

分科会  
1

# 緩やかに しなやかに 気にかけてあえるまちへ

～つながりの価値を見つめなおして～

様々な事情により「生きづらさ」を抱える人に、地域の中で住民や団体・機関がつながり、支えあう取組が育まれています。困りごとを抱えた人が孤立することなく、安心して地域で暮らしていくために、一人ひとりの困りごとにとどのように向き合い、支えることができるでしょうか。

この分科会では、身近な地域でつながる住民ならではの支えあいの大切さと、住民と専門職がともに暮らしを支える地域づくりについて考えます。



緩やかにしなやかに気にかけてあえるまちへ  
～つながりの価値を見つめなおして～

よこはま地域福祉フォーラム  
同志社大学 永田祐

## これからの地域社会の変化

すでに顕在化している課題



→ 少子高齡化の進展  
社会的孤立の深刻化・頼れる人がいない人の増加

これからの変化 (2040年に向けて)



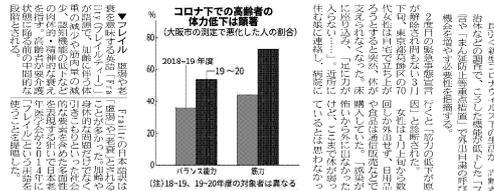


# 外出自粛による社会的孤立への危惧

- コロナ禍では、「不要不急」として、多くの地域活動が休止を余儀なくされました。
- 2020年度に前年より外出頻度が減った高齢者は、63.7%という調査結果もあります。
- 外出自粛の影響は、今後、高齢者の健康や社会的孤立に大きな影響を及ぼすことが懸念されています。

## コロナ下、心身衰弱 深刻

### 高齢者、外出自粛響く 「感染対策運動と両立を」



大阪市の高齢者向けに、筋力強化や運動習慣を促すDVDを制作している。ロケ撮影は、大阪府の堺市で行われた。大阪府は、高齢者の健康や運動習慣を促すDVDを制作している。ロケ撮影は、大阪府の堺市で行われた。

**家で運動動画を促す**  
大阪府は、高齢者の健康や運動習慣を促すDVDを制作している。ロケ撮影は、大阪府の堺市で行われた。

「外出自粛による生活の変化が、高齢者の健康や運動習慣を促している。ロケ撮影は、大阪府の堺市で行われた。大阪府は、高齢者の健康や運動習慣を促すDVDを制作している。ロケ撮影は、大阪府の堺市で行われた。」

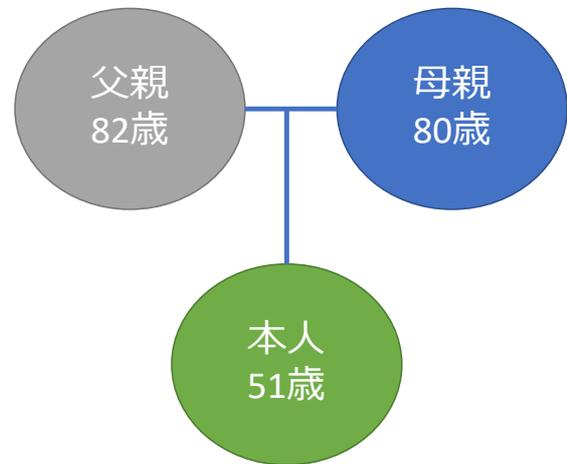
# こうした課題を踏まえたこれからの地域福祉

## 「地域共生社会」の実現

- 「地域共生社会」とは？
  - 「子ども・高齢者・障害者など**すべての人々が**地域、暮らし、生きがいとともに創り、高め合うことができる『**地域共生社会**』を実現する。このため、**支え手側と受け手側に分かれるのではなく、地域のあらゆる住民が役割を持ち、支え合いながら、自分らしく活躍できる地域コミュニティ**を育成し、福祉などの**地域の公的サービスと協働して助け合いながら暮らすことのできる仕組みを構築する**」（ニッポン一億総活躍プラン）
- →専門職がきちんと受けとめる体制をつくる同時に、**居場所や出番のある地域をみんなで作っていきこう**ということです。

# 10年前と10年後

- 父親は、最近体が弱ってきた。介護保険を申請しようかと思っただが、息子のこれからも心配で、お金を貯めておかなければと躊躇している。
- 息子は、41歳で職場を退職してから無職で、ひきこもり状態。
- 10年前に関わっていたら？
- 10年後に関わることになったら？



10年間、引きこもり状態

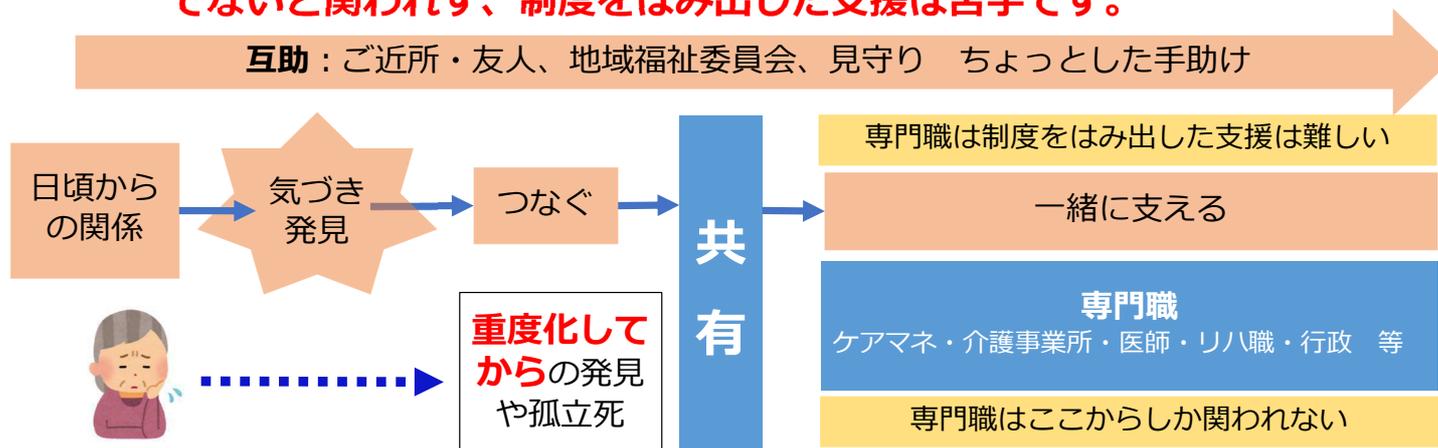
7

## SOSを出すことが難しい人もいる 孤立している人の特徴

- **自ら声を上げることが難しい**
  - 様々な理由（困難を自己責任とみなす社会的風潮や様々な経験の積み重ねから、自ら声を上げることができない（ニーズが潜在化しやすい）。
- **多様化、深刻化、複合化しやすい**
  - 生活の積み重ねの中で、時間とともに多様化したり、深刻化して支援が困難になっている場合が多い。
- **支援を受ける力が弱い**
  - 生きる意欲が低下していたり、自暴自棄になっている場合も多く、支援者と信頼関係を形成し、関係構築していくことが難しい。
- →自らSOSを出せない、困っていても助けを求められない。

# 住民（地域）だからこそできること

- 行政や専門職がきちんと受けとめることが重要ですが、**行政や専門職には、難しいことがあります**。例えば、専門職や行政は、**困ってからでない関わらず、制度をはみ出した支援は苦手です**。



9

# 私たちには役割と居場所が必要だ

- 私たちは、社会的存在で「**役割の束**」の中を生きています。



- 孤立した状態になると、役割がなくなり、自分が認められる場がなくなってしまう、自尊心や自己肯定感が低くなってしまいます。
- 役割は人との関係の中で生まれるので、社会の中でつながりをつくっていくことができないと、役割も作れません。

- 「人は誰かのために働くのだと思います。その動機を与えてくれるのは、誰かの存在です」「出会いの中で私たちは意味づけられていくのだと思います」（奥田知志「伴走型支援」有斐閣、2021年）

10

## 「つながり」が人を元気にする

- 社会参加活動をしていないことは、**1.41倍**
- 人との接触頻度が低いことは、**1.57倍**
- **孤独感**は、**1.58倍** 認知症発症リスクを上昇させる。

• 出所：村山洋史「なぜ夫と別れても妻は変わらず健康なのか」ポプラ新書。

- 要介護状態になりにくい人の特徴は、運動だけでなく（よりも）**「社会参加し、人の役に立つ社会的役割を持っている」** ことにあることは、近年の研究の常識になってきました。高齢者に限らず、つながりが人を元気にします（出会い、つながり、元気。）

11

## 大事なものは... 「地域と専門職」の力合わせ

### （地域） 地域の高め、多様な居場所や関係を作る

- SOSを出す、出せる、つながりのある地域。
- 抱え込まず、気づいた課題を専門職につなげる。
- 地域で必要な取り組みを作り、お互い様の範囲で支える。

### （社協・専門職） 多機関がもっと連携する

- たらい回しにせず、受けとめる体制をつくる。
- 地域との力と協働する。
- 地域の取り組みを支える。
- 最後の砦となって市民の暮らしを守る（行政）。

社協やケアプラザに両者をつなぐ役割を果たして欲しい。

できることにとりくみながら専門職や行政と**協働**する。



地域の思いを尊重し、**協働**する。

12

# 「助け上手・助けられ上手」に

- 「孤独は山になく、街にある。一人の人間にあるのではなく、大勢の人間の『間』にある」（三木清『人生論ノート』）。
- 答えも人と人の「間」にしかない。
- 人は、人と出会い、つながることで元気になる。地域で、手を貸したり、助けてということが出来る人が増えていくこと＝「助け上手」「助けられ上手」になることが、共生社会の実現の一步だと思っています。
- 福祉は、ふだんのくらしのしあわせづくり、特別なことでなく「気にかける」範囲を少し広げること、そして行政や専門職がそのsosを受けとめて、助け上手の皆さんと協働していける体制をつくっていききたい。

## 事例報告

### ①本当に困っている人とつながるために

～食支援からはじまる見守りの芽～ 【磯子区】

---

# 本当に困っている人と つながるために ～食支援からはじまる見守りの芽～

根岸地区社会福祉協議会 会長 須川 さよ子  
根岸地域ケアプラザ 生活支援コーディネーター 坂井 真砂子  
磯子区社会福祉協議会 藤井 春菜

## 1. 根岸地区概況

【磯子区】



- 横浜市の東南に位置する細長い区
- 最寄り駅は、JR根岸線根岸駅
- 古くは、「根岸村」と呼ばれ、海岸を利用した海苔の養殖が盛んだった。また、近隣に米軍根岸住宅があり、牧場などもあった
- 横浜プールセンター（通称マンモスプール）、根岸なつかし公園などがある
- 海岸沿いの埋立地には、大規模な石油コンビナートがある工業地帯



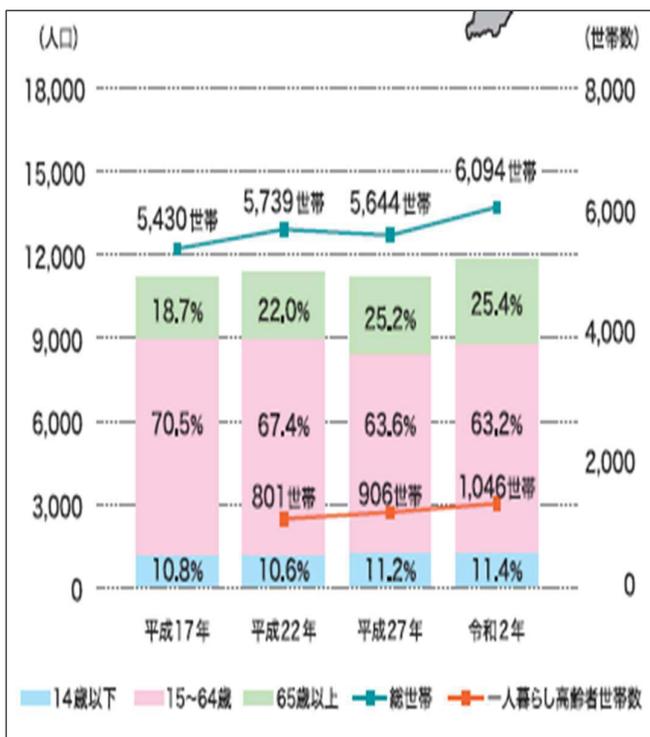
【根岸地区】



【根岸なつかし公園】



【横浜プールセンター】



- 駅周辺の大規模マンションと代々住んでいる戸建て住宅地で構成されている。
- 近年は、若い世帯の流入が多く、生産年齢人口も増加傾向にある。
- 住民の結びつきが強い「下町らしさ」のある町。

## 第4期磯子区地域福祉保健計画 (スイッチON磯子) 根岸地区スローガン

# 「ささえあう、やさしい町、 ねぎし」

### 根岸地区 NEGISHI AREA

#### 地区の現状

項目	平成27年	平成28年	平成29年	平成30年	令和元年
人口	11,115	11,020	11,020	11,222	11,222
世帯数	3,264	3,264	3,264	3,264	3,264
15歳未満	2,811	2,814	2,824	2,827	2,827
65歳以上	4,066	4,066	4,066	4,066	4,066
高齢者	1,452	1,519	1,584	1,594	1,594
一人暮らし	881	881	881	881	881
高齢者世帯	881	881	881	881	881

**<地区の特徴>**

- JR根岸駅周辺、八幡横付近、浜には主要な商業施設がある。一方で高齢者等にとって買い物に行きにくい地区もある。
- 根岸駅前等には新しい集合住宅が建っている地域があり、全体の高齢化率が抑えられている地域と、古くからある集合住宅が主により地区によっては高齢化が進んでいる地域もある。
- 昔からの住居の結びつきが強く、連合町内会を中心に組織化されている。一方で新しい集合住宅が建っている地域では新しい住民が増えている。
- ボランティア活動や住民同士の大変合いへの参加にも熱心に取り組む地区である。

**<活動紹介>**

様々な活動がもたらす地域に注目が集まっています！

#### ささえあう、やさしい町、ねぎし

4期計画で力を入れたいこと

- 今まで行ってきた見守りをさらに深く、みんなで互いにやさしい見守りができる仕組みを目指します。
- 隣近所や周りの人をみんなで互いに関わりあう関係を作り、地域の中にも必要な見守りの仕組みや活動があれば、お困りごとを共有し、お助けし合えるようにします。
- 地域の中で誰かがお困りごとを共有していることをお助けし合える見守りのポイントをみんなで考え、共有し、互いに支え合っていく関係づくりをしていきます。
- 地域の見守りの輪をさらに広げ、地域ケアプラザ等ともつながって行きます。

**★継続した健康づくりができる輪を広げます**

- 活動内容や工夫を工夫し、もっとみんなが楽しめる場をつくります。
- 町の中の活動や人材を再発見し、つながります。

**★新しい出会いの場を通して、まちの困りごとを共有し、ささえあうまちづくりを目指します**

- 活動やちょっとした話し合いの場を大切に、活動の中心の一人一人の声を聞き上げ、「ハッピー根岸」をはじめ根岸地区全体の声まで届けていきます。

**★活動内容を工夫し、もっとみんなが楽しめる場をつくります**

- 他の活動団体の取り組みや工夫を共有し、お互いに良いところは取り入れながら継続した活動ができるようにします。
- 地域の中で有意義に活動している人を見つけて活動の質を、教えてもらったりしながら活動を広げていきます。

**★活動内容を工夫し、もっとみんなが楽しめる場をつくります**

- 新しく参加した人には声かけを心掛け、その人がその場にしやすい雰囲気になるよう工夫をしていきます。

ご近所や周りの人をみんなでお互いに気にかける関係を作り、やさしい見守りができる町、困りごとを共有できるささえあう町を目指し、様々な地域活動を展開している。

## 2. コロナ禍で見えた課題

- 退職・休職・勤務時間短縮などによる減収
- 区社協の貸付や食支援の相談が急増

→潜在的に困っている人がいるかもしれない。

地域の方から頂いた寄付物品を、活用することはできないか。

すべての住民を対象とした食品配分会があったらいいな。

# 地区社協の思い

- ケアプラザ・区社協からの提案にはじめは戸惑った。
- 困っている人からの声や情報があまりなかった。
- イベント的に行っている食支援は、本当に困っている人に届いているのか疑問に感じた。
- まずは、寄付を募ることから始めてみたい。

## 3.三者で話し合い

フードドライブの話をもちかけたが・・・

「初めてだし、不安。生活困窮世帯への支援に  
地区社協で取り組むのは、荷が重い。」

困っている人に寄り添うことが  
できる地区社協と  
一緒に取り組みたい

不安な気持ちや期待を  
受け止め、何度も話し合い

それぞれの立場で出来ることを確認し合い、  
三者が連携することで困りごとを抱えている  
人に届く取り組みになることを確認。



# フードドライブプロジェクト概要

- 目的
- ①お互いに助け合う仲間を増やす
  - ②地域組織・地域資源を知ってもらう
  - ③個別の困りごとを把握する

主催 根岸地区社協・根岸地域ケアプラザ・磯子区社協

協力 根岸地区連合町内会

- 内容
- ①フードドライブ（寄付）
  - ②フードパントリー（食品配分会）

周知 チラシの掲示・回覧・配架



## 4. 第1回フードドライブプロジェクト

令和3年10月

打ち合わせ

連合町内会への協力依頼

11月8日～12月3日

フードドライブ（寄付）

地域から多くの寄付が集まった

12月18日

フードパントリー（食品配分会）実施

9世帯が利用



【寄付品】



【寄付者に向けたお礼状】

# 準備の工夫

- 生活状況に合わせて渡したい  
→ 家族構成・家族の年齢・使用している調理器具・食糧の支援が必要な理由を申込書で把握
- 若い世代にも利用してもらいたい  
→ 申込方法は電話・FAX・QRコードを用意
- 本当に困っている人へ情報を届けたい  
→ チラシを町内会の掲示板へ掲示・回覧板・関係機関への配架・ポスティング

# 配分会の様子

【それぞれの家庭状況に合わせたセット】

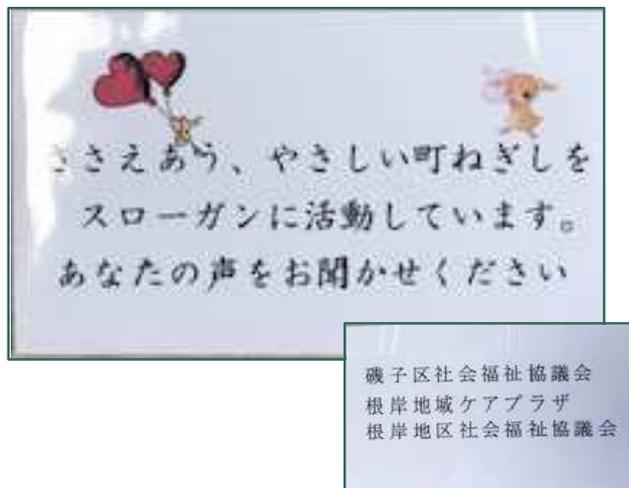


- 申込時に把握した内容を参考に、家族構成や生活状況に合わせたセットを準備。  
→ 子どものいる世帯にはお菓子を多めに。  
→ 炊飯器のない世帯にはレトルトご飯を用意。



【自由に選べる物品も用意】

#### 【地区社協から参加者へのメッセージカード】



#### 【参加者にアンケート調査】

- 「今後も開催を希望されますか」
- 「どのような食品を希望しますか」
- 「寄付者へのメッセージをお願いします」などの項目を設けた。

## 実施後のふりかえり

- 事前申し込み制にしたことで、  
本当に困っている人に届けることができた
- 利用された方は氷山の一角かもしれない
- 遠慮して相談できない人もいる。周囲の声かけも大切では  
**「困っている人がもっといるのかもしれない」**

➡令和4年度の地区社協の事業計画に盛り込んだ

# 5.第2回フードドライブプロジェクト

令和4年

5月30日～6月29日

フードドライブ（寄付）

7月1日（土）フードパントリー

（食品配分会）実施

14世帯が利用



【セブンイレブンの寄付を活用した  
日用品コーナー】

## 工夫したこと

- 「フードパントリー」では伝わりにくいかもしれない  
→チラシのこたばを「食品配分会」に変更。  
地域の方からもわかりやすいとの声があった。
- 子育て世代にも届けたい  
→小中学校のご協力によりチラシを全校配布  
することができ、家族世帯からの申し込みが  
増えた。

- 第1回目に子どもが嬉しそうにお菓子を選んでいたら  
→手に取りやすいように、子ども向けコーナーを作り  
お菓子や文房具を用意
- 暑さ対策のため、お茶コーナーを設けた  
→地域の方のさりげない聞き取り、  
話しやすい雰囲気づくりにつながった
- 困っていることを相談できる場であることを伝えたい  
→「なんでも相談窓口」を設置

## 配分会の様子



【子ども向けコーナー】



【ほっと一息。お茶コーナー】



【赤ちゃん用品をお渡し】

あたたかく声を  
かけてもらえて  
嬉しかった

また利用  
したい

お茶コーナーではサロンのような雰囲気でお話を聞くことができた。  
ひとり親家庭で子どもが複数人いる、コロナの影響で仕事が減った、  
物価の高騰や光熱費の値上がりで生活に影響が出ている・・・などの事情を抱えていることがわかった。

食支援をきっかけに  
つながりをもつことができた

## 6. 困りごとへの対応

### ● ひとり親家庭

転入してきたばかりの子ども3人の母子家庭。生活用品・家電・学校用品を購入する資金が少ない。

→ボランティアによる手作り給食袋等の提供、学校からもお礼の言葉が・・・

### ● 介護離職をし、生活に困窮している女性

1 回目は、人混みが苦手のため、会場に入らず、職員とのみ会話。

2 回目は、会場に入り、会長と今の生活状況について、談話し、必要としている品物を要望していた。

## 7. 気持ちに変化が・・・



困っている人を支援機関や地域につなぐ必要があると感じた。見過ごされている人のためにも、もっと活動を広めたい。

身なりがきれいな方が多かったが、話を聞くといろいろな事情を抱えている人がいる。継続的に実施することで、その人との信頼関係が築けることがわかった。

イベント的な配分会もあるが、事前申し込み制にすることで、本当に困っている人が申し込んでいた。その人を今後、私たちがどう見守っていくのか考える必要がある。



## 8. 今後に向けて

食支援をきっかけに芽生えた  
つながりの芽を伸ばし、  
自然な見守りのできる町を  
目指していきたい



### 第3回フードドライブプロジェクト 令和5年2月実施予定

ご清聴ありがとうございました



【掘割川から根岸地区を臨む】

ささえあう、やさしい町、ねぎし

## 事例報告

### ②地域の中で自分らしい暮らしを続けるために ～ありのままを受け止め、つながり続ける～ 【瀬谷区】

---

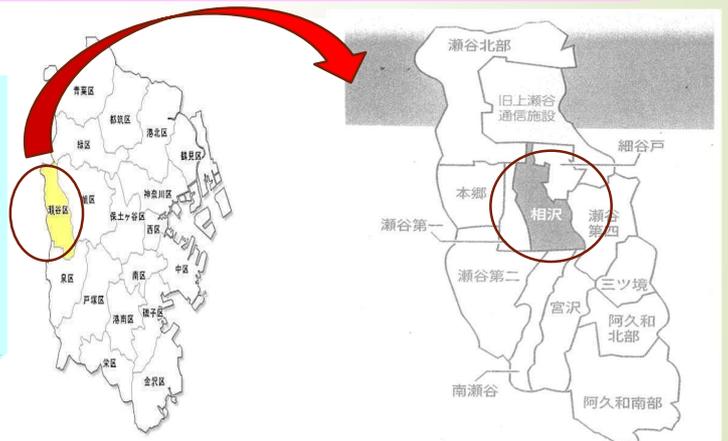
## 地域の中で自分らしい暮らしを続けるために ～ありのままを受け止め、つながり続ける～

相沢地区民生委員児童委員協議会	会長	紅林 千津子
相沢地区民生委員児童委員協議会	民生委員	出川 和義
配食サービス 火曜の会	代表	平本 滋子
二ツ橋第二地域ケアプラザ	主任ケアマネジャー	吉井 幸子

## 相沢地区について

- ・ 古くからの町並みも垣間見え、地主の方も多く住まわれている。戸建て住宅と築年数が経過した集合住宅が混在している。
- ・ 坂が多く高低差のある地区のため、買い物や移動手段などが課題になる方もいる。
- ・ 高齢化が進んでいるが、住民同士の声かけや困った時の助け合いが色々なところで行われ、見守り・支え合いの活動が活発な地域。

➡ 人口 約15,000人  
➡ 高齢化率 26.0%  
➡ 世帯数 約6,800世帯



## ケアプラザへの相談傾向

### ・ 介護保険相談について

遠方のご家族からの相談が他の地区に比べて多い。民生委員さんが心配な方の情報を教えてくださり、同行訪問し、介護保険の申請につながることもある。

### ・ 認知症・一人暮らしの高齢者に関わる相談

近隣の方の見守りや手助けなどの支え合いによって、一人暮らしでも日常は問題なく生活ができ、大きな問題が出てからケアプラザに相談が入ることも多い。

## 主な地域活動の状況



配食サービス（火曜の会）



生活支援サービス  
（相沢助け合いの会）

地区内では助け合い活動が盛んにおこなわれており、  
高齢者の生活を支えている

## 配食グループで活動し、 この地域に暮らしているAさん



Aさん

身寄りがなく一人暮らし  
以前より地域の活動をしており、配食グループの活動  
ではお弁当を配達するボランティア活動をしている。  
明るい性格で、地域の中でも人気がある存在

一方で・・・  
地域の活動では、約束の時間を忘れてしまったり...  
配食グループの活動でも、集金したお金を持ち帰って  
しまい、後で気が付いた事も・・・

あれ？おや？と思うことがありながらも、  
みんながゆるやかに見守る形でAさんと関わっていた。

## ケアプラザの関わりのきっかけ

不動産屋さんからAさんについての連絡

状況を  
把握

持ち家が賃貸契約に変わっているお宅  
家賃の滞納があり、認知症ではないか？

関わっていく中で・・・

詐欺被害に遭われていることが発覚  
食費もままならない状況であることが分かった。

## この状況に対して・・・

### 地域住民

配食活動等を通じたゆるやかな見守り

### ケアプラザ

介護保険を申請し、デイサービスを利用

### 区社協

食材の支援を通じた関わり

### 弁護士

詐欺被害の相談

住民や専門機関がそれぞれの立場に関わり、  
支えている状況

## Aさんと関わっていく中での ケアプラザの思い



ケアプラザ職員

騙され続けているより、  
施設に入所する方が  
幸せなのでは・・・？



Aさん

お弁当の配達は自分の役割！  
絶対に忘れないようにする。

### 心境の 変化

Aさんの思いを大切に  
詐欺被害からも守りつつ、Aさんらしくこの地域で  
生活するためにはどうしたらいいか？

住民と一緒に話し合う場（地域ケア会議）を設けよう！！

# 話し合いの参加者



# 話し合いの様子



Aさん思いや状況をみんなで共有し、  
Aさんのできること・できないことを話し合った。

## 話し合いを終えて・・・

話し合いを行う前の思い

挨拶や立ち話は問題なくしているので、本人がそのような状況だとは思っていなかった。

・ Aさんの想いを大切にし、この地域で暮らし続けるために、住民と支援者でともに支えていこう！

・ Aさんの置かれている状況が把握できたことで、住民として見守りを注意深く行っていこう！

その結果・・・



見守り中で民生委員が怪しい業者を発見し、ケアプラザへ連絡業者から名刺をもらい弁護士につなぎ、詐欺被害が無くなった。

## 地域の中での想いの変化

### 配食グループ

配食ボランティア（仲間）として本人にできることは何だろう？  
手伝ってくれているお礼として、お弁当を渡し、「ありがとう」と伝えよう！

### 民生委員

本人ができることを続けることで認知症の進行も緩やかになるのではないかな？  
地域の集まりなどは本人が参加できるように声をかけよう。

地域の中でAさんのことをゆるやかに見守りながら関わっていく。

## 現在の関わり

### ・ 民生委員や町内会として

日頃の関わりの中での見守りや、地域活動への参加を促す声掛け

### ・ 配食ボランティアの仲間として

現在もお弁当を配達するボランティアを続けられるよう、サポートしている。

などによって、Aさんは役割を持って、  
生き生きとした生活を現在も続けている。

## 今後の展望

### 【ケアプラザ】

地域、隣近所の方々とともに、できることを続け、できないことをフォローしあえる地域にしていきたい。

### 【火曜の会】

ボランティアがいつまでもできることを続けていかれるよう  
個人の強みをいかした活動をしていきたい。

### 【民生委員】

認知症になっても地域活動の場に出ることを控えてしまうことなく、  
参加への声を掛け合える地域にしていきたい。



ご清聴ありがとうございました。



# 困りごとを1人で抱え込まないために ～マンション内の見守り・共有の仕組みづくり～

ききょうの会

代表 清水 雅子  
メンバー 今井 博子



荇田地域ケアプラザ 社会福祉士 和久井 聡子  
生活支援コーディネーター 藤枝 知

## 青葉区および荇田地域ケアプラザ圏域について

	青葉区	荇田CP圏域
■人口	310,782人	21,755人
■世帯数	138,134世帯	9,584世帯
■高齢化率	22.5%	19%



※参照：横浜市HP「横浜市統計情報ポータル」  
(令和4年3月時点)

## 青葉区および荏田地域ケアプラザ圏域の概況

- 江戸時代、荏田周辺は、東海道の脇往還として大山街道が通り、宿場町としてにぎわいを見せた。
- 昭和30年代後半の高度成長期を迎えるまでは、静かな農村地帯だった。
- 昭和40年代の鉄道開通や、宅地開発により、急激に人口が増加する。
- 江田駅周辺は、鉄道（東急田園都市線）と高速道（東名高速道路）、国道（246号線）の主要交通網が一箇所に集まった結合地点にあたる。

## マンション内の状況

- 約40世帯で、50年程前の建設当初に20~30代で入居した住民が多い。  
→ 付き合いが長く続いている。
- 子どもの年齢が同じ世代が多く、一緒に子育てをしながら暮らしてきた。  
→ 洋服のおさがりをもらったり、ちょっと面倒を見てもらったり、気心が知れている。  
→ 苦労を共にしてきたから、「助けて」と言える土壌がある。
- 共有廊下が広い。  
→ 住民同士の交流の場になっている。フロアごとの仲が良い。
- 理事は各フロアから選出している。  
→ 上下のフロアの住民とのつながりが生まれる。



相談して、助けてもらって、助けてあげて…

お互いさま！



ところが…



一人では、  
解決できないことが増えてきた

ちょうどその頃…、



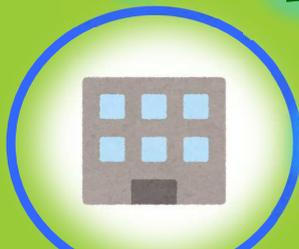
A住民



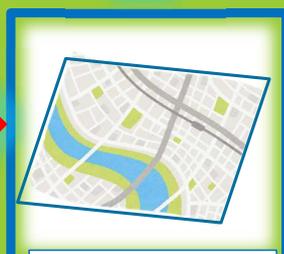
B住民

そこで、

ケアプラザの地域包括支援センターにはA住民から、生活支援コーディネーターにはB住民から、マンションの気になる人について相談があった。



ケアプラザ

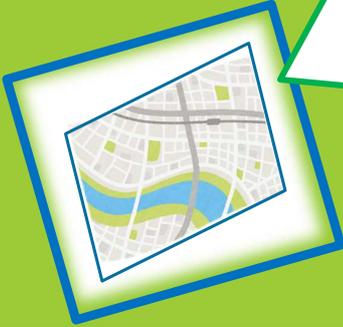


住民支え合いマップ

マンション全体のことを把握するため、世話好きだったB住民に、ケアプラザが「住民支え合いマップ」を提案。実施してみるようになった。

B住民は他の住民に参加の声掛けをし、ケアプラザは民生委員が参加できるよう連絡・調整した。

## 住民支え合いマップとは



支援が必要な方と、その方と関わりのある方とのつながりを地図上に起こし、関係性を把握するもの。日ごろの地域での支え合いや見守り活動に活用することを目的としている。

(住民流福祉総合研究所 木原孝久氏が提唱)

## 住民支えあいマップで見えてきたこと

日常的に立ち話をしたり、お互いの家を行き来したりする中で、生活の様子をきめ細かく知り合い、自然な助け合いが行われていた。



(例)

- 高齢の1人暮らしのひとや生活に困っているひとへ、おすそ分けやちょっとした日用品をお渡ししていた。
- 病気の影響で身体がうまく動かせず、美容院に行くことなどが難しいひとへ、素人ながらも、髪の毛をカットしたり、爪切りをしてあげている住民もいた。



一人ひとりの状況に応じて、きめ細かく支え合っていることが分かり、安心感が生まれた。

これまで、住民からのちょっとした困りごとの相談を、それぞれがお互いに助け合いながら、やってきた。

これからは **1人で抱え込まずに、お互いに情報交換する場を作って、見守り合い、支え合って暮らしていけたらいい。**

深刻な相談を受けたときは、ケアプラザに橋渡しすればいい。

せっかく集まった世話好きたちでグループを作ろう。



住民支えあいマップからおよそ半年後、

**「ききょうの会」**

発足



## 「ききょうの会」発足

2か月に1回、定例会を開催。  
生活の中での困りごと・気づきを共有し、  
話し合い、解決に向けてお互いに相談。

ケアプラザの職員も同席し情報共有。



## こんなエピソードも…

- 認知症によってお財布や通帳を無くしたという訴えをするひと。  
「そろそろ専門職の支援も必要。ケアプラザに相談してみよう。」  
→制度を利用するタイミングをケアプラザと確認することで、介護保険サービスにつなげることができた。  
以降も、日常的な見守りは続けている。
- 高齢で歩くのが大変になっているにも関わらず、リハビリと言って毎日散歩しているひと。  
「心配だけど、これからも声掛けをして、見守っていこう。」  
→定例会で情報共有をし、見守りなど、住民同士でできることを継続している。



**問題の整理ができ、制度につなぐタイミングが分かるようになった。**

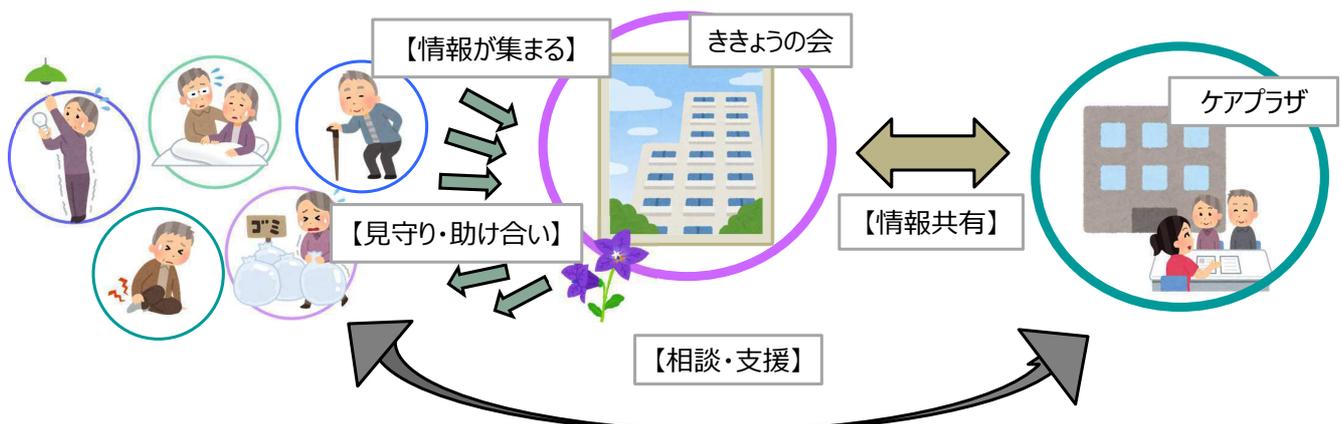
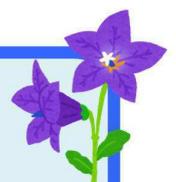
## 「ききょうの会」が発足してから〈メンバーより〉

- 今までは個別に相談を受けてきた。  
内容によってはとても深刻で胸が塞がる思いがしたこともある。  
誰にでも言えることではなく、責任を感じていたので、**会ができたことで、肩の荷が下りた。**
- いろいろな情報を共有することで、それぞれの家庭の状況が見えるようになった。これまでどおり、自分たちで見守るのか、ケアプラザに相談する方が良いのか、**みんなで考える場が持っている。**
- 1人で抱えず、相談できるメンバーとケアプラザがいることで、**安心感が増した。**



## 「ききょうの会」が発足してから〈ケアプラザより〉

- 普段の相談の中では、生活の一部しか見えないが、日常生活の中で、どんなことが起きているのかが見えてきた。
- すぐに支援が必要でなくても、状況を知っておくことで、適切なタイミングで介入できるようになった。



# 今後について

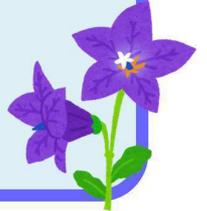
## ケアプラザ



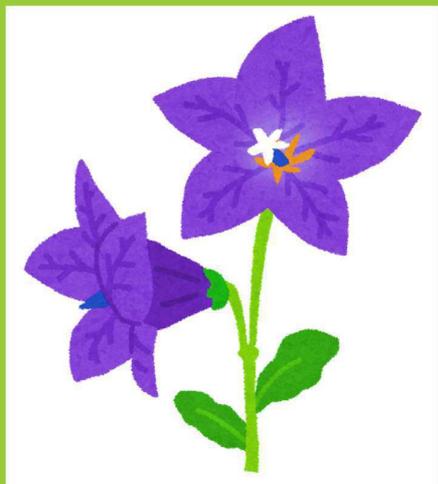
- 同じような、普段の暮らしにおける見守り活動が、他の地域にも広がってほしい。
- ききょうの会を含めた既存の見守りグループ同士が交流し、見守り・見守られる地域づくりを、地域の皆さまと一緒に進めていきたい。

## ききょうの会メンバー

- 自分たちはマンションの人たちや地域に助けられてきた。恩がある。そういう思いを、次の世代にどのようにつなげていくか。
- 個人情報やプライバシーにも配慮しながら、困りごとを解決していきたい。



ききょうの花の花言葉は…、



「永遠の愛」 「変わらぬ愛」  
「気品」 「誠実」

ご清聴  
ありがとうございました