

# 高齢者の暮らしを支えるために必要なものは？

医療



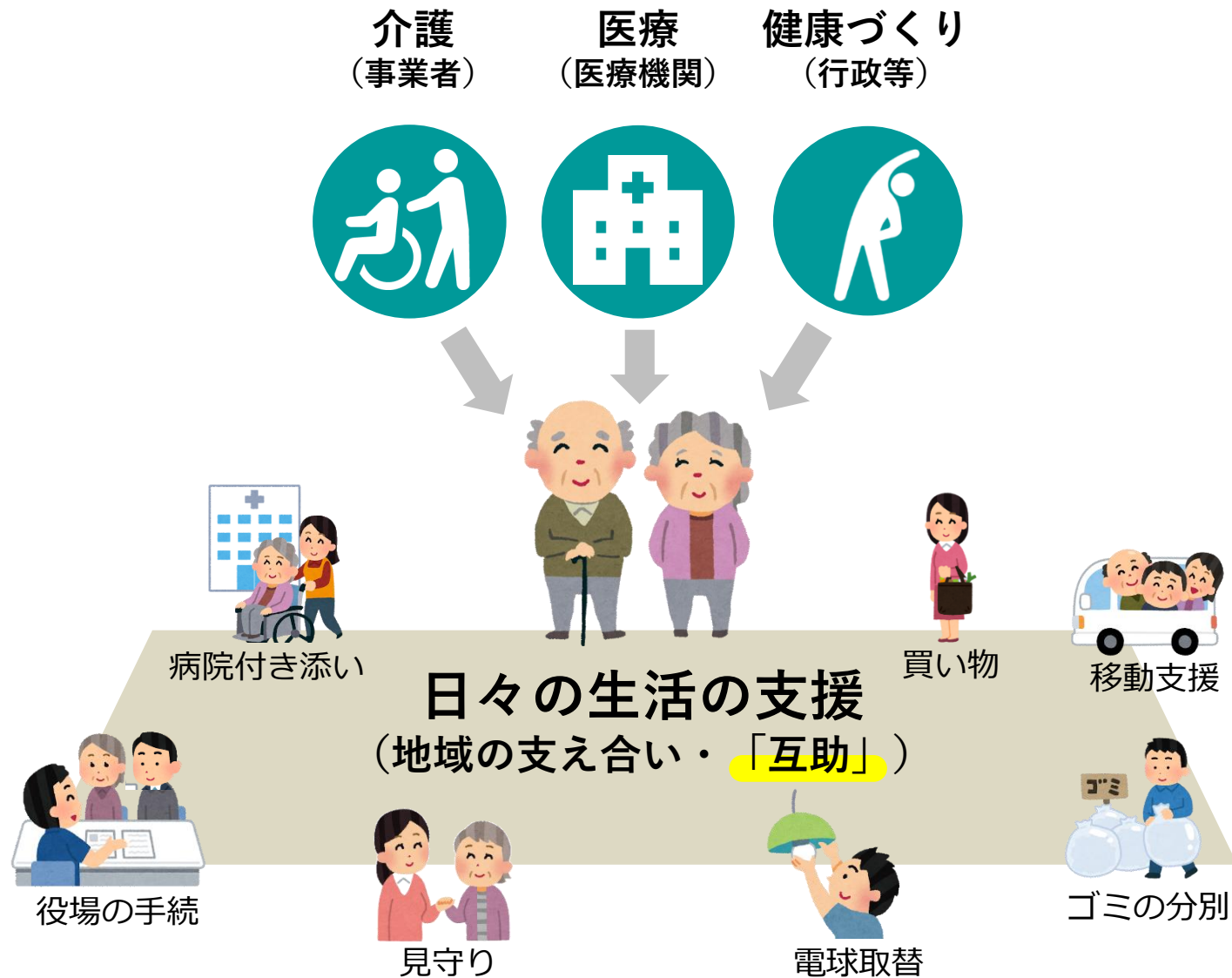
介護



健康づくり



# 「互助」が、地域の高齢者の暮らしを支える





## 互助を手厚くするには

### 地域に既にある互助を見つけ、育む

- ご近所づきあい
  - 町内会
  - 老人クラブ
  - 校区社協
  - 協同組合
- など



### 制度を活用して、新たな「互助」を生み出し、育てていく

- 生活支援コーディネーター(SC)・SC協議体
- 介護支援ボランティア
- 認知症サポーター・チームオレンジ
- 認知症地域支援推進員
- 住まいの確保支援・生活支援



## 老人クラブ

(山梨県中央市、兵庫県養父市の例)

地域を基盤とする高齢者の自主的な組織。介護予防と相互の生活支援の観点から、生きがいや健康づくりを推進する。明るい長寿社会の実現と保健福祉の向上に資することを目的とした組織

### ちょびっとお助け隊 (山梨県中央市)

- 草とり、ごみ出し、犬の散歩等、高齢者同士が協力し合う活動を実施。
- 会員のみならず会員外の方も気兼ねなく依頼できる料金体系にしており、交流も広がっている。



### いどばた喫茶 (兵庫県養父市)

- 年間を通じた集いの活動として実施。
- 春の花見、クリスマスケーキを提供するなど季節感あるサービスを提供。
- 地区の人たちとの交流の場ともなっている。



## 協同組合 (愛知県豊明市の例)

同じ地域に住む人々や同じ職場に勤務する人々等が、生活の安定等のため、相互の助け合いにより自発的に組織する団体

### コープあいち等

- 住民主体の支え合いの仕組みを創出するため、すでに長年支え合い活動を地域で実践してきた協同組合3団体と市が協議。
- これまで実践してきた支え合い活動を住民に見える形にし、住民の輪を広げることに取り組んでいる。

コープあいち



- ・購入品の無料配送
- ・くらしたすけあいの会

JAあいち尾東農協



- ・地産地消の食堂
- ・ミニデイ
- ・けやきの会

南医療生協



- ・空き家を改修した地域の集いの場

## 自治会（神奈川県横浜市旭区若葉台団地の例）

### 外出しやすく、スポーツ施設などが充実した環境

団地造成の当初計画において、里山の一部が公園として緑が多く残されており、歩行者専用道路がきめ細かく整備され、ジョギングやウォーキングなどがしやすい環境が整っている。



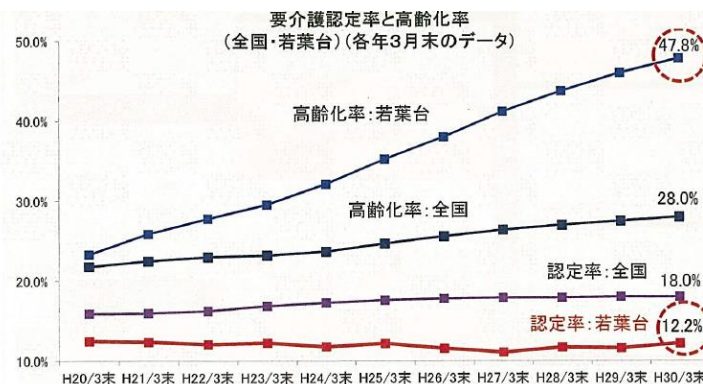
### 自治会活動を通じた、世代を超える絆の形成

- 10の自治会が桜まつり、夏まつり、大運動会などの行事をするなど、活発な自治会活動が行われている。
- 少子化が進み廃校となった中学校の教室を利用し、地域住民で構成されたNPO法人が、大運動会をはじめ、テニス、卓球、グラウンドゴルフなどのスポーツ活動、文化祭、合唱団講演、外国語教室、絵画教室などの文化活動を実施し、地域のコミュニケーション・世代間交流の機会となる場を提供している。
- 障害のある人たちが様々な創作・生産活動にチャレンジできる地域活動支援センターを設置し、つながりづくりの場として機能している。
- 団地の空き店舗を活用し、住民主体の支え合いサービス（訪問、通所）を実施している。

夏祭りには団地の真ん中で2,200発の打ち上げ花火が打ち上げられる



様々な社会活動や地域活動によって地域における人々の結びつきが豊かになり、ソーシャルキャピタルが住民の健康に良い影響をもたらしている。





## 社会福祉協議会（静岡県磐田市の例）

住民、ボランティア団体、民生委員・児童委員、社会福祉施設など福祉・保健・医療・教育等の関係機関の参加と協力により「福祉のまちづくり」を目指して活動を行っている民間団体

### せいかつ応援倶楽部

- 地域支援員として事前登録いただいた地域住民が活動。
- 介護保険制度などの公的サービスでは対応できない生活上の“ちょっとした困りごと”の解決を支援。
- 掃除、動物の世話、草取り、ごみ出し・分別、買い物代行、整理整頓、話し相手、病院等付き添い等を行っている。



本棚等の整理



草取り



換気扇の掃除

## 民間企業（長崎県佐世保市の例）

介護周辺サービス事業としてのビジネス性を活かした展開が期待される

### 見守りネットワークきずな

- ちょっとした手助けが必要な高齢者等を対象に訪問活動を実施。
- 買い物代行、掃除等の生活支援、付き添い、灯油配達、お元気確認訪問などを行っている。
- 活動には補助金等の資金を活用せず、株式会社が、自身で実施する地域貢献事業の一環として社内収益部門との組み合わせにより事業費を捻出している。



付き添い



風呂の掃除

## 民間企業（愛知県豊明市の例）

高齢者の暮らしにくさを解決する生活支援や健康寿命延伸に寄与するサービスを展開する民間企業に市から声を掛け協議の場を設けた。その後、個別に市とサービスの協議を重ねた

### 協議の場

#### 参加者

リサイクル業者、フィットネスクラブ、掃除サービス業者、食品メーカー、スーパー、天然温泉施設、カラオケ施設、学習塾、介護事業所、地域包括支援センター等。

#### 協議内容

国の動向、市の高齢者の現状、高齢者のニーズ、現行の民間サービスの利用のしにくさなどを協議。



### 民間事業者との連携により実施した事業の一例



温泉施設での健康講座



カラオケボックスを利用した体操教室



インストラクターによる健康講座



市主催の運動教室での健康チェックと商品説明

## 住民ボランティア（山口県萩市、山口県防府市の例）

一般的に「自発的な意志に基づき他人や社会に貢献する行為」を指すボランティアには、「自主性（主体性）」、「社会性（連帯性）」、「無償性（無給性）」等の特徴が挙げられる

### むつみ愛サービス（山口県萩市）

- 地域住民による20～80歳代までのボランティア組織。
- 花見や餅つきなどの世代間交流イベント、サロン、各種教室等を開催している。
- 生活支援の主な内容としては、送迎支援、ゴミ出しや灯油入れ、雪かき、蛍光灯の交換等。



送迎サービス



買い物代行

### ほうふ・てごねっと（山口県防府市）

平成30年6月～10月テスト実施。平成31年度も継続予定。

- 介護専門職が把握する高齢者の困りごとを市が受け付け、地縁団体や個人ボランティアに依頼し解決する仕組み。
- 困りごとは高齢者の自立支援に資する保険外サービスや訪問サービスの効率化に繋がるものに限定。
- 介護専門職と地域住民をつなぐことで地域活動を活性化し、高齢者の生きがい創出・介護予防・健康増進を推進する。
- 平成31年度から活動に対しボランティアポイントを付与する予定。

地域づくり 社会貢献 介護予防

高齢者のちょっとした困りごと

# みんなで解決

地域住民が「てご（お手伝い）」をすることにより、高齢者の「ちょっとした困りごと」を解決する仕組みを作るため、地域団体等の協力を得て、実証実験（お試し実施）を行います。

- 庭の草刈り
- ごみ出し・分別
- 話し相手・安否確認
- 買物代行
- 家具の移動 など

利用申込みは  
地域包括支援センター  
または  
ケアマネジャーまで

このサービスは、介護事業所等と社会貢献活動ができる高齢者や地域の団体が繋がることで提供されるサービスです。お住まいの地域や困りごとの内容によっては、依頼を受けられないことがあります。

テスト期間 平成30年6月1日～平成30年10月31日

「ほうふ・てごねっと」テスト実施

防府市役所 高齢福祉課



## 助け合い活動の情報共有（東京都江東区の例）

地域の様々なボランティア活動を情報誌として一覧できるようにすることで、地域住民が自分に合った活動を知り、きっかけをつくり、参加へのハードルを下げることができる。

### あなたもできる助け合い～地域・ボランティア活動～

- NPO法人、任意団体、行政、社会福祉協議会等による、地域の高齢者支援や障害者支援、子育て支援、まちづくりなど、様々なボランティア活動を紹介する情報誌。
- 活動団体員による手渡しを基本に、区の関係施設等でも無料配布されており、ボランティア活動に参加したい人が地域の様々なボランティア活動を知ることができるようになっている。
- 独立行政法人福祉医療機構の社会福祉振興助成事業として地域の法人が作成。



活動毎に、内容、目的、活動日、場所、参加条件と連絡先を掲載

高齢者のパソコン操作と交流で  
心身機能の維持向上を!



**活動内容** 会員は70歳～85歳で元気にパソコン操作をしています。屋内活動は高齢者向けパソコン・スマートフォンの操作勉強や健康体操とお茶会、屋外活動の名所旧跡散策・風景写真撮影や食事会活動で各自の指操作や視聴覚・運動能力を活性化し、加齢を抑制する活動を行っています。

**活動目的** パソコンの操作で脳の活性化、屋外活動参加で心身機能を活性化、交流会で孤独感の減少

**わいわいタウン**

活動日: 次曜(月により変わる)  
活動場所: 民北登七丁目地集会所  
参加費: 毎月1,000円 / 参加条件: 高齢者(パソコン得意な方)

城東南部

住民の相互交流を豊かにし、  
日常の支え合いに!



**活動内容** マンション内の日常の困りごとの助け合い活動、月1回の古紙回収、3か月毎に包丁研ぎと縫い物を実施。健康増進活動として毎週火木土のラジオ体操、月1回の健康体操。住民交流の場として、フリーマーケット・昔遊び・お花見・バーベキュー大会・まち歩きなどの活動を年1回ずつ行っています。

**活動目的** 思いやりと信頼に基づき助け合い活動を行うことで、安心して暮らせるコミュニティづくりに寄与する

**東砂三丁目ハイフタすけあいの会「ふれあい」**

活動日: 月15日～20日くらい / 活動場所: 東砂三丁目ハイフタ内 / 参加費: なし(助け合い等の利用あり) / 参加条件: 東砂三丁目ハイフタの住人

城東南部

# 互助を見つける・育む | ①生活支援コーディネーター(SC)・SC協議体

生活支援コーディネーター（SC）は、市町村が定める活動区域ごとに、関係者のネットワークや既存の取組・組織等も活用しながら、資源開発、関係者のネットワーク化、地域の支援ニーズとサービス提供主体のマッチング等のコーディネート業務を実施することにより、地域における生活支援・介護予防サービスの提供体制の整備に向けた取組を推進する。SC協議体は、関係者の意識共有や情報交換により、SCの組織的な補完等を行う。

## SCの役割

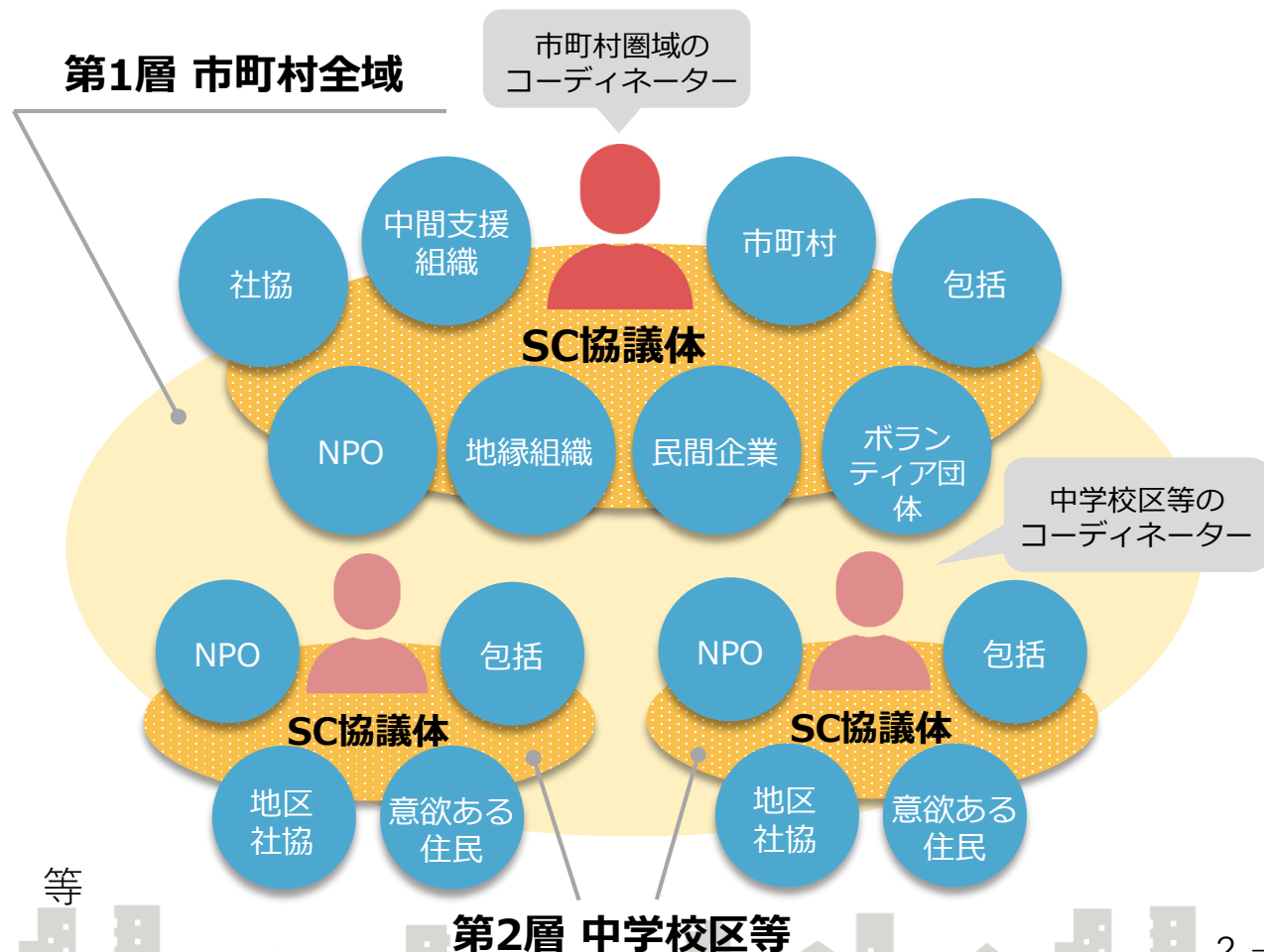
- 資源開発
- ネットワーク構築
- ニーズと活動のマッチング

## SCの資格・要件

- 特定の資格要件はなし
- 地域における助け合い等の提供実績がある者、市民活動への理解がある者等がよい

## SC協議体の役割

- SCの組織的な補完
- 関係者の意識共有、情報交換 等



# 生活支援コーディネーター(SC)・SC協議体の活動例(1)

## 生活支援コーディネーターの活動例(愛知県豊明市)

### 地域資源の把握

- 地域の集会所等でのサークル活動、お店の貸スペース、高齢者がよく行く店、使うサービス等を把握。



### 足りない資源の創出

- 市内の喫茶店を常連客の見守り喫茶店「ホッこりカフェ」に位置づけ、周知。



### 地域ケア会議への出席

- 把握した資源の情報を提供。会議のやりとりが、足りない資源の創出につながることも。

## 生活支援コーディネーターの1ヶ月の活動例(岡山県倉敷市)

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
		サロン交流会(庄)	SC会議	仕組みづくり会議	好事例集取材(コミュニティカフェ)	サロン取材
	小地域ケア会議(玉島)	視察受け入れ	職員プロジェクト会議		認知症マイスター養成講座	
		市との連携会議				
8	9	10	11	12	13	14
養成講座準備		作戦会議(認サボ)	個別事例検討会議	ベース会議(服部)	ラジオ体操取材	
担い手養成講座第5回	サロン取材	介護保険事業計画策定委員会	小地域ケア会議(菅生)	好事例集取材	サロン取材	金融機関職員研修
シンポジウム(OT)		ネットワーク懇談会	小地域ケア会議(穂井田)			
15	16	17	18	19	20	21
	作戦会議(家事援助)		小地域ケア会議(東)	小地域ケア会議(船穂)	作戦会議(認知症カフェ)	
秋祭り参加		ベース会議(葦高)	地区社協理事会	研修参加	サロン交流会(倉敷)	地域文化祭参加
			医療生協研修会			作戦会議(男の居場所)
22	23	24	25	26	27	28
担い手養成講座準備		地域包括支援センター研修		三代交流サロン		巡回相談会
担い手養成講座第6回	大学での講話	サロン交流会(真備)	小地域ケア会議(呉妹)	多職種連携の会議	作戦会議(サロン立ち上げ)	関係団体連絡会議
			小地域ケア会議(長尾)	共生社会勉強会	小地域ケア会議(服部)	担い手養成講座準備
29	30	31				
		県研修				

## 地域の既存資源の活用 (宮城県多賀城市の例)

### 地域の「お宝」と、新たな“つながりづくり”

- 地域包括支援センターに生活支援コーディネーター2名を兼務配置。地域の何気ない場所や活動を「お宝」として再発見し、地域のつながりの創出、自立支援に結びつけている。
- 例えば、お茶のみスペースが設置されたある商店が、地域の集いの場や見守りの場として機能し、地域の「お宝」になっている。
- また、地域の料理教室が、地域の集いの場や見守りの役割を担いながら、教室を開く高齢者の生きがい・介護予防の場となっている。
- これまで、地域包括支援センターの職員にとって、サービス利用の終了が支援の終了であったが、生活支援コーディネーターの兼務を通じて、サービスの利用から地域の支え合い、つながりづくりへと発展させる視点が生まれた。



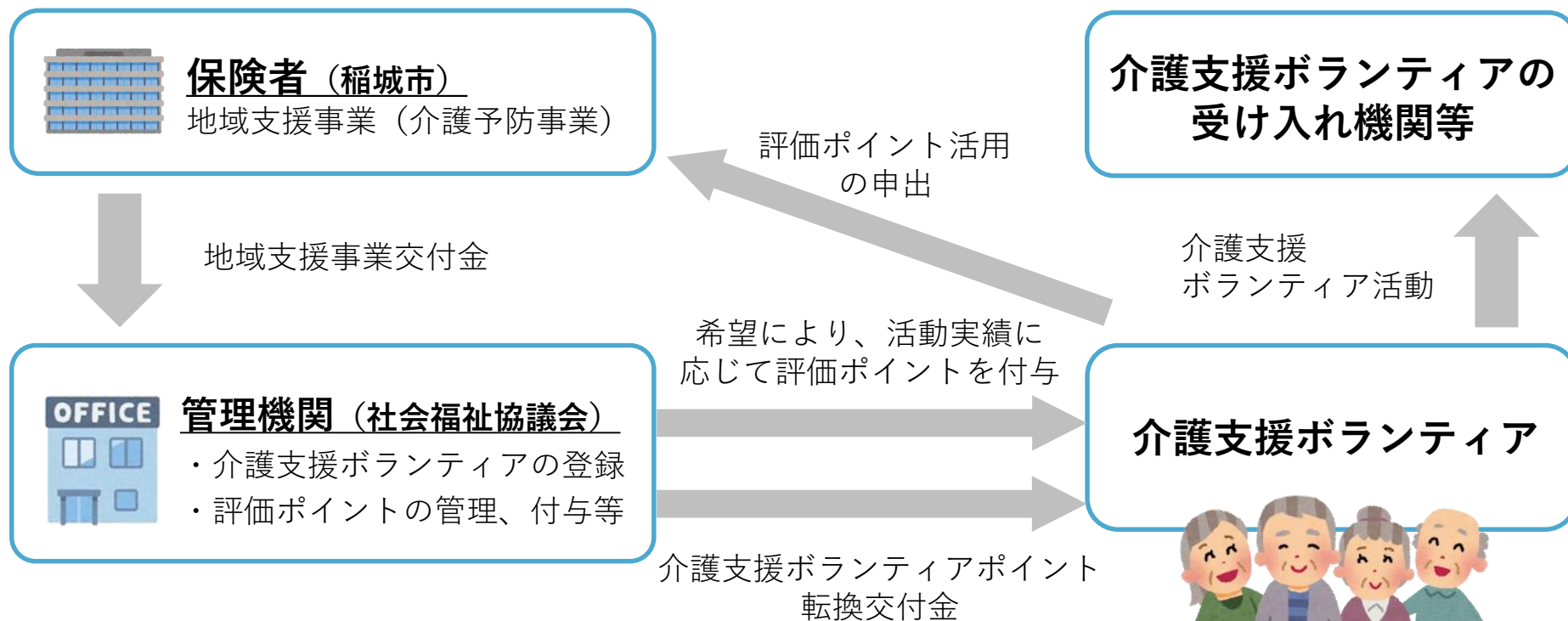


## 互助を育む | ②介護支援ボランティア

介護予防等を目的とした、65歳以上の高齢者が地域のサロン、会食会、外出の補助、介護施設等でボランティアをした場合にポイントを付与。たまったポイントに応じて、商品交換、換金等を行うことにより、ボランティアの推進、介護予防の推進を図る。（介護保険の地域支援事業等で、平成28年度365市町村まで拡大）。

### 稲城市介護支援ボランティア制度の実施スキーム

※稲城市ではポイントを、最大5,000円／年まで、事実上介護保険料軽減に充てられる



# 互助を育む | ③認知症サポーター・チームオレンジ (仮称)

1,000万人以上の受講者がいる認知症サポーターがさらなるステップアップを図り、診断後の早期の空白期間等における、ささいな困りごとに対する支援を進める。2019年度から、新たに認知症の人の支援ニーズに認知症サポーター (※) 等をつなげる仕組み (チームオレンジ (仮称)) を構築し、認知症の人が安心して暮らし続けられる地域づくりを進める。

(※) 「認知症サポーター養成講座」を受講し、認知症について正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守り、支援する応援者

[ステップアップ実施主体]

- 市町村認知症サポーターキャラバン事務局
- 市町村キャラバン・メイト連絡協議会委託可 (ステップアップ研修)



# 互助を育む | ④認知症地域支援推進員

認知症を有する人をはじめとする高齢者の中には、これまでの経験等を生かして活躍したいとの声が少なくない。地域において「生きがい」をもった生活や認知症予防等の介護予防に資するよう、認知症地域支援推進員の取組として、平成31年度予算案において社会参加活動のための体制整備を新たに地域支援事業に位置付け、その取組を支援予定。

## 医療・介護等の支援ネットワーク構築

- 関係機関との連携体制の構築
- 認知症ケアパスの作成・普及 等



## 関係機関と連携した事業の企画・調整

- 病院・施設等における処遇困難事例の検討及び個別支援
- 効果的な介護方法などの専門的な相談支援
- 「認知症カフェ」等の開設
- 認知症多職種協働研修の実施



### ■ 社会参加活動のための体制整備 (拡充)

- ・市町村が適当と認めた者による農業、商品の製造・販売、食堂の運営、地域活動等の社会参加に対する支援
- ・専門家を派遣する等、利用者に対する技術・専門知識の指導・助言
- ・マルシェ等イベントの開催支援 など



## 相談支援・支援体制構築

- 認知症の人や家族等への相談支援
- 必要なサービスが認知症の人や家族に提供されるための調整



市町村

協働

認知症  
地域支援推進員



配置先

- 地域包括支援センター
- 市町村本庁
- 認知症疾患医療センターなど

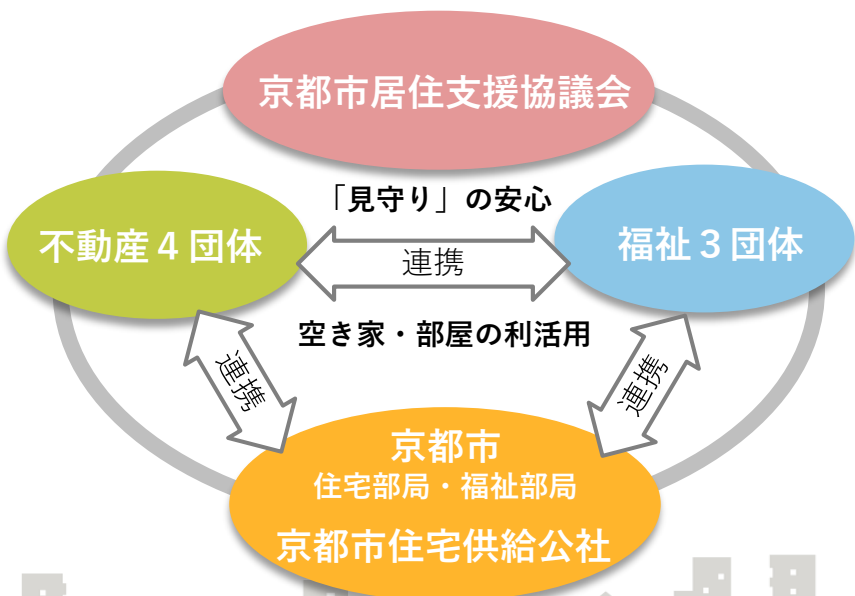
# 互助を育む | ⑤住まいの確保支援・生活支援

自立した生活を送ることが困難な低所得・低資産高齢者等を対象に、社会福祉法人やNPO法人等が、地域連携・協働のネットワークを構築し、①既存の空家等を活用した住まいの確保を支援するとともに、②日常的な相談等（生活支援）や見守りにより、高齢者等が住み慣れた地域において継続的に安心して暮らせるよう体制を整備。

## 平成29年度から拡充している地域支援事業の「高齢者の安心な住まいの確保に資する事業」で実施可能

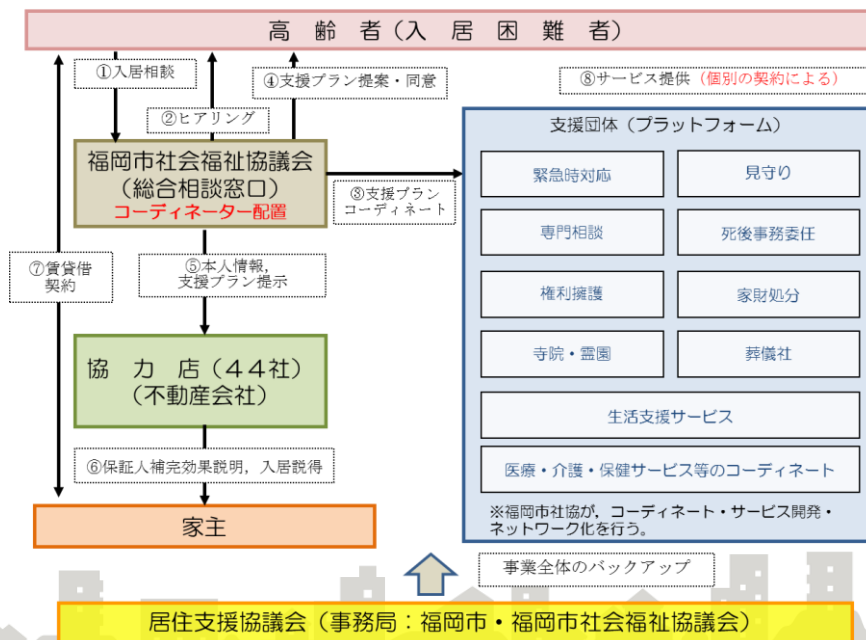
### 京都市高齢者すまい・生活支援事業

- 京都市老人福祉施設協議会に加盟する10法人が7行政区で事業を実施。
- 各エリアごとに、本人×社会福祉法人×不動産業者（家主）の三者面談を行い、互いの信頼の下で空き部屋をマッチング。
- 住み替え後は、社会福祉法人による見守りサービスを実施。



### 福岡市「住まいサポートふくおか」

- 制度に協力する不動産会社（協力店）及び各種支援団体で構成されるプラットフォームを構築。
- 主体となる福岡市社会福祉協議会がコーディネーターとなって、相談者の必要なサービスを提案。
- プラットフォームが本人の生活をバックアップするため、家主は安心して高齢者に部屋を賃貸することができる。





# 互助の基盤をつくる | ①三重県名張市 —住民自治の基盤づくり—

区や自治会を「地域づくり組織」に整理。敬老行事、婦人会、資源ゴミ回収、防犯等、施策別であった既存の地域向けの補助金を整理し、市から「地域づくり組織」に対し、使途自由な一括交付金として交付。地域づくり組織毎に「地域ビジョン」を作成し、住民主体の「自ら考え、自ら行う」まちづくりが活性化。

## 第1ステージ 交付金化

2003年3月に「名張市ゆめづくり地域交付金の交付に関する条例」を制定。

## 第2ステージ 組織見直し

区長制度を廃止し、区・自治会である「基礎的コミュニティ」と、それを包含する小学校区を単位とする「地域づくり組織」に整理。

## 第3ステージ 地域ビジョンの策定

15地域が個性ある将来のまちづくりのための基本方針、将来像、それに基づく実行計画を策定。

## 第4ステージ 市民センター化

地域づくり組織に指定管理委託している公民館を市民センター化し、地域づくり活動、生涯学習活動・地域福祉活動の拠点としてスタート。

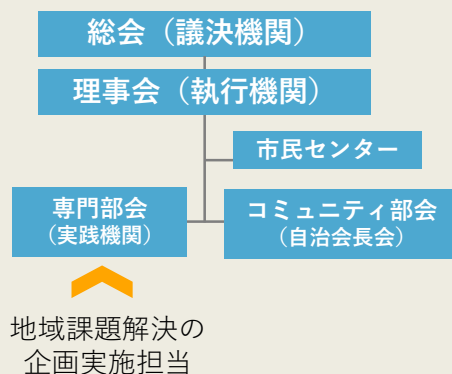
### ゆめづくり地域交付金の概要

1. 地域づくり組織に活動支援として交付。
2. 使途自由で補助率や事業の限定がない交付金。
3. 住民合意でまちづくり事業を実施し、交付金を活用。
4. ハード・ソフトは問わない。  
ただし、宗教活動、政治活動に使用してはならない。

2003年度実績： 5,000万円

2018年度実績： 1億600万円

### 例：一般社団法人格をもつ 地域づくり組織の組織図



### 2009年～

住民アンケートの実施  
各地域にて策定委員会を組織

### 2012年3月

地域ビジョン発表会

### 2013年

市総合計画後期基本計画（別刷）に位置づけ

### 2016年

市総合計画第3章に位置づけ

### 2016年4月～

市民センター化

### 2018年5月～

市民センター別館で地域づくり組織によるレストラン営業開始

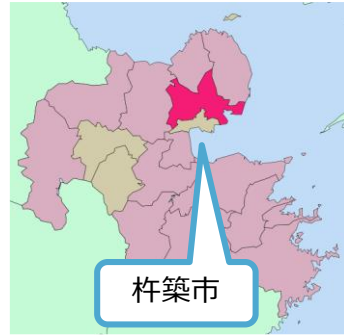
※カフェの設置や物品の販売が可能に

# 互助の基盤をつくる | ②大分県杵築市 —住民の自治協議会を通じた分野を超えた地域づくり—

- 平成30年4月時点で総人口29,772人。うち、65歳以上高齢者人口10,648人(35.8%)、75歳以上高齢者人口5,941人(20.0%)。第7期1号保険料6,180円。地域包括支援センターは直営で1カ所設置。
- 地区ごとに住民自治協議会を設置し、福祉部会、教育部会等の専門部会を設置し、制度の縦割りによらない形で取組を実施。
- また、高齢者の作業活動を通じた介護予防を進める観点から、「生涯生産者のまちづくり」を合い言葉に、地域の加工場等と連携した取組を進めている。



▲向野地区住民自治協議会における料理教室の様子



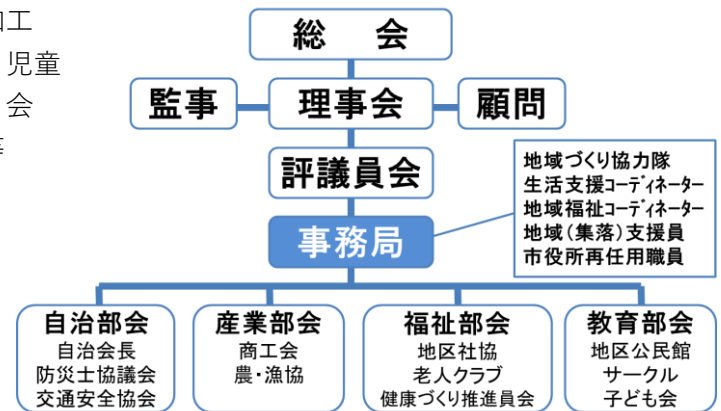
## 地域における住民主体による地域課題解決体制づくり

- 地区ごとに住民自治協議会を設置。
- 協議会では、生活支援コーディネーターのほか、集落支援員等の地域づくりに関する者が事務局となり、福祉部会、教育部会等の部会を設置。
- 各部会では、制度の縦割りによらない形で取組を実施している。

## 「生涯生産者のまちづくり」を合い言葉に、様々な政策を連携

- 集落営農実施23地区では、要介護認定率が市平均より低いことから、長く作業を続けられる環境づくりが介護予防に繋がると分析。
- 共有スペースを拠点として、介護予防サロン、加工場、こども園・児童館を連携させ、会食や体操運動等を実施。

### 【地区住民自治協議会組織図】



※それぞれの協議会で組織構造や部会の名称は異なる

- ・防災訓練
- ・防犯パトロール
- ・空き家対策
- ・拠点づくり

- ・耕作放棄地
- ・里山再生
- ・地域ブランド
- ・6次産業

- ・生活支援
- ・介護予防
- ・健康づくり
- ・子ども食堂

- ・生涯学習
- ・社会教育
- ・人材育成
- ・スポーツ

## 介護費用と要介護認定率の推移（杵築市）

