場の創出
- 検討の場から創出の場へ



内容・プロセス

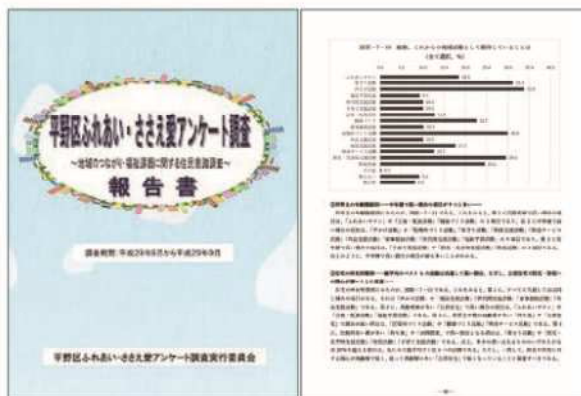
時期	内容
平成 29 年 3 月	アンケート調査実行委員会結成
平成 29 年 6 月～	区内 22 地域(住民)への趣旨説明・調査票配付協力を依頼
平成 29 年 8 月～9 月	アンケート調査票の配付
平成 29 年 10 月～平成 30 年 1 月	アンケート集計・分析・報告書の作成
平成 30 年 7 月	地域福祉活動報告会の開催 (アンケート調査結果の報告・共有の機会)

「平野区ふれあい・ささえ愛アンケート調査」の実施

暮らしの実態を把握し、住民が安心して住み続けられるための条件が整っているか、何が不足し何が問題なのかを明らかにして、地域と専門職が協働して解決する方法を考えるための基礎データを収集。対象は区内世帯数の5%に相当する4,448世帯。22地域の町会長を通じて無作為抽出により配布し、有効回収数は2,913票、有効回収率は65.5%であった。調査にあたり、佛教大学・金澤誠一教授にアドバイザーと調査票の設計・集計分析を依頼した。

調査結果からは、地域における親密なご近所づきあいや、地域への愛着といった帰属意識が高い特徴が見え、地域・在宅で生活し続けるにあたり、地域福祉活動への期待が大きいことがわかった。

一方でご近所づきあいになじめない方が社会的に孤立するおそれや、地域福祉活動の担い手として期待する層である60代、70代の多くが就労している現状も明らかとなった。



平野区ふれあい・アンケート調査

事例概要

事業実施にあたり、地域のつながりや福祉課題に関する意識調査として「平野区ふれあい・ささえ愛アンケート調査」を実施。調査結果を踏まえ、平野区における高齢者の居場所づくりや、有償による助け合い活動を検討するプロジェクトチームを新たに立ち上げた。男性のグループの立上げや地域主体による有償活動（モデル実施）につなげている。

事例における生活支援コーディネーターの役割

- 区民の生活実態及び住民ニーズの把握
- 集いの場、生活支援サービスに関する協議及び創出

プロジェクトチーム会議立上げから活動への流れ

区民向け報告会を開催するとともに、調査結果を協議体にて共有し、協議体の部会として、新たなプロジェクトチーム会議を立ち上げた。

【参画団体】地域包括支援センター・オレンジチーム・まちづくりセンター・区役所・区社協（見守り相談室・ボランティア・老人福祉センター・地域支援担当など）

- 在宅生活への期待⇒「居場所づくりプロジェクトチーム会議の立上げ」
- ご近所になじめないので頼みごとを相談できない⇒「有償活動プロジェクトチーム会議の立上げ」

時期	内容
平成 30 年 2 月	● 有償活動プロジェクトチーム会議準備会立上げ（毎月開催） 内容：他市・他区の有償活動の勉強会、ヒアリングなど ● 居場所づくりプロジェクトチーム会議準備会立上げ 内容：男性の居場所づくりの検討、居場所づくりマニュアルの作成
平成 30 年 3 月	協議体にてプロジェクトチーム会議への参画依頼
平成 30 年 10 月～	男性の居場所づくり講座の開催（計 4 回） オリエンテーション、中央卸売市場の見学・料理教室、うどん講座（入門編・実践編）
平成 30 年 12 月	● 有償ボランティア活動モデル実施の提案（A 地域）有償による助け合い活動実施に向けた検討会が立ち上がる ● 男性の居場所づくり「今後の活動について話し合う会」を開催し、今後取り組みたいことについて参加者と意見交換。
平成 31 年 1 月	男性の居場所づくり「The 男組」の立上げ（定例会）



男性の手打ちうどん講座

有償活動プロジェクトチーム会議



現時点での到達点（結果・効果など）

※令和元年 7 月時点

- 平成 31 年 1 月に、男の手打ちうどん講座の参加者を中心とした総勢 12 人の、「楽しみながら地域貢献」を理念とする「The 男組」の定例開催へつながり、お祭りへの出店やテーマソングの作成、買い物のお手伝いなど幅広く活躍中。
- 区内の生活支援ニーズが高い瓜破北地域へ、地域主体の有償による助け合い活動のモデル実施を提案・承認いただいた。助成金を活用し、令和元年度 10 月から「瓜破北たすけあい活動の会」を開始することに。現在は「活動者養成講座の開催・住民説明会の開催」にむけ準備中。



生活支援コーディネーターとしての思い

地域の現状を改めて「知る」と立ち返ることで、「なんとなく思っていたこと・みえていたこと」に明確な根拠を裏付けることができました。調査を調査で終わらせないことへの期待の声もいただいていますので、今後も継続して実情に即した社会資源の創出に地域のみなさんや関係機関と協働し、取り組んでいきたいと思っています。

かく田
(角田)



いろいろな媒体を用いての情報周知



取組みの背景・課題

地域住民やケアマネジャーから地域の居場所、つどいの場に関する問合せが多くあった。これまで活用していた各地域行事活動の一覧表では、細かい情報や新たな情報が掲載されていない部分もあったため、リニューアルすることとなる。さらに、その情報を全地域（17地域）に配布した際に寄せられた、「まとめて見ることができ一覧表がほしい」「地域にある通いの場を曜日で把握したい」といった声を参考に、新たに地域資源マップや生活支援コーディネーター情報紙を作成することとなった。



取組みの目的・ねらい

- 地域の情報を集約する際に、地域の担い手の方々とあらためて関係を深めるツールにすることを目的に、いねいな聞き取りをおこなう。
- 個人宅開放型などの地域の会館以外を拠点とした居場所、つどいの場を紹介することで、居場所づくりについて知ってもらい、関心を持ってもらう。



内容・プロセス

目的に応じて3種類の情報媒体を作成

地域ごとにあった地域の会館を中心におこなわれている地域の活動の一覧表（①）をリニューアル。地域の人々が居場所になっていると感じている活動を中心に掲載内容を調整し、毎月の定期的な活動だけではなく、もちつきや花見の会など年に1回の活動も掲載したことで、普段は地域行事に参加していない人にも活用していただける情報になっている。あわせて、このような各地域の情報をひとつに集約したつどいの場マップ・つどいの場カレンダー（②）を作成し、活用している。そして、生活支援コーディネーター情報紙（③）を作成し、個人で開催しているつどいの場について紹介することで、居場所づくりの啓発をおこなっている。



①地域の活動一覧



②つどいの場カレンダー(P.1、P.4)

事例概要

地域活動一覧表や情報紙など3点の媒体を作成。それらを活用し状況に合わせて地域住民や関係機関、専門職に対して地域の居場所、つどいの場に関する情報周知をおこなっている。

事例における生活支援コーディネーターの役割

- 地域にある居場所、つどいの場に関する情報を集約し周知することで、情報が集まるきっかけとなり、新たな地域資源の発掘につなげる
- 広報媒体を通じて地域の会館以外を拠点にした居場所、つどいの場について紹介することで居場所づくりの啓発をおこなう

つどいの場への新たな参加のきっかけに

これらの媒体を全地域に配布することで、新たな参加のきっかけになっている。また、居宅介護支援事業者連絡会や、地域活動者対象の講習会等でも配布し、活動の担い手にも地域の居場所、つどいの場について知ってもらうことで、新たな地域資源の活用きっかけになっている。

一覧表は区社協のホームページにも掲載しており、地域の情報が変わると随時更新している。これにより、電話での問合せにも対応しやすく、ケアマネジャー等の専門職を中心に、最新の情報を提供できている。

現時点での到達点(結果・効果など)

一覧表や情報紙を配布し説明することで、地域住民や関係機関に生活支援コーディネーターを知ってもらうきっかけになり、さらなる情報提供があり、新たなつどいの場の発掘にもつながった。

また、生活支援コーディネーターの情報紙を見て、個人宅開放型でおこなっているつどいの場について話を聞きたい、見学したいという声が寄せられ、見学会を数回実施した。

その他、中央区在住で、他区のつどいの場に参加していた方に対して、当該区的生活支援コーディネーターと連携しながら、活動一覧表を用いた情報提供をおこなった例もある。



③生活支援コーディネーター情報紙(表面)



ホームページでの地域の活動一覧の掲載

生活支援コーディネーターとしての思い

地域資源に関する情報を集める過程を通して、地域で活動している方々の想いを聞くことができました。これまであった情報であっても、一覧にまとめ、あらためて周知することで地域の行事に新たに参加するきっかけづくりや担い手の発掘になると感じました。

これからも地域の方々が求めている情報を、地域の方々と一緒に集めて、周知していきたいと思います。

(大谷)





14 地域ごとの 『地域の居場所・交流の場』 マップ



取組みの背景・課題

かつて日常の生活の中で自然にできていた、お互いを気かけ合い、支えたり、支えられたりのつながりが希薄となっている。元気なうちから、つどいの場やサロンに参加することでつながりができ、見守りやささえあいにつながる「居場所」の情報ツールがなく、本事業等で実施してきたアンケートで「参加したいがどこで何をしているかわからない」「会館の場所がわからない」などの意見があり、マップの必要性を感じていた。



取組みの目的・ねらい

いくつになっても住みなれた地域で暮らし続けるために、住民一人ひとりが自分たちの力を発揮し、地域のつながりや住民の力を活かすことが大切となる。介護予防・生きがいづくりの場としての「居場所」はお互いの見守りや支え合いにもつながっていくため、住民の身近にある居場所＝「交流」「体操・運動」「趣味」「地域貢献」の情報や福祉の相談窓口の連絡先が一つになった一覧表を作成し、閉じこもり防止を図るとともに、顔見知りや友だちづくり、生きがいに発展することを目的に作成する。



内容・プロセス

アンケートや聞き取りから居場所情報の現状を把握

区内にはさまざまなチラシや情報紙があるものの、住民からは「体を動かしたい」「参加できる場の情報が知りたい」といった声が多く聞かれた。また、地域福祉サポーターからも「自分の地域の居場所の情報をまとめたものがない」、専門職からは「同じような情報冊子が多い」などの声を聞き、これまでアンケート等で把握してきた内容とあわせて「居場所」の情報に関する現状把握ができた。

今までにないものを作ること

地域には住民主体の長年積み重ねられた知恵と工夫のある「居場所」もあれば、行政・専門職や区社協が実施している「居場所」、さらには趣味の「居場所」もある。地域役員や地域包括支援センターと連携し、東住吉区の14地域ごとに、交流、地域貢献、体操・運動、趣味と分類し、マップや相談窓口も掲載した一覧表を作成する。今までにないものであったので、掲載内容やマップ確認等、きめ細やかな確認作業が必要であった。

事例概要

地域の居場所情報について、地域ごとにまとめたものはなく、「参加したいがどこで何をしているかわからない」といった声があった。そこで、地域の「通いの場」の情報を広く周知できるツールとして、14地域ごとのマップを作成した。

事例における生活支援コーディネーターの役割

- 居場所の情報収集や周知のための地域役員、地域包括支援センター等との連携
- 居場所への掲載確認、編集作業
- 完成した居場所・交流の場マップを周知
- 既存の居場所や掲載しているつどいの場の後方支援
(マップは2年ごとに更新予定)

『地域の居場所・交流の場』マップ完成へ

さまざまな機関との連携をもとに、「居場所」の情報、ニーズや現状把握から、マップ完成までには、約1年の月日を費やした。地域からは「自分の地域の居場所情報を知ることができた」「マップを使って、新たに参加を呼びかけたい人に紹介できる」などと嬉しい声があり、さらにマップの必要性が高まっている。



東住吉区14地域ごとに作成した『地域の居場所・交流の場』マップ(A3二つ折り)
※一例として東田辺地域のマップを掲載

現時点での到達点(結果・効果など)

「居場所」への新たな参加者が増加したほか、住民だけでなく地域包括支援センターやケアマネジャーなどからの問合せが増え、活動者にとってはより活動の幅が広がり、楽しみや生きがいにつながっている。

生活支援コーディネーターとしての思い

活動者との顔のつながりや把握できていなかった活動も理解できたことは生活支援コーディネーターとしての財産です。『地域の居場所・交流の場』マップのニーズは高く、住民だけでなく、地域役員、地域包括支援センター等からも喜ばれています。「居場所」で参加者の笑顔、いきいき楽しくされているのを見ると作成してよかったと思います。(なかじ 中地)





3-1



マンション住人の介護 予防と交流をめざして

～見守り活動の気づきからの出発～



取組みの背景・課題

- 背景：当該地域にはすでに2ヶ所で百歳体操が実施されていたが、少し距離がある。見守りボランティアが活動を通して得た対象者のニーズや、発起人自身が課題に感じていたコミュニティの希薄を解決するため、新たな介護予防（百歳体操）の取組みにチャレンジしたい思いがあった。
- 課題：発起人は百歳体操をおこなうことでマンション住人の交流も活発になればという思いの反面、百歳体操の単調なリズムに対し継続性の不安を抱いていた。また、協力者、機材、会場などの開催できる条件が整っていなかった。



取組みの目的・ねらい

- 数年前に町会組織を解散し、つながりが希薄になりつつある当該マンション住人間のコミュニケーションを活発にする一つの手段として百歳体操の立上げを支援する。
- マンション住人が高齢化しており介護予防の観点からも継続して実施し、全住人にとっての財産となるように支援する。



内容・プロセス

発起人が立上げを検討

発起人が立上げを意識する段階で、ランチ相談員の耳に入る。相談員から生活支援コーディネーターに情報提供があった。必要な機材等は揃っておらず、検討中の段階とのこと。

立上げに向けての準備期間

発起人から生活支援コーディネーターへ直接相談が入る。協力者、機材、会場それぞれどのような方法で調整するか検討する。検討の結果、発起人がマンション理事会で集会所使用の了解を得て、生活支援コーディネーターは圏域の地域包括支援センターやランチ、区保健福祉センターの保健師に情報提供し、協力体制を整えた。準備段階で、期待していた方が協力者になってくれなかったり、機材の搬送を手伝ってくれる人がいないなど、問

事例概要

発起人は自身が居住するマンションにおいて見守りボランティアをしており、住人の高齢化、孤立化等の問題を感じていた。見守り対象者から「マンションの集会所で百歳体操をしてくれたら参加したい」という声があり、住人の介護予防にもなり交流が生まれることを期待して立上げを検討。当初は場所も機材も確約できるものがなかったが、圏域の地域包括支援センター、ランチや保健師とも情報共有し発起人を励ましなが準備を進め、立上げに至った。週2回、参加者の見守りができる場になっている。

事例における生活支援コーディネーターの役割

- 関係機関と進捗を共有し、それぞれに可能な支援を提供できるように調整する
- 発起人の不安に寄り添い、立上げまで一つひとつ解決しなければいけない問題について整理しながらともに進める
- 発起人及び参加者へ百歳体操が見守りや交流の機会となるよう働きかける

題が発生すると発起人のモチベーションの持続が困難になることもあった。不安に寄り添いながら、解決策を提案して励まし、立上げに至る。

運営支援へ

参加者が固定し、継続実施ができる状態になる。参加人数が10人弱（会場の収容可能人員と同程度）ということもあり、発起人としてはこの規模で続いているのか、もっと広く周知すべきかという心配を常時抱えている。マンション住人の交流と介護予防の目的が達成できていることを伝え、自信をもって運営していただけるように支援している。また、欠席した方への手紙の活用を提案した。



マンション集会所での体操の様子



参加メンバーが誰でもDVD操作できるように作成

現時点での到達点(結果・効果など)

参加者は百歳体操の場が住人の交流にもなっていることを認識し、継続参加につながっている。発起人は自主グループの活動をよりよいものにしようとする柔軟性を持ち、参加者の意見を集約するなど参加者主体で運営できている一方、世話役を請負っていることの精神的負担から継続開催の不安も抱えている。



生活支援コーディネーターとしての思い

発起人がマンション住人の交流につながる新しいことを試みようとする意識を持っておられるので、さらに充実した居場所につながるように企画・運営の支援をしたいと考えています。自信をもって継続開催できるように、発起人及び参加者にマンションでの百歳体操の存在意義を伝えていきます。

なしだ
(梨子田)



体力に少し自信のある 高齢者に向けた取組み

～介護予防から担い手へのステップアップをめざして～



取組みの背景・課題

高齢者のニーズ収集や地域課題を検討する中で、体力に自信があることから「介護予防はまだ必要ない」「一般的な体操より少し強度の高い体操で体力アップをめざしたい」「高齢者を対象とした既存の場は自分とは年齢差・体力差がある人も多く、足が遠のいてしまう」という比較的元気な高齢者の声を把握した。

元気高齢者に限らず、西区は他都市からの転居率が高いことや集合住宅が多いという点から近所づきあいが希薄になりやすい傾向がある。地域内に知り合いがいないことを理由に、地域行事への参加にハードルの高さを感じている高齢者も多く存在することを地域包括支援センター（区内一包括）と共有していた。



取組みの目的・ねらい

- 参加者から世話役を募り、ゆるやかな組織化をはかりながら担い手となる活動へとステップアップさせていく。
- 体力に自信がある高齢者同士や、その人たちと区社協がつながる機会を設け、交流の展開（地域行事や区社協行事への参加等）を図る。



内容・プロセス

“体力に自信がある高齢者”をターゲットにした介護予防の取組み

かねてから西区内での介護予防事業に携わっていた柔道整復師へ、体力のある高齢者層を対象とした介護予防につながる取組みについて相談した。柔道整復師も体力を維持するためには早期の取組みが必要であるという見



継続的な取組みに向けて計画

解から、協力を得ることができ、本講座を企画。講座を通して介護予防の啓発をおこなうと同時に、参加した高齢者が今後、身近な高齢者を支える担い手につながるような仕組みや参加者同士で交流することで近所づきあいのきっかけとなる機会にできないかと講座内容や終了後の取組みを検討した。

講座の趣旨と参加者層を近づけるため、講座名に“60歳”のワードを入れ込み、対象を“立位での体操が20分程度可能な60歳以上の西区民”とした。結果、体力に自信のある60歳から83歳までの35人が参加。3回シリーズの初回終了後から「講座が



カラダのつくり方講座の様子

事例概要

「自分にはまだ介護予防は必要ない!」と感じている高齢者が、介護予防を意識せず体力づくりに取り組めるよう「60歳からのカラダのつくり方講座」を開催。「講座で習った体操を今後も継続して取り組みたい」と希望する参加者が集まり、場の創出・運営について検討。参加者が受付等を担う自主運営の形で「60歳からのカラダのつくり方サークル」が誕生し、体操に取り組んでいる。

事例における生活支援コーディネーターの役割

- “介護予防感”を出さずに介護予防に取り組める機会の創出
- 参加者の様子を見極め、継続した場の立上げに向けた話し合いの調整、役割分担

終わった後も続けたい」と継続を希望する声が複数あった。そのため、取組み継続の希望や普段健康のために取り組んでいる事柄についてアンケートを実施。結果、参加者の8割が継続を希望した。

参加者と一緒に計画・運営し、担い手へのステップアップもめざす

当初予定していた全3回の講座とは別に、「おつかれさま会」と称して交流会を実施。参加者同士で日中の過ごし方等の情報交換をおこなったほか、継続的な取組みの場について意見交換をしながら計画。基本的には講座中に撮影した動画を見ながら体操に取り組んでいくが、講座を担当した講師からボランティアとして協力の申し出があり、不定期で指導が受けられることとなった。また、当日の会場準備・受付を担う“準備リーダー”という役割を設けて運営し、生活支援コーディネーターや区社協地域支援担当の職員は貸出機材の準備と安全確保のために立ち会うこととなった。

準備リーダーは各回ごとの立候補制としたが、参加者同士で声掛けをおこない、欠けることなく継続できている。準備・受付の合間に新たな交流が生まれている場面を見かけることも多い。

講座参加者の約半数が継続して参加しているほか、参加者からの口コミが広がり、平均約25人が介護予防に取り組んでいる。

現時点での到達点(結果・効果など)

- 「これくらいならできる」という担い手への第一歩を準備リーダーで経験できている。
- サークル内で他者と交流したり、区社協職員からの情報提供により、地域行事等への関心が高まり、今まで参加していなかった地域行事に参加する等交流の幅が広がった。
- 「サークルの回数を増やしたい」「さらにレベルアップした体操をしたい」という意見が増え、活動意欲の向上につながっている。



サークルの様子

生活支援コーディネーターとしての思い

ラジオ体操や百歳体操等、介護予防を目的とした取組みは区内にも広がっていますが、何に取り組むか“選ぶ楽しみ”が増えればと思い、新たな視点のものを取り入れました。参加している方がいつまでも元気高齢者で居続けられることと、準備リーダーで経験した「これくらいなら自分でもできる」という感覚からステップアップして、ボランティアや地域活動の担い手としても活躍されることを心から期待しています。

(石井)





3-3



いきいき健康体操 の立上げ支援



取組みの背景・課題

敷津地域では食事サービスや喫茶サロンの利用者の高齢化に伴い、参加が難しい人も出てきた。敷津地域では百歳体操の実施がなかったことから、必要性が認められた。



取組みの目的・ねらい

- 地域で健康づくり・介護予防の機運を高める。
- 高齢者が地域活動に参加するきっかけづくり



内容・プロセス

①地域活動者との打合せ

敷津地域の地域福祉サポーターより、地域の会館を活用して体操を始めたいとの話を聞く。後日、地区社協の役員を交えて打合せ会を実施。地域内2ヶ所の会館で、喫茶サロンが始まる前に実施する案が出た。喫茶サロンの活動内容を見直すボランティアの会議が予定されていたため、その際に提案し、ボランティアの意向を確認することとした。

②区保健福祉センターとの連絡調整

区内の百歳体操の窓口である地域保健活動担当へ、地域福祉サポーターと同行し訪問。おもり・DVDの貸出し手続きをおこなう。また体操を実施する際の留意事項について伺う。「百歳体操」は週1回以上の実施を想定されるが、敷津地域では初めてのため、月1回×2ヶ所のペースで「健康体操」としてスタートすることとなった。



初めて見る体操にチャレンジ。
最初は少し苦戦しましたが……



慣れてくると、「これはええ運動になるなあ」と納得です

事例概要

敷津地域で介護予防・健康維持を目的とした「敷津いきいき健康体操」立上げに協力。区内で展開されている「いきいき百歳体操」をベースに、月1回ペースで試行的に開始し、適宜実施頻度や内容について検討することとした。

事例における生活支援コーディネーターの役割

- 地域活動者との打合せ ⇒ 課題意識の共有、具体化にむけ整理
- 区保健福祉センターとの連絡調整 ⇒ 物品の調達・手続き、今後の見通しを共有

③初回実施へ

喫茶ボランティア会議で、正式に実施が決定。周知チラシを作成し、食事サービス等で配布した。初回は他の百歳体操で世話役をしている人に参加してもらい、設営準備や内容について助言を受けた。

現時点での到達点(結果・効果など)

「敷津いきいき健康体操」として、2ヶ所の会館で月1回ずつ開催。喫茶サロンでお茶を飲む前に参加する人や、友人の誘いで体操に参加し喫茶も利用するようになった人がいる。現在は毎回15人ほどの参加である。参加者からは「30分なら散歩のついでに参加できる」という意見がある。DVDの操作は喫茶ボランティアが担当しているが、いすやおもりの準備は参加者が協力しあい、自然と役割を分担できている。



経験者にも教わりながら、やりきりました。
おながが空いたら喫茶サロンへ



準備・片付けはみんなで協力

生活支援コーディネーターとしての思い

地域では福祉分野に限らず既にたくさんの取組みがあるため、活動者の負担が重くなりすぎないように意識しました。新たに役員となった方も複数いたので、地域福祉活動の全体像についてもお伝えしながら取り組みました。

体操が始まると、近隣に住む方同士がおしゃべりによって互いの無事を確認する姿が見られます。しかし入院等がきっかけとなって体力が低下し、会場まで行くことが難しくなる方もいらっしゃいます。現在でも世話役から電話で開催連絡や欠席確認はおこなわれていますが、参加したいけれど一人での移動が難しい方をサポートする方法についても考えていきたいと思っています。

いずたに
(泉谷)





コミュニケーション麻雀を用いた介護予防の取組み



取組みの背景・課題

介護予防や認知症予防への関心が高く、誰でも気軽に参加できる介護予防や交流の場が重要だという認識がある一方で、地域の集いの場は、女性の参加者が多く、男性が参加するにはハードルが高い現状がある。そのため、男性高齢者が閉じこもりがちになる傾向が高い。それらの解決に向け、介護予防や脳トレ、地域交流の場づくりの新たなツールとして、「コミュニケーション麻雀」の活用について地域の会長から提案があった。



取組みの目的・ねらい

- 女性に比べて地域への参加が少ない男性にも、麻雀は親しみやすく、今まで地域との関わりが少なかった人の参加も考えられるため、地域参画へのきっかけ及び新たな担い手の発掘をめざす。
- 男女を問わず誰もが気軽に参加できる高齢者の活動の場をめざす。



内容・プロセス

コミュニケーション麻雀講習会の開催

平成30年6月にコミュニケーション麻雀講習会を開催。12人の参加があった。「楽しい!」「手や指の運動にもなるし、頭も使うから介護予防や認知症予防にもなるね」「次はいつする?」など、定期的な開催を望む声があがり、コミュニケーション麻雀を用いた新たな介護予防・地域交流の場をめざし、月1回の体験会を開催することが決まった。

定期的なコミュニケーション麻雀体験会の開催

講習会を経て、翌月の7月から体験会を実施。最初は講習会の受講者を中心に、今後各地域にも広めていくことを見据えて、講師から学んだルールや遊び方の確認をていねいにおこなった。その後、広報による周知や口コミによって、少しずつ参加者が増



コミュニケーション麻雀講習会



定期開催している体験会

事例概要

平成 30 年 6 月に実施したコミュニケーション麻雀講習会の受講者を中心に、区在宅サービスセンター（区社協）で、毎月 2 回（第 2 金曜日、第 4 月曜日）コミュニケーション麻雀体験会を実施している。

事例における生活支援コーディネーターの役割

- 参加者一人ひとりが自発的に活動に関わることができる場づくり
- 参加者同士の定期的な意見交換会の機会を設け、参加者主体の活動を促す

えていき、現在は月 2 回の開催となり、平均して 30 人ほどの参加がある。新しい参加者には、慣れた参加者が寄り添ってルールの説明をおこなうなど、誰でも一緒に楽しめるようにサポートし合う雰囲気が自然とできている。

地域サロンへ出張麻雀体験会

太子橋地域で実施されているサロンの主催者から、サロンでの新たなメニューについて相談があった。また、太子橋地域から区在宅サービスセンターへは距離が遠く、さらに交通の便も悪いため体験会に参加しにくい状況であることから、出張麻雀体験会を実施することとなった。普段体験会へ参加されている方々は、ボランティアとして出張麻雀体験会へ参加。「当日の運営や新しく来た人への説明など、できる範囲のことは自分たちでできるし協力もできる。今後も地域で出張依頼があれば手伝う」と、地域での活動に向けて前向きな意見があがった。



地域サロンへ出張麻雀体験会

現時点での到達点（結果・効果など）

当日の準備や運営、後片付けまで参加者主体でおこなうことができおり、参加者一人ひとりが自発的に活動に関わろうとする姿勢が見られる。また、体験会に参加して知り合った男性同士で、新たに健康麻雀ボランティアグループが自発的に立ち上がるなど、介護予防や地域交流の大切さの気づきにもつながっている。

生活支援コーディネーターとしての思い

コミュニケーション麻雀体験会に参加し、交流の輪が広がることで地域で活動するきっかけになればと思います。一歩外に出て、そこで人との交流を楽しむこと、無理せず自分のできるところに参加することが、いつの間にか自分の役割意識にもなり、介護予防や高齢者の元氣な暮らしの秘訣につながると感じています。

今後は、体験会へ定期的に参加し、活躍してくださっている方々が、自分の住む地域でもコミュニケーション麻雀を通して活躍できるよう橋渡しの支援し、地域交流の場づくりに向けサポートしていきたいと思っています。

（鎌田）





老人保健施設との協働による 将棋を通じた居場所づくり



取組みの背景・課題

区内全体の課題としては男性の居場所が少ない。一方、当該施設では以前より百歳体操など地域に開かれた施設づくりをおこなってきた。また、当該施設では将棋がブームであり、対戦相手を探していた。



取組みの目的・ねらい

- 男性が参加でき、交流できる居場所をつくる。
- 地域に開かれた施設としての取組みを増やす。
- 取組みを通して地域住民や利用者、ボランティアの関係をつくる。



内容・プロセス

きっかけから開催まで

生活支援コーディネーターとして活動の場を探していた時に、施設より空きスペースを活用した地域貢献について相談を受けたことがきっかけ。当該施設では以前より百歳体操で地域に場所を開放しており、もっと地域住民に活用してほしいと考えていた。百歳体操に参加するのは女性がほとんどで男性の参加が少ないとの話から、生活支援コーディネーターより男性が参加できる居場所づくりを提案。施設では将棋がブームだが、利用者の高齢化により対戦相手が減っているとのことで、将棋をテーマにした居場所づくりを開催することになった。

区ボランティア・市民活動センターを通じて将棋ができるボランティアに依頼し、ボランティアと施設、生活支援コーディネーターで打合せの機会を持ち、取組みの目的や開催日時、内容について話し合った。その際、ボランティアから「少しなら人に教えることもできる」との話があり、経験者だけではなく、新たに将棋をはじめたい人も参加できるようにして、より多くの方が参加できることをねらった。

開催周知については、生活支援コーディネーターがチラシを作り、区社協や施設での配架、Facebookでの発信のほか、地区社協やネットワーク委員会、地域包括支援センターなどにも配り、居場所がない人や将棋などができる人をつないでもらうよう依頼をした。



案内看板

事例概要

区社会福祉施設連絡会加盟施設の老人保健施設（以下、当該施設）がおこなう地域貢献との協働で、空きスペースを活用して介護予防の場づくりを企画。地域での居場所が少ない男性も気軽に参加でき、地域住民と施設利用者がつながる場として、将棋をテーマにした集いの場をこれまで3回実施した。地域住民や利用者、ボランティアの中で顔なじみの関係が少しずつでき、今後定期的に開催することとなった。

事例における生活支援コーディネーターの役割

- 地域のニーズについての情報提供や共有
- 担い手となるボランティアのマッチング
- 開催に向けての施設とボランティアが協議する機会を設定
- チラシを作成し、広報周知を実施

開催の様子と今後について

これまでに3回実施し、毎回7～10の方が参加。将棋を中心にトランプやオセロなどを一緒におこなった。中には認知症の方や、離れた地域から20分ほどかけて電動車いすで来られる方もおられ、「将棋をしているのが楽しい」「こういった場がほしかった」との声や、付き添いのご家族から「デイサービスは行かないのに将棋は行くと言うので驚いた」との声があった。また、施設とつながりのある近隣の施設の職員・利用者も参加し、交流する場面もあった。



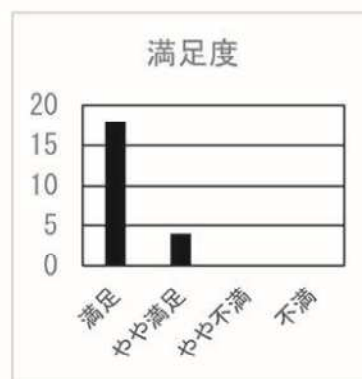
開催時の様子

開催の様子を市ボランティア・市民活動センター（市社協）主催の「ときどき記者養成講座」を受講した区内の方が取材し、区社協の広報紙で発信した。

毎回参加される方が3～4人おられ、顔なじみの関係も少しみられたことや、参加者の声やアンケートの結果から、今後、当該施設とボランティアで定期開催する運びとなった。

現時点での到達点（結果・効果など）

男性が参加できる取組みができ、参加者の声や継続して来られる様子から男性の居場所となったと考えられる。また、ボランティアや参加者となりができたことで、今後の取組み継続に向けてすすめることができた。



参加者アンケートの結果

生活支援コーディネーターとしての思い

男性が参加できる居場所づくりについては、当初テーマに悩んでいましたが、今回の取組みが今後の居場所づくりの参考になっています。また、居場所を通じて参加者やボランティアなど人と人とのつながりができることが、役割づくりや他の取組みにもつながっていくことを実感しました。今後も継続開催されるとのことで、生活支援コーディネーターとして関わりを考えていきたいと考えています。

（杉本）

