

特集

「こころで暮らす」をかなえるために

「人のつながりがつくる」安心のいちばん

高齢者福祉課地域包括支援センター係
0824-73-1165



ある日の総領地域デイホームの光景。みんなで手仕事をしながら会話も弾みます。

「年を取っても、いつまでも自分が住み慣れた地域で暮らし続けたい」と思っている人が多いのではないだろうか。庄原市が進める「地域包括ケア」。その中でも、人のつながりの力によって安心して暮らせる地域をつくる「生活支援体制整備事業」の取り組みについて紹介する。

暮らしの安心と「社会参加・参画」

近年、「社会参加」が健康長寿や住み慣れた地域で暮らす続けるために重要といわれています。大学の研究チームやシンクタンクの報告でも、「健康長寿には『運動』『栄養』『社会参加』が重要」というのが定説になってきています。

「社会参加」とは、人と交流する機会を持つことです。趣味の会やサロン、デイホーム、自治振興区活動や老人クラブの集まり、さらにはご近所同士でお茶を飲むことなども含まれます。

「運動」や「栄養」も、一人ではなく、みんなですることがプラスの影響を与えるといわれており、さまざまな場面で「誰かと一緒にすること」が大切といえるでしょう。

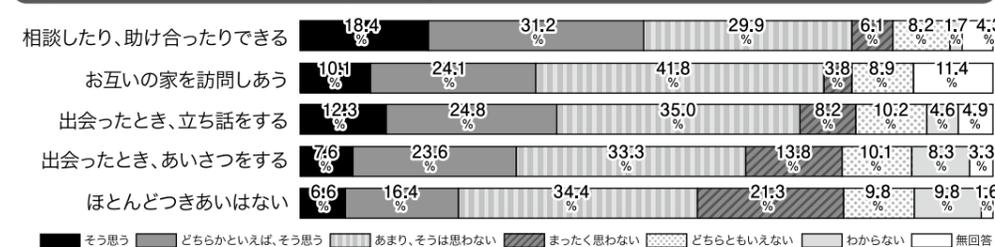
また、単なる参加ではなく、ほんの少しでもそこに自分の役割があることも大切です。「集まりの場に誰かを誘う」

「集まりの場の中で出番がある」「地域の見守り合いの一人に加わる」「ちよつとした助け合い活動の担い手になる」となっています。このように、役割を持って場に加わることを「社会参画」といいます。

「社会参加」や「社会参画」を通じて人のつながりを強めることは、安心して暮らせる地域づくりに欠かせないことです。市が平成27年に実施したアンケートでも、近所の人に相談したり、助け合ったりできる」と答えた人には、自分の住む地域が「高齢者にとって住みやすい」と感じている人が多いという結果が出ています。

庄原市は、都市部と比べて人のつながりが強いともいわれますが、人のつながりは地域の財産であり、その力を生かしていくことが、いま改めて必要とされています。

今住んでいる地域が「高齢者にとって、住みやすい」かどうかの質問に対する回答状況（「近所づきあい」に関する質問への回答別）



市が行った「地域福祉に関する市民アンケート（平成27年8月実施）」の結果より。「相談したり、助け合ったりできる」と思っている人が「高齢者にとって住みやすい」と感じていることが分かる。

「住み慣れた地域で暮らし続けたい」。その思いを実現するため「地域包括ケア」の取り組みを進めています。「地域包括ケア」とは、「高齢者が尊厳を保ちながら、重度な要介護状態となっても、住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができる地域」を目指し、医療・介護・地域福祉の各分野が連携を強めて、一体的に地域づくりを進めるものです。

その中で地域福祉の分野を進めるのが「生活支援体制整備事業」で、住民の主体的な取り組みを通して、人のつながりづくり、近所で見守り合いや助け合いができる体制づくりなどを進めるものです。

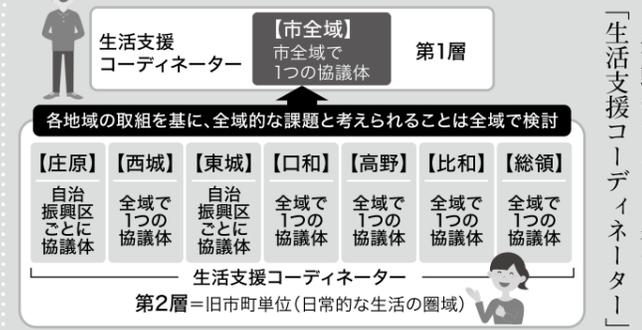
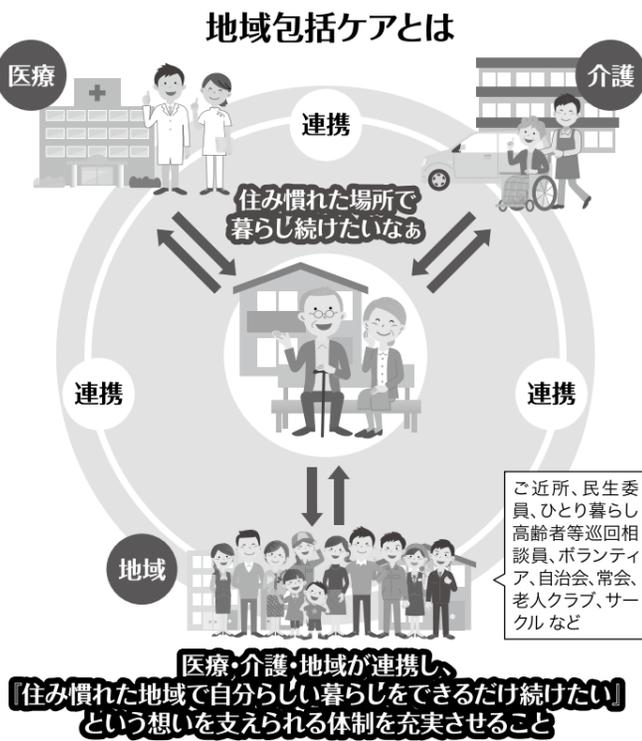
「住み慣れた地域で暮らす」とは、「馴染みの人間関係の中で暮らす」と言い換えることもできます。専門職による医療や介護のサービスも欠かせませんが、身近な暮らし

しの中にある人のつながりこそが、その地域での生活を支える基礎になっていると考えられます。また、この事業は、サポート役である「生活支援コーディネーター」の配置と、住民が主体となって議論をする場となる「協議体」の設置をすることとなっています。協議体は、地域課題を明らかにし、解決に向けて必要な取り組みを考え、創り出す場で、公のサービスではなく、住民の助け合いや企業の社会貢献活動など、非公的部門を中心として解決を図るものです。

庄原市では…

平成28年度から生活支援体制整備事業に取り組んでいます。市の全域を「第1層」、旧市町村を「第2層」と位置づけ、生活に、より身近な第2層を基礎として取り組みを進めています。第2層では、地域ごとにそれぞれの実情に合わせて課題を把握し、解決するための議論や取り組みを進めます。その中で全域的に取り組むべき課題だと考えられるテーマを、さらに第1層で扱っています。

活動のサポート役である「生活支援コーディネーター」



①見守り合いの仕組みづくり
②サロンなどの集まり場づくり
③ちよつとした助け合いの仕組みづくり

この3項目を基本としながら、各協議体の中で、地域の困りごとや関心ごとに合わせて、できることから取り組みが進められています。

私たちが生活支援コーディネーターです！

実践事例の紹介 ―こんな取り組みが進んでいます―

その1 高野なんずかんずつながる会（高野協議体）



自分たちでできることを形に「なんずかんず便利帳」は、「なんずかんず便利帳」は、自宅などに出向いてくれるお店や事業者の情報をまとめたパンフレットです。「買い物に困るとる人が増えとるよね」「〇〇さん、運転免許証を返納したらしいよ」「美容院まで行けない」など、「なんとか応援できないか」と始まった話し合い。

毎月一回、10人余りのメンバーが夜に集まり、「配達してくれる店があるよ」「あ的美容院はカットに来てくれる」「〇曜日に移動販売車が来るらしい」といった情報を各自が集め、現地に出向き確



認するという作業を繰り返して、半年余りでA4版12ページのパンフレットが完成しました。受け取った高齢者世帯からは「町内のことなのに知らないことが結構あった。電話一本で配達してもらえて助かった」「久しぶりに髪をカットしてもらえた」などうれしい反響がありました。

この会のリーダー、草谷末廣さんは言います。「地域で取り組みには無理なこともある。逆に地域だからこそできることもある。できることのひとつが、高野版便利帳“でした。プロのような見栄えではないが自分たちで作ったことに意味がある。だから、自分ごとになり次は何に取り組みむかの話も進んでいます」。

その2 福祉団体連携会議（庄原自治振興区協議体）



「近所だからできること」見守り合いの輪を広げる

「福祉団体連携会議」は、これまで見守り合いの仕組みづくり、命のバトンの普及などに取り組んできました。

次なる課題として、これまで一部の自治会で取り組んでいた見守り合いの仕組みをさらに発展させ、身近な近所（自治会・常套）で気軽に掛け合う仕組みとして、全ての自治会に広げていこうという取り組みが始まっています。

ある自治会では、見守りをきっかけとして、入浴もままならず、ごみが溜まりがちな孤立した高齢者を、自治会長、民生委員、ひとり暮らし高齢者等巡回相談員が中心



自治会の見守り合い会議。民生委員や巡回相談員を中心に、「気にかけて」と「見守り合い」を進めています（新道上自治会）

となり、ケアマネジャーや地域包括支援センターとも連携して支援することができました。

庄原自治振興区の滝口博章事務局長は「市の中心部は家が密集しているし、比較的便利がいいから大丈夫ではないか」と言われることもあるが、つながりの薄い人もいる。区民約6千人、33自治会を擁し、全域が同じスピードとはならないが、もう一度「昔の井戸端会議の推進！地域での助け合いの機運づくり！」を目標に、人々のつながりづくりを進め、安心につなげていきたいというのがメンバーの思いです」と、力強く話していました。

実践報告会を開催



昨年9月1日に、生活支援体制整備事業実践報告会「ささやかだけじゃなくと輝く地域の取り組み」を開催しました。

「生活感」「手づくり感」「地元感」をキーワードに、「すごいことだけでなく、身近なところでちよつと輝いている取り組みの積み重ねを大事にしよう」「市内の地域同士がお互いに共感でき、前向きな気持ちになれる会にしよう」というコンセプトで、市内の3つの地域が活動報告をしました。この会に参加したことをきっかけに、新たな協力や学び合いの輪も広がっています。

この取り組みにかける思い ―地域を思う気持ちの形にする―

総領自治振興区協議体「総領さいたらの会」

総領自治振興区事務局長
中田 博章 さん



中田博章さん(左)と水戸美代子さん(右)

「総領さいたらの会」は、自治会の代表を中心に構成されています。話しやすい場になるよう運営も工夫し、わいわいがやがやの中から、さまざまな地域の話が出てきます。

総領も高齢化が進み、担い手不足が深刻です。現在は、家回りの草刈りを支援する仕組みの話が進んでいます。

地域を思う気持ちから、地域の問題解決に向けて話ができる場ができたことの意義は大きいと感じています。地域が本場に必要としていることを、地道に形にしていきたいと思っています。

下領家自治会長

水戸 美代子 さん



これまでも自治会ごとに見守り活動を進めていきましたが、総領さいたらの会の取り組みを通して、見守り活動の一体化を進めることができました。例えば、認知症の方が他の自治会の地域で見かけられた際には、自治会間でスムーズに連絡を取り合うことができました。

安心して暮らせる地域であるためには、みんながお互いに「ちよつと気に掛け合う」ことが大切だと思っています。この活動は、今からずっと続く活動なので、毎日ご飯を食べるような当たり前の活動にしていきたい。定着できる活動にしたいと思っています。

生活支援コーディネーター

庄原市社会福祉協議会

奥田 久美子 さん



旧市町域ごとに配置されている生活支援コーディネーターの統括として、さまざまな地域に関わっています。

それぞれの地域には、自分の住む地域に対する人それぞれの日々感じていきます。その思いが、安心して暮らせる地域づくりに結びついていくよう、思いを汲み取ったサポートを心掛けていきます。

「ここで暮らせると思える地域」とは、心がつながっていること、喜びを感じられる地域だと思っています。新たな取り組みだけでなく、元々ある人のつながりを確認していく「地域の宝探し」にも、これからさらに力を入れていきたいと思っています。

庄原市は生活支援体制整備事業の先進地

広島県社会福祉協議会 地域福祉課長

吉野 篤史 さん



広島県社協は、地域福祉を進めるこの事業に、各市町村協の支援などを通して、県全域で関わっています。

地縁関係が希薄な都市部では、一部地縁組織による住民互助活動と、民間事業者・NPOなどによる生活支援サービスが進み始めています。

一方、中山間地域や島しょ部では、人のつながりを生かした、住民互助を中心とした仕組みづくりが進み始めています。

庄原市では、自治振興区を中心に「地域の活性と安心づくりを進める」ことを目指し、この事業に先駆的に取り組まれていると感じています。

地域の強みを生かした取り組みを、引き続き県社協も支援していきます。一緒に頑張ります。

終わりに

「一人一人にできること」

「生活支援体制整備事業」と言うとは何か難しく聞こえますが、この事業の根本は、身近な地域の人のつながりを見つめ直し、改めて普段から気に掛け合ったり、顔を合わせて話をしたり、ちよつとした困り事があれば助け合ったりするような関係を大切にしていくということなのです。

今回ご紹介したように、自治振興区などの取り組みも進んでいるのですが、一人一人にもできることがあります。

例えば：

- 地域のサロンに参加する。
- 曜日や日を決めて、近所でお茶会をしてみる。
- 自治振興区などが行う近所の見守り合いや、「お助けネット」などの助け合いの仕組みに参加する。
- 1人暮らしの方がいたらそれとなく気に掛ける。
- 自分が1人暮らしだったら、近所の人に時々顔を見に来てもらう。
- 「ここで暮らす」がかなう安心のまちであるために、いま自分ができることから、共に取り組んでいきましょう。