住み慣れた地域で暮らし続けるためのお宝探し情報紙

MIYAGI

まちづくりと地域支え合い

地域の良さと課題を話し合う！6月に開催した角田市の研修にて
（詳しくは本紙2頁へ）

宮城県内外の
生活支援コーディネーターおよび協議体の
取り組みを発信しながら、
住民や専門職・関係機関の意識を高め、
最後まで住み慣れた地域で暮らし続ける
社会づくりを目指します。

CONTENTS

2 MIYAGIの今 09 角田市
地域の「宝探し」に、地域包括支援センターと市社協が協働

3 MIYAGIの今 10 川崎町
９千人の町に、第３層コーディネーターが２５０人！

4 先進の地から〈5〉兵庫県西宮市
コーディネーターは地域の「まじくる」づくり

6 見つける・生かす『地域の資源』 三重県
高齢者の元気を引き出す移動販売　まおちゃんのおつかい便

7 「宝探し」で気づいたこと
―宮城県生活支援コーディネーター養成研修より―

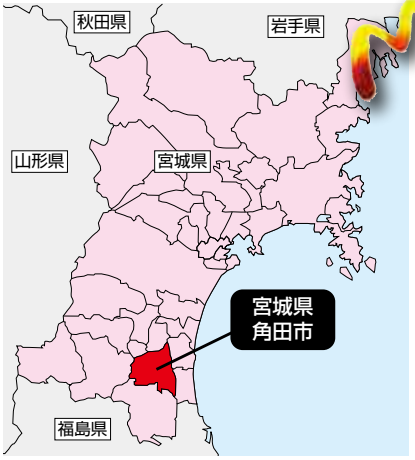
8 生活支援コーディネーターの役割と活動　Q&A

vol.6
2016.9

みやぎのいま MIYAGIの今 09

角田市

地域の「宝探し」に、地域包括支援センターと市社協が協働



DATA

角田市

人口	30,318人（2016年3月31日現在）
高齢化率	31.5%
新しい介護予防日常生活支援総合事業の実施	2016年4月
生活支援サービスの体制整備の実施	2016年4月

県南に位置する角田市では、今年4月に生活支援体制整備事業に関する生活支援コーディネーター業務を市社会福祉協議会に委託。同月より、第1層生活支援コーディネーター1人が市社協に新規採用されるとともに、みなし指定の訪問型サービスと通所型サービスを開始しました。第2層は市内9小学校区を、第3層は93行政区を想定しています。

これに伴い、前年度より地域住民や市・市社協、シルバー人材センターのスタッフが、県の生活支援コーディネーター養成研修を受講。今年6月には、宮城県地域支え合い・生活支援推進連絡会議の委員長、大坂純さん（仙台白百合女子大学教授）を講師に招いた住民研修会を開き、111人の参加がありました。これらの研修をとおして、「急いで協議体をつくる必要があるのかと思っていましたが、ゆっくりでいいんだ、地域資源の掘り起こしが先だと気づきました」と、市が直営する地域包括支援センター（1か所）所長の日下朋子さんは話します。地域を巡り活動者やキーマンを把握したうえで、実働部隊となりえるメンバー構成での第1層協議体を、今年度後半に発足する方針に切り替えました。

そのため、8～10月は、9地区の民生・児童委員の定例会に伺ってグループワークを行い、地域のつながりや資源を探す「宝探し」に取り組んでいます。お祭りや地域行事がたくさん開催されていることや、個人宅の庭やカラオケルームがたまり場になっていること、閉店して個人商店が1軒もない地区があるなどの情報が集まってきています。「いまは各地区の特色を知るための前段階。その後は、多くの場面を活用して広く住民との宝探しを重ねていきます」と市社協地域福祉係長の岡本圭一郎さんは話します。

地域を巡る際には、地域包括支援センターの社会福祉士の三浦千愛（ちえ）さんと、生活支援コーディネーターの苅宿（かりやど）智子さんが一緒に訪問。若い感性をもつ三浦さんと、生活支援相談員として被災地の仮設住宅などの支援に4年携わった苅宿さんが、新たな視点で角田市の「宝物」を見つけ始めています。

地域包括支援センターと市社協による連絡会議は、月1回以上開かれ、進捗状況や今後の計画を共有。同じ建物内にあることや、以前から協働で事業を行ってきた経緯から、スムーズな連携が図られています。地域包括支援センター職員が地域を一緒に訪問するなど、生活支援コーディネーターを孤立化させない工夫をしている点も印象に残りました。

知

今年6月に開催した研修会

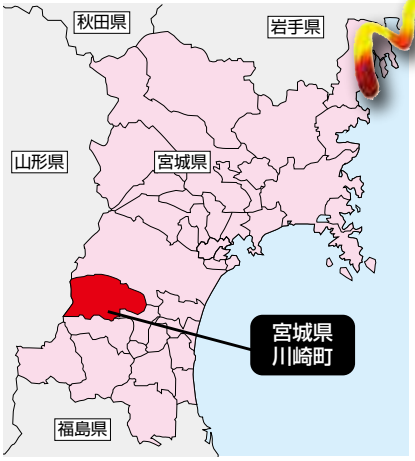
各地区で民生・児童委員とグループワークを実施

左より、地域包括支援センター所長の日下朋子さんと三浦千愛さん
市社会福祉協議会の苅宿智子さんと岡本圭一郎さん

みやぎのいま MIYAGIの今 10

川崎町

9千人の町に、第3層コーディネーターが250人！



DATA

川崎町

人口	9,185人（2016年3月31日現在）
高齢化率	32.8%
新しい介護予防日常生活支援総合事業の実施	2015年4月
生活支援サービスの体制整備の実施	2015年4月

いま川崎町の住民の力が脚光を浴びています。昨年度、地域包括支援センター（町直営）が町内22行政区で生活支援に関する説明会を開き、協力者を募ったところ、住民250人が参画。第3層の生活支援コーディネーター兼活動員として、総合事業の通所型サービス「やすらぎデイサービス」や、今年8月から町社会福祉協議会が事務局を務める訪問型サービス「ふれあいネットワーク」の担い手として活動しているのです。

第3層の生活支援コーディネーター兼活動員に話を聞きました。相原喜世子さんは、近所の顔見知りのひとり暮らし宅のゴミ出しを月2回手伝うとともに、毎週金曜日に「やすらぎデイサービス」で工作やストレッチなどをサポートしており、「私の脳トレに役立っている」と笑います。大宮雪枝さんは、90歳代のひとり暮らし宅3軒の台所・お風呂・トイレ掃除を担い、月2回は地元のサロンを輪番で運営して、得意の指遊び体操などで場を盛り上げています。家族介護の経験をもち民話の語りべでもある村上良子さんは、認知症カフェの運営や近所のひとり暮らし宅の掃除を担う傍ら、自宅で月1回サロンを始めました。「近所で気にかけていた人も来てくれて、10人くらいが集まる。おしゃべりが楽しいね、と喜んで参加している」と顔をほころばせます。

川崎町の特色は、第1層ではなく、より地域に近い第3層から創り出していること。これまでも認知症サポーターや傾聴サポーター、レクリエーションインストラクターなどの名称を設けて勉強会を開き、受講した住民が地域で活躍してきました。「2008年度から、22行政区で順に介護予防教室を開いたことを契機に、『このまま継続して自分たちで集まる場をもとう』『近くに集まる場所があったらいいね』という住民の力で、町内24か所にサロンが誕生したことも大きいです」と町保健福祉課技術補佐の菊池明子さんは振り返ります。サロンの立ち上げ時は各行政区を3回、生活支援の説明会では2回巡って、地域住民との対話と協働をたいせつにしてきました。

多くのサロンは、地区集会所などを会場に月1回の開催ですが、勉強を重ねた250人のなかから「もっとご近所との交流をたいせつにしなければならない」と、新たに自宅開放型サロンが3か所生まれました。「住民さんの自由な発想と行動力が町の宝」と菊池さんも絶賛します。

今年10月には、県の生活支援コーディネーター養成研修を修了した住民21人と、ふれあいネットワークの委員長・副委員長、介護事業所職員などの計26人が、第2層生活支援コーディネーターに就任します。同時に、同メンバーで第2層協議体を構成、発足させる予定。第1層については、今後の第2層の動きをみて判断していきます。

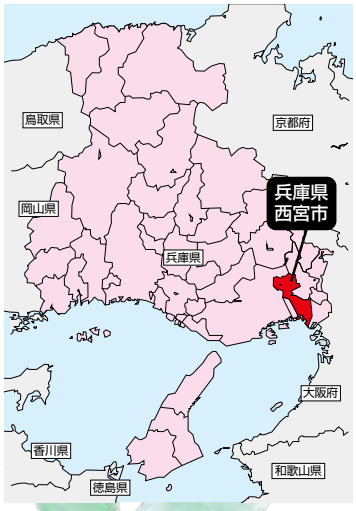
知

左より、村上良子さん、大宮雪枝さん、相原喜世子さん。
7月28日に開催した宮城県生活支援コーディネーター応用研修の実践報告にて

「やすらぎデイサービス」は毎週月・金曜日に、町健康福祉センターで開かれ、毎回10人ほどが利用。昼食・温泉付で参加費1,000円

地域包括支援センターの皆さん。
右より、町保健福祉課課長の近藤文隆さん、神里敦子さん、村上美紀子さん、菊池明子さん

先進の地から〈5〉



コーディネーターは地域の「まじくる」づくり

◎西宮市社会福祉協議会（兵庫県西宮市）

阪神甲子園球場があることなどで知られている兵庫県西宮市。大阪や神戸からもほど近く、下町情緒が残る地域とベッドタウンとして開発された地域とが混在しています。

DATA

西宮市

人口	485,563人（2016年6月30日時点）
高齢化率	22.7%
新しい介護予防日常生活支援総合事業への移行	2017年4月
生活支援体制整備事業の実施	2015年4月

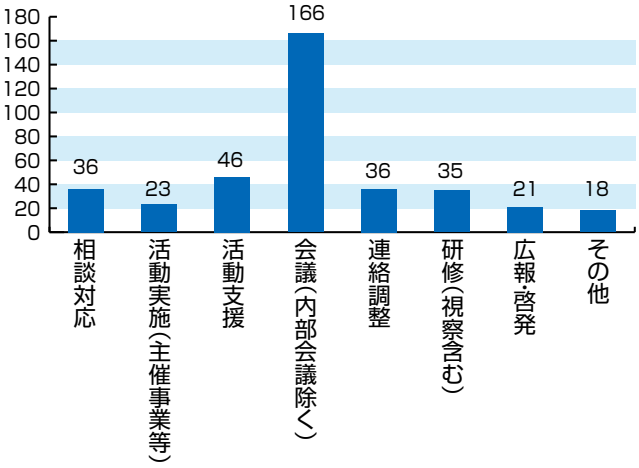
●生活支援コーディネーターの業務

西宮市では、2015年春に、市から市社会福祉協議会に生活支援コーディネーター業務が委託されました。

市社協では、同年に生活支援コーディネーター2人を配置した共生のまちづくり課を新設、翌2016年度には3人に増員されています。生活支援コーディネーターは、2016年4月に市社協が開館した地域共生館「ふれぼの」に拠点をおきながら、全市域を担当しています。

生活支援コーディネーターの2015年度の活動件数は381件。もっとも多い166件は「会議（内部会議除く）」となっています。また、36件の相談対応のうち、つどい場や子育て分野の相談が多く寄せられました。相談の半数は、住民や当事者から直接寄せられており、チラシを見たり、活動者や関係機関からの紹介を受けて具体的な相談を寄せる場合が多くありました。

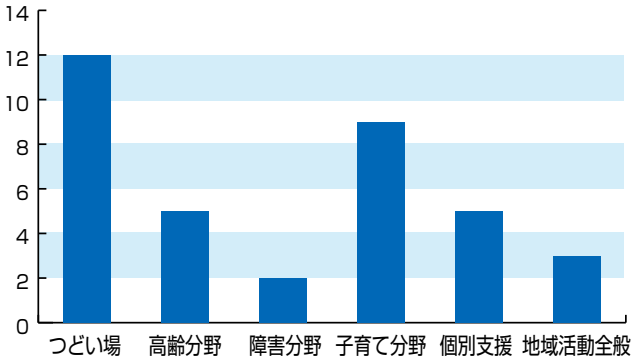
生活支援Co 活動件数（全381件の内容別）

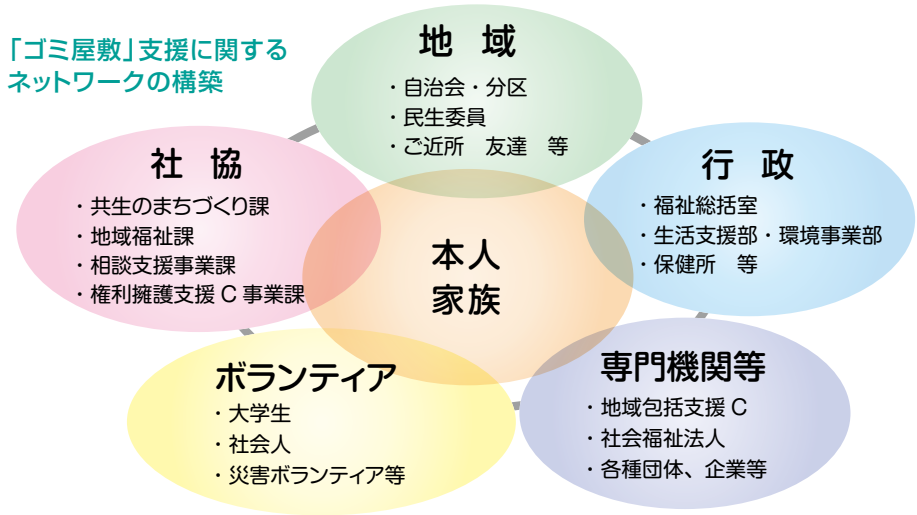


●お片づけ隊から見えた課題をプロジェクトに

生活支援コーディネーターの音川礼子さんは、市社協が運営する重度障がい者の地域活動拠点「青葉園」やボランティアセンター、市の高齢福祉課、市社協地域福祉課などの業務を経てきました。地域福祉活動を担当する地域福祉課に在任中は、地域住民や大学生などのボランティアが、ひとり暮らしの高齢者宅の衣替えや電球交換、庭の草むしりの手伝いをする「お片づけ隊」の活動にも積極的にかかわってきました。「お片づけ隊は、年2回の地域の支え合い活動で、『離れて暮らす親族がちょっと来て手伝えるようなこと』を想定した活動でしたが、日常的に片づけの困りごとを抱えている人や、お片づけだけにとどまらない課題を抱えている世帯

相談対応（全36件の種別）





には対応できず、そこから次の展開を考える必要がありました」と音川さんは言います。

そこで、生活支援コーディネーターとして取り組んだのが、「大型お片づけサポートプロジェクト」です。精神疾患や知的障がい、経済困窮などの課題に加えて社会的孤立や制度の狭間の課題を抱えている人に対して、お片づけをきっかけにアプローチをしていきます。プロジェクト化することで、片づけを最終目的にするのではなく、本人と地域、社協、行政、専門機関、ボランティアなどとのネットワークから継続した支援体制を目指します。ボランティアは全市的に呼びかけ、「福祉の専門家ではなく、本人や課題に共感してくれる人を募っています」と音川さん。大学生やシニア世代を中心に10人の登録があります。

プロジェクトでは、現在、5件の相談を受けており、うち4件はお片づけを実施、5件すべてで支援者会議を開催しながら専門職や地域住民による継続した見守り支援につなげています。

●つどい場の普及・推進で地域資源を開発する

個人の家や空き家、地域拠点などを活用した身近な「つどい場」づくりを推進することも、生活支援コーディネーターの活動の1つです。年2回のつどい場交流会や実践者、関係者、行政をメンバーとしたつどい場普及推進研究会の開催（年4回）、実践者同士の情報交換、交流、情報発信を目的とした「西宮市つどい場ネットワーク」（12団体が加盟）の運営も行っています。開設サポート制度の運用・交付をとおしたつどい場の立ち上げ支援や、チラシの発行、広報などをとおして普及・推進にも努めています。

●ネットワークが命

現在、市社協の地域福祉課には、7人の地区担当職員がいます。地域とのパイプ役である地区担当職員と生活支援コーディネーターには強い連携が必要です。2016年度からは地域福祉課と生活支援コーディネーターの職場が離れたこともあり、音川さんは、後輩が地域や地区担当職員との関係を意識してつくっていけるように力を入れています。たとえば、地域の活動に関わる際には地区担当職員とともに出かけて、それぞれの視点や役割を認識しながら重層的にかかわれるようにしたり、地域共生館「ふれぼの」での拠点活動をとおして「やりたい人」「気になる人」に気づいたり、段取りや気配りの経験を積めるようにしています。

「生活支援コーディネーターは、ネットワークが命」と音川さんは言います。そのためには、日々の人との関わりのなかに、「必要のない仕事はない」と断言します。『まじくる』は、西宮初（発）のつどい場「つどい場さくらちゃん」の丸尾多重子さんが普及してきた言葉です。多様な人がまじりあってこそ、いろいろなものが生まれるという意味が、コーディネーターの〝地域の『まじくる』づくり〟に通じ、そして『共生のまちづくり』に向けた展開につながっていくはずです」とも。

絵

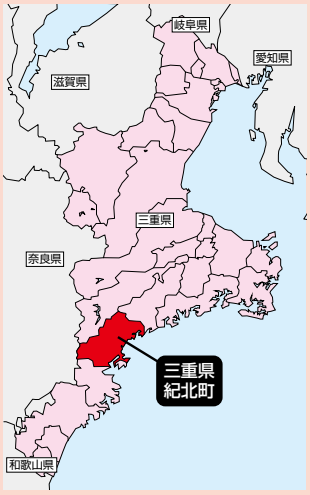
見つける・生かす『地域の資源』

高齢者の元気を引き出す移動販売

まおちゃんのおつかい便● 東真央さん／三重県紀北町

買いものに集まった人たち

東真央さん



白い軽の保冷車が、狭い路地を通り抜け、民家の駐車場に停まります。運転席を降りた女性が、近くの家をまわって「来たよー」と声をかけていきます。

東真央（ひがし）さん（25歳）が運営する移動販売「まおちゃんのおつかい便」は、客の大半が高齢者。特に、ひとり暮らしや夫婦二人暮らし、あるいは日中ひとり暮らし状態で、自家用車などを使って買いものに出かけるのが難しい人たちです。

東さんは、保冷庫から商品の入ったトレーを次々に降ろし、台の上にずらりと並べます。野菜、果物、肉、魚などの生鮮品、豆腐、納豆、漬け物、乳製品などの日配品、さらに弁当・総菜類、菓子・パン類などを取りそろえています。客の求めに応じて、扱っていない商品も、買いもの代行の形で提供します。

買いものをしようと集まってきた男女数人が、品定めをしつつ世間話に興じます。そのおしゃべりの輪に、東さんも加わります。

おつかい便の巡回先は、個別の家々、住宅街の道ばた・空き地・駐車場、魚市場や工場などの職域、それに高齢者が集まる喫茶店やデイサービス施設などです。

デイサービスの利用者は、施設で買いものができるだけでなく、希望すれば自宅を巡回先に加えてもらえます。ケアマネジャーが東さんに「外出が難しくなった人がいるから行ってあげて」と頼むことも。

「自宅で体調を崩して、布団から起き上がれなくなっている人を見つけたことがある」（東さん）

このときはすぐケアマネジャーに連絡。駆けつけたケアマネジャーが医療機関につなぎ、ことなきを得ました。東さんは、客の家に上がり込めるだけの信頼を得ています。それが、こうした見守りを可能にしています。

多くの高齢者が、おつかい便の来訪を心待ちにしています。買いものをしながら、東さんやほかの客とおしゃべりをし、笑い合えるのが楽しみなのです。

日常のちょっとした困りごと、たとえば携帯電話や家電の使い方がわからない、電球の交換ができない、灯油缶が重くて給油できないといったことも、東さんに相談が持ちかけられます。東さんは「ええよ、やったる」と気さくに応じています。

おつかい便は月～土曜の朝7時半ごろから夕方4時ごろまで営業。東さん自身が住む三重県紀北町の紀伊長島地区を中心に、一日約20か所を巡回します。2011年の開業当初は赤字でしたが、まもなく黒字に転換。「ちゃんと商売になっている」（東さん）。高齢者を元気づけ、その暮らしを支える「地域のお店」として、もやは欠かせない存在です。

利

DATA

三重県紀北（きほく）町

三重県南部の東紀州地域に位置。2005年10月に旧紀伊長島・海山（みやま）の2町合併で誕生。人口1万6700人、8183世帯、高齢化率40.95％（7月末時点）。漁業が基幹産業でカツオ、伊勢エビの水揚げが多い。カキ、アオサノリの養殖も盛ん。

デイサービスでの販売

「宝探し」で気づいたこと

宮城県の生活支援コーディネーター養成研修は、3段階に分かれており、生活支援コーディネーターだけでなく、住民や専門職も一緒に受講することができます。チームで暮らしやすい地域づくりに取り組める体制づくりを目指している点が特色です。

研修の最終ステップでは、生活支援コーディネーターの役割と地域資源の把握・開発の方法などを体系的に学びます。2016年7月14日（木）～15日（金）に行われた同研修の1日目には、地域のつながりを探す「宝探し」の演習が行われました。スーパーマーケット内のベンチでのおしゃべり会や、ビニールハウスでの井戸端会議なども「地域の宝物」だと気づいた受講生たちの目は、どんどん輝いていきました。「研修を受け続けて、先生方が話していたのはこのことだったのか!と、やっと腑に落ちました」という声も聞かれた、受講者の気づきの声をご紹介します。

隣接している地区なのに、意見交換をするなかで、地域ごとにいろんな違いがあることに気づいた。

グループワークで、「昔はこうだったよね」などと話が弾んで楽しかった。

田んぼや自然も、地域の宝。当たり前に思ってきたことを見直す機会にしていきたい。

地域に戻って、住民と一緒にグループワークをしたら、いろんな宝物が発見できて楽しそう。

趣味などを通じて、誰もが役割や居場所が持てる地域にしたい!

地域の宝物に気づくためにも、地元の歴史や伝統文化を知りたい。

生活支援コーディネーターが地域や住民のなかに入るときは、プロの気配を消すこと。“ただの自分（一住民）”で入ることを意識する。

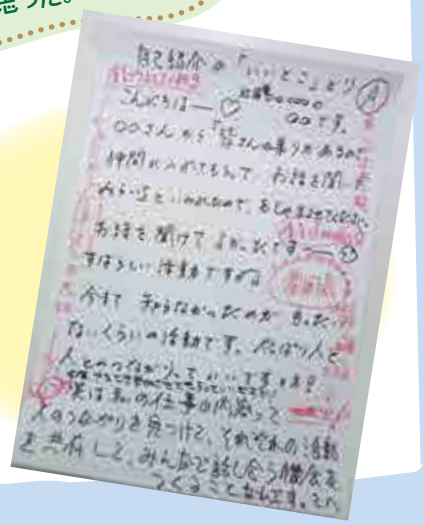
生活支援コーディネーターとして、どう動けばいいかわからないときは、外に出ればいい。自治会長や民生・児童委員、近所の人に聞いて、地域に入る糸口をみつける!

地域で活動している人たちの顔が浮かんで、協議体のメンバーになってもらいたいなあと思った。

悩みを一人で抱え込まないで、職場で共有する。生活支援コーディネーターとしての仕事を同僚に伝えることが、地域へのプレゼンテーションの練習にもなる!

「ここ（協議体）に来たら勉強になる」「ここに来てよかったな」「面白いことが聞ける場」と住民に思ってもらえないと、次はない。住民は忙しいのだから、協議体はそう思ってもらえる場にしよう!

住民の意見の対立は悪いことではない。そのおかげで、地域がまとまることもある。



生活支援コーディネーターの役割と活動 Q&A

Q 生活支援コーディネーターの役割は？

A

生活支援コーディネーターは、地域の支え合いの活動といった地域資源（「地域の宝物」）を発掘したり、新たな支え合い活動の推進役を担います。難しく考えすぎずに、まずは地域資源を探して歩きましょう。地域の課題に目を向けるよりも、地域にある人のつながりや支え合い活動などの「地域の宝物」を見つけて、住民の皆さんと「見える化」していくのです。

改正介護保険の大きなねらいは、本人が役割をもって多様なつながりを維持できる地域づくりです。地域には、趣味のカラオケ会やお茶飲み場など、さまざまな支え合いがすでにあります。そうした「地域の宝物」を発見し、住民同士や制度、地域などとつないでいくと、結果的に支え合いのネットワークで生活が支援されていきます。

Q 生活支援コーディネーターの心得は？

A

- 専門職目線ではなく、住民目線で！
- 地域に出かけるのが仕事。地域に交ぜてもらい、住民と一緒に汗をかくこと。
- お茶飲みやおしゃべりが得意だったり、お酒のコミュニケーションやカラオケの十八番をもつことは、コーディネーターの武器になり得る。
- 住民に自分をうまく活用してもらえるコーディネーターを目指そう。
- 出会いをたいせつに。地域の宝物を見つける・知る・分析する、自分の住みたい地域を一緒に考える。
- 地域の資源をつなげると、地域活性化につながる！
- 個人の課題を、地域の課題としてとらえることができるように働きかける。
- 対等な関係で、住民が構えない・構えさせないコーディネーターになろう。
- ずうずうしく（空気を読みすぎない）ポジティブに地域づくりを応援しよう！

Q 職場にコーディネーターは自分一人。同僚に悩みを相談できません。

A

生活支援コーディネーターは、市町村（第１層）や中学校区（第２層）に配置されることが想定されていますが、配置人数が少ないため孤立する可能性があります。改正介護保険によって誕生した新しい仕事ですから、周囲はあなたが何をしているのか、何を相談してよいのかわからずにいます。だからこそ、日頃から自分の仕事内容を周囲に積極的に伝えることがたいせつです。

まずは上司や同僚、地域でおつき合いのあるところに理解を求め、自分の応援団になってもらいましょう。生活支援コーディネーターは、地域の支え合いを推進する人なのに、自分が孤立しては役割が果たせません。上司が替われば一から説明する必要がありますが、自分のプレゼンテーション能力を高め、応援団を増やすチャンスと捉えましょう。

生活支援コーディネーターは、地域の支え合い活動を発掘するために、住民とお茶を飲んだり、土日の地域清掃活動に参加することも仕事のうちです。しかし、お茶飲みや土日の地域活動への参加を仕事と理解してもらうためには、上司や同僚にその意義と必要性をしっかり理解してもらい、コーディネーターが動きやすいように、新たな価値観を職場で共有することが求められます。

※このQ&Aは、宮城県生活支援コーディネーター養成研修の研修３「生活支援コーディネーター基礎・実践研修」での講師と受講生の意見交換をもとに再編集しました。

住み慣れた地域で暮らし続けるためのお宝探し情報紙

MiYAGi まちづくりと地域支え合い vol.6

バックナンバーがホームページで読めます http://www.clc-japan.com/sasaeai_m/

発行日　2016年9月30日
編　集　宮城県地域支え合い・生活支援推進連絡会議
発　行　特定非営利活動法人 全国コミュニティライフサポートセンター（CLC）
〒981-0932　宮城県仙台市青葉区木町16-30 シンエイ木町ビル1F
TEL：022-727-8730　FAX：022-727-8737
E-mail clc@clc-japan.com　URL http://www.clc-japan.com